



吳日軒奪獲目標後，成績後來居上，勇奪二〇一七至一八年度「青苗十大進步獎」。

中大學生戒打機備試

剪上網綫發憤讀書

時下父母在親子教育上最頭痛的問題，莫過於孩子沉迷打機，尤其孩子年紀還小，一旦沉迷後，難以自拔，連帶親子關係也變差。然而，吳日軒的故事或可成為遇到類似問題的家長和學生的借鏡。這名今年讀中六的學生，曾因日以繼夜、夜以繼日地沉迷網絡遊戲，導致成績一落千丈，幸得老師的鼓勵和其個人意志，狠心把上網綫剪掉，專心應付今年文憑試，到底他是如何能做到的？

被問及以往如何沉迷網絡遊戲，帶點害羞的吳日軒不禁尷尬起來，「我最瘋狂的時候，試過連續玩十五小時。」日軒



日軒擔任「青苗」頒獎典禮其中一個環節的主持人，訪問兩名大學生。

從小學起熱愛打排球，也曾是學校排球隊隊員，卻因為想回家打機而經常缺席集訓，最後連排球也沒在打。足見當年打機對其影響，興趣也可因此而放棄。

學習散漫 寧要遊戲排名

日軒喜歡打機，始於中一、二年級。那時他在家裏玩網絡遊戲，也有跟朋友一起到網吧玩，後來這更成為他的日常。「那時候回家第一件事，就是打開電腦玩遊戲。」日軒對網絡遊戲非常沉迷，可由晚上玩至翌日早上，最高峰時更是連續十五小時沒離開電腦，還曾跟家人說不舒服、肚子痛，而不上學在家睡覺，「因為真的玩得很累。」日軒坦言，自己並非不愛上學，而是覺得上學浪費時間，寧願花更多時間在網絡遊戲上，追求在這虛擬世界上的排名。

然而，即使日軒有上學，但心也沒在學業上。上課時，他通常都以「補眠」度過，「因每晚打機打至一、兩點，所以上課時我都在睡覺。特別是英文課，因為不懂，就直接不聽，乾脆睡覺去。」他的學習態度變得非常散漫，經常不做功課，又或早上回到學校才急忙亂做一通，因為這樣他經常被老師罰留堂。「那時學校已有留堂班，但我欠交功課的情況太嚴重，老師要我額外再留久一點。」



頒獎典禮當天，日軒(左三)跟其他青苗十大進步生一起在台上分享獲獎感受。

文：劉嘉曉 圖：郭顯熙、受訪者提供、中新社

高中醒覺 改鬆懶勤讀書

日軒這種沉迷打機、學業得過且過的日子，維持了兩年，直至中四，成為他的轉捩點。中四那年，有天，日軒的通識科老師因要放產假，故日軒的班被拆散，學生被分派到不同的班別上堂，日軒獲派往精英班。班上，他發現同學們「都很厲害，很認真讀書，比起他們，自己太渾渾噩噩。」日軒覺醒到自己該要振作，決定要追回成績。他開始上堂抄筆記，專心聽課，不過，要一名曾徹夜玩網絡遊戲的男生，一下子脫離電腦又談何容易？日軒在中途也有過掙扎，在家做功課時，突然很想打機，還跟自己說「就打一個回合吧」。打完拿出英文功課來做，「但對着功課，我真的看不懂，然後心想：『算吧，再多玩一回合才做。』」他笑言，這種內心的掙扎時有發生，因為電腦遊戲實在太吸引。

比賽啟發 尋獲上進方向

在網遊和學業之間，日軒不斷浮游，曾一度想重投網絡遊戲的懷抱。「當時覺得讀大學與否並不重要，世上還有很多的出路，我可以選擇只是玩網絡遊戲。我玩網絡遊戲，名次都算高，可專注打機，成為電競選手。」日軒上網尋找當電競選手的相關資料，發覺要成功當一名優秀的電競選手，學業成績原來也很重要。「當電競選手有一個期限，當年紀大、反應慢時，就不能再當下去。若然我放棄讀書只當電競選手，到時不能再玩，怎麼辦？」

日軒有這份覺醒時，剛好就讀學校的資訊及通訊科技科老師邀請他參加一項程式設計比賽。比賽要求參加者編寫程式，讓機械車在迷宮裏找出路。「我對編寫程式產生了很大的興趣，上網查看大學有甚麼相關的科系，發現原來是computer science（計算機科學）。」是次比賽燃起日軒希望入讀大學的目標。



日軒曾考慮當電競選手。



日軒（右一）與朋友互相扶持，跨過學習上的每個挑戰。

家人驚喜 成績突飛猛進

日軒找到明確目標，決心發憤圖強，成績開始大躍進，他的資訊及通訊科技科，讀中四時是全班成績最差的，但現在讀中六，他憑着不斷努力溫習，排名攀升至全班第一、二名。日軒的姑媽看到他的轉變也感到驚訝。「他曾跟我說半年內都不玩電腦遊戲，要改變生活習慣，努力讀書，我當時覺得很奇怪。」但驚訝歸驚訝，姑媽仍高興於日軒能下定決心努力讀書。而她把日軒的改變歸功於同學的扶持和老師的鼓勵，還指出老師覺得日軒有潛能做得更好，因為他數學成績不錯，所以曾鼓勵他不要放棄。而同學則有叫日軒一起補習中文，他回家也有徵詢姑媽意見，姑媽當然樂見他求進。



日軒積極參與學校的不同活動如陸運會。



突破自己 戒遊戲去溫習

日軒的成績有進步，皆因他能夠下定決心戒掉沉迷打遊戲機的習慣。「中六學期初，我很害怕自己再被電腦誘惑，於是把上網綫剪掉，讓自己再沒有藉口。」從此，日軒每天放學回家就做功課，然後溫習。但他坦言，也曾經有重買上網綫的念頭。「有時溫習累了，都想有些娛樂調劑一下。而且，剪掉上網綫也不方便，因不能用電腦。但最後還是下定決心不買，努力讀書應付公開試較重要。」但是，並非每一名學生都像日軒能如此堅決放棄遊戲時間，所以他也給學生們一些建議：「可能在那回合輸了，就不再打下去，拿功課出來做一、兩小時，再玩一至兩個回合，之後，若再輸了，就不再玩。」

善用網絡 下載英文章式

雖說沒了電腦的誘惑，但手機的誘惑也不容忽視。日軒同樣提出建議：就是每次要溫書前，都發訊息給所有人，說自己要「先溫習，不聊了」，繼而開始專心溫書。此外，他更狠下心，刪掉手機內全部的遊



日軒堅決剪掉上網綫，專心備戰文憑試。

戲應用程式，取而代之是下載學英文的手機應用程式，因為他英文不好需要惡補。「我會下載英文新聞的應用程式。有時看見手機通知說有有趣的英文資訊，都會按進去，對學習英文挺有幫助。」



日軒跟陳小嫻老師(中)關係良好，曾為她慶祝生日。

體驗日

ONE-DAY FREE WORKSHOP

4/21 日 5/19 日 6/9 日

時間: a) 15:30~16:30 b) 17:00~18:00

本活動限4~11歲小朋友參加
歡迎前來體驗，跟著老師一起認識劍擊活動！
如有興趣者，請在體驗日期前，於facebook留下小朋友姓名、
出生年份、聯絡電話及選擇日子與我們聯絡報名



2019 FENCING SUMMER COURSE

兒童劍擊暑期訓練班

2019暑期課程現正接受報名!!
Registration for Summer 2019 courses will begin in April, 2019!!

▶ 訓練平衡力 ▶ 增強手眼協調力 ▶ 鍛煉應變力

FACEBOOK
www.facebook.com/all-fencers-club

聯絡電話
+852 2368 4688

WHATSAPP
+852 5405 5939

E-MAIL
allfencersclub@gmail.com

地址
佐敦柯士甸道83號柯士甸廣場20樓全層

ADDRESS
20/F AUSTIN PLAZA, 83 AUSTIN ROAD, JORDON



傲智劍擊 PROUD TO BE A FENCER

所有傲智劍擊教練均為香港劍擊總會認可教練或同等資歷
All coaches in All Fencers Club are recognized by Hong Kong Fencing Association and or equivalent qualification
本會另設有幼兒、小學及中學小組訓練
The school also has training for children, primary and secondary schools

班主任同行 樂見學生訂目標

陳小嫦老師是日軒中五及中六的班主任，她指出，很少有學生像日軒般，有如此毅力從成績較弱的班別升上精英班。「他初中較懶散，升上中五偶爾還會在課堂上打瞌睡和欠交功課，但他利用意志力慢慢提升，可見他轉變很大。」她指出，學校經常提醒學生需訂立目標，計畫未來的路向，但學生一般都只會敷衍了事。而日軒升上中六後，老師察覺到他的目標變得具體，就是要當一名電腦程式員，有了方向，自然發力奮進。

學校也明白到學生面對文憑試壓力大，故曾安排老師跟學生們一起宿營。宿營期間，老師擔任同行者，「跟學生們一起行石澗，當中有可能受傷，但想讓他們知道，老師是跟他們一起努力面對文憑試，希望他們可以突破自己。」陳老師發現，宿營結束後，日軒剪掉上網綫，「連最喜歡的網絡遊戲他也決心戒掉。」相信幫助學生訂立明確目標和陪伴他們突破自我，也能助學生建立堅定意志，勇闖難關。☑



陳小嫦老師是提名日軒參加青苗學界進步獎獎金的老師，她自己也奪得「洪昭儀春風化雨獎」。



我的機械人老師

親子填色比賽

對象：全港3至6歲幼兒及家長



獎項設金、銀、銅（各一位）及優異獎（十位）

各可得獎杯/獎狀及書券

金：\$1000、銀：\$500、銅：\$300、優異：\$100



比賽結果將於2019年5月17日公佈，得獎者將獲電郵通知，並須出席2019年6月28日的頒獎典禮，詳情將會透過電郵通知有關事宜。



報名



<https://goo.gl/WLekSw>

報名截止日期：2019年4月24日

查詢：hsbc.project@twghkfcsp.edu.hk / 2778 7910 梁小姐

滙豐150週年
慈善計劃

HSBC 150TH ANNIVERSARY
CHARITY PROGRAMME

特殊學習需要學童
智能機械人教育方案
Robot4SEN計劃

INTELLIGENT ROBOTS FOR SEN CHILDREN LEARNING
Robot4SEN PROJECT

24/4 截止提交作品

17/5 公佈結果

28/6 頒獎典禮

請於截止日期前將已填妥的
報名表格及其作品，使用郵寄方式
遞交至以下地址（郵戳日期為準）：

九龍大坑東南山邨道 28 號
東華三院群芳啟智學校