

說到自己「敬佩」的人，大家都可能會說是愛因斯坦或者是貝多芬鄧成功人士，但這些名人都不是我最敬佩的人。我最敬佩的人是香港出色的運動員——何詩蓓。她在一九九七年出生，別號「女飛魚」。她在香港中學文憑試考得三十五分的優異成績，得以到美國 密西根大學升學。她的爸爸是愛爾蘭人，而媽媽是香港人，所以她是一個混血兒。

何詩蓓童年的時候，她的父親認為游泳是求生的必備技能，所以他教何詩蓓游泳。當時，年幼的何詩蓓很怕水，幸好父母一直在旁鼓勵她，所以她能勇敢地克服困難，而且也漸漸愛上游泳。之後，她更接受了專業的游泳訓練。在二零一九年的時候，她得知可以參加奧運，所以她不怕辛苦，每天早上五點起床勤加練習泳術，之後再學習。到了奧運比賽當天，何詩蓓不幸在初賽拉傷了背部，之後便退出了比賽。但是她沒有因受傷而氣餒，她康復後就立即加緊訓練，為下一次比賽作準備。

為了在接下來的比賽獲得好成績，何詩蓓勤奮地練習。最終，她在世錦賽創造了新的世界紀錄、亞洲紀錄及香港紀錄。

我覺得她獲得如此卓越的成就絕不是幸運或僥倖，而是她以無私付出、不易放棄的精神和努力換來的成果。所以我也希望像她一樣，做任何事都要有堅毅不屈、不要放棄的精神。因此何詩蓓是我最敬佩的人。