

高級組 冠軍 歐泳賢

《我敬佩的運動員》

親愛的表哥：

你好嗎？我最近閱讀了《林書豪！從哈佛到全明星》這本書，書中介紹了NBA傳奇人物林書豪在成名前的心路歷程。

林書豪的故事令我感到驚嘆與振奮，但你是否知道他未成名前因他是華裔美國人的身份而被歧視和嘲諷呢？他從哈佛大學畢業後，沒有得到任何球隊的賞識，但經過他不斷的努力，才能成為了家喻戶曉的風雲人物。

林書豪的榮耀與成功，動力來源是他對籃球的喜愛。他默默的努力和付出，不管別人對他的偏見、輕視，他始終堅持「我一定行」，永不放棄、堅持不懈。他以時刻準備著可取勝的精神狀態去迎接挑戰。

表哥，這是一本好書，很值得我和你去借鑑。你之前的來信，向我傾訴想放棄學業，因為你覺得太辛苦了。我希望你看看這本書，你一定能有所感悟，一定能找到學習的動力，學習到林書豪的頑強、拼搏、永不放棄和越挫越勇的精神，並相信自己，成功就是努力的結果！表哥，讓我們共同努力吧！

祝

學業進步！

表妹

泳賢上

十二月十日

字數：386

高級組 亞軍 呂子聰

《我敬佩的運動員》

親愛的王老師：

最近我看了一本書《逆風而上一李麗珊》，這本書是寫滑浪風帆運動員李麗珊的故事。

李麗珊是我敬佩的運動員，她在1996年為香港奪得亞特蘭大奧運會的金牌。她也曾在2002年釜山亞運及1998曼谷亞運中奪金，並在世界錦標賽中屢獲獎牌，她確是一個傑出的運動員。

李麗珊面對失敗的態度很值得我學習。李麗珊說：「運動場上沒有永遠的勝利，一次成功也不代表永遠，反而失敗卻是家常便飯。」這使我想到了我們要抱着平常心參加比賽。我曾參加朗誦比賽，雖然我在比賽中沒有獲得獎項，但我認為這是學習的過程，而且我已經盡了力，所以我欣然接受比賽的結果。

這本書的書名《逆風而上》也吸引了我。在風帆比賽中，每場比賽都會遇到順風或逆風，但李麗珊卻不畏懼，她更會好好地掌握逆風，並認為這是爭勝的要訣。在生活中，我也怕遇上逆境，但這本書卻改變了我面對困難的態度——以前我遇到困難時會退縮，但現在我會去面對，並嘗試去克服，這本書真給了我不少啟發呢！

敬祝
教安！

學生
子聰上
十二月二日

字數：410



高級組 季軍 李穎

《我敬佩的運動員》

親愛的媽媽：

你好嗎？最近我看了一本書，書名是《女孩不可不知的50位名人》，書裏介紹了一位乒乓球壇的皇后——鄧亞萍，我十分欣賞她。

我欣賞她只要設定了目標，就不會輕易放棄的精神，還有她無所畏懼的膽識。她不僅令我欣賞，更值得我去學習。她讓我明白一個道理——只要努力付出，沒有甚麼事情不可以做到，人生只能由自己來決定。我現在相信這個道理，所以無論默書、測驗和考試都努力溫習，成績也變得比前好了很多，也證實了那個道理是真的。

我很崇拜鄧亞萍，她在賽場上奪取了十八項世界冠軍，她在求學上由清華學士到諾丁漢大學碩士，再到劍橋博士，真的很厲害！

鄧亞萍曾說：「我不比別人聰明，但我能管住自己。我一旦設定了目標，絕不輕易放棄。也許這是我成功的一個經驗吧！」我是很相信她的說話，難道你不相信嗎？

祝
身體健康！

女兒

李穎敬上
十一月十六日

字數:352

高級組 優異 司徒蔚珊

《我敬佩的運動員》

親愛的爸媽：

我想跟你們分享一個運動員的故事，正是這個故事，引領我深深地思考，讓我明白梁貴華先生成功的原因。

梁貴華先生四歲時，意外失去左腿，這突如其來的意外並沒有讓他向殘障低頭。十八歲那年，他被教練選拔為自行車騎手，在往後的日子裡，每天都要經歷殘酷而又漫長的訓練，每一場訓練裡其他人都叫苦連天，只有梁貴華先生咬緊牙關，做好每一個動作，珍惜每一次訓練，只有他敢於克服殘障，只有他敢於向跑道說：「我要戰勝你！」

記得以前，梁貴華先生說過：「殘障不是最可怕的，可怕的是不努力、不堅持到底。」讓我領悟到，一個人他之所以能成功，是因為他比努力更多的艱辛與汗水。

祝

身體健康！

女兒
蔚珊上

十二月十日

字數：389

高級組 優異 朱恩穎

《我敬佩的運動員》

親愛的陳老師：

你好嗎？我日前閱讀了一本書，名為《我和芭蕾》，內容是關於一位芭蕾舞者譚圓圓的故事。它就如一本回憶錄，記錄了三十六歲的她自十一歲擲「硬幣」決定人生，從事舞蹈工作二十五年來的種種經歷。

她的故事令我明白到若你想成名，必要付出代價，並努力不懈的爭取機會。譚圓圓曾說少女的她一入團面臨的就是會遭其他人的冷眼相待；但當在台上表演之後，其他人便無話可說了。美國人很現實，見證你確實好，那就會心悅誠服。這件事令我明白到人需要自強不息。

書中提及譚圓圓為了追求夢想而花了不少私人時間。因為她想把自己的芭蕾舞技術提升至更高層次，於是到美國的聖瑪麗亞大學攻讀藝術學士學位。她精益求精的態度很值得我們學習。

通過此書，令我明白人要尋找、珍惜和把握好機會，才不枉此生。

祝

生活愉快！

學生

朱恩穎敬上

十二月八日

字數:346

高級組 優異 何曉志

《我敬佩的運動員》

親愛的爸爸：

我想告訴你一個秘密。你知道我最敬佩的運動員是誰嗎？他就是身高 2.26 米，一九八零年出生於上海的「移動長城」—— 姚明。

二零零八年北京奧運會開幕儀式上，我看見姚明鶴立雞群的身形，手持迎風招展的中國國旗，昂首闊步，風彩令人陶醉。跟東亞病夫的說法再也扯不上一點關係！

在高大影子的背後，其實許多人不知道。除了 2.26 米的天賦外，姚明完全沒有其他籃球員需具備的要求。反之，他自小體弱，兒時更曾經得過腎炎，導致左耳失聰，反應遲鈍。

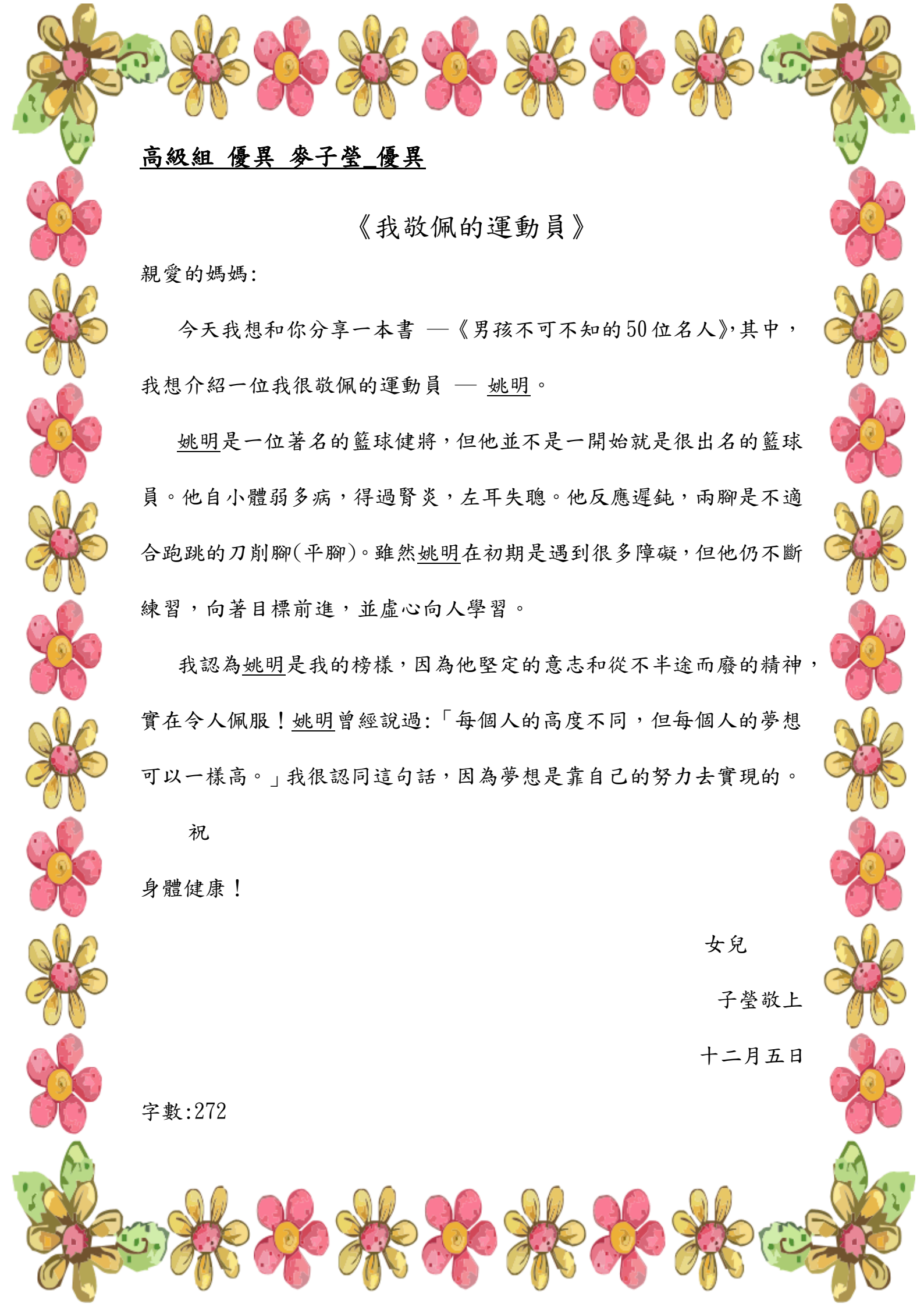
但是，他憑著鍥而不捨的精神，不斷努力練習，終於成為一個國際球員。我敬佩他沒有在逆境中放棄了身高的天賦。所以我也要儘量發揮我的長處，遇到困難時也不輕言放棄！

愛你的兒子

何曉志敬上

十二月六日

字數:352



高級組 優異 麥子瑩 優異

《我敬佩的運動員》

親愛的媽媽：

今天我想和你分享一本書 — 《男孩不可不知的50位名人》，其中，我想介紹一位我很敬佩的運動員 — 姚明。

姚明是一位著名的籃球健將，但他並不是一開始就是很出名的籃球員。他自小體弱多病，得過腎炎，左耳失聰。他反應遲鈍，兩腳是不適合跑跳的刀削腳(平腳)。雖然姚明在初期是遇到很多障礙，但他仍不斷練習，向著目標前進，並虛心向人學習。

我認為姚明是我的榜樣，因為他堅定的意志和從不半途而廢的精神，實在令人佩服！姚明曾經說過：「每個人的高度不同，但每個人的夢想可以一樣高。」我很認同這句話，因為夢想是靠自己的努力去實現的。

祝

身體健康！

女兒

子瑩敬上

十二月五日

字數:272

高級組 優異 蘇子峯

《我敬佩的運動員》

親愛的王老師：

最近我讀了一本書，這本書叫做《相約在頒獎臺 — 香港體壇的女兒》，這本書介紹了很多香港傑出的運動員，如乒乓球手陳丹蕾、劍擊手何嘉麗及滑浪風帆選手李麗珊。今天，我要介紹的是劍擊手何嘉麗。

何嘉麗是一名一級劍擊手。她披着一頭長長的秀髮，外表十分斯文，可是她一穿上了戰衣，卻是一個劍風凌厲的劍擊手。何嘉麗曾在1995年奪得東南亞及南太平洋劍擊賽團體冠軍，在1997年奪得亞洲劍擊錦標賽個人亞軍。此外，她曾多次在泰國劍擊公開賽團體賽中奪得獎項。

看了這本書，我十分佩服何嘉麗，她曾說過：「我每次比賽都會努力作戰，不輕言放棄任何機會。」她在戰場上勇往直前，毫不退縮。她這種堅持、努力不懈的精神很值得我學習。何嘉麗曾說劍擊比賽時，她要集中精神，惟有集中精神，才能找出對手的破綻，這使我想到了我們平時上課要專心，學習要一心一意，否則我們一定不會成為一個有學問的人。

王老師，相信你看了我的信一定會感到很欣慰。好了，我們下次再談吧！

敬祝

教安！

學生

子峯上

十二月二日

字數：418