仁愛堂田家炳小學 創學界冰球運動多個「第一」 校長:冰場上要學會跌倒原地站起來！｜學校訪問

2025-11-08

近年，冰球在本地家長和學生眼中已不再是陌生、冷門的運動，今年舉辦的第一屆「全港十八區青少年冰球錦標賽」，更邀請到18間小學參加。其中， 仁愛堂田家炳小學（田小）的冰球運動發展歷史最為久遠。

早在2014年，田小就成為本地第一間在校內設仿真冰場的學校，更是首間將冰球訓練納入體育科的津貼小學。學校冰球隊已成立15年，培育了不少精英選手，2023年更成功舉辦首屆「田小冰運會」，讓學生一展冰上風姿。

高温重裝下鍛練 意志自理level up

曾燕琼校長說，當初決定設立仿真冰場，是因看到了這項「新奇且昂貴的」運動有一種特質對學生成長有利：「你踩到上冰場，當你跌倒了，其實要學會在哪裏跌倒，就要原地站起來！」

記者採訪期間，見到學校的仿真溜冰場設於戶外，沒有冷氣，只有懸掛的大風扇不停地吹拂，從頭包到腳的隊員們每次脫下面罩都汗如雨下，即使當時已是10月秋高氣爽的日子，很難想像，學生們在盛夏時節練習，會有多麼悶熱、多麼辛苦！

然而，現場沒有一個學生抱怨或叫暫停，他們在冰場上奔跑、傳球、射球、攔截，一次又一次重複訓練的動作。每次短暫的小憩，隊員們就會擁到冷風機面前吹風，但只要老師命令繼續訓練，他們又會迅速戴上面罩投入其中。

田小冰球隊在仿真冰場進行訓練。

據了解，校隊成員每星期要在仿真溜冰場訓練1小時，周末再到商場內的真冰場訓練1小時，風雨無阻。而且每次訓練都要拖着有半身高的裝備行李車，年紀較小的學生同樣親力親為，有的甚至會拖着車自行回家。

負責訓練的體育科周海欣老師說，操練過程中，除了球技進步，最明顯見到同學們的自理能力有所提升。不少隊員起初換裝備雞手鴨腳，要依靠老師幫手，經過一段時間，5–10分鐘就能自行換好裝備。

曾燕琼校長（右）與周海欣老師

經歷慘敗激起鬥心 愈挫愈勇

目前學校冰球隊有20–30人，以三至六年級的學生為主，大部分學生對冰球的興趣都十分濃厚。不少冰球隊的現役成員表示，他們在小一入學時已經被校園內大大小小的冰球海報吸引，聽了師兄師姐的分享，覺得這項運動「刺激」、「好玩」，得知獲選入校隊時都倍感興奮。

隊員年紀不大，但訓練時不怕苦、不怕累。

冰球對於他們而言不只是刺激的運動，更是獲益良多的人生課。

除速度以外，冰球運動給同學們帶來的溫度更難忘。在隊內任前鋒的Carden、Hayden對去年的一次比賽印象特別深刻。當時他們遇上實力強勁的對手，上半場落後2分，下半場苦苦堅持最終追平，最後要依靠定點球決一勝負。Carden、Hayden及隊友沉着應戰，最終險勝對方。這次來之不易的勝利，讓他們在體驗到運動的刺激快感之外，逐漸領悟到何為「團隊精神」。

擔任防守的T T說，校隊曾參加一次為期3年的「將軍澳學校冰球計劃」，第1年因缺乏經驗，最終以1:19的大分差慘敗。經歷慘痛的教訓，這群小學生反而越挫越勇，訓練更加刻苦，在之後的2年先後登上「將軍澳小學校際冰球賽」第二組別、第一組別的冠軍寶座！

守門員之一的Kimi最自豪的是在比賽中救下關鍵的一球，保住隊伍的領先優勢直到勝出；任中鋒的Elvis則記得有次決賽和對手打成平手，直到他們在最後10秒把握機會成功入球，終於贏得冠軍……

隊員們爭相發言，講起那一球的緊張、追平分數的咬牙、決勝時刻的激動、慘敗的不甘，他們在比賽中學到更多書本沒有傳授的寶貴人生知識！

目前冰球隊有20–30人，以三至六年級的學生為主。

隊員們從不熟悉到5–10分鐘就能自行換好裝備，自理能力大大提升。

積極推廣體育文化 冰球熱潮席捲全校

2014年，田小獲仁愛堂資助推廣冰球運動，除了要投入資金建造場地，教師的培訓也相當重要。曾校長說，仿真冰場始終不是只為了玩樂，而是要推廣一項運動，因此要各方面都要認真做足。

體育老師周海欣當時加入學校不久，便被委以重任，她和同事要學習穿着裝備、每日早上陪學生一起進行體能訓練，以及制定適合一至六年級的項目，循序漸進培養學生對於冰球運動的興趣：「在一、二年級的時候，小朋友可以參加溜冰興趣班，打好基礎；三年級會有軟式曲棍球項目，和冰球的技術有些類似，同學們可以嘗試在不穿裝備的情況下，練習控球技術；升上四年級開始，他們就可以在體育課上進行冰球訓練，所有學生在畢業之前都會接觸到這項運動。」

田小冰球校隊成立已有15年。

「當年引入冰球運動，都有家長表示擔憂受傷等問題，但經過這麼多年，看到我們提供齊全的裝備，他們也逐漸放心。」曾校長補充，「我們的初心就是將這個運動傳承下去，增加社區的認受性。」

在校長和老師秉持一致的信念和努力之下，學校冰球校隊越辦越好，近年開始到內地參加交流訓練。2023年，田小更舉辦了學界首個「冰運會」，進行不同的冰上運動，包括冰球比賽、溜冰、花式溜冰表演等，展現學生的練習成果。

冰運會更邀請到舊生到場與校隊比賽，以及安排50名幼稚園學童參與溜冰體驗，推動冰球運動的普及和傳承。田小畢業生、女子冰球世錦賽奪金的港隊代表之一李晴嵐亦有出席，與師弟師妹們交流。

2023年，田小舉辦了學界首個「冰運會」。

田小在推廣體育文化方面一直不遺餘力，校內有花式溜冰、花式跳繩、高爾夫球、軟式曲棍球等較小眾的運動校隊，還有10種不同的體育運動興趣班，今個學年新引進K-POP舞蹈。

此外，學校充分利用午休時間創興推出「田小運動+」，每月根據不同的運動主題，進行各類型的班際比賽、師生比賽、體育常識問答比賽等，鼓勵學生多接觸、多嘗試不同運動。

在學習以外為學生加多一點運動時間，加多一點運動樂趣，從而建立正面、健康的生活方式，一舉多得！

花式溜冰校隊

記者：陳阜賢

拍攝、剪輯：陳仲樑、霍楚暉、李沃濤

部分圖片由學校提供