

1. 我選擇的人物是 張家朗。

2. 簡單分享他的失敗經歷。

他曾經兩次輸給美國的告魯斯。

第一次是因為告魯斯以 15:6 擊敗張家朗，當時以張家朗的技術的確不及告魯斯，但第二次輸給告魯斯的原因主要是比賽當天，自己臨場發揮不佳，腦袋四肢無故短路，任何板斧都發揮不了，所以他很氣怒，自己不能保持穩定的情緒。

3. 他是如何面對失敗的？

他由當初非常介意比賽的成績，令自己的能力不能在場上充分發揮，到後來他重拾打劍的初衷，慢慢放下成績，享受比賽過程，打好每一劍，明白擊到自己是逆境和壓力。所以他堅持過去的已成過去，那就放眼下一刻。最終，他在 2021 及 2024 年的奧運都能夠在落後的情況下反敗為勝，奪得兩面金牌。



4. 他在失敗中學習到甚麼？

他曾說：「我是不斷從失敗中吸收經驗才開始成熟，跳出框架去思索其他的可能性。」

梓朗，希望你可以張家朗為榜樣，學習享受每一件事的過程，

亦可從失敗中學習。



我在暑假中和媽媽一起學習

製作港式檸檬茶。

我在製作過程中遇到不少

困難，例如糖和鹽的控
製會直接影響檸檬茶
的甜度。檸檬汁多了會影
響它的酸度。

在失敗時，我沒有放棄。
我努力地堅持，想和媽媽
一起製作一杯茶餐廳的港
式檸檬茶。

經過三番四次的改良，我們終於成功製作這杯檸檬茶，我高興極

了。這次的經歷讓我明白到失敗乃成功之母的道理，只要我們堅持下去就能
成功！



港式
檸檬茶