

香港中國婦女會馮堯敬紀念中學

致：各家長
由：校長孫莉華博士
事：學會會員及制服團隊隊員招募

日期：24-09-2024
通告編號：14/2024-2025

本校積極為學生提供多元化的校園生活，學生透過參與不同類型的活動，除培養興趣外，從活動中學懂善用餘暇、發展獨特的個性，並啟發潛能，以及培養正確的價值觀及態度。本校現於 9 月 24 日至 9 月 30 日期間開始招募各學會會員、制服團隊及體育隊伍隊員，各學生可登入右方 **QR CODE** 頁面進行報名。

中一及中二級制服團隊集會日期已透過家長通告發出，現歡迎中三級以上同學報名成為制服團隊領袖，培育領導才能。

各學生在完成報名後，如獲報名單位取錄，將陸續於 10 月 2 日後收到家長同意書通知有關集會詳情。



各級學生參與學校活動指引：

級別	參與活動的指引	獎勵計劃
中一及中二級	學生參加校本「制服團隊」計劃，培養勤勞、服從、刻苦、忍耐及嚴守紀律的精神。 本學年重點發展劍擊、單車及欖球體育運動，各中一級同學按興趣選擇參與其中一項，建立恆常運動習慣。	1. 學校重視學生的價值觀教育，透過多元活動強化學生的勤勞、守法、團結及國民身份認同。若學生在活動中表現優異且出席率良好，將有機會獲頒「律己以誠 待人以愛」學生獎勵計劃的嘉許證書（適用於中一至中三級）。 2. 本校亦積極培訓學生的領導才能。表現優異的學生將獲得老師提名參加專業培訓，並有機會代表學校參加全港各區的領袖訓練活動及比賽，以及前往境外進行學術及領袖交流活動。 3. 表現盡責且具服務熱誠的學生將有機會獲提名服務獎或校內記功獎，以表彰他們的服務精神及態度。
中一至中五級	學生參加本校「一人一活動」計劃，每名學生參加最少一項由本校開辦的學會、制服團隊、功能組別或服務大使等定期性舉行之活動。	
中四及中五級	在高中學制下，設有「學生學習概覽」，參與適量的活動能豐富自我的學習經歷，有助日後升學及就業的發展。	
中六級	學校不鼓勵參與定期性的集會或活動，如欲參加，請透過負責活動的老師向學校申請。	

回 條

香港中國婦女會馮堯敬紀念中學校長：

有關 貴校通告編號 14/2024-2025【學會會員及制服團隊隊員招募】，本人已知悉。

學生姓名：_____

班別及學號：_____ ()

家長簽署：_____

日期：_____

2024-2025 年度 聯課活動組

學會、制服團隊及體育隊伍集會日期、時間、地點及收費詳情

編號	名稱	顧問老師	活動內容簡介	費用	集會日期	地點	時間
1	中文學會	梁鳳儀	透過不同形式的語文遊戲及演說訓練，提升同學學習中文及文化的興趣；會員須協助推廣中文活動。	全免	星期一：14/10, 11/11, 25/11, 9/12, 24/2, 31/3, 14/4, 12/5	404 室	4:00-5:00pm
2	英文學會	張詠詩	* Being an English Ambassador of English Society. * Helping with English Wonderland Booth Games. * You can enhance your English speaking skills during playing English Booth Games with your schoolmates.	全免	星期四：26/9, 10/10, 07/11, 21/11, 05/12, 19/12, 13/2, 27/2, 27/3, 17/4, 8/5, 15/5	自行安排	1:20-2:00pm
3	普通話學會	嚴甫明	擔任普通話大使，透過演說技巧的訓練，成為普通話攤位遊戲及校內活動的主持及參與校外的演說比賽。	全免	星期二：8/10, 15/10, 22/10, 12/11, 19/11, 26/11, 3/12, 18/2, 25/2, 4/3, 11/3, 1/4, 8/4, 15/4	510 室	4:00-6:00pm
4	生物學會	楊偉晴	設計和進行生物實驗，通過顯微鏡、解剖和實驗等方式探究生物的結構和功能。	\$40/年	星期一：21/10, 18/11, 2/12, 17/2, 3/3, 31/3, 14/4, 19/5	415 室 (生物實驗室)	4:00-5:15pm
5	地理學會	李懿嬌	通過多元化的活動讓學生認識地球上不同的景觀。	全免	星期一：7/10, 14/10, 11/11, 18/11, 2/12, 9/12, 17/2, 24/2, 31/3, 14/4, 28/4, 12/5	418 室	1:20-2:00pm
6	數學學會	梁康泰	發現生活中無所不在的賽局，從遊戲中探究理論如何推演出最佳解，於對局或比賽等場合找出致勝關鍵。	全免	星期三：23/10, 6/11, 27/11, 18/12, 12/2, 12/3, 2/4, 21/5	305 室	4:00-5:00pm
7	物理學會	吳國偉	歡迎所有對科學現象有興趣及喜歡探討背後原理的同學參加。	全免	星期三：23/10, 6/11, 20/11, 11/12, 19/2, 12/3, 30/4, 21/5	615 室	4:15-5:15pm
8	視覺藝術	陳金鸞	Decoupage 的製作及橡皮章製作。	\$50/年	星期一：14/10, 11/11, 18/11, 25/11, 09/12, 17/2, 24/2, 07/4, 14/4, 12/5	視覺藝術室	4:00-5:00pm

編號	名稱	顧問老師	活動內容簡介	費用	集會日期	地點	時間
9	科學學會	胡擘寧	透過進行有趣的科學實驗及欣賞自然科學紀錄片，提高同學對學習科學的興趣。	\$20/年	星期三：9/10, 23/10, 13/11, 20/11, 19/2, 5/3, 26/3, 9/4	518 室	4:00-5:00pm
10	STEAM 學會	鄭敬恒	透過不同 STEAM 活動、實驗或 DIY 工作坊，提升學生對 STEAM 學科的興趣。表現優秀學生可優先參加校外比賽。	全免	星期二：22/10, 19/11, 17/12, 11/2, 11/3, 1/4, 29/4, 20/5	D&T 室	4:00-5:00pm
11	男子羽毛球	余君偉	藉校隊訓練吸收經驗，同學間可切磋球技，提升技巧，促進朋輩交流，增廣見聞，為學界比賽作準備。如報名人數過多，將以選拔形式決定入選名單，同學需依時出席。	全免	星期一：7/10, 14/10, 21/10, 18/11, 25/11, 2/12, 9/12, 24/2, 3/3, 31/3, 7/4, 14/4, 28/4, 12/5, 19/5	禮堂	4:00-5:15pm
12	女子羽毛球	韓思麗	透過羽毛球練習，同儕切磋，互相砥礪。	全免	星期三：23/10, 27/11, 11/12, 18/12, 12/2, 12/3, 7/5, 21/5	禮堂	4:00-5:00pm
13	男子籃球	江展毅	除學習籃球技術外，同學可通過球隊各個成員之間的相互配合，學會團隊協作，使球隊整體的潛能得到最大的發揮。	\$400/年	星期一：23/9, 14/10, 21/10, 11/11, 18/11, 25/11, 2/12, 9/12, 10/2, 17/2, 24/2, 3/3, 31/3, 7/4, 14/4, 28/4, 12/5, 19/5	籃球場	4:00-6:00pm
14	乒乓球	韓家光	在教練指導下，進行訓練。表現優異者，有機會代表學校參加校際比賽。	\$400/年	星期五：4/10, 15/11, 22/11, 6/12, 7/2, 28/2, 7/3, 11/4, 2/5, 9/5, 16/5	禮堂	4:00-5:30pm
15	足球	陳梓健	定期接受足球訓練，參與學界足球比賽，爭取佳績，為校爭光。	\$600/年	星期一：7/10, 14/10, 21/10, 11/11, 18/11, 25/11, 2/12, 9/12, 10/2, 17/2, 24/3, 3/3, 31/3, 7/4, 14/4, 28/4	籃球場/ 校外場地	4:00-5:30pm
16	欖球	吳文龍	透過有系統的非撞式欖球訓練，建立學生自信、協作能力、溝通能力以及團體建立，並會參加學界及其他非撞式欖球比賽。	全免	星期三：2/10, 9/10, 23/10, 6/11, 13/11, 20/11, 27/11, 4/12, 11/12, 18/12, 5/2, 12/2, 10/2, 26/2, 5/3, 12/3, 26/3, 2/4, 9/4, 16/4, 30/4, 7/5, 14/5, 21/5, 28/5	籃球場/ 校外場地	4:00-6:00pm
17	排球	陳美玉	排球技巧、比賽規例、攻防策略、比賽實戰。	全免	星期一：7/10, 21/10, 11/11, 25/11, 2/12, 9/12, 10/2, 17/2, 24/2, 3/3, 7/4, 14/4, 12/5	排球場	4:00-5:30pm

編號	名稱	顧問老師	活動內容簡介	費用	集會日期	地點	時間
18	閃避球	冼穎文	享受參與閃避球的樂趣，以參加學界閃避球比賽為目標。	\$200/年	星期二：8/10, 15/10, 22/10, 12/11, 19/11, 26/11, 3/12, 10/12, 17/12, 11/2, 18/2, 25/2, 4/3, 11/3, 1/4, 8/4, 15/4, 29/4, 6/5, 13/5, 20/5	籃球場	4:00-6:00pm
19	男子手球	冼穎文	由香港手球總會教練任教，以參與沙西區學界手球賽為目標。	\$400/年	星期一：7/10, 14/10, 21/10, 11/11, 18/11, 25/11, 2/12, 9/12, 10/2, 17/2, 24/2, 3/3, 31/3, 7/4, 14/4, 28/4, 12/5, 19/5	籃球場	4:00-6:00pm
20	單車	冼穎文	招收熱愛單車運動學員，車隊會到單車徑進行練習。	\$500/年	星期二：8/10, 22/10, 12/11, 26/11, 3/12, 17/12, 11/2, 25/2, 4/3, 11/3, 1/4, 15/4, 6/5, 20/5	學校停車場	4:00-6:00pm
21	跳繩	冼穎文	享受跳繩運動的樂趣，學習花式跳繩的技巧。	\$200/年	星期三：(上學期) 6/11, 13/11, 20/11, 27/11, 4/12, 11/12 (下學期) 待定	排球場	4:00-6:00pm
22	賽艇	張境麟	透過參加大型室內賽艇比賽，讓學生體驗賽艇的樂趣。培養體育精神，同時在賽場上發揮潛能、挑戰自我、為校增光。	\$400/年	星期一：14/10, 21/10, 11/11, 18/11, 25/11, 2/12, 9/12, 10/2, 17/2, 24/2, 3/3, 31/3, 7/4, 14/4, 28/4, 12/5	有蓋操場	4:00-5:30pm
23	劍擊	李嫻衡	為同學提供劍擊體育培訓，歡迎對劍擊有興趣的同學參加。	\$600/年 (共 29 堂，分上下學期收取，個人裝備待定)	星期二及星期六：8/10, 22/10, 26/10, 9/11, 12/11, 19/11, 23/11, 26/11, 3/12, 10/12, 17/12, 8/2, 11/2, 18/2, 22/2, 25/2, 4/3, 8/3, 11/3, 1/4, 8/4, 15/4, 19/4, 29/4, 3/5, 6/5, 13/5, 17/5, 20/5	307 室	4:00-5:30pm
24	田徑	吳文龍	田徑隊以長跑訓練作訓練重心，透過訓練建立學生自信、鍛鍊毅力及訓練專注力。不論對長跑有熱誠或想借跑步改善體格的同學，歡迎一同參與。	全免	星期一：7/10, 21/10, 11/11, 25/11, 9/12, 10/2, 24/2, 3/3, 14/4, 12/5	學校跑道	4:00-5:30pm
25	戲劇	*陳夢嫦 歐陽詠詩	招募對演藝(戲劇表演、劇本創作、音響效果、舞台燈光、佈景、服裝及場務)有興趣的同學，接受戲劇的基本技巧訓練，並參與每年一度的學校戲劇節，發揮潛能，體驗台前、幕後的戲劇工作樂趣。	\$250/年	星期二：8/10, 29/10, 12/11, 19/11, 3/12, 17/12, 11/2, 18/2, 25/2, 4/3, 11/3, 18/3	禮堂	4:15-5:45 pm

編號	名稱	顧問老師	活動內容簡介	費用	集會日期	地點	時間
26	合唱團	*張顯榮	本校合唱團成立於 1990 年，現有成員 30 人。本團致力培育學生歌唱基礎，學生可從中掌握多元化及多風格的演唱能力。本校合唱團每年均獲不同團體邀請演出，如過往曾經獲邀請參與香港迪士尼樂園的「迪士尼演藝日」作公開演出。學生於校外內均有不同的演出機會，期望透過公開表演增強自信心，同時起互相砥礪之果，增廣見聞。	全免	星期三：9/10, 23/10, 6/11, 20/11, 4/12, 5/2, 26/2, 12/3, 26/3, 9/4, 14/5, 21/5	音樂室	1:20-2:00pm
27	女子舞蹈	*陳紫珊 李佩衡	課程由專業導師指導，培養同學的舞蹈技巧及表演風格，深化對音樂旋律、節拍及情感的掌握。透過舞蹈，同學可培養身體協調、音樂感知和空間感，同時促進溝通技巧與團隊協作能力。學員將有機會參與表演及校際比賽。歡迎對舞蹈感興趣的同學參加。	\$600/年 (可申請學生活動支援津貼) (學員將有可能獲提名參加學界比賽，參加比賽的同學將額外加堂，或需付部份排練及服裝費用)	星期三：2/10, 23/10, 6/11, 13/11, 27/12, 11/12, 18/12, 12/2, 26/2, 12/3, 26/3, 2/4, 16/4, 30/4, 7/5, 21/5	307 室	4:00-6:00pm
28	歌舞劇團	*張顯榮 趙雅筠 陳紫珊 阮麗華 潘玉晴 楊慧儀	歌舞劇團是音樂、歌曲、舞蹈、戲劇、雜耍、特技和綜藝結合的一種戲劇表演。透過話劇遊戲練習及演出排練，讓團員在戲劇、舞蹈及歌唱三方面表演技巧皆有所提昇。過程中團員會建立自信、創意及表達能力，並在團隊合作中，學習處理人際關係。	全免	星期三：6/11, 13/11, 4/12, 11/12, 16/4, 30/4, 7/5, 14/5	音樂室	4:00 -5:00pm
29	中國舞	*陳紫珊 張琦虹	課程導師獲北京舞蹈學院中國舞教師等級資格，比賽及公開演出經驗豐富，也曾帶領不同學校於校際舞蹈節取得佳績。本校中國舞課程透過基本功訓練及舞蹈編排，提高學員的協調性、節奏感及靈活性，以掌握中國舞獨有的身韻；塑造優美姿態之餘，也培養審美情趣，陶冶性情。歡迎所有對傳統舞蹈感興趣的同學參加。	\$ 600 (可申請學生活動支援津貼) (學員如被提名參加演出或比賽，可能需付部份額外排練費用及服裝費用)	星期一：14/10, 21/10, 11/11, 18/11, 25/11, 2/12, 10/2, 17/2, 24/2, 3/3, 31/3, 7/4, 14/4	307 室	4:00-6:00pm

編號	名稱	顧問老師	活動內容簡介	費用	集會日期	地點	時間
30	中國書法	龐名儀	學習書法的基本功——楷書，讓學生掌握書法的基本知識，從而學會欣賞漢字的藝術。	\$50/年	星期二：22/10, 12/11, 26/11, 10/12, 11/2, 25/2, 11/3, 1/4	610 室	4:00-5:00pm
31	水墨國畫	楊惠芬	承傳數千年的中國傳統國家文化——毫無拘束、灑脫自由的嶺南派。本組會教導學生如何運用一枝普通的毛筆，配合顏料，隨意繪畫令人讚嘆的國畫。以淺入深，由水墨溶合色彩，易學易明。	\$140/年	星期二：22/10, 12/11, 26/11, 17/12, 11/2, 11/3, 1/4, 29/4	視藝室	4:00-5:00pm
32	中國鼓	胡擘寧	教授傳統鼓樂技術及鼓樂花式，透過樂譜及群體訓練，加強對中國鼓藝的嚴謹性及集中能力，與及以合奏及小組形式作不同的鼓樂的層次練習。	\$800/年	星期二：8/10, 15/10, 22/10, 12/11, 19/11, 26/11, 3/12, 10/12, 17/12, 11/2, 18/2, 25/2, 4/3, 11/3, 1/4, 8/4, 15/4, 29/4, 6/5, 13/5	G19 室	4:00-5:30pm
33	醒獅	趙雅筠	學習中國國藝，欣賞中國傳統文化及培養尊師重道的精神。	\$250/年	星期二：22/10, 12/11, 26/11, 10/12, 18/2, 4/3, 1/4, 6/5	禮堂	4:00-5:30pm
34	中國武術	黎焯鈞	旨在弘揚中國武藝文化，增強學生體質，涵養學生品德。 中國武術包括：太極拳、五形拳、棍術、刀術及劍術（合共五套）。	全免	星期二：15/10, 22/10, 19/11, 26/11, 3/12, 10/12（棍術） 25/2, 4/3, 11/3, 1/4, 8/4, 15/4（刀術）	禮堂	4:00-5:20pm
35	中樂團	*李月薇 陳綽彤	1. 招募對中樂有興趣的同學參加，本年度將開辦以下中樂班：古箏、二胡、琵琶、笛子、揚琴。 2. 學生請自備樂器，如有需要，部分樂器亦可經學校借用，但數量有限及只限校內借用。	\$2400/年 (可分兩期交9月及2月，每期\$1200)	琵琶班(星期一)：7/10, 14/10, 21/10, 11/11, 18/11, 25/11, 2/12, 9/12, 17/12 (二), 10/2, 17/2, 24/2, 3/3, 11/3 (二), 31/3, 7/4, 14/4, 28/4, 6/5 (二), 12/5, 19/5 二胡班、古箏班、笛子班、揚琴班(星期二)：8/10, 15/10, 22/10, 12/11, 19/11, 26/11, 3/12, 10/12, 17/12, 11/2, 18/2, 25/2, 4/3, 11/3, 1/4, 8/4, 15/4, 29/4, 6/5, 13/5, 20/5	408 室、 410 室、 418A 室、 506 室、 507 室	琵琶班： 星期一 4:00-5:00pm 二胡班、古箏班、揚琴班： 星期二 4:00-5:00 pm 笛子班： 星期二 4:15-5:15pm

編號	名稱	顧問老師	活動內容簡介	費用	集會日期	地點	時間
36	白瓷彩繪	李雪瑩	在白瓷器皿上，以貼花及手繪圖案裝飾，燒製後可供日常使用。	\$50/年	星期五：4/10, 15/11, 22/11, 6/12, 7/2, 14/2, 28/2, 2/5	視藝室	4:15-5:30pm
37	攝影藝術	黃俊誠	認識攝影的基本技巧。	全免	星期三：23/10, 20/11, 4/12, 11/12, 26/2, 12/3, 9/4, 7/5	404 室	4:00-5:00pm
38	消防及救護青年團	*余君偉 何家晉 王濛	提供學習平台，透過安排不同的訓練和活動。讓團員認識自我，培養正向思維，並引導他們探索未來職業路向。團員會參與技能、紀律及領袖才能等訓練，學習實用的知識和技能，同時培養正確的價值觀、守法守紀的態度和團隊精神。	交通開支 (校外活動)	星期三：25/9, 9/10, 20/11, 4/12, 19/2, 5/3, 9/4, 14/5	307 室/ 籃球場	4:00-5:00pm
39	女童軍	*潘玉晴 楊慧儀 莫錦如	透過訓練及學習不同技能，可培養同學的責任感，並建立自信心及發展領導才能。集會內容包括步操、服務、工藝、繩結等。	\$10/年	星期五：20/9, 9/10, 16/10, 17/10, 22/11, 6/2, 21/2, 7/3, 11/4, 16/5	607-608 室/ 正門	4:00-5:00pm
40	紅十字會青年團	*劉美芳 蕭淑甜 古瑞龍	認識紅十字運動，嘗試參與志願服務，學習急救和健康的知識，體驗群體生活並學習制服團隊的紀律性及合作精神。	\$150/六年 (一次性收費)	星期三：25/9, 9/10, 20/11, 4/12, 19/2, 5/3, 9/4, 14/5	607-608 室/ 籃球場	4:00-5:00pm
41	少年警訊	*盧偉基 黃俊誠 楊佩茵	透過集會及活動建立學生的自信心及團隊精神。聯繫沙田區少年警訊組織校外活動，以擴闊學生視野及參與社區活動。	全免	星期五：20/9, 9/10, 22/11, 6/12, 21/2, 7/3, 11/4, 16/5	307 室/ 禮堂	4:00-5:00pm
42	升旗隊	*謝振輝 阮麗華 林建成	透過參與升旗隊，學習中式升旗相關步驟、儀式，以及參與升旗隊相關不同社會服務活動。增加對國家的認識，關心國家，增強對國民身分的認同。	全免	星期三：25/9, 9/10, 20/11, 4/12, 19/2, 5/3, 9/4, 14/5	禮堂	4:00-5:00pm

編號	名稱	顧問老師	活動內容簡介	費用	集會日期	地點	時間
43	步操樂團	*張顯榮 王海燕	本校步操樂團透過樂器及步操訓練，為學生提供樂器培訓，亦讓學生學習紀律及團隊精神。訓練包括樂器訓練（可供選擇樂器包括銅樂、木管樂及敲擊樂）、樂器吹奏合班訓練及步操花式訓練。	\$600/年	星期五：20/9, 25/9, 27/9, 4/10, 9/10, 8/11, 15/11, 22/11, 6/12, 7/2, 14/2, 21/2, 28/2, 7/3, 11/4, 2/5, 9/5, 16/5	音樂室	4:00-5:30pm
44	航天飛行學會	霍子宇	提倡及推廣航空及航天知識之學會，目的為啟發學員成為未來的機師，並提供相關專業交流活動及模擬飛行訓練。	全免	星期三：21/10, 11/11, 18/11, 25/11, 2/12, 9/12, 10/2, 24/2, 31/3, 14/4, 28/4, 12/5	704 室	4:00-5:00pm
45	校園主播	蔡詠珊	透過校園電視台主播訓練，提升學生語文能力。	全免	星期二：8/10, 15/10, 22/10, 12/11, 19/11, 26/11, 11/2, 18/2, 4/3, 11/3, 1/4, 8/4	校園電視台	1:20-2:00
46	馮堯敬社區大使	*趙雅筠 陳紫珊	「馮堯敬社區大使」讓學生走出校園，與社區連繫。參與學生將參與不同訓練課程，並與社福機構及地區團體共學，建立和諧共融社區。	全免	星期一：21/10, 11/11, 18/11, 25/11, 2/12, 9/12, 10/2, 24/2, 31/3, 14/4, 28/4, 12/5	404 室	4:00-5:30pm
47	宗教小組	*張美玲 張志輝	本組是基督教小組，藉福音桌遊及互動式查經，帶領同學認識基督教信仰。	\$20/年	星期五：4/10, 8/11, 15/11, 6/12, 7/2, 21/2, 28/2, 7/3, 11/4, 9/5	415 室	4:00-5:15pm
48	桌上遊戲	歐陽敏正	於集會時段暢玩多款推理及策略遊戲。	\$15/年	星期一：7/10, 11/11, 18/11, 2/12, 17/2, 3/3, 7/4, 12/5	204 室	4:00-5:20pm