



中華基督教會何福堂小學
C.C.C. Hoh Fuk Tong Primary School

體育精英 搏盡無悔

Be the best that we can be

體育運動多元化



本校一直致力推動體育運動的發展，以豐富學生的學習經歷。本校體育組積極舉辦多元化的體育運動，如田徑、乒乓球、游泳、籃球、足球、手球、羽毛球及班際體育比賽等，讓學生能根據自己的興趣和特長選擇適合自己的運動，讓學生充分發揮自己的潛能，培養健康的身心質素，並學習到團體合作、領導能力和自我管理等重要價值觀。此外，我們亦鼓勵家長們參與學校舉辦的體育活動，如一年一度的親子運動會，讓家長可以更了解孩子在學校的成長歷程，促進家校合作。



中華基督教會何福堂小學
C.C.C. Hoh Fuk Tong Primary School

校隊資優專項訓練

本校悉心栽培校隊精英，體育校隊有包括田徑、游泳、乒乓球、男女子籃球、男女子足球等，各項目均有出色的表現。校隊精英積極參與學界賽事及精英賽，並取得優異的成績。同學們透過堅韌的訓練和不斷的努力，在運動場上展現出出色的技巧、競爭力和體育精神。



乒乓球校隊

運動精英佛山交流

為提高同學運動能力的專業發展，本校校隊精英於2023年12月前往佛山高明區滄江中學附屬小學進行體育交流，透過參觀締結姊妹學校，讓同學了解國內最新的體育發展，期間更彼此一同進行運動專項鍛鍊及友誼比賽，學生獲益良多。

热烈欢迎香港姊妹学校中华基督教會何福堂小学师生到我校参观交流



中華基督教會何福堂小學
佛山市姊妹學校交流團
2023年12月19至20日



田徑校隊



男子籃球



女子籃球



女子籃球校隊

男子足球校隊



田徑



參觀陶藝工場



男子籃球校隊

女子足球校隊



武術



乒乓球



游泳校隊



全港小學校際
女子五人足球比賽
All Hong Kong Inter-school
Girls' Football Competition

校隊獲獎成就 — 田徑

Be The Best That We Can Be

博盡無悔

何福堂田徑隊
學界男甲團體冠軍



校隊獲獎成就 — 游泳



男子甲組 4x100 米接力冠軍



陳啟文同學獲得男子甲組跳高冠軍



男子甲組團體冠軍



68 鍾嫻瑤同學獲得女甲 100 米自由泳及 50 米蝶泳冠軍，並打破多項學界游泳紀錄



58 鄧植珮同學獲得女乙 100 米自由泳及 50 米背泳冠軍



游泳校隊於全港區會游泳比賽中獲得多項團體獎項



鄺俊浩同學於全港小學田徑賽獲得男甲鉛球冠軍



羅靜媛同學獲得女子特別組鉛球冠軍



近年田徑校隊於屯門區小學校際田徑賽獲獎紀錄

- 2023-2024：男甲團體冠軍、男乙、女甲、女乙、女丙團體優異，男甲接力冠軍；個人項目共獲 3 冠 9 亞 1 季 2 殿 7 優異
- 2022-2023：女丙團體亞軍、女乙團體季軍、男丙團體季軍、男甲、女甲團體優異；個人項目共獲 3 冠 2 亞 1 季 2 殿 7 優異
- 2021-2022：男甲團體冠軍、女甲、女乙團體優異；個人項目共獲 4 冠 1 亞 3 殿 3 優異
- 2020-2021：疫情影響，賽事取消
- 2019-2020：男甲團體冠軍、男丙、女甲、女乙團體優異，男甲接力季軍；個人項目共獲 2 冠 2 亞 2 季 3 殿 8 優異



近年游泳校隊於屯門區小學校際游泳比賽獲獎紀錄

- 2023-2024：女甲團體亞軍、女乙團體亞軍、男乙團體殿軍；接力獎 2 亞 2 優異；個人項目共獲 5 冠 2 亞 3 季 2 殿 5 優異
- 2022-2023：女乙團體季軍、女丙團體季軍、男丙團體優異；個人項目共獲 2 冠 2 亞 2 殿 3 優異

近年游泳校隊於全港區會小學校際游泳比賽獲獎紀錄

- 2023-2024：女高團體冠軍、女初團體季軍、男初團體季軍，接力獎 1 冠 1 亞 1 季；個人項目共獲 1 冠 3 亞 3 季 1 殿



校隊獲獎成就 — 乒乓球

Be The Best That We Can Be

搏盡無悔

何福堂乒乓球隊
學界女子團體亞軍
學界男子團體季軍

近年乒乓球校隊於屯門區小學
校際乒乓球比賽獲獎紀錄

年度	男子團體	女子團體
2023-2024	季軍	亞軍
2022-2023	季軍	冠軍
2021-2022	亞軍	冠軍
2020-2021	疫情影響，賽事取消	
2019-2020	季軍	冠軍
2018-2019	季軍	亞軍
2017-2018	季軍	季軍
2016-2017	亞軍	季軍
2015-2016	亞軍	/
2014-2015	季軍	/

體育專項交流及指導 — 乒乓球

國民教育分享會
乒乓球技術交流指導

國民教育分享會
乒乓球技術交流指導

國民教育分享會
乒乓球技術交流指導

2024年5月21日，中國香港前奧運代表柳絮飛小姐、中國國家種子球員徐顯宸先生到訪何小，為乒乓球校隊隊員進行技術交流及指導。

兩位嘉賓與何小乒乓球隊進行了數場友誼賽及技術示範。當中，柳絮飛小姐示範了高拋發球，讓隊員大開眼界。各隊員於發問環節積極發問，提問涉及各種乒乓球技術，例如正手、反手、判斷旋轉等等，柳小姐和徐先生均耐心一一解答，讓隊員上了一課寶貴的乒乓球課堂。隨後亦有練習環節，隊員們有幸得到專業運動員的執手指導，讓隊員們了解技術細節，獲益良多。最後柳絮飛小姐更於隊員們的球拍送上親筆簽名留念！兩位嘉賓同樣以「堅持」勉勵隊員，所有事情都是需要長時間努力才會成功！

何小乒乓球隊衷心感謝柳絮飛小姐及徐顯宸先生親臨指導，隊員們必定努力練習，為乒乓球夢想「堅持」！



奧運男雙銀牌高禮澤與全港精英黃安雙銀牌張藝桐、林子恩





今日你以何小為榮 他日何小以你為傲

傑出運動員專訪 (一) — 鄭俊浩



現於英華書院就讀中一的何小畢業生鄭俊浩同學，於訪問時透露，在何小最喜歡的運動是籃球。

俊浩在何小五年級時，被體育老師發掘成為田徑與籃球運動員，曾於學界賽推鉛球項目獲得全港冠軍，畢業前亦是屯門區小學籃球區隊成員。被問到如何兼顧學業和運動訓練，俊浩回答道：「平時會在訓練結束後，回家做一些有關當天課堂的練習，並於學業和運動兩方面取得平衡，做好時間分配。」俊浩覺得何小是一間注重培養學生多元發展的學校，老師亦師亦友，學生很有活力，可以成為何小一份子，感到十分榮幸。

俊浩十分掛念何小的每位老師，特別感謝潘老師、趙老師和黃老師三位體育老師，給了他很多機遇，讓他有幸參加各項比賽和活動。

來年 9 月將會升讀拔萃女書院的鍾嬋瑤同學，於訪問時透露，她是在小一水試時被體育老師發掘成為游泳運動員。

姓名：鄭俊浩 就讀中學：英華書院
何小校隊：田徑、籃球、足球
威水史：

1. 屯門區小學校際田徑比賽男甲推鉛球冠軍 (22-23)
2. 第 25 屆全港小學區際田徑比賽男甲推鉛球冠軍
3. 屯門區小學籃球區隊成員 (22-23)
4. 中華基督教會香港區會小學聯合陸運會男甲壘球冠軍 (22-23)

傑出運動員專訪 (二) — 鍾嬋瑤



曾於學界及區會游泳比賽中，囊括多項冠軍及破紀錄的嬋瑤，志願是成為香港游泳代表隊，為港爭光。被問到比賽和訓練心得，嬋瑤回答道：「獲獎是次要，最重要是專注，在比賽時不能分心，否則會影響發揮及臨場表現；要學會調整心態，要從失敗中學習，辛苦不能輕言放棄。」嬋瑤亦勉勵何小的師弟師妹們，只要上課專心，學業上便可事半功倍。

嬋瑤於訪問表示很榮幸可以在何小就讀，在何小畢業，亦很感恩尹校長的關愛，因為每次比賽時，尹校長均有到場支持自己。她最後想感謝何小的每位老師，因為她們在學業上幫助了自己很多。

姓名：鍾嬋瑤 就讀班別：6B
9 月升讀中學：拔萃女書院
何小校隊：游泳
威水史：

1. 屈臣氏集團香港學生運動員獎 (23-24)
2. 屯門區小學校際游泳比賽傑出運動員 (23-24 及 22-23 兩年)
3. 屯門區小學校際游泳比賽女甲 100 米自由泳冠軍 (23-24) (成績破大會紀錄)
4. 屯門區小學校際游泳比賽女甲 50 米蝶泳冠軍 (23-24) (成績破大會紀錄)
5. 第七屆全港小學區際游泳比賽女乙 50 米蝶泳冠軍
6. 屯門區小學校際游泳比賽女乙 50 米蝶泳冠軍 (22-23) (成績破大會紀錄)

屯門龍門路 41 號 (輕鐵龍門站) 2452 1903
2459 7156 info@hft.edu.hk https://www.hft.edu.hk

