



既考验体能也讲究表演

另一个在学校里少见的课程辅助活动就是啦啦队。这项CCA难以归类①，既具备体育类活动的高强度体能要求，又融合了表演艺术的舞台表现力，最终雅德小学把它归入“学会与社团”类别。

雅德小学的啦啦队已开办了10年，他们也是本地唯一一支小学啦啦队。

特别的课程辅助活动

ALPS Eagles 啦啦队

学校：雅德小学

Alexandra Primary School

设立多久：10年

人数：38



拥有五年啦啦队经验的队长陈慧颖（12岁）认为这个CCA特别之处在于融合了体操、舞蹈和特技②等元素，非常多样化。每位队员都需要掌握侧手翻、前翻等动作。

缺一不可的团队

很多高空动作看似危险，但啦啦队在练习前，队员都做足热身，并且都站立在特别安装的安全垫，做足安全措施。这些动作也需要团队中的各个角色，如基座（bases）、飞人（flyer）和辅助（support）的紧密配合，缺一不可。



陈慧颖说：“我最喜欢做飞人的角色，被举到高空感觉很刺激，让我很有成就感。做飞人也能更深刻地体会团队精神的重要性，我需要完全信任和配合队友，才能完成这些特技动作。”

副队长孙雨桐（12岁）也强调：“训练最辛苦的地方是要不断反复③练习动作，直到这个团队达到整齐一致的效果，才能对得上音乐。”

虽然训练辛苦，但每次成功完成托举和抛接④动作时，都让陈慧颖感到激动和难忘。“只要听到观众发出的惊叹声和掌声，所有的辛苦和努力都值得了。”

明年，雅德小学的啦啦队也计划参加新加坡青年节（SYF）的舞蹈项目，团员们都非常积极地为比赛做足准备。

小字典：

- ① 归类 guī lèi : classify
- ② 特技 tè jì : stunt
- ③ 反复 fǎn fù : repeatedly
- ④ 抛接 pāo jiē : throw out and catch



啦啦队在练习前，队员都做足热身。



每位队员都需要掌握侧手翻、前翻等动作。



副队长孙雨桐（左）和队长陈慧颖（右）觉得啦啦队是个独特的课程辅助活动，因为它融合了体操、舞蹈和特技等元素。

