

# 足球小將

# 踢出友情自信

足球是學生的熱門運動之一，來自阿根廷的陳嘉寶四年前才在本地學校開始接受正規足球訓練，即便高峯期須每日操練，仍樂在其中。上年他更憑出色球技，加入C10香港足球隊青年軍，並擁護多個足球公開賽冠軍。不過，對於這名足球小將而言，最寶貴的是認識了一群隊友，以及學會堅毅、關愛等精神。

## 講波經論戰術 學說話之道

現時就讀東華三院黃士心小學六年級的陳嘉寶憶述，初到香港時，因不諳中文而怯於說話，但只要與足球有關，便會變得充滿自信。在足球班和同學討論戰術時，他會講羅發言，大大提升中文聽講能力，期間亦認識了一群志同道合的朋友，得以迅速融入校園生活。同班的黃孔馳現時跟嘉寶經常「秤不離砣」，一同出席校隊及足球學校訓練。

對嘉寶而言，以廣東話交談已不成問題，加上近兩年擔任學校足球隊隊長，讓他學懂說話技巧、顧及他人感受，「有時隊友在球場上犯錯，例如應該傳球卻射球，我不會立即責罵他，反而會在事後再單獨告訴他，其實剛才應該傳球而不是射球。」

足球令嘉寶成為校內「名人」，他跟孔馳在校內連肩負了傳承的重任。原來每逢小息及午休，校方會把校門前一片空地變身為足球區，擺放多個「雪糕筒」讓學生練習運球及傳球，而嘉寶及孔馳則擔任足球大使，經常指導低年級學生運球技巧。嘉寶表示，「除了追求自身進步，還希望把足球技術傳承給師弟妹。」

身為香港及阿根廷混血兒的嘉寶，年幼時在阿根廷生活，三歲起便常常和曾任足球隊球員的外公「踢街波」，直至九歲回港後參與足球班、校隊，接受正式足球訓練。正如《足球小將》的戴志偉一樣，足球為嘉寶帶來了朋友。

自從參加了學校的足球班，嘉寶變得自信。



嘉寶（左下）和孔馳（右下）通常擔任前鋒及中場位置，合作無間。



在球場上的表現，令嘉寶和孔馳獲頒發獎學金。

## 先家課後訓練 自律分配時間

嘉寶同時參加校隊、足球學校及港足青年軍，一周練習七天，每天練習一小時三十分鐘至三小時不等，有時更會「加操」至晚上十一時。為免密集的訓練影響學業，他定下一個原則——盡量完成所有家課才練球。另外，他亦會自動自覺利用閒暇溫習，在測考周前，亦會大幅減少至一周只訓練一、兩天，以分配更多時間溫習，因此成績未有因高強度練習而退步。家長眼見嘉寶能同時兼顧學業，亦很放心和支持他繼續踢足球。

好拍檔黃孔馳一周要練習四天，與嘉寶採取同樣方法，先完成家課才去訓練，「有時家課太多，就會善用由青衣到鯉魚涌足球場的交通時間，一邊乘車，一邊做家課。」他自言在踢足球後，不像以往「拖住做家課」，由過往花四小時大減至一、兩小時便完成，且每科成績更平均進步了五至十分。曾任孔馳體育及數學老師的陳嘉豪指，孔馳踢足球後變得主動學習、不會輕易放棄，「有次他遇到數學難題，放學後來請教我，決心要把難題解決，和以往動輒放棄的他判若兩人。」



校內的足球氣氛熾熱，今年足球興趣班的報名人數更翻倍。



小息及午休時，校門前的空地會布置成足球區。



踢足球講求默契，亦造就了嘉寶和孔馳的友情。

## 普及精英並重 踢好波做好人

事實上，他們就讀的東華三院黃士心小學足球風氣盛行，校長鍾家明指，每一名學生均有機會在體育課接觸足球，亦額外聘請足球教練於二年級任教，希望增加學生踢足球機會；又開設興趣班，加強培育，今年吸引了多達六十名學生報名參加。表現優秀者更會獲邀加入校隊，盼做到普及和精英並重，「宗旨是學生能踢好波、讀好書、做好人。」



鍾家明校長

## 練波學品德 循規守時重互助

陳嘉寶和黃孔馳四年前獲推薦參加「有品足球大使計畫」，計畫是由東華三院舉辦，與阿根廷足球學校合作，供屬校小學學生參加。在接受足球訓練時，球員須注重品德發展，如關愛互助、自律守規等，老師會就學與每堂表現評分。嘉寶憶述，每一次訓練也要守時，向其他人問好，而且要有「勝不驕，敗不怨」的精神，有一次比賽，雖然已落後三比零，但一眾隊友並沒有放棄，最後更力追至三比四獲勝。孔馳補充，他們曾到幼稚園表演花式足球，並和一眾小朋友玩耍，體現關愛精神。計畫亦有助擴闊視野，學生曾多次到上海、深圳集訓，而本月初則遠赴日本與當地小學生交流。



參加「有品足球大使計畫」的學生，必須保持良好品德。