

TAR UMT Athletes Gained A Lot at the 9th SIPMA

第9届SIPMA拉曼理工大学健儿 收获丰富

东姑阿都拉曼管理及工艺大学（拉曼理工大学）健儿在第9届大马教育学府运动会（SIPMA）大放异彩，夺得3金、6银及5铜佳绩。

这项由教育部和高等教育部旗下大马私立大专体育理事会（MASISWA）主办的运动会，于9月10日至17日举行。

在拉曼理工大学檳城分校就读会计与金融（荣誉）商学士课程的何嘉漩在游泳项目表现标青，分别在女子4x100米混合泳接力、50米蝶泳及100米蝶泳项目夺得一金、一银和一铜。

她受访时把胜利归功于良好心理素质，“拥有坚强和积极的心

态是我致胜关键。坚定不移的信念、决不放弃的坚持，及相信自己的能耐同样很重要。”

当上课和培训时间重叠时，嘉漩会另择时间自动自发训练，以保持最佳状态。

就读平面设计科文凭课程的太永（Dyllon Thye Weng Ratchaga），在跳高项目摘下一面银牌。他认为细致分析表现、严格自我检讨、有自律的自我训练，及从每个错误中学习和改进的决心等，是他的成功因素。

“没人能比我更能推动自己前进。当我跨不过横杆时，一定先检讨哪个细节做得不好，以免重蹈覆辙。另外，不自信会影响表

现，毕竟总会有人跳得比我更高。”

太永善用学校室内田径跳高设备来改善表现。“在每次训练，我都会录制越过横杆的视频后做动作分析，改进并从错误中学习。在参加SIPMA前，我用这种方法来改善跳高跨栏动作。”

就读国际商务（荣誉）商学士课程的洪豪骏是排球队队长，他带领的男排队成功夺得银牌，证明他拥有出色领导才华。

豪骏透露，为了参加SIPMA，男排队每周集训3次，更频密训练为迎战做好准备，强化团队思维，也提高技能和体能。



■跳高银牌得主太永（左起）、男排队长洪豪骏扣球瞬间、泳将何嘉漩在第9届大马教育学府运动会表现出色。