

環保健身單車 邊運動邊發電

綠得開心@校園

為實踐在生活中的綠色能源理念及智慧城市概念，梁文燕紀念中學（沙田）的學生參加了港燈舉辦的「綠色能源夢成真」比賽，在STEM教育組麥淑芬老師的帶領下，最終憑「健『耆』活出快樂藍天」項目獲得了比賽冠軍及「現場最積極推廣獎」。

「科技以人為本」是我們參賽的口號及信念，我們將廢棄的單車改裝成為一部專為長者而設的環保健身單車及提舉機，並應用編寫Scratch程式收集長者運動的健康數據作為健康狀況評估。裝置讓長者一邊做運動，一邊發電供應隨身小電器使用，達到一舉多得的效果。團隊希望透過項目能轉「廢」為「用」，減低堆填區的壓力之餘，亦鼓勵長者多做運動保持身體健康，同時向長者及社區推廣使用可再生能源的意識。

同學的創作之路絕不是一帆風順的，最初同學以市面一般健身中心的健身單車為藍本，但在聯絡老人院作推廣活動的時候，被部分院舍以健身單車不適合長者使用，特別是行動不便的安老院院友而拒絕；同學遇到挫折，不免有

些迷惘，但很快便抖擻精神，透過互聯網找尋解決問題的方法，並和老師商討改善方案，最後研製出是次參加比賽的發電健身機械及肩部推舉器。同學們的默契、合作性和師生深厚情誼，是成就今天獲獎的主要因素；老師也見證了同學的成長，學會合作包容及互相信賴，「取他人之長補自己的短」，變得更成熟。

師生們用兩個月製成發電的健身機械及肩部推舉器，並到馬鞍山廣場進行一場推廣表演及攤位展示，以及到訪香港基督教女青年會誌實松柏中心，向長者介紹發電的健身機械，長者不但精靈活潑、精力充沛，也創意十足。同學不單獲得長者們認同及支持，更得到他們的暖心建議，例

如發電健身單車的外觀純白，欠缺了色彩及吸引力。

比賽把同學的鬥志和興趣引發出來，並燃點起他們用科技知識改善人類生活的希望。同學們表示，會繼續透過學校教育及不同的STEAM教育比賽兩方面發展，希望創作出更多有用的東西，使能源科技可以讓人類經濟持續發展的同時，又不損害各種自然環境資源。

梁文燕紀念中學（沙田）參賽團隊在此特別鳴謝置富Malls與置富產業信託借出馬鞍山廣場作本項計劃的推廣及宣傳，也多謝香港基督教女青年會誌實松柏中心安排長者參與試用發電健身單車活動，使這次推廣活動及演示活動能順利推行。



■ 梁文燕紀念中學（沙田）團隊花了兩個月時間製成發電的健身機械及肩部推舉器，希望鼓勵長者多運動及推廣可再生能源。作者供圖

■ 梁文燕紀念中學（沙田）

（港燈「綠得開心計劃」「綠得開心學校」之一，2019「綠色能源夢成真」比賽冠軍）港燈綠得開心計劃，致力教導年輕一代及公眾人士培養良好的用電習慣，目前已有四百多間全港中小學校加入「綠得開心」學校網絡。如欲了解詳情，歡迎致電3143 3727或登入 www.hkelectric.com/happygreencampaign。