



姓名：潘慧鏗 班別：5D 學號：20

活動項目：游泳校隊

大家好！我是五勤班潘慧鏗，亦是大埔三育中學游泳校隊的第一任及第二任隊長。今年我再次連任泳隊隊長一職，更有幸於上學年(15-16)登上「傑出領袖榮譽榜」，在此我真要衷心感謝游泳校隊的負責導師—何紫喬老師及她的提拔。

我認為當一個「傑出」的領袖並不簡單，務求要令隊員得到最好的才可以凝聚一個團隊，令隊員有歸屬感！所以我先要做好自己，也要公平和關心地看待泳隊的每位隊員。

在個人方面，回想我從小學三年級便開始接觸游泳，亦加入了校外的泳會，為了做好自己，也比隊員付出更多的努力，每星期七天的訓練全年無休、風雨不改，以學界和各項游泳比賽作為目標。

在團體方面，我從中一開始便加入游泳校隊，當時的泳隊成員只有十多人。時隔四年，現時泳隊的成員已增加為 42 人，並在學界的比賽中取得佳績，全因各隊員背後付出的努力，才有今天的成果。因為當其他同學在放學後去溫習或玩耍的時候，我們就在游泳池發揮 WE CAN 的精神，努力地練習。若是下雨天，我們就在學校做體能訓練。訓練過程雖然是刻苦的，但每位成員「人累，心不累」，愈是刻苦的訓練，我們便愈要努力捱過，所謂「一分耕耘，一分收穫」。因為我知道我們付出的努力是不會白費，所以我為泳隊成員而感到自豪！

最後，希望將來會有更多同學加入我們，成為大埔三育中學游泳校隊的一份子！