

【成夢傳奇】中學推動正規電競訓練 培養學生合作性及自制力

■教育 12:30 2020/07/14

熱門 [超市大搜查](#) [防敏](#) [自助餐優惠](#) [木棘証人](#) [兒童健康](#) [劇情預告](#) [烹飪教煮](#)



▲ 電競隊去年參與校外比賽。(受訪者提供)

一提打機，家長只會頭痕，那來成就感可言？有中學去年透過讓學生接受正規電競訓練，讓本來只懂沉迷的同學，慢慢因着成就感而改善情緒和調配時間，並大大改善親子關係。

6年前已策劃**正向教育**的保良局甲子何玉清中學，基於正向的6大向度建構成夢傳奇計劃，讓學生主導提出夢想，由學校支援一步步實踐，其中電競便是其一，也是最具爭議性的夢想，但其成效顯著，也許可作為其他學校的借鏡。



▲「成夢傳奇計劃」總共有12個成效顯著的「成夢傳奇」計劃展開，至今惠及1200人次。(湯炳強攝)

該校在5、6年前開始「成夢傳奇計劃」，歡迎同學自組小組，為夢想撰寫計劃書向學校申請，審批後由校方為他們找來教練，讓他們逐步達成夢想。首項正向夢想計劃是單車隊，再發展其他多元化項目，而電競隊則在2018年組成。

推動「成夢傳奇」計劃的東濟良老師最近出書，他指出在2012年因閱讀了美國心理學家沙利文博士《邁向圓滿》一書，希望落實在學校裏推動**正向教育**，又適逢當時中學教育改革，學生只需應付中學文憑考試（DSE），以致學校多了空間去幫助學生尋找生命的方向，建立他們的成就感，故此由2015年起，開始宣傳成夢傳奇計劃，至今展開了12個成效顯著的計劃，惠及1200人次。



▲ 6年前首項計劃是成立單車隊。(受訪者提供)

讓電競活動正規化

束老師謂，自計劃開始宣傳，學校每年總有學生交來電競隊的申請，鑑於學校上下與家長均未能接受打機成為校內推行的活動之一，故此所有申請都被拒絕，直到2018年電競運動被納入亞運項目之一，他才重新檢視這項目發展的可行性。

大人抗拒學生打機主要是怕子女欠缺自制力，但他們見到打機常出現在初中階段，過後學生慢慢不再沉迷，故他們希望把握這時段，連結教會、青少年組織，一起合作，讓同學有系統去接觸這運動，令學生建立自制力。



▲ 推動計劃的束濟良老師指出，六年前首項計劃是成立單車隊，之後含蓋面包羅萬有。(湯炳強攝)

校方去年推行「電競輔導計劃」，學生會在周五出外受訓，校方會配合黃牌紅牌制度，建立其規範，並在周六提供功輔班，支援他們的學習。

“學校要求學生在每次訓練前，都要做好功課溫習好，然後才安排同學學習電競技巧，更有體能及團隊合作等訓練。”

他強調在學校辦這個計劃的確要很小心，所以商討了電競三不政策，包括：不在校內進行訓練、不在校內宣傳、不在校內比賽。

「火伴師」同行追夢

正向教育提出能為人帶來6項美德，背後源自幸福感，衡量幸福感包括5大元素：正向情緒、全心投入、人際關係、意義和成就，他們認為孩子實踐夢想時，便是在體現幸福感，而學校提供了資源，當中有一個「火伴師」公式，就是Passion、Peer、Coach (PPC)，引導年輕人尋找他們火熱夢想，給他們有夥伴同行一齊追夢，及找導師帶領他們成就夢想，讓他們感到幸福。

而電競隊結合社工、教會、家長幾方面，家長的接受也很重要。他強調電競最明顯是節制、時間管理。學生開始懂向家人商量，他們要幾時活動，望配合家人，反映他們開始成長。

當時負責培訓學生的香港青年協會賽馬會將軍澳青年空間社工吳林漳，是業餘愛好者，感到電競也是建立目標的媒介，其特色是有比賽排名，可建立榮譽感。

他們採用電競遊戲「即時對決」作培訓，遊戲是10人對決，賽程每局打15至20分鐘，中間不能間斷，過程講求團體合作和策略，並需要隊員間找自己的定位，比賽期間大家要為大局着想，去適當配合別人，因此也是一個EQ的訓練。

“同學較大進步是在情緒管理和社交人際上，並學會尊重別人，每次電子競技比賽後，我們都跟學生檢討，他們輸了一開始會丟機或抱怨其他人不濟等等，之後慢慢知道用恰當的語言表達，而期間我們曾邀請到電競亞運代表跟學生交流，對方也只是18歲，大家的感覺是最近。”

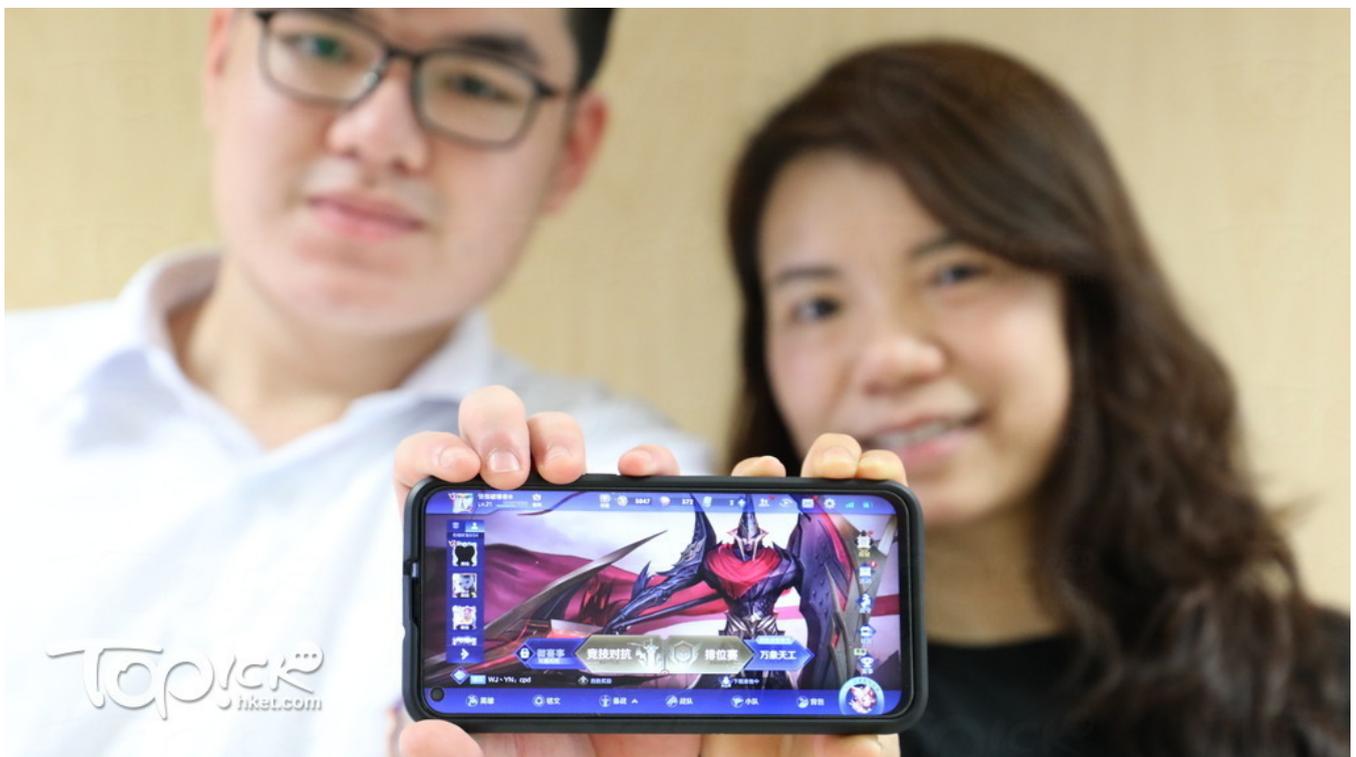


▲ 電競比賽需要有策略、講求團體性，然而它更講求同學的即時反應。（受訪者提供）

由沉迷打機變富責任感

身形健碩的中三同學黃卓曦升讀中一後開始沉迷手機遊戲，中一曾欠功課超過30次而記小過，令媽媽非常苦惱。黃太回想，當年兒子「叫食飯唔出房、叫去沖涼唔沖、仲夜晚唔瞓覺，半夜偷偷爬起身打機。」而最令媽媽覺得難以忍受是中二時，兒子因為打機唔夠瞓，引致抵抗力弱而患上手足口病。

那段時間卓曦和同學自己組隊參加電競比賽，隊伍總共5人，取名「THF」，即是The Flash，意思是閃電般快的意思，目標是想取得電競比賽的獎品和獎金。



▲ 中三同學黃卓曦現在跟媽媽已破冰。(湯炳強攝)

卓曦說：

“參加電競比賽要和隊友互相補足，團隊合作非常重要，我哋五個人好有默契。”

當他們的電競隊得過第4名，高興得不得了之際；媽媽卻很生氣，認為他的電競隊讓他更沉迷，親子間的衝突因而更多了。

媽媽坦言對兒子沉迷打機的情況，去年已經到了難以忍受地步，在無計可施時，學校便決定為這班已組隊的同學，以及一些投放不少時間在打機的同學參加由香港青年協會、香港教育大學、教會及少年警訊協助學校推行「電競輔導計劃」。東老師與媽媽商量後，放膽讓卓曦試試，期望他的情況能得到改善。

電競隊給卓曦最大的得益，莫過於「學識與人相處」。不過，媽媽卻認為，兒子加入電競隊最大的轉變是「變得有責任心」。皆因學校訂立了黃牌紅牌制度，就是要求電競隊同學在三方面達標，方可順利參加每周訓練。

第一、出勤；第二、上課表現；第三、無欠交功課；若果上述有任何一樣做不好，該周就會有黃牌，即是只能觀看訓練，無法親身參與。若果有兩樣或以上做不好，就會被派紅牌，就是暫停參加訓練，直至做好為止。由於隊員都希望能同心合力一起學習和訓練，故此大家都會彼此激勵。



▲ 黃太支持兒子參加運動。(湯炳強攝)

卓曦自豪地說，他加入電競隊後，從沒取過一張黃牌或紅牌，反映他對學習也同樣認真了。

“入電競隊，除了講Teamwork同學識與人相處，我也學會時間管理，自制能力，而且我的EQ進步了。”

如今，學校除了有電腦遊戲的電競隊外，還有手遊的電競隊，卓曦現在是手遊隊的隊員。媽媽笑說很感恩。

“以前之前要大人叫他起身返學，要人叫好多次才去沖涼，而家不單止做好自己，仲會主動做家務。”

對於兒子變成有責任感的暖男，媽媽表示好欣慰。

撰文：胡麗珊

相關文章

將學習心得融入漫畫望學生愉快吸收 老師齊出書：希望小朋友讀得開心

15:41 2020/06/29

【生命教育】藉繪畫動物認識習性教孩子尊重生命 藝術爸爸夥生態旅遊專家開班拓跨界別藝術體驗

16:54 2020/07/02

【情緒教育】90後女生設網上情緒教育平台 寓遊戲於學習化解親子矛盾

15:30 2020/07/06

