

姓名：徐苡男(8)

班別：六丙



### 我最欣賞的人

在我的人生經歷中，我認識的體育明星真是多不勝數呢！例如：美斯、張家朗、李慧詩……而我最欣賞的體育明星就是「香港飛魚」何詩蓓啊！

何詩蓓為前愛爾蘭總理查爾斯·豪伊的姪孫女，以及另一前總理史恩·利馬斯的曾外甥孫。由於她一直就讀本地中小學，所以依然能書寫和閱讀中文字，也能說流利的粵語和普通話。由於家中有游泳池，她在六個月大時就開始戴上游泳手袖，在池中熟習水性，她努力不懈，到了四歲時就開始到南華體育會參加游泳班，到了六歲還開始接受游泳訓練呢！

我十分敬佩她堅毅不屈的意志！她就讀聖保祿天主教小學及聖保祿中學，原來她曾在中學擔任校內辯論隊成員。除此之外，她更擁有八級鋼琴底子。另外，為了準備應考香港中學文憑考試，她半年間減少練習游泳，每周只練一至兩天，最終考獲得七科共三十五分佳績，包括通識教育 5\*\*、英文 5\*、數學 5、企業會計與財務概論 5\*、中文 4、化學 4……

到了奧運比賽當天，她不幸在初賽拉傷了背部，之後便退出了比賽。但她並沒有氣餒和退縮，反而積極接受治療，努力不懈地恢復接受訓練！

何詩蓓是香港歷來首位世界游泳錦標賽、世界短池游泳錦標賽、世界青少年游泳錦標賽冠軍，以及亞運游泳金牌得主。她曾四度當選「香港傑出運動員」，包括兩次「星中之星」的最高榮譽。

所謂「台上一分鐘，台下十年功」。我們不要只是看見運動員的風光表面，我們還要知道他們背後練習的辛酸、付出的努力！

雖然我沒有何詩蓓的運動天賦，但我也可以學習她那種努力不懈和堅忍不拔的精神。相信有朝一日，我也能夠在我擅長的領域闖出自己的天空，綻放出耀人的色彩與光芒啊！