

奧運飛人來訪 激發學生追夢決心

梁惠君



校長有情

教評心思

風采中學為期兩天的周年陸運會於11月中旬順利舉行。適逢第15屆全國運動會舉行，為進一步推動校園體育文化，讓學生理解並體會運動家精神，我們誠邀2024年巴黎奧運「香港男飛人」刁俊稀擔任主禮嘉賓，與師生近距離交流，分享備戰與比賽的心路歷程，鼓勵同學勇於追夢、堅持不懈。

刁俊稀為歷來第三位代表香港出戰奧運田徑男子100米的運動員。他兼備學業與運動上的自律精神，畢業於香港理工大學會計與金融相關科系，畢業後投身會計工作，同時堅持每日工作後兩小時訓練，周末進行體能訓練，展現我校「品德、學業

與聯課活動適度平衡發展」的辦學宗旨。

在分享中，刁俊稀談及生涯中最深刻且最痛的一刻：去年杭州亞運4×100接力賽時，因交棒失誤，未能完成賽事，讓原本有望進入決賽的梦想破滅。即使事隔一年，那段經歷仍令他餘悸猶存。他以自身經歷提醒同學：面對失敗時，調整心理、從挫折中學習非常重要。

刁俊稀亦談到日常訓練與心態：「跑

100米是與自己比賽，最終超越自己才是真正的成就。」一秒雖短，但蘊含無限可能；每一個成績背後，都是長年累月的付出與自我突破。他苦練9年，提升一秒，目前正朝向百米突破10秒大關的目標努力。

除了言傳身教，刁俊稀更以行動感染大家：他與近百位家長一同參與了400米的緩步跑，鼓勵大家積極投入運動生活。雖然因傷未能出戰本屆全國運動會，他仍積極備戰明年名古屋亞洲運動會，期望在未來的賽事中克服困難，再創佳績。

本次活動不僅豐富了學生的體育體驗，更讓師生親身感受運動員面對挑戰的態度與堅毅精神。期許所有同學以此為鑑，在學業與人生道路上勇於迎難、持續精進，成為有擔當、有自律的現代青年。



作者為風采中學(教育評議會主辦)校長、教育評議會執委。