

寶貴的一課

1A 李皓澄

經過一晚的休息，起床時，我仍感到筋疲力盡、全身酸痛。我拖着疲累的身軀、沉沉的步伐到洗手間梳洗，站在鏡前，望着自己黑黝黝的面孔，我回想起昨天結束的「中一生活紀律訓練營」。

在營中，我們接受嚴格的訓練，要赤足跑石卵路、背着自己的伙伴跑步……為了敦促我們這一班追求卓越，教練常常為芝麻綠豆般的小事責罵和懲罰我們。雖然很辛苦，但我們沒有埋怨，因為教練只是為我們着想，希望我們努力上進，增強自信心和團隊精神。

這幾天最令我印象深刻的片段就是營中最後的一項活動——水球比賽。在活動中，我和所有同學都十分投入。我們贏了一球，就一起振臂歡呼；失了一球，就互相拍背，激勵對方。雖然最後我們還是輸了比賽，但我們沒有垂頭喪氣，並有自信地說：「我們下次一定會在其他班際活動中超越對手的！」

在營中，我學會了團結的重要性。我明白到一個人的力量很渺小，但全班的力量卻十分強大，足以排除所有障礙，令我們更有信心向目標前進。這幾天的集體活動，也令我明白「有福同享、有難同當」的喜悅，在班中我並不是孤單的，我有一班好友陪伴我笑、哭。雖然這兩天晚上身體很累，但感覺就很溫暖。

我在訓練營中得到很多真摯的友誼。今後，我不會只想着自己。教練說：「懂得付出，才有收穫，才會珍惜。」我一定會把他的忠告，深深印入腦海，自我警惕。