

1. 我選擇介紹的人物是 張家朗。

2. 簡單分享他有甚麼失敗經歷？

張家朗 2019 亞錦賽奪得銀牌後，更躍升至第 5 位，成為亞洲排最高的花劍運動員。但張家朗劍擊路上，不無挫折，由世界排名第 5 位失至 19 名。

3. 他是如何面對失敗的？

努力

4. 他在失敗中學習到甚麼？

堅持

請用文字、圖像或相片等方式記錄過程及成果。

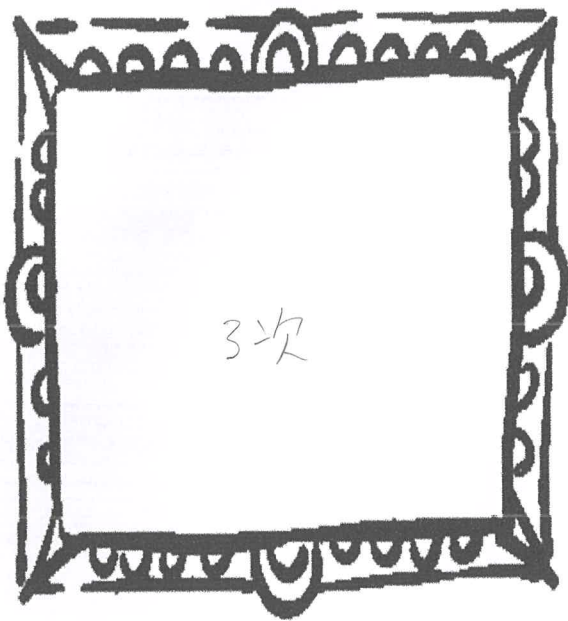
今次的暑期任務，我選擇了清洗自己的衣服，當初還以為很簡單，沒想到這麼艱難。

我在盆子裏接了多半盆水，倒入洗衣液，把衣服放入了盆子裏浸泡30秒。一會兒後，我又把浸泡過的衣服的水倒掉，重新接了一盆乾淨的水，用手在每一個地方輕輕搓了3下，放一些洗衣粉，衣服上的污跡漸漸沒有了，~~剩~~得是剛過洗衣粉後的泡沫，接下來就準備洗衣服，把剛才的污水倒掉，重新接一盆水，把衣服放入水中展開，輕輕揉3下，衣服上的泡就消失了。



多謝你分享洗衣的過程！

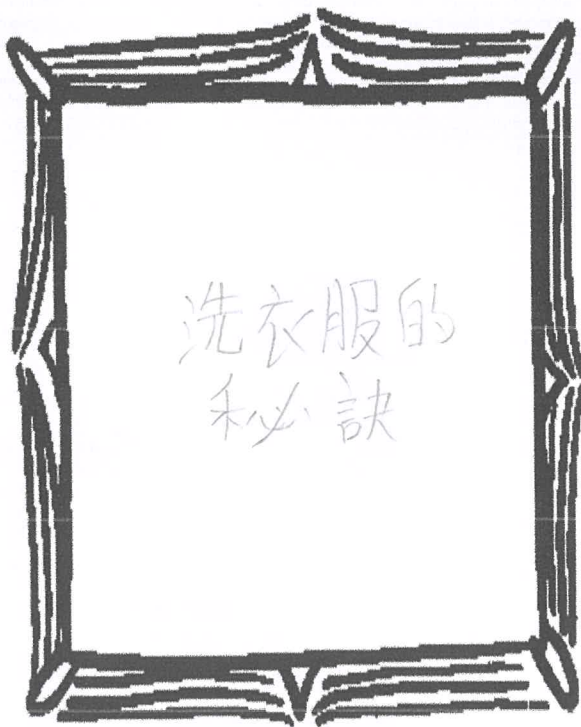
1. 你在挑戰中失敗了多少次？



2. 你在挑戰失敗後，有甚麼感受？



3. 你在失敗中學會了甚麼？



4. 你覺得成功的秘訣是甚麼？

