



大哥 Marvin (右) 正在考大學，二弟 Elvis 在讀國際學校第 11 班，6 歲妹妹則於媽媽的學校讀小一。

校長媽媽鼓勵子女運動 培育冰球精英

家長大多會把運動看作子女生活的一部分，卻不會支持孩子當運動員。福建中學附屬學校校長徐區懿華是個例外，她的 3 名子女都喜歡運動。15 歲二仔徐緯希早前代表香港到瑞士，參加第 3 屆冬季青年奧運會，校長笑謂曾鼓勵二仔停學兩年專注冰球，把握最佳狀態發揮，晚兩年再讀書也沒關係。

徐區懿華 (Eva) 曾是跆拳道精英運動員，3 名子女自小學習運動，17 歲哥哥 Marvin 和 15 歲細佬 Elvis 小學入讀國際學校，哥哥正準備考大學，計劃到英國升學，二弟讀第 11 班，6 歲妹妹則於媽媽任職的學校讀小一。3 人同是冰球愛好者，故校長笑言家中客廳常會棍來棍往。

親子學冰球

Eva 強調體育運動有其吸引力，孩子精力充沛，其實不需要其他物質上的鼓勵，只要父母願意花時間陪伴，大部分孩子都會喜愛運動。「他們兒時真正學過的運動很多，包括足球、乒乓球、田徑、體操、溜冰、游泳、單車，之後讓他們專注學一項。當年我見到冰球裝束咁大陣仗，一定是危險運動，故反對他們學習。但他們卻很想玩，參與的比賽也愈來愈高水平，連我自己也被吸引，想親自嘗試，後來學了 6 年，當校長後才沒有時間再玩。」

Eva 笑言自己也曾任在比賽時跟對手高速相撞反彈，因裝備足夠沒受到任何傷害。「當時學習除了因貪玩，更希望可以跟逐漸長大的兒子建立共同話題。」她講妹妹現在也學冰球，跟哥哥小時候一樣，星期六早上 7 時前便要上冰場。「哥哥小時候更早，6 時多就開始練習。有國際比賽時，曾試過每周練足 7 天。」

學運動要堅持

Eva 強調子女的運動和活動，全是自己選擇，她只關注其態度，例如不容許他們缺席訓練。「他們有時也會說不想去訓練，但我不容許缺席集訓，因會影響整隊。」小朋友時間有限，但又愛 3 分鐘熱度，故她規定孩子一旦選了一項運動，一定要學懂了才可以停，或最少學 1 年。「任何技能初學時技術不好，很容易會有挫折感，如果在這時放

棄，便每件事都學不成。學 1 年後若真的不喜歡，可以放棄，因即使不再參與，也已經有基礎，隨時可以再玩。」

兩兄弟現在除了學冰球，也有玩草地曲棍球、旱地冰球，妹妹 Trinity 兼學體操和芭蕾舞，並有出外比賽。「妹妹比較斯文，但因自小在冰球場邊長大，也喜歡打冰球。雖然沒哥哥那麼快上手，但也好享受，冰球是 3 兄妹的共同語言。」

其二仔 Elvis 早前到瑞士參加第三屆冬季青年奧運會，她謂比賽是全球選拔 120 名選手，因是香港的兩名代表之一。去年 12 月到瑞士跟各地精英即時組成 8 隊，作賽 10 天，其團隊取到季軍。「那是對體能很大的考驗，但他最難忘是跟不同地方的人交流，建立友誼。」對於小朋友是否未來也想當全職運動員，她謂沒所謂，但看到二仔有潛質打得更好，故鼓勵他趁未開始讀預科，停學兩年專注冰球。「我希望他無悔，把握最佳狀態發揮一下，反而讀書永遠可以有機會。」

為團隊負責任

Elvis 謂暫時會選擇讀書，希望日後當上醫生，並以運動員或教練作為另一部分的人生。他謂自小是跟哥哥一起練冰球，看到哥哥總是打得很好，自己無論如何都不能從他手上搶到球，後來媽媽見他太被動，便把他們分開到兩個球隊。「當我跟同齡小朋友一起練習時，便發現自己突然變得很厲害。」他謂冰球對自己影響是學到永不放棄。「冰球員都會懂一句說話：Win as a team, lose as a team，那種 brotherhood，會讓你不想放棄。但作為運動員的拼勁和鬥志，以及練習要認真態度，對隊友的友愛和對教練的尊重，則是受媽媽影響。」

他笑言媽媽對他們 3 兄妹的責任感方面要求很高，反而對拿不拿獎項沒有甚麼要求。「小時



大哥的天份雖然不及弟弟，但小時候訓練很認真和充滿熱誠，也是鼓勵到弟弟。

跟哥哥小時候一樣，每星期六、七時前便要到冰場。



候媽媽在場邊看我們比賽和練習，做得不好，不認真，她會在賽後提醒我們。另外，媽媽也要求我們不可以缺席集訓，特別是比賽，若自己生病了，少少不適不要說出來，以免影響其他隊友的信心。平日練習也好，比賽也好，即使不能上場，也要到場邊為隊友打氣，這才是對自己的隊伍負責任。」



區懿華 (右) 在瑞士拿獎後，跟另一港人隊友合照。



區懿華自己對子女是否對運動團隊負責、和對教練的尊重，有一定要求。



徐校長大學時憑努力晉身跆拳道隊，少數的女性代表，並獲獎無數。

支持學生及老師運動

區懿華是前港隊跆拳道代表，獲獎無數，中學同時游水和學跆拳道，大學時加入跆拳道隊訓練。她強調自己天生多病，但相信後天努力可以克服困難。「精英運動員的水平，相差是微細，在乎的是誰更努力一點，我也常向子女灌輸，努力和認真的重要性。」區懿華回想當年她曾參加亞運或世界錦標賽，但因傷患而提早退役。「放棄運動時也曾灰心，之後很快便專注在教育專業上。到今天見到自己的學生及子女，甚至老師能加入港隊為港爭光，都會盡所有努力去支持。」

區懿華的細女也在她任職的學校就讀，她強調因相信自己的教育理念和提供的課程，可以媲美國際學校。「我們學校重視學術，但很少測考，不想學生因測考才學習，沒有測考下他們也應視每一天都在應試狀態，學習理應是每時每刻也須認真。」



Eva 校長曾是運動員，故坦言很支持老師和學生加入港隊。