

「跑道只是場境，態度才是靈魂。」 李天倫老師

男子甲組 4x100 米決賽，望著落後很多的情況下，第三棒的同學仍非常落力地追，去到交棒的一刻.....很可惜！跌棒了，全場都在慨嘆，唯獨他——最後一棒的運動員轉身把地上的接力棒拿起，盡全力的向前衝，跑得很快，真的很快！即使跑道上只剩他一人。這時我拍起掌來，一邊喊著他的名字，同時眼睛紅起來.....直到衝線後，我搭著他的膊頭，一起坐在長椅上，一起的哭著。我不知道他為甚麼哭起來，是因為跌棒了？是因為贏不到獎牌？是因為最後一年小學比賽留下了遺憾？在明知贏不到的情況下，沒有放棄，不只完成比賽，更是用盡全力去跑完，這就是對自己的一份執著，對自己重視的東西奉上一份尊重，也就是我們常常聽到的「體育精神」最生動的演繹。

這是我第一次為田徑隊而落淚。

在本年度小學校際田徑比賽中，我們的成績可說是非常美滿。很多人看到獎盃和獎牌的數目可能已經很興奮，很滿足。但是，我相信卻沒有人談得上像我一樣感動，身為田徑隊的教練(或負責老師)，我有千萬個感動的理由。每個學生雖然都在同一賽場上比賽，卻每人都有自己的故事，這使他們看起來都閃耀著，甚至比金光閃閃的獎杯更亮麗。

本屆賽事共有六位「傑出運動員」，得獎的除了是金牌得主外，還要有破紀錄成績。而當中我們佔其中三位，他們的運動能力固然驕

人，但他們背後的精神及成長歷程更為動人。

一位五年級同學去年首次參加小學校校際田徑比賽，運動細胞很好的他第一年參加跳遠比賽便奪金，但在 60 米決賽時，因為太緊張的關係犯下偷步的「天條」，被取消資格，當場痛哭，我心很痛，年輕的小伙子初上舞台，有的是實力，可惜連名次及成績都沒有就黯然離場。但他沒有棄餒，在足足的一年中他絕對是我見過最勤力練習的學生之一，從沒間斷地不論早上、小息、放學、暑假、發燒也好，只要那天有練習他都一定參與，而且盡力地去練習，沒有一刻偷懶。今年他在自己最擅長的跳遠比賽中更進一步，成功奪金，還破大會紀錄；另一面以破大會紀錄時間在 200 米初賽中跑第一，翌日再打破自己初賽紀錄奪冠，吐氣揚眉。上年流下男兒淚的小伙子在同一場上換上燦爛及真摯的笑容。

另外兩位「傑出運動員」分別是打破男子及女子丙組 60 米紀錄的四年級同學，但他們都是從失敗中勝利過來的：女同學在去年聯校運動會因缺乏經驗，未跑過終點線就收步，未能晉身決賽，傷心落淚。運動就是這樣，賺取的經驗很多時需要犧牲勝利來換取的；可幸的是，同樣地勝利很多時都是用失敗累積來的，雖然她在去年的聯校運動會中未能令自己的名字寫上獲獎記錄，但卻於半年後把自己的名字記錄在「北區校際田徑比賽」的紀錄名單上。

另一位男同學於上年聯校運動會中三甲不入，但他對勝利的渴望推動他毫無保留地訓練，看著他在短時間地有著很大的進步，那種鬥

志使我深深感動。他遇強越強的精神令他即使在初賽中跑第二也不甘心；複賽跑第一後對金牌也不滿足，他問我：「如何可以當傑出運動員？」我回答：「那就不單只拿金牌，還要破紀錄。」這小子天真帶傻勁的回應：「好！我就要破紀錄！9秒39，我就要快過9秒39！」結果決賽以超水準表現具說服力地奪金，破大會紀錄。

沒有勝利是來得容易的。單單三位學生身上已見證到成功是由經驗累積、從失敗中成長、對勝利的渴求等運動的動人之處；亦因流過無數的汗和淚，才顯得笑容特別燦爛。

今年學校田徑「隊」的成功，個別的運動員是不足夠的，今年獲得多個團體的獎項，六個組別中三個全場總冠軍，亞軍及季軍各一，體現出整體的重要性；而接力比賽，六個組別中六隊皆入決賽，更獲得三金、一銀及一銅的佳績，是非常重要的成功因素。那種把大家拉在一起的凝聚力十分動人，即使四位隊員能力各異，目標、責任及重要性一致，四為一體。我常說：

「一個人做得不好，整隊都輸，即使隊友跑得多快也徒然。」

「不要想著第四棒跑得快，就將責任交給他，我們要做到的是，每個人都跑得比別人的每一個都要快，那就一定會贏！」

田徑隊於早上晨操、小息到活力園練習、放學訓練、訓練後再加時特訓、甚至有些同學暑假已開始訓練、早起到很遠的地方比賽；一起流汗、一起笑、一齊捱罵，甘苦與共；比賽時為彼此喊得聲嘶力歇，也懂得在隊友失意時上前安慰。在我心目中，他們早已

贏了，我要訓練出的是「態度」，既然做到，還求甚麼？有家長跟我說他的兒子初賽跑得不好，哭起來的原因是他害怕表現不好令李老師對他印象不好，甚至不能參加田徑隊。我對那學生說：「你喜歡跑步嗎？」他說喜歡。我再說：「那就足夠了，看到你每次積極訓練，每次比賽盡了全力，我已心滿意足了。李老師想要的只是喜歡田徑，又願意用心訓練的人而已。」

即使是第一次或最後一年比賽的同學，沒有獲獎也好，我都會問一句：「好玩嗎？」他們都會答：「好玩。」我便告訴他們，喜歡的話將來也要繼續，不要停下來。我常放在心中的一句說話，「跑道只是場境，態度才是靈魂。」運動場是學生的課室，在比賽和訓練中學到甚麼是失敗，才懂成功。沒有甚麼比運動更能體會” NO PAIN, NO GAIN” 這道理。追求勝利那種專注和決心，證明每個學生也有這能力，只要放在人生上，這追求卓越的態度不一定成功，但一定對自己無憾。

田徑隊的成員不只學生，還有眾多家長。跟田徑隊的相處，令我感到和各位家長也是一起的。我想在這裡多謝各位家長，學生多早練習，多晚訓練完也來接送；去到多遠比賽也願意陪同，甚至坐一整天；也會聽我的話幫忙勉勵學生；比賽期間一起為「李志達」的同學們吶喊、替學生們按摩、送上無限的能量飲品及多款美食。你們為子女提供了機會，不是為了獲獎，而是磨練。多謝你們對學校的信任，花了數之不盡的時間和心機陪伴他們，這些都是非常重

要的，所以今年的成績是大家的，家長們也是田徑隊的一份子！

最後我想說，有家長問我為甚麼我們學校的田徑服那麼簡潔，不選些鮮艷突出的呢？是我親自設計的，田徑服是學校的象徵，我選的是學校的主色——紫和白。能夠在學校前比賽是光榮，望一望學校，大家會發現，我們田徑隊與學校十分相襯。看看田徑隊在學校前面的大合照，真的很美，很美。

