

# 【體壇停擺】笑言做KOL要有心理質素 勇sir疫境自強：網上看影片增值自己

蘋果日報 2020/06/04 20:00

港青 KOL 陳文勇 武漢肺炎 網上教學 限聚令



港青男籃教練陳文勇（勇sir）直言香港在網上教學這方面較為落後。

港府在三月底推出「限聚令」及封閉室外球場等多項防疫措施，令全職教練幾乎陷手停口停的狀況。不過沒了籃框也不能阻止一班籃球健兒尋求進步的心，而教練們窮則變，變則通，他們除了透過網上教學維持生計，也在有限的空間下，設法加強學員的基本功、改善戰術走位的觀念等，努力於「疫境」求存。

疫情在全球爆發導致百業蕭條，各地體壇陷入停擺，香港這片彈丸之地亦難獨善其身。與其自怨自艾，港青男籃教練陳文勇認為增值自己更加重要：「趁這段時間，我不斷在網上看影片增值自己。疫情之下，我猜全港教練都受到影響，我們不可以只懂埋怨，遇到這些情況，都要想辦法處理。」他續指，即使沒有籃球、沒有籃框，仍有辦法練習腳步等基本功，惟不少學生認為不能投籃而感到沉悶，錯失在這段時間打好根基的機會。

一班教練在疫情下嘗試網上教學，勇sir直言香港在這方面較為落後，國外眾多技術訓練營早已透過網上教學作招徠：「台灣的訓練員會進行網上教學，當然最終目的是吸引別人報讀其訓練班，我覺得這在香港也是個趨勢。」要做KOL，他笑言心理質素一定要好，面對鏡頭要保持鎮定，也需時練習。香港女籃教練官健好盼疫情過後，亦繼續拍片進行網上教學，並嘗試邀請港隊成員化身客席教練，令更多人受惠。

記者：許嘉明

打國際線 《蘋果》英文版免費試睇 按此了解更多  
英文版已登錄新版《蘋果》App按此下載/更新

《體蘋果》陪你睇波講波  
<https://www.fb.com/appledailysports>



勇sir續指，即使沒有籃球、沒有籃框，仍有辦法練習腳步等基本功。