



第十七屆孝情徵文比賽「給父母的密語」初中組冠軍



教育局中學數學閱讀報告比賽表揚獎

香港中國婦女會馮堯敬紀念中學第三十一屆畢業典禮



學生環境保護大使計劃「傑出學生環境保護大使獎」金獎

香港中國婦女會馮堯敬紀念中學第三十一屆畢業典禮



第二屆青少年及兒童比賽協會歌唱比賽中學組冠軍



羅氏慈善基金獎學金



第七十四屆校際朗誦節英文朗誦比賽7優1良



第九屆衍生獎學金「夢想」創作短片比賽亞軍



碳中和大挑戰最積極參與學校



智慧校園培訓計劃 Smart Campus x InnoTech Taster Program 三等獎



第七十四屆校際朗誦節英文朗誦比賽季軍



第七十四屆校際朗誦節普通話朗誦比賽1亞6優良



第二十五屆全港中小學普通話演講比賽優異星獎及良好獎



香港中國婦女會馮堯敬紀念中學  
HKCWC FUNG YIU KING MEMORIAL SECONDARY SCHOOL

學校達善計劃創會會員  
港大聯合專業發展計劃學校  
電話：2640 4968  
傳真：2642 1896

中大優質學校計劃顧問學校  
綠色學校獎中學組顧問學校  
網頁：http://www.fyk.edu.hk  
電郵：info@fyk.edu.hk

校訊

2023-2024

# 學校的工作回顧和未來發展

## 工作回顧

校長 孫莉華博士



上學年是本校2021-2024三年發展周期的第二個學年，我們秉承校訓「博學篤志」，以「自學精神、良好品格及積極人生」為發展主題，重點推動四項工作：第一，加強教師專業培訓，促進學校發展；第二，提升學生學習積極性，推動自主學習；第三，推廣價值觀教育，培育學生良好品格，以及第四，提升校舍設施，優化學習環境。

以下，我會從教師培訓、課程規劃、學生發展、校園設施，以及學生表現等幾方面，簡報學校過往一年的發展和相關工作。

### 教師培訓

本校一向重視教師的專業發展，2023年3月我們聯同香港中國婦女會轄下的中小學校、幼稚園及幼兒園合辦「聯校教師專業發展日」，主題為「認識香港中國婦女會及精神健康與壓力處理」。此外，本校亦舉辦以「國家安全教育」、「課前預習」、「青少年情緒壓力管理」等為主題的教師專業講座及工作坊。同時，為配合最新的教育政策，我們以「中學教育的七個學習宗旨」以及「教師專業操守指引」，設立兩個教師研習小組，以加強教師專業角色及操守的培訓。

學校在學與教方面亦引入專業支援——校董吳鳳平博士為教師舉辦兩次「課堂教學」培訓，並為中國語文科搭建教研平台，深化共同備課文化。

本校亦參加兩個由教育局提供的校本課程支援計劃，包括「照顧學生多樣性」以及「規劃公民與社會發展科學校課程」，教師在教學領導及團隊協作方面均獲益良多。



### 課程規劃

本校積極推行自主學習，期望透過網上自學獎勵計劃、媒體素養培訓、STEAM跨學科活動、靜心閱讀以及博物館學習活動等，提升學生的自學能力。學校又參加香港教育城「Go Ai計劃」，推動人工智能教育普及化，亦在中四及中五級舉辦LEGO機械人及編程解難課程。同時為促進學生主動學習，以及加強學生對個人、社會、國家以至世界的認識，本校參加由教育局與中國文化研究院協辦的「篇篇流螢」跨課程網上閱讀計劃及「認識國情」學生網上自學計劃。





## 學生發展

本校努力推廣價值觀教育，透過整合公民及品德教育、《憲法》和《基本法》教育、生命教育、可持續發展教育等各範疇的學習活動，培育學生的品德素養。上學年，學校重點發展學生的「責任感」及「同理心」，同時持續培養「關愛」、「國民身份認同」、「守法」及「團結」等四項品格素質。

為了培養學生正確的人生觀和正面積極的生活態度，我們分別在初中及高中級推行不同主題的生涯規劃、社群服務計劃、學生領袖培訓、師友計劃及綠色校園健康生活等活動。學生參加了多個全方位學習活動，包括教育局「和諧校園，尊重友愛，拒絕欺凌」運動、「我的行動承諾——感恩珍惜·積極樂觀」計劃、廉政公署「高中iTeen領袖計劃」、撒瑪利亞會「耆耆跨代愛生命計劃」、「立法者們」青年議政培訓計劃、「賽馬會鼓掌·創你程」計劃、DSE畢業生大灣區實習計劃、中國航天局世界空間周、朗晴慈善「邁向碳中和」灣區少年行活動、基本法培訓大使計劃，以及國家安全青少年大使計劃等。

為營造正面的校園氛圍，我們加強德育的早會分享，例如「古人古語」分享，透過中華名言推廣傳統經典智慧。學校還舉辦「Teen's Café」、陽光校園師生busking、凝聚友愛照相站等活動，將正向品格融入校園生活。2023年2月，教育局邀請本校向全港中小學校分享如何通過課堂內外的中華文化學習活動，培養同學的正確價值觀和態度。



## 校園設施



本校致力優化學校設施，以改善校園景觀及教學資源，為學生提供良好的學習環境。在教學設施上，課室添置新款的電子器材，特別室加裝互動電子白板，禮堂安裝LED顯示屏幕，以及優化全校無線網絡系統。在校園綠化工作上，本校獲得嘉道理農場暨植物園送贈一棵土沉香樹苗，種植在本校的大門入口處，師生悉心照顧小樹苗，為培育「國家二級重點保護植物」土沉香出一分力。學校亦為校園進行多項綠化工程，以美化環境，創建可持續發展的綠色概念。

## 學業表現

過往三年雖然受疫情影響，學生在文憑試表現仍然持續進步。2023年大部分中六畢業生繼續在本港升學，修讀大專院校的課程，亦有部分畢業同學前往海外或內地繼續升學。

學校亦一直鼓勵學生參與課外活動和比賽。課外活動涵蓋學術、科技、體育、社會服務等不同範疇。而校外比賽方面，學生在朗誦、演說、數理、科技、藝術、環保和體育比賽均獲得多個個人及團體獎項，有關的獎項資訊可參考本校校網。



## 未來發展

踏入新學年，學校將致力培育學生的自學精神和品德情操，一方面改善學生學習積極性，推動學生主動學習；另一方面推廣價值觀教育，持續提升學生品德素養。

### 目標一：讓學生成為主動的學習者

推行策略：

1. 透過網上自學獎勵計劃，鼓勵學生多使用網上學習平台，讓他們進行課前預習、課堂互動活動及課後延伸練習和評估。
2. 舉辦資訊科技學習培訓課程，提升學生的資訊科技素養，培養他們正確使用電子媒體的態度。
3. 增潤學生手冊的內容，增設「我的學習規劃及反思」和「預習任務」，促進學生自主學習。
4. 推出「遨遊書海 探尋寶藏」圖書館閱讀計劃，提升學生的閱讀興趣，培養他們的閱讀習慣。

### 目標二：向學生推動正向思維及正向品格教育

推行策略：

1. 參加教育局課程發展處「透過體驗學習在個人、社會及人文教育學習領域推展價值觀教育先導計劃」，培育學生正向思維。
2. 參加優質教育基金「我的行動承諾——感恩珍惜」(加強版)，加強學生的品德培育。
3. 推廣「我的生涯規劃藍圖」，培養學生認識自我，作個人規劃，以及了解銜接各升學就業途徑，從而作出明智的升學或就業選擇。
4. 推動「從休閒閱讀發展品德情意」計劃，建立學生的正向品格。
5. 舉行學習規劃反思日，培養學生堅毅上進的態度，達至品學兼備。
6. 營造健康校園氛圍，培養學生正確的生活態度和良好的生活習慣，活動包括：
  - (1) 推廣「低碳飲食概念」，提倡均衡飲食；
  - (2) 推行「健康校園——健康早餐資助計劃」；
  - (3) 參加教育局「學校體適能獎勵計劃」(2023/24)；
  - (4) 推廣活躍及健康的生活方式(MVPA60)；
  - (5) 試行「學生情緒和精神健康關顧計劃」，以助提升學生的社交情緒抗逆力；
  - (6) 參加中國武術國際學院「五學並舉」之武藝校園計劃，鍛鍊體魄。
7. 繼續透過德育早會分享、校長「古人古語」分享、午間點唱站和「Teen's Café」，將中華勵志名言及正向品格教育融入校園生活。

我們定必繼續努力，秉承校訓「博學篤志」，持續優化以學生為本的規劃，提升學生的學業水平；同時繼續關顧學生的個人成長，培育正面的價值觀，處事待人通達包容，積極回饋社會及國家，並以堅毅不屈的精神面對各項挑戰和困難，發揮所長，實踐抱負。



# 語文政策

潘麗紅副校長

## 採用全校參與模式，加強學生語文發展。

### 英語延展教學活動

- ▲ 初中學科因應科本及課題特質，在課程加入英語延展教學活動，增加學生在不同學習範疇上接觸英語，創造更多英語學習機會。
- ▲ 設有英語延展教學活動的學科包括：生活與社會、地理、數學、科學、物理、化學、生物、電腦、設計與科技、家政、視覺藝術、音樂及體育。



English Wonderland

### 英語全方位學習計劃

- ▲ 推行「英語全方位學習計劃」，定期舉辦英文科科本及跨科組的英語學習活動，讓學生體驗課堂以外的英語學習語境，擴闊生活上運用英語的層面。
- ▲ 中一級英文課程推行英語拼音(Phonics)校本課程，提升學生的英語水平。
- ▲ 推廣全校英語學習計劃，包括「每日一英語」(Living English Every Day)及流行英文(Breaking News)，讓學習更生活化，學生更容易掌握及運用英語。

### 普教中

- ▲ 初中推行「普教中」，中一至中三級設有兩班/兩組以普通話教授中國語文科，讓課堂語言和書面語言達至一致，有助提升整體的語文水平。

### 豐富語文學習環境

- ▲ 創造豐富而有系統的語文學習環境：星期二「普通話日」及星期四'English Speaking Day'。
- ▲ 利用校園電視台早會時段，積極推廣語文知識及語文活動；並培訓學生主持及司儀，提升學生演說能力。
- ▲ 午間推行多元化的語文活動：趣味普通話、English Wonderland 及文化龍門陣。
- ▲ 透過「英語說話工作坊」及「普通話戲劇工作坊」，讓具有良好英文和普通話說話能力的學生，發揮潛力，增強運用英文及普通話的信心。
- ▲ 在校園內展示中、英、普學習材料，並定期在課室內張貼學生的優秀文章。
- ▲ 鼓勵學生多體驗校外語文活動及比賽，並分享獲獎及參與心得，引領同學自我挑戰，展現潛能。



普通話戲劇工作坊



趣味普通話



文化龍門陣

# 課程規劃

潘麗紅副校長

本校課程規劃以學生學習為焦點，配合各學習階段的目標及重點，提供廣潤而均衡的課程，並適時回應社會的發展及需要，培養學生不同的能力，為未來多元的出路作好裝備。

初中科目涵蓋八大學習領域，讓學生培養學習興趣，建立廣博的知識基礎，為高中學科作好準備。高中選修科的開設亦配合學生興趣、能力及出路前景等而編排，符合「文中有理，理中有文」的理念。

- ▲ 初中課程著重建立學生積極主動的學習態度，鞏固語文及數理基礎。初中級有生活與社會、中國歷史、世界歷史、地理及科學科，以銜接高中課程。
- ▲ 因應學生不同的能力和需要，在初中中文、英文及數學科採用分組教學，以照顧學生的學習多樣性。
- ▲ 積極推行資訊科技教學、STEAM跨學科活動、全方位閱讀活動及思維訓練，以提升學生的共通能力和學習效能。
- ▲ 各科推行多元化及持續性的評核，除傳統考測外，亦著重學生的課堂表現、學習態度、習作質素等項目的進展性評估。同時推行「以班為本、多予小測、快予回饋」的措施，推動學生持續學習。
- ▲ 為學生提供課後及周六增潤及輔導班，鞏固學習。
- ▲ 透過網上自學獎勵計劃，鼓勵學生多使用本校Google Classroom及各學習領域的網上學習平台，讓學生進行課前自學、課堂互動及課後延伸學習。
- ▲ 鼓勵學生在課堂完結前，反思課堂所學知識及個人學習表現，推動學生積極學習。
- ▲ 推展全方位學習活動，透過專題研習日，讓學生參觀博物館及體驗文化藝術欣賞。



體育科高爾夫球課



STEAM午間活動——排笛DIY

學習領域	初中科目	高中科目
中國語文教育	中國語文、普通話	中國語文
英國語文教育	英國語文	英國語文
數學教育	數學	數學
科學教育	科學	生物、化學、物理
科技教育	普通電腦、家政、設計與科技	資訊及通訊科技、設計與應用科技、企業、會計與財務概論、健康管理與社會關懷
個人、社會及人文教育	中國歷史、地理、歷史、生活與社會	中國歷史、地理、經濟、旅遊與款待
藝術教育	音樂、視覺藝術	視覺藝術、藝術教育
體育	體育	體育
其他科目及課程	德育及公民教育	德育及公民教育、公民與社會發展、應用學習、研習技巧培訓課程、邏輯思維訓練課程、綜合能力訓練課程、Integrated Skills: Foundation and Enrichment



全方位活動日——價值觀教育電影活動

學  
術  
發  
展

學  
術  
發  
展



# 中一級銜接課程

關玉萍副校長

學校為了關顧及協助學生預早適應新的學習環境，每年暑假均為中一級新生舉辦中一級銜接課程，讓學生能鞏固中文、英文及數學的學習基礎，亦可及早認識同學及班主任，建立班內團隊精神。同時，學生亦能體驗學校不同組別的活動，為未來學習及校園生活作好準備。

中一級銜接課程由兩個範疇組成，包括中文、英文及數學三大學習領域的基礎能力鞏固課程及校園適應活動。學生在基礎能力鞏固課程中可重點重溫以往所學的知識，亦可透過課程釐清各科基礎概念，鞏固所學，有助他們適應中學課程。

班主任及學生均一同參與校園適應活動，透過不同的小組活動，學生可從團隊合作學習解難能力，並藉此增進與同學的認識及提升班內團隊氣氛。聯課活動組介紹各制服團隊及安排不同學會示範表演，讓學生及早認識各制服團隊的特色，日後可選擇加入最適合自己的隊伍及感興趣的學會。校方鼓勵學生除了投入課堂學習外，亦應多參與活動，達致全人發展。另外，學生參與生涯規劃活動，能讓他們及早認識生涯發展概念，透過活動讓學生了解自己對生活及學習的價值觀，引領他們擴闊思維，學習多角度思考。在校園生活紀律講解環節中，學生可了解學校的日常生活常規，及早適應。



透過小組分享，互相認識。



步操樂團向中一級同學示範表演。



學生在活動中彼此認識，提升班內團結氣氛。



學生互相合作，發揮團結精神。



學生認識生涯發展概念。

## 中一導入課程安排

	第一日	第二日	第三日	第四日	第五日
上午	校園適應活動	校園適應活動	基礎能力鞏固課程		
			中文	英文	數學
	校園適應活動	校園適應活動	校園適應活動		
			聯課活動介紹	生涯規劃活動	校園生活紀律講解

# 自主學習策略：

潘麗紅副校長

## 學習規劃及反思

自主學習策略之一為「學習規劃及反思」，包括學生為自己訂立學習目標、制訂和計劃與學習相關的安排、自我監察學習進度及策略、自我評估與反思學習成果、以及自我修訂及調整下一階段的學習。

學習規劃及反思有助學生通過建立能力、意識及動機，促進學生學習的自主性，對學習持續追求。本學年開始，學生需在學生手冊內寫上個人學習目標，在新學年開始便做好學習規劃，盡早為自己訂立全年的學習計劃。班主任協助學生清晰訂立學習目標，讓學生定期檢視進度及評估學習，為自己的學習經歷負責。



主動探求知識



自主積極學習

學校編訂「學習規劃及反思日」，學生透過自我反思，檢視各方面的學習現況，與同學分享學習經歷和成果，再按現況制訂及調整學習計劃，以培養堅毅上進的態度，達至品學兼備。學生在家長日須向家長匯報學習目標成果及當中的反思，讓家長更了解子女的學習期望，給予支持和鼓勵。

### 課堂學習 —— 培養「主動」和「積極」的學習精神

- 帶齊書本和文具。
- 專心上課，留心老師講解。
- 積極參與，回答老師提問。
- 摘錄課堂重點。
- 勇於發問，主動學習。

### 主動積極的學習態度

- 課前預習，對學習內容先有概括的認識與印象。
- 主動參與課堂學習，摘錄重點，勇於發問、探索和提出意見。
- 課堂完結前設定三分鐘反思時間，加深記憶。
- 課後家課延展學習，鞏固課堂所學。

### 訂定目標，努力學習

- 調整心態，積極改善！
- 訂定清晰目標，帶來實踐的動力及方向！
- 堅毅勤奮、堅持學習，成功達到目標！



學生努力地為測考作好準備。

促進學生有效地自主學習、終身學習，以面對未來的挑戰！



# 自主學習策略：課前預習

歐陽敏正助理校長

學術發展

「課前預習」是學校周年計劃推行的「自主學習策略」措施之一，並由本學年開始擴展至所有級別及所有科目，亦即代表從今之後，學生在老師教授新單元之前，必須先翻閱課本或文章等材料，初步認識新知識，並在閱讀時加入標語註腳，圈出不明白的內容，以提示自己上課時加倍留心，學好艱深部份。學生透過預習，除了可和新知識握手，還可進行延伸閱讀，接觸課題的相關知識，發掘對科目的興趣，尋求學習的好奇心，培養思考及解難能力。



學生在網上尋找資料。



學生在課堂上熟習登入Google Classroom的方法。

科任老師亦可透過安排不同的練習，有系統地協助學生完成預習，例如除了課本練習、作業或校本工作紙外，還可要求學生撰寫講稿、搜集詞語、畫概念圖、看影片、做剪報、短講錄音及聆聽練習、Padlet Board、Quizizz、Edpuzzle、Kahoot、網上學習打球技術等等，務求以不同方式鼓勵學生完成自學工作。學生亦可在Google Classroom 呈交預習，方便老師隨時了解進度，統計後給予優點獎勵。另外，習作表現良好的學生亦可安排於課堂匯報，老師可即場提問，以作示範作用。總之，預習方式變得更多樣性，教學內容亦更豐富。

每個學期各科均會編定預習內容，資料整理後與其他科目分享，並會適時調適深淺度。期望學生透過課前預習，更投入課堂學習，促進師生的學習互動。老師亦可回饋預習，鼓勵學生學習更深、更廣。「教育不是灌輸，而是點燃火焰。」(蘇格拉底)。課前預習已成為本校的學習常態，學生在預習時對科目產生興趣，從而主動發掘學科的知識，日積月累，終可獲得滿意的成果。



學生學習在網上尋找股票代號。



學生透過教學軟件 Padlet 進行預習。

# 自主學習策略：運用資訊科技進行學習

胡擘寧老師 | 霍子宇老師

學術發展

## 跨學科電子教學交流小組工作

在加強教師專業培訓和專業交流，培養教師使用網上學習平台進行教學活動的知識和技能方面，跨學科電子教學交流小組繼續探索和試驗不同電子教學策略和工具，並適時和同儕互相觀摩，彼此砥礪，深化成效。本組期望教師學習新常態下須具備的知識和技能，配合相關學習領域或學科特色，以Google Classroom網上學習平台進行教學活動，讓學生進行課前預習，以增強課堂互動及提高學生使用電子媒體學習的興趣和能力，逐步培養他們主動學習。



香港潮州商會婦女委員會專題講座「引領社區防患未然助平安」專題講座——網絡安全和防騙



本年度，本校參加了教育局STEAM校本支援計劃，與教育局人員一同開會。

本組協助電腦科於學校三間電腦室安裝「智能互動電子白板」，並於2023年3月到訪屬會另一所中學——香港中國婦女會中學，參觀及了解該校使用「智能互動電子白板」的情況，並與不同科目的老師作經驗分享交流。此舉有助本組將來計劃為全校所有課室增設「智能互動電子白板」的推廣工作，並提升了本組教師在教學時使用資訊科技的技能。

此外，本組和資訊科技組合作，成功完成學校禮堂LED顯示屏幕牆安裝工程。此項工程包括安裝禮堂大型LED顯示屏幕牆、設定校園電視台直播訊號及設置LED顯示屏幕牆操控系統。LED顯示屏幕牆有效提升周會及各科組在禮堂及電視台實時直播不同活動的質素，有效提升學生的學習興趣。



本校購置了三部流動智能互動電子白板，其中在Aerosim機師培訓課程中使用。

本組透過與不同組別合作的活動及計劃，將新科技融合不同學習領域或學科的特性中，並提供展示學習成果的機會，藉此激發學生的學習潛能，培養他們的資訊科技能力、解難能力、邏輯思維及創作能力。本年度，本組協助不同的組別參加以下計劃：

- ▲ 教育局和中國文化研究院協辦的2023/24學年「篇篇流螢」跨課程網上閱讀平台及「認識國情」學生網上自學平台
- ▲ 香港教育城「學生獎勵計劃2023-2024」
- ▲ 2023-2024年度「中大賽馬會『智』為未來計劃」
- ▲ 與STEAM發展組合作參加由教育局STEAM校本支援計劃



禮堂全新的LED顯示屏幕牆，讓學生能更清晰地觀看講者的講解內容。



學校禮堂LED顯示屏幕牆安裝完成，已在不同的大型活動中使用。

另外，校長和老師參加了由香港潮州商會婦女委員會舉辦的「引領社區防患未然助平安」專題講座——網絡安全和防騙，有助學校了解近年本港發生的網絡騙局及防犯方法，加強學校於資訊科技及私隱管理的能力，提高警惕，防患於未然。



學校三間電腦室均已安裝全新智能互動電子白板，在資訊科技及設計與科技科中使用。



# 自主學習策略：

潘麗紅副校長 | 韓家光老師

## 推廣閱讀

# 「遨遊書海 探尋寶藏」

## 圖書館閱讀計劃

圖書館藏書豐富，處處是寶藏！本校推廣閱讀文化，培養學生的閱讀興趣和習慣，讓學生樂於閱讀，從閱讀中發展思維，發揮創意，並收潛移默化之效，得到品德情意的薰陶。

本學年推行「遨遊書海 探尋寶藏」圖書館閱讀計劃，讓學生明白閱讀不單充滿樂趣，亦可從書中尋找知識，獲取學問。

- 計劃與科組合作，鼓勵不同學科帶領學生到圖書館借閱與教學內容相關的書本，積極推廣閱讀風氣，引導學生從閱讀中尋找知識，拓寬知識基礎。



國情教育周閱讀分享



老師指導學生如何登入HyRead電子書及篇篇流螢網上學習平台。

- 圖書館主任韓家光老師為中一級學生安排圖書館導賞，帶領學生認識圖書館的藏書及設施，並了解圖書館設施的正確使用方法和規則。
- 中文科及英文科配合課程學習，透過科本閱讀計劃，引導學生借閱圖書。
- 其他學科亦進行科本閱讀活動，配合教學課題，鼓勵學生借閱相關書籍，從書中獲得更深入的知識。



學生在圖書館完成閱讀課業。

- 學科老師亦向學生介紹合適書籍，配合教學課時，帶領學生到圖書館進行課堂閱讀活動，引發學生閱讀興趣，從書中探求學問，尋找跟課題學習的相關知識。

- 功能組別也善用圖書館推廣閱讀。例如國情教育組在國情教育周，除了在圖書館展出中國文化專題書籍之外，也舉辦「國情教育周閱讀分享」，由老師分享圖書。老師深入淺出引導學生認識中國文化，啟發興趣，從而促使學生更主動借閱相關書籍，探求知識學問。



國情教育周專題書籍展覽



學生認真揀選合適的圖書。

學生使用平板電腦閱讀Hyread電子書及「篇篇流螢」文章。

# 聯課活動

陳國柱助理校長

本校聯課活動組為學生提供多元經歷的體驗學習活動，校內活動單位超過50個，涵蓋不同範疇，包括：學術、體育、STEAM、藝術文化、音樂及舞蹈等，適切照顧學生成長發展的需要和興趣。本校設有真草足球場、學生活動中心及體適能健體中心，學生可透過參與活動，培養多元興趣，善用餘暇，發展個性，以及建立積極進取的人生目標。



女童軍宣誓典禮

學術	運動	藝術文化	STEAM	制服團隊	其他
中文學會	男子羽毛球	男子舞蹈	數學學會	少年領袖團	基督徒團契
英文學會	女子羽毛球	女子舞蹈	物理學會	女童軍	校園電視台
普通話學會	男子籃球	合唱團	科學學會	紅十字會青年團	桌上遊戲
生物學會	男子手球	水墨國畫	視覺藝術	少年警訊	辯論隊
地理學會	排球	中國舞	STEAM 學會	步操樂團	
	劍擊	中樂團		禁毒先鋒隊	
	閃避球	中國鼓		消防及救護青年團	
		中國書法			

## 學生領袖培訓

- 四社社長及幹事會
- 學生會
- 領袖生
- 聯課活動學生幹事
- 資訊科技大使
- Green Captains
- 社會服務團
- 師兄師姐朋輩輔導計劃
- 制服團隊領袖訓練
- 體育大使
- 康樂大使
- 初中學生成長規劃
- 中一級文才武藝學習計劃
- 中一及中二級制服團隊計劃
- 一人一活動計劃
- 中一至中三級「律己以誠 待人以愛」學生獎勵計劃
- 高中學生服務社群計劃
- 優秀學生大使培訓計劃
- 健康大使
- 生涯規劃大使
- STEAM推廣大使

本學年各項班際及社際比賽陸續展開，透過活動及比賽凝聚各班學生及四社社員團結連繫，協助他們建立良好的人際關係，從而培養對學校的歸屬感。



班際躲避盤比賽



灣仔區五人足球青少年回歸盃邀請賽



學生參與醒獅體驗活動。



四社大會、學生大使及領袖團隊就職禮

學術發展

學生培育



# 創意科技、STEAM教育

胡擘寧老師 | 霍子宇老師 | 鄭敬恒老師

## AeroSim航空機師培訓課程

「AeroSim航空機師培訓課程」由全方位發展津貼撥款舉辦，20名學生在現職機師的指導下，使用模擬飛行器進行飛行訓練及學習航天科學概念與理論。



現職國泰機師導師Annie在培訓課堂中教授學生飛行知識概念及理論。



學校新購置小型飛機模擬飛行器，並於稍後改裝704室為航天科技STEAM LAB。

## 香港建造學院——「建造 x STEAM夏令營2023」

本校2名中三級同學在兩天的夏令營中創作屬於自己的LED照明裝置作品參加比賽，最終有幸在多間參賽學校中脫穎而出，榮獲全場總季軍，而參賽作品LED照明裝置更於不同活動中作巡迴展覽之用。



香港建造學院導師於「建造 x STEAM夏令營2023」中悉心教授本校學生製作參賽作品。



本校中三學生在「建造 x STEAM夏令營2023」中與指導老師分享獲獎喜悅。

## 「Smart Campus x InnoTech Taster Program智慧校園培訓計劃」之數碼工具應用數據——建造智慧校園專題研究比賽2023

本校4名學生以「學校小食部人工智慧點餐系統」為題，針對小食部經常出現大排長龍的情況，撰寫一份運用AI科技智慧解決相關問題的方案。該計劃書有幸榮獲三等獎及學校參與大獎。



本校學生於香港會議展覽中心舉辦的香港電腦節中向來賓講解得獎作品。



本校學生於智慧校園專題研習比賽中榮獲三等獎及學校參與大獎。

## 「萬人齊編慶回歸」創造健力士紀錄

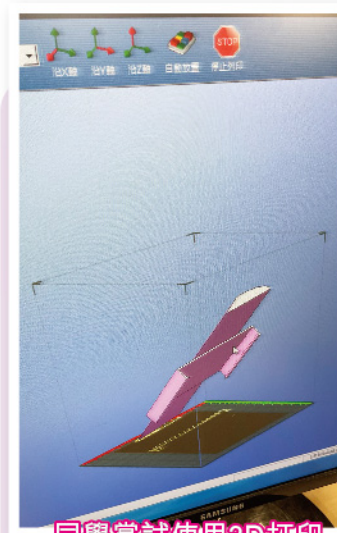
本校6位學生及一位教師參與了「萬人齊編慶回歸」創造健力士紀錄活動。活動當天，師生在校內電腦室收看由香港理工大學即時進行活動的YouTube直播，並共同使用電腦在同一時間內進行了人工智能編程活動，最終獲得健力士官方驗證，確認創造了新的健力士世界紀錄。



學生留心聆聽網上直播講解編程程序。

## 全港校際航空比賽

本校4名學生參加了由AeroSim主辦的第二屆全港校際航空比賽 (AIAT2023)。學生需要利用大會提供的滑翔機機身，加上自行運用不同的物料設計滑翔機機翼及尾翼並進行試飛。學生在比賽中與不同的學校組別交流，拓寬眼界，可謂獲益良多。



同學嘗試使用3D打印技術設計機翼部分。



學生在比賽中試飛自己設計的滑翔機。

## 中四及中五STEM專題探究

本校安排所有中四及中五學生參與STEM專題探究。學生在導師的帶領下以編程輔助製作氣墊船和Lego Spike機械車，過程中學會編程知識、解難技巧及邏輯思維技巧等。



Microbit 模型氣墊船決賽一觸即發，同學即時操控自己的作品迎戰。



學生用心製作Microbit模型氣墊船。



學生認真地為Lego Spike Prime機械人作編程並進行測試。



中五級Lego Spike Prime STEM編程專題探究大合照

學生培育

學生培育



# 體育活動

冼穎文老師

本年度學校著重透過體育活動，培養學生建立健康及活躍的生活方式，並透過各項體育活動發展學生潛能。因此學校提供多元化的體育活動，鼓勵學生參與。

體育科的課程編排，旨在讓學生在各年級可以接觸不同種類的體育運動，除了籃球、足球、排球、手球、田徑等較普遍的項目外，亦會教授曲棍球、箭藝、單車、板球、高爾夫球等學生較少機會接觸的項目。體育科每年設有不同的新興運動推廣及體驗課，希望增加學生對不同體育項目的認識，從而發展對運動的興趣和潛能。本年度更增設體育周，舉辦各項運動示範、講座和比賽，以豐富學生的體育學習經歷。



中六級高爾夫球課

聯課活動組在午息時間會提供體育用品借用，鼓勵同學善用休息時間進行體育活動；課後安排不同種類的運動學會，包括從輕鬆參與的體育興趣班，到聘請專業教練培訓各項運動校隊，代表學校參與各項學界及校際比賽，以至代表香港參加國際賽事的專項運動訓練，為學生提供各種機會，訂立個人參與體育活動的目標。

學校亦希望透過體育活動增加學生對學校的歸屬感，每年均設有陸運會及各項運動的班際及社際比賽，學生都積極參與，校園充滿團結氣氛。期望在多元化的體育活動中，讓學生建立健康及活躍的生活方式，為校園生活更添豐盛。



中五級曲棍球課



陸運會社際接力賽



學界男子閃避球隊在季前賽奪得亞軍。



單車隊校外集訓



本年度新設花式跳繩隊



中六級箭藝課

# 健康校園：

盧雪欣助理校長

# 推廣「低碳飲食概念」

本校一直重視學生健康，並致力推廣「低碳飲食概念」，以提倡學生均衡飲食。低「碳」飲食 (Low Carbon Diet) 中的「碳」並不是指碳水化合物，而是指透過改變飲食習慣，盡量減低碳排放，從而減少能源消耗。簡單來說，低「碳」飲食有助減少溫室氣體的排放，有效地紓緩全球暖化的問題。



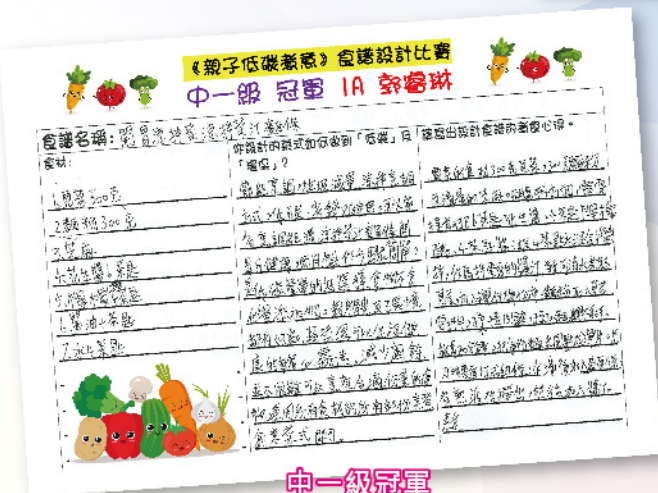
推廣低碳飲食

## 低「碳」飲食習慣建議：

要實行低「碳」飲食，日常應多吃菜少吃肉，這可降低動物生長時所釋出的二氧化碳及生產飼料時所消耗的能源。此外，學生及家長亦可改變日常生活習慣，以助降低碳排放。

## 低碳飲食小貼士：

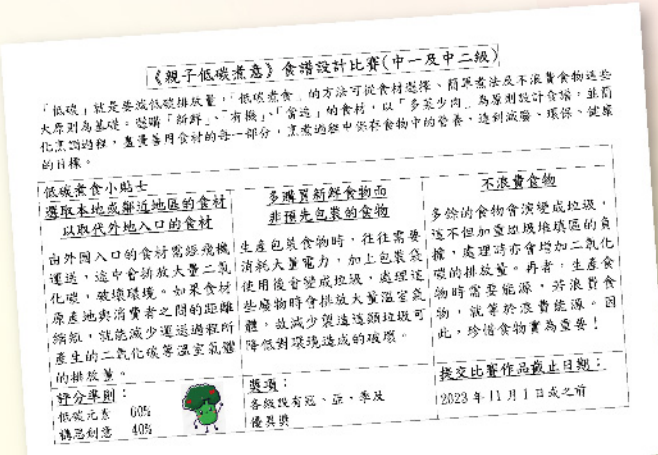
1. 選取本地或鄰近地區的食材以取代外地入口的食材；
2. 多購買新鮮食物，而非預先包裝的食物；
3. 不浪費食物。



中一級冠軍



中二級冠軍



《親子低碳煮意》食譜設計比賽詳情

只要認真地實行以上的低「碳」飲食習慣，不僅能為地球減廢出一分力，亦可讓身體更健康。可持續發展教育組更舉辦了中一及中二級《親子低碳煮意》食譜設計比賽，鼓勵學生及家長一同發揮創意，設計健康、低碳又環保的低碳食譜。

學生培育

學生培育



# 健康校園：

李佩衡老師 | 龐名儀老師

## 推行「健康校園——健康早餐資助計劃」

健康及性教育組於本年度繼續推行「健康校園——健康早餐資助計劃」，鼓勵學生於每天上課前進食早餐。

### 健康校園——健康早餐資助計劃 (23-24)

姓名：\_\_\_\_\_ 班別及學號：\_\_\_\_\_ ( )

憑卡於早會前及第一個小息到小食部購買指定食品或飲品，均可享\$5折扣優惠。每日只限使用一次。

\* 如有任何爭議，本校保留最終決定權。



早餐優惠卡



學生使用早餐優惠卡購買早餐。

### 早餐對身體健康十分重要，一份適量的早餐可以：

- ▲ 協助提供人體所需的營養，供給我們能量來應付日常活動；
- ▲ 讓我們能集中精神及頭腦靈活，增加學習能力；
- ▲ 減低超重及肥胖的風險；
- ▲ 幫助身體健康生長。

### 早餐的食物來源大致有以下幾類：

- ▲ 穀物類
- ▲ 肉、魚、蛋及代替品
- ▲ 奶類及代替品
- ▲ 蔬菜類及水果類

本年度擴展計劃規模，以鼓勵更多學生參與。學生憑早餐優惠卡於早會前及第一個小息到小食部購買包類食品、魚蛋、燒賣及奶類飲品，均可享一次\$5折扣優惠，希望藉此計劃鼓勵學生於每天上課前進食早餐，培養注重飲食營養及保持身體健康的良好習慣。



學生使用早餐優惠卡購買三文治。

### 健康校園 健康早餐資助計劃

學生憑卡於早會前及第一個小息到小食部購買下列食品或飲品，均可享\$5折扣優惠。

食品(原價)	飲品(原價)
1. 餐肉蛋三文治(\$8)	1. 紙包鮮奶(原味/麥精)(\$6)
2. 火腿蛋三文治(\$8)	2. 支裝鮮奶(原味/麥精)(\$11)
3. 芝士火腿三文治(\$10)	3. 紙包燕麥奶(\$6)
4. 碎蛋三文治(\$10)	4. 紙包牛奶(\$8)
5. 雞扒包(\$12)	5. 紙包朱古力奶(\$8)
6. 漢堡包(\$12)	
7. 火腿芝士蛋片牛角包(\$18)	
8. 燒賣(\$11.5)	
9. 魚蛋(\$11.5)	

健康早餐資助計劃海報

# 健康校園：

冼穎文老師

## 參加教育局「學校體適能獎勵計劃」(2023/24)

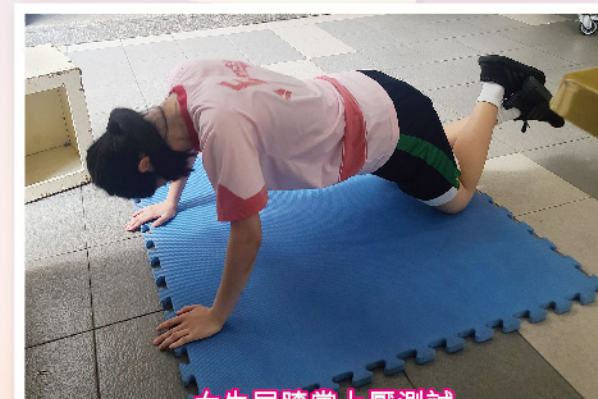
學校體適能獎勵計劃由教育局、中國香港體適能總會及香港兒童健康基金合辦，目的是提高學生對健康體適能的意識及鼓勵他們經常參與體育活動。參加此項計劃的學生須量度身高、體重及參與四項體能測試，包括一分鐘曲膝仰臥起坐、坐地前伸、九分鐘耐力跑及掌上壓(男生)/屈膝掌上壓(女生)，測試成績達到指定水平便可獲得金/銀/銅章級證書。

體育科希望透過學校體適能獎勵計劃，教導學生體適能與身體健康的關係，鼓勵學生日常要注重體能鍛煉，並培養恆常運動的健康習慣。上年度(22-23)，中一至中六級全體學生參與此計劃，在體育課堂上進行四項體能測試，雖然部份級別未能完成九分鐘耐力跑測試，但仍有438人(即六成學生)獲得獎勵證書，包括金章64人、銀章154人、銅章205人，而完成四項測試的共有312人，獲得獎勵證書有232人(即74%)，表現理想；本校更獲得中國香港體適能總會頒發至 Fit 校園優異獎及活力校園推動獎。

本年度，體育科將以營造健康校園氛圍，建立學生正確的生活態度和培養良好的生活習慣為目標，宣傳良好的體適能對健康生活的重要性，並繼續參加學校體適能獎勵計劃。



學生在體育課進行九分鐘耐力跑測試。



女生屈膝掌上壓測試



男生掌上壓測試



有蓋操場體育科壁報板張貼了學校體適能獎勵計劃資料，鼓勵同學為自己定立目標。



# 健康校園：

冼穎文老師

## 推廣活躍及健康的生活方式(MVPA60)

本年度學校著重推廣活躍及健康生活方式，鼓勵學生注意健康，培養恆常運動習慣，故此體育科推廣MVPA60及sportACT運動獎勵計劃，希望加強學生於日常進行體能活動的意識，鼓勵他們每日進行60分鐘的體能活動，以保持身體健康及減少患上非傳染疾病的風險，並且透過恆常參與體育活動，促進身心發展，以提升學習表現，建立正面、積極及健康的生活態度。



本年度招募了20位學生擔任體育大使，協助推動校內運動文化。

體育科讓全校學生參與由康文署主辦的sportACT獎勵計劃，目標是鼓勵學生多做運動，並按自己的能力訂立適量的運動參與計劃，建立恆常運動的習慣。計劃包括在校園擺放流動展板，介紹各項運動獎勵計劃，並由康文署派員到校進行講座，向各班體育科長及體育大使講解各項運動獎勵計劃的內容及參加詳情。此外，亦會向全體學生派發一份運動日誌，紀錄每天的體能活動量，提醒同學每天達到MVPA60的標準，計劃為期八個星期，成功達標可獲得sportACT章級證書，同時亦配合學校體適能獎勵計劃，學生更可獲得進階的sportFIT獎勵證書。



同學在午息時段踴躍參與運動獎勵計劃的急口令攤位活動。

為協助推動校內運動文化，本年度招募了20位學生擔任體育大使，於早會時段在校園電視台介紹MVPA60，又在午息時段設置運動急口令攤位，並到各班推廣sportACT運動獎勵計劃及協助同學填寫運動日誌，亦會參與籌辦校內各項體育活動和運動比賽，對提升學校運動氣氛有很大的幫助。



中一級的體育大使到各班推廣活躍及健康生活方式，表現大方。

除了一系列的推廣和宣傳活動外，學校亦提供各種實質的機會讓同學參與體能活動，例如康樂用品借用、課後體育學會、班際運動比賽及多元化的體育課程編排，讓同學有更多選擇，鼓勵同學一起為健康動起來！



午間花式跳繩試玩活動



運動獎勵計劃宣傳展板



學生在運動獎勵計劃急口令攤位中推廣每日運動60分鐘。

# 健康校園：

陳國柱助理校長

## 參加中國武術國際學院「五學並舉」之武藝校園計劃

本校參加由中國武術國際學院承辦的「五學並舉」之武藝校園計劃，旨在弘揚中國武藝文化，增強學生體質，培養學生品德，推動國民教育，促進文化自信。

本計劃為期三年，第一年主題是「尊重」，教導學生禮貌尊卑，行禮鞠躬，尊師重道，克己復禮，尊重他人；第二年主題是「感恩」，教導學生人倫家國，培養孝、悌、忠、信、仁、義、禮、智的美德，對父母、社會、國家、萬物懂得心存感恩；第三年的主題「包容」，培養學生恢弘氣度，有包容心，推己及人，愛育萬物，懂得平衡自己，客觀、勇敢面對學習和生活。

學生更於體育課堂學習武藝操，校長及老師一同參與；課後參與武藝興趣班，循序學習五種武藝課程，包括：太極拳、五形拳、棍術、刀術及劍術。



校長及教師一起學習武藝操。



學生參與五形拳武藝興趣班。



中國武術國際學院黃院長到校進行教師專業發展講座。

學生培育

學生培育



# 中華文化、國民教育

學生培育



參觀解放軍駐港部隊展覽中心

國民教育組老師透過定期舉行的早會「國旗下的講話」，結合當時的國家社會時事，跟全校師生分享國家在不同方面，如社會、經濟、科技、文化、教育、環境等歷史和發展情況，如卡塔爾世界盃的中國元素、國家隊運動健兒在2020年東京奧運會上的優異表現、國家舉辦杭州亞運等事件，藉此增加學生對國家歷史文化和發展概況的認識。

校長透過早會「古人古語」分享環節，定期選取中國傳統經典的名言金句，如《論語》、《易經》等，跟全校師生分享有關內容、意義和相關的歷史文化背景。一方面藉古人智慧教育學生不同的中國傳統道德價值，另一方面亦有助學生增加對中國古代典籍、道德文化的認識。

國民教育組老師在一些中國傳統節日，如中秋節、春節、端午節等，透過早會分享或舉辦活動，如中秋節時曾舉辦猜燈謎活動、端午節時曾舉辦製作糉子工作坊，藉此增加學生對有關傳統節日的歷史及相關文化、習俗的認識。

國民教育組會舉辦國情教育周，透過舉辦不同類型的活動，增加學生對中國歷史、文化、國情的認識。如曾舉辦「中華工藝小師傅手作攤位」，在禮堂佈置不同攤位，包括國畫技藝、彩虹書法、手編草蓆、麪粉公仔、手工糖畫製作等，邀請機構和導師到校教授，一方面希望增加活動趣味性，提升學生對中華文化的興趣；另一方面透過導師講解和學生親身參與，讓學生更切身認識不同的中華文化內容。

為了恆常地促進學生對中華文化和國情概況的認知，學校參加了由中國文化研究所舉辦的「篇篇流螢」和「認識國情」網上閱讀計劃，國民教育組亦製作了「國情文化資訊篇章合輯」，提供與中華文化相關的內容，供同學於早讀時段閱讀。

國民教育組亦舉辦了不同的參觀考察活動，如參觀「故宮文化博物館」、「愛國教育支援中心」等，藉此增加學生對中國歷史、文化、國情的認識。如學生從「故宮文化博物館」展出的歷史文物，認識國家在不同歷史時期的發展情況；透過參觀「愛國教育支援中心」，了解國家在參與國際事務、可持續發展方面的工作和努力。



國情教育周猜燈謎活動

## 江展毅老師 | 謝振輝老師

國民教育組老師透過定期舉行的早會「國旗下的講話」，結合當時的國家社會時事，跟全校師生分享國家在不同方面，如社會、經濟、科技、文化、教育、環境等歷史和發展情況，如卡塔爾世界盃的中國元素、國家隊運動健兒在2020年東京奧運會上的優異表現、國家舉辦杭州亞運等事件，藉此增加學生對國家歷史文化和發展概況的認識。

校長透過早會「古人古語」分享環



中華藝萃之四川變臉體驗活動



中華藝萃變臉體驗

# 可持續發展教育

盧雪欣助理校長

學生培育

本校一直積極推行環保及可持續發展教育，除了把可持續發展概念滲入正規課程外，更提供不同層面的實踐機會，讓學生把環保及可持續發展的概念融入生活中，培育他們成為有綠色生活理念的地球村村民。我們期望學生能把環保及可持續發展的種子散播至家庭、社區，甚至地球的每一個角落。

我們積極推動學生參與各項校內低碳及綠化活動，如一人一花種植比賽、課室清潔比賽、碳中和常識問答比賽、碳中和講座、土沉香種植活動及親子低碳煮意食譜設計比賽等。

在參與多項校外環保比賽中，學生屢獲佳績，包括環境及生態局「氣候行動」網上問答比賽最佳成績獎、最積極參與獎及最佳社區參與獎冠軍、香港中文大學賽馬會氣候變化博物館「綠色追蹤——最綠識學校」大獎及香港北區花鳥蟲魚展覽會藍天綠地在香港全港學界環保栽種比賽(中學組)全場總冠軍。



一人一花活動



出席邁向碳中和灣區少年行頒獎典禮。



說好綠色故事入圍同學



藍天綠地在香港全港學界環保設計比賽系列中學組全場總冠軍



碳中和先鋒



粵港澳大灣區碳中和先鋒百校行動啟動禮



綠匯學苑低碳活動體驗



土沉香種植儀式



青年踐行低碳 獎邁向碳中和

報章投稿



# 公民、品德及生命教育

學生培育



廉政公署倡廉互動劇場

本校中一至中五級設德育及公民教育課，除校本課程外，各級推行不同主題的「實踐獎勵計劃」，培育學生品格發展，包括中一級「『社公』實踐計劃」、中二級「『警而遠之』預防沉溺行為創作計劃」、中三級「學生大使實踐計劃」及中四級「世界公民計劃」。為加強推動生命教育，本年度德育及公民教育課推展至中五級，並於各級課堂加強「認識生命」、「尊重生命」、「欣賞生命」及「探索生命」的元素，讓學生肯定生命的價值、學習關懷及珍惜自己與他人，追求生命理想，展現生命韌力。同時，中一至中五級亦設「好好愛自己」及「好好學習愛」計劃，讓同學提升自我形象，建立自信，並學習如何與人建立健康而和諧的關係。

為擴闊同學的視野，使同學多關心社會，培養良好品德，本校於早會時段進行「小故事、大道理」早會分享，又設每周品德格言，並在校內進行十大新聞選舉、《聯合國國際日》早會分享系列、專題講座：《30分鐘救難實習(衝突與國際救援)》及《飯前抉擇(飢餓)》、參觀終審法院、高中iTeen領袖計劃及校園倡廉推廣活動、廉政公署倡廉互動劇場、「不賭Z世代」預防問題賭博教育計劃講座——《睇波不賭波》及「點子——預防問題賭博問題年輕化教育計劃」入校學生防賭意識培訓課程等。有關活動有助推動學生盡公民責任，培養學生建立樂善好施的美德、並建立學生的責任感、同理心、關愛、守法等正面價值觀。

歐陽詠詩老師



專題講座：《30分鐘救難實習(衝突與國際救援)》



中二級「警而遠之實踐計劃」活動——預防沉溺濫藥工作坊



中二級「警而遠之實踐計劃」活動——預防沉溺酗酒工作坊



中四級「世界公民——關注弱勢社群」探訪——軟餐貧富宴



中四級「世界公民——關注弱勢社群」探訪——藍果麗藝術工作坊



中四級「世界公民——關注弱勢社群」探訪——香港手語工作坊



中四級「世界公民——關注弱勢社群」探訪——盲人觀星體驗



中四級「世界公民——關注弱勢社群」探訪——玩出光明路工作坊

# 社會服務

莫錦如老師

## 「賽馬會眾心行善——義工推廣校園夥伴計劃」計劃

本校社會服務組參加了由香港青年協會、香港小童群益會及香港明愛合作籌辦的義工實踐計劃，期望透過工作坊及探訪老人等義工服務，了解服務對象的需要，使學生多關懷長者，從而培養正向價值觀，實踐孟子所推崇的「老吾老以及人之老」之美德。

是次計劃包括一系列的義工服務及訓練，過程中同學需與機構社工共同策劃籌備義工服務，藉此培養同學的關愛及服務精神，及讓同學發揮組織、創意及領導能力，共同為創建關愛共融社會做好準備。

同學參與工作坊及探訪活動後，需進行服務反思環節，除進一步完善活動細節流程外，更會探討長者的思考方式，提升同學的同理心，從而與長者建立更理想的溝通模式。

## 「耆菁跨代愛生命服務」計劃

本校社會服務組聯同輔導組，繼續延續上學年參與的「香港撒瑪利亞會」籌辦的義工服務訓練計劃，藉此了解老人與自身的情緒健康，發揮關愛共融的精神。活動包括在校內舉辦攤位遊戲及挑戰日營等。



「耆菁跨代愛生命服務計劃」——探訪長者。



義工隊盡展默契，合作無間！



義工隊與長者共同製作盆景。



同學落力籌備攤位遊戲。



社會服務組與輔導組跨科組合作，與撒瑪利亞會共同策劃攤位遊戲。

## 義工隊賣旗籌款

本組義工隊積極參與不同社會福利團體的賣旗籌款活動，從而培養學生的責任感及承擔精神，學會關心別人，履行服務社會的責任。



義工隊積極為公益金進行賣旗籌款。

## 「鄰舍第一，送米助人」計劃

本校繼續按同學需要參與由香港青年協會推行的「送米助人」計劃，藉以紓解低收入人士的生活負擔，提供物質支援及送上關心。



齊齊出發去賣旗！

## 「有心計劃」

社會服務組繼續參與香港青年協會的「有心計劃」，承諾本年度提供達二千小時的社區服務。本校已連續十五年榮獲「有心學校」標誌及嘉許獎狀。



同學認真聆聽社工分享與長者溝通的心得。

學生培育



# 生涯規劃

關玉萍副校長 | 胡擘寧老師

學生培育

本校透過生涯規劃教育，培養學生「自我認識」、「探索多元出路」，以裝備「生涯計劃與管理」的知識和技巧。我們有系統地在學校開展生涯規劃課程和相關活動，讓學生能循序漸進地學習、掌握及應用所學的生涯知識、技能和態度，培養個人生涯發展的動力。同時，學生獲得所需資訊，再配合他們的興趣和能力，從而作出明智的升學或就業選擇，把對事業或學業的抱負與全人發展及終身學習緊扣起來。

學生由中學階段至投身社會前，應體驗及接觸不同事物，認識銜接各升學及就業的途徑，及早為自己探索未來的方向，訂立學業及工作目標，向自己的夢想出發。



生涯規劃大使代表

由初中開始，我們向學生提供不同的生涯規劃活動，包括生涯規劃課程、講座、工作坊等，以協助學生瞭解自己的性向和能力，積極為自己的未來製訂升學目標和計劃。學生升上高中後，除生涯規劃課外，我們還會安排他們參觀專上院校及大型機構，邀請不同行業的人士及校友向學生分享職涯奮鬥故事。學生亦可透過工作體驗實踐計劃，有機會在不同機構實習，體驗職場環境。我們更會為學生開設「我的生涯規劃歷程」戶口，提供職志問卷及分析。

同時，在中三及中六級設學生小組及個人輔導計劃、舉辦出路探索工作坊、各班增設生涯規劃大使等。希望各項措施能讓學生掌握相關的知識、技巧和概念，在不同階段作出適合的生涯抉擇。

今年本校安排中三至中六級學生走出香港，參加大灣區一至兩天境外交流活動，拓展生涯規劃視野。透過參觀國內大灣區大學及澳門大學、探訪創新科技企業等，讓學生了解香港以外的升學途徑及世界科技發展，開闊升學及就業發展方向。



中六級出路探索工作坊



中五級學生參觀澳門大學。



中文大學資訊日，學生可更了解升學機會。

## 生涯規劃活動：

- 中一銜接課程及各級周會安排學生參與「生涯規劃課」，讓學生認識自我，再配合自身興趣及能力，作出個人升學及就業規劃。
- 與英文科合作，在各級擬定與生涯規劃相關的作文題目，透過有關學習或個人目標及實踐計劃的寫作練習，有助確立規劃未來的目標及方向。
- 在各班設立「生涯規劃大使」一職，學生接受多項培訓，協助在校推廣及策劃生涯規劃活動。



參觀港鐵車廠，學習使用工具將鐵管扭曲。



學生在模擬駕駛倉駕駛港鐵。



職場參觀——體驗咖啡師的工作



「拉闊未來」活動——體驗西廚工作

- 安排中五及中六學生參觀大專院校資訊日，了解最新的升學發展，鼓勵同學訂立目標，拓展前路。
- 在周會講座中介紹傳統及新興行業，讓各級學生認識職業世界的發展趨勢，如AI人工智能發展、KOL等。
- 職場參觀活動：參觀港鐵九龍灣車廠、盈科大衍地產發展有限公司、咖啡師、寵物美容師、社會服務及平面設計等工作。
- 職場實習：學生參與「大灣區實習計劃」、「建造業大灣區青年交流計劃」及各項本地職場實習活動，體驗不同工作，為將來職業規劃作好準備。
- 籌辦工作坊：中六級學生參與「出路探索工作坊」及「面試技巧及儀容整理工作坊」，體驗及裝備日後大學及職場的面試；中五級學生參與「生涯職志分析及自我認識工作坊」，提升職志的認識，初步計劃生涯發展出路；中四級學生參與「模擬社會遊戲」，讓學生學習理財，認識工作晉升方向，辨清社會上的騙財技倆等。
- 參與中華總商會舉辦的商校合作計劃，讓學生與專業人士交流，認識工作世界，了解個人的裝備和規劃。

學生培育



# 學生成長與關懷

關玉萍副校長

中學生成長經歷起起落落，有歡笑有衝擊，是人生重要的階段。本校成立不同組別，包括訓導組、輔導組、學習支援組、聯課活動組、公民及品德教育組等，旨在照顧學生成長的需要。各組定期舉辦多元化的活動或專題活動周，讓同學走出課室，體驗多元化的非常規課程。本校期望同學建立判斷是非對錯的價值觀、以同理心關懷他人；亦能關心社會，做個負責任的公民。學生透過參與各項活動，不但能培養尊重他人及承擔責任的精神，同時學會珍惜及感恩。

在照顧學生的多樣性方面，本校會因應學生特質，透過不同組別的活動、學生小組或發展性活動，支援學生的發展需要。本校期望培育學生具備良好的品格，提升學生面對成長的應變和自主能力，促進融洽的人際關係，使學生能愉快學習，積極生活及健康成長。

## 訓導組

黎子豪老師

### 「和諧校園——尊重友愛 拒絕欺凌」運動：

本校積極建構一個理想的學習環境，期望同學互相尊重，和諧友愛地相處，拒絕欺凌。訓導組透過不同活動，為學生灌輸正面信息，建立良好的校園氣氛，讓學生能融洽相處，維繫彼此友好關係。其中一項活動為「和諧校園——反欺凌」標語創作比賽，部分得獎作品如下：

- 家人朋友齊關心，網絡欺凌難入侵。
- 尊重友愛零欺凌，相處愉快又真誠。
- 拒絕網絡欺凌，一同保護心靈。



反欺凌標語創作比賽頒獎。

### 「功過相抵」/「課堂評鑑」計劃：

此計劃可讓學生以良好的課堂表現及主動協助老師服務，以抵消其缺點或小過；又或以優點或小功作互相抵消，藉此讓學生有改過、反省的機會。

### 領袖生培訓：

本校著重領袖培訓，發掘學生領導潛能，亦會舉辦領袖生訓練日營，讓學生在愉快的氛圍下，透過群體互動的體驗和解難活動，展現領袖素質、培養良好的社交技巧及團隊精神。



本年度領袖生長及負責老師合照。

## 輔導組

蔡詠珊老師

人生，往往充滿挑戰。教育是一個陪伴生命成長的過程，讓學生在寶貴的青春歲月中，累積人生的經驗值。

輔導組致力協助學生適應成長中的各種變化，實現全人發展。為讓中一新生適應新校園，本組為學生舉辦「中一新生校園適應活動」、「社工CHIT CHAT小組」及「師兄師姐朋輩輔導計劃」；為讓中四同學迎接高中生活作充足的準備，強化其抗逆力，本年度的中四輔導日營聯同循道衛理優質生命教育中心，為學生舉辦「抗逆體驗日」活動；為紓緩高中學生應付公開試的壓力，本組除了為學生舉辦「抗逆減壓」講座，更為全級中六學生舉行「CIRCLE PRINTING」工作坊，透過藝術讓學生達致紓壓、共融、欣賞與包容。「成長營」更能鼓勵同學勇於挑戰，突破自我，讓學生得到全方位成長的機會。

輔導組亦以推廣精神健康，營造關愛校園為己任。本年度，輔導組參加香港青少年服務處舉辦的「精神健康項目資助計劃——健腦N.F.T計劃」，亦繼續與社會服務組跨組別合作參加撒瑪利亞會舉辦的「耆耆跨代愛生命青年大使培訓計劃」。本校的「PCS朋輩輔導員」及「愛生命青年大使」亦會透過「輔導周」實踐所學，宣揚關愛及欣賞文化，推廣精神健康。本年度「輔導周」主題為「心靈寶庫Wellness Week」，旨在培養學生精神健康素養，營造關愛校園文化。TEEN'S CAFE透過皮革、曲奇製作、手工藝等活動，讓同學在午間共度輕鬆舒壓時光，以營造和諧友善的氣氛，建立校園關愛文化。

回望過去一年，看著學生不斷成長，他們除了學到人生所需的知識，更重要是能豐富心靈和生命的經歷。願我們能夠陪伴每一位學生畫上屬於自己的人生色彩，活出美好的人生！



中六級CIRCLE PRINTING工作坊——輕鬆舒壓·欣賞包容。



中一級新生迎新適應活動——團隊合作·挑戰自我



中四級輔導日營——互相協作，共解難關。



Art My feeling 藝術心靈工作坊



成長營——同學自我挑戰成功，突破成長。



師兄師姐朋輩輔導計劃——午間活動



耆耆跨代愛生命計劃青年大使培訓——關愛長者·服務社區



輔導周——凝聚友愛照相站，營造關愛氣氛。



# 學生學習支援

陳雅慧老師

每一位學生都有其獨特性及個別需要，為照顧學生在學習及成長上的不同學習需要，學生學習支援組會為有需要的學生提供多元化及適切的支援服務，亦會與專業人士及校外機構合作，為學生提供針對性的評估及支援服務。

學習方面，本組舉辦了初中功課輔導班及中四級課後學科輔導班，指導學生完成功課及鞏固學科知識，協助改善學業成績。

成長方面，本組分別舉辦了桌上遊戲小組、社交技巧訓練小組、執行技巧訓練小組、專注力訓練小組等。透過不同的活動，期望改善同學在不同範疇的能力，並建立自信心。



同學投入參與午間桌遊活動。

本組亦會為有需要的學生提供生涯規劃輔導服務，當中包括中三級選科輔導、中四及中五級職場探訪活動、中六級升學輔導等。透過不同的生涯規劃活動，可以讓學生認識自己及探索出路，為日後發展作好準備。

除此之外，本校十分重視關愛及共融文化，因此，本組會透過周會舉辦共融教育講座，向學生推廣互相尊重和包容的正面信息，建立多元共融校園。



中四及中五級生涯規劃服務之行業探索——參觀平面設計公司。



中三級社交小組朋輩活動——學生在Party Room渡過了開心的時光。



中四及中五級生涯規劃服務之行業探索——學生學習沖調咖啡。



中三級社交小組朋輩活動——學生參觀合味道紀念館並製作杯麵。



學生在初中功課輔導班認真完成功課。

# 價值觀教育

陳國柱助理校長

本校重視學生的價值觀教育，本學年價值觀教育主題為「尊重他人」及「承擔精神」。透過全校參與模式，在課堂學習、校園氛圍及全方位活動中，從認知、情感及實踐層面增強學生對正確價值觀和態度的認識及作出道德批判和決策的能力。

本校同時致力培育學生不同的價值觀和態度，即「堅毅」、「責任感」、「國民身份認同」、「誠信」、「關愛」、「守法」、「同理心」和「勤勞」，並以本校辦學團體香港中國婦女會的宗旨——「團結」作為推動價值觀教育的方向。我們根據學生成長階段制定價值觀教育規劃藍圖，以關顧學生在不同階段的成長發展需要。

本學年，我們更參與了多項價值觀教育計劃，包括教育局課程發展處的「透過體驗學習在個人、社會及人文教育學習領域推展價值觀教育先導計劃」、香港教育大學的「協助中小學規劃生命教育計劃」以及由中國武術國際學院推出的「五學並舉」之武藝校園計劃等。同時，參與教育局的「我的行動承諾——感恩珍惜·積極樂觀」計劃，為每位學生製作紀錄手冊，鼓勵學生實踐學習和成長的目標，進一步培育學生正確的價值觀和態度，並建立良好的品德教育校園氛圍。

總括而言，學校期望透過不同的計劃及活動，加深全校師生對價值觀教育理念的認識與實踐。



全港中小學中文硬筆書法比賽最積極參與獎



第十七屆孝情徵文比賽初中組冠軍



價值觀教育規劃藍圖



我的行動承諾「感恩珍惜·積極樂觀」開展禮

學生培育

學生培育



# 校園設施

梁康泰老師 | 張志輝先生

除標準設施外，本校亦設有草地足球場、室內健體中心、多媒體學習中心、校園電視台、全天候溫室、自然角、有機園、表演小廣場、英語角及研習角等。另設兩個籃球場及一個排球場，均鋪上全天候快乾物料。

全新圖書館已落成，除更新館藏，亦設有教學室、生涯規劃區、電腦自學區、自修區、研習區和閱讀區等，全面支援師生進行各類學習活動。

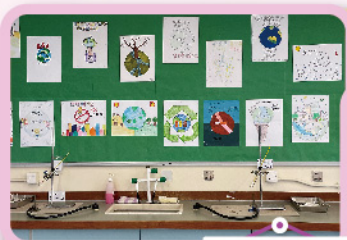
學校善用各項措施支援學生學習，包括自修室、電腦室及多媒體學習中心等。又增添手提電腦及教學軟件，更換課室、禮堂及多媒體學習室電腦、實物投影機、投影機及電視機。

增設升降機及其他無障礙設施，除可優化校園設施外，更為師生提供一個更理想的學習環境。

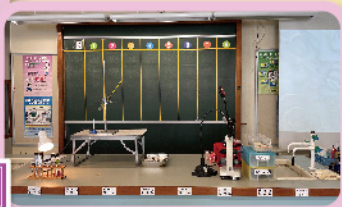
校  
園  
設  
施

校  
園  
設  
施

## 四至六樓特別室



科學室



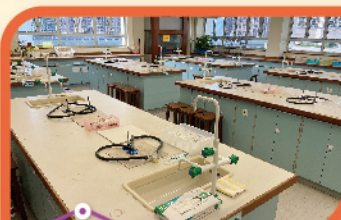
地理室



生物室



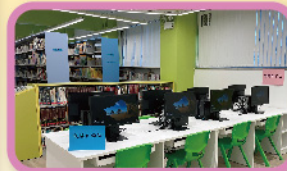
化學室



物理室



## 圖書館



## 溫室



## 多媒體學習室



## 草地球場



## 一至三樓特別室



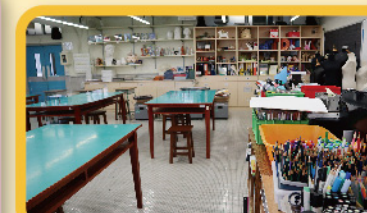
英語角



音樂室



健身室



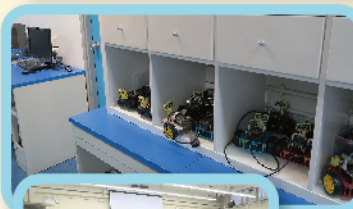
視藝室



設技室



學生活動室



電腦室



家政室



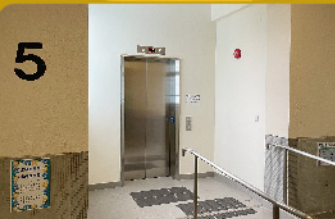
課室電子設備



校園電視台



## 升降機





# 2022-23年度

盧雪欣助理校長

## 情意及社交表現評估(III) 學校自評問卷調查結果

為支援學校的自評工作，教育局於 2003 年推出「情意及社交表現評估套件」(「評估套件」)，以協助學校評估學生在情意及社交範疇的發展情況和需要，及相關措施在校內推行的成效，以回饋學校的策劃工作，促進學生的全人發展。本校於2022-23學年運用「評估套件」(III)及學校自評問卷，收集學生及教師對學校周年計劃中推行相關措施的意見，有關問卷的數據分析已完成，結果總結如下：

### ① 改善學生學習積極性，推動學生主動學習。

#### 學校自評問卷

- 根據學校的自評問卷調查，91.5%學生認同學校推動網上自學獎勵計劃，能鼓勵他們多使用 Google Classroom，讓他們進行課前自學、課堂互動及課後延伸學習，引發他們的學習興趣，並促進他們主動學習。
- 93.2%學生及92.8%教師認同學校推展STEM 教育活動，能激發他們學習，並培養他們的資訊科技能力、解難能力、邏輯思維及創作能力。
- 94.1%學生表示他們積極參與學習技巧培訓，如「運用資訊科技進行學習」及「課前預習」；93.3%學生表示他們能掌握自主學習策略，並培養有關策略成為習慣。90.9%教師表示學生能投入學習及積極參與課堂活動。
- 90.3%學生表示他們能完成「下課前3分鐘反思」活動。另外，90.3%學生表示透過反思，有助了解個人的學習表現及所學知識，從而回饋學習。

#### 情意及社交表現評估(III)

- 中二至中五級學生在「共通能力」的副量表中顯示，本校學生比全港其他學校的學生更主動地探究新事物，並在學習中有更大傾向表現出慎思明辨的能力；
- 本校學生對學習的自我監控能力(在學習策略方面的自我意識)較全港其他學校的學生更為成熟；
- 本校學生比全港其他學校的學生更享受創意過程，及更有信心展示他們的創意思維；
- 本校學生比全港其他學校的學生更有信心展示他們在科學方面及社會相關問題上的創意思維；
- 本校學生比全港其他學校的學生更頻繁地展示他們的領導才能，及有更強的有關承受風險的開拓與創新精神。

### ② 推廣價值觀教育，持續提升學生品德素養。

#### 學校自評問卷

- 根據學校的自評問卷調查，97%學生認同價值觀教育有助建立他們正面的價值觀和積極的生活態度。本學年發展的價值觀和態度包括：聚焦「責任感」、「同理心」(持續發展「關愛」、「國民身份認同」、「守法」、「團結」)。100%教師認同價值觀教育有助建立學生正面的價值觀和積極的生活態度。
- 97.2%學生認同學校有規劃地把正面價值觀和態度融入學科的學與教活動中，讓他們的品德情意和文化素養有所提升和改善。97.3%學生認同個人表現及精神面貌得到不同持份者(教師或家長)的正面評價。
- 96.6%學生及96.3%教師認同參與「從閱讀發展品德情意」計劃，教師及學生分享「正向品格」書籍的閱讀心得及舉辦相關活動，能培育他們的品格情操和個人素養。
- 95.6%學生表示熱愛學校，並認同就讀本校有成功感和滿足感。
- 96.1%學生及98.2%教師認同校園氛圍充滿積極及正向能量，有助促進他們建立良好品德和健康的生活方式。

#### 情意及社交表現評估(III)

- 中二至中五級學生在「國民和全球公民身份認同」的副量表中顯示，本校學生因國家而自豪和愛護國家及其文化方面的國民身份認同均高於全港其他學校的學生；
- 本校學生十分重視國旗和國歌及在欣賞國家成就方面的國民身份認同均高於全港其他學校的學生；
- 本校學生比全港其他學校的學生具有更高的跨文化交流意識、更強的多元視角及能尊重不同文化背景的人；
- 本校學生比全港其他學校的學生更認同道德的重要性。
- 另外，中二至中五級學生在「健康的生活方式」的副量表中顯示，本校學生的正面情緒、對自己的身體健康和外表的滿意度均高於全港其他學校的學生；本校學生的負面情緒低於全港其他學校的學生，亦較不害怕失敗。
- 本校學生對學校生活、家庭和朋友的滿意度均高於全港其他學校的學生；本校學生對生命意義的態度較全港其他學校的學生更正面。

### ③ 提升教師評估素養，加強回饋學與教

#### 學校自評問卷

- 透過強化發展性觀課(包括同儕觀課、開放教室及Mentoring Circle Scheme)，92.7%教師認同相關安排有助促進科本專業交流，藉此互相砥礪學習，提升教學效能。
- 95%教師認同引入校外專業支援科本教研有助教師專業發展。本學年本校參加教育局中學校本課程發展支援服務(2022/23)：(i)照顧學生的多樣性、(ii)公民與社會發展科及中文科備課和觀課研習計劃(第二學年)。

2022-2023是學校三年發展計劃中的第二年，隨著疫情緩和及一切逐漸復常，本校在發展計劃中的第三年(2023-2024)，致力推動中學教育中的七個學習宗旨，當中包括改善學生學習積極性，透過推出「遨遊書海探尋寶藏」圖書館閱讀計劃、「課堂預備和學生參與」計劃，促進學生於課堂中專注及積極投入學習。另外，安排學生分享「正向品格」書籍，以推廣休閒閱讀及建立學生正向品格。且本校繼續推行健康早餐資助計劃、參加「學校體適能獎勵計劃」、推廣活躍及健康的生活方式(MVPA60)及參加中國武術國際學院「五學並舉」之武藝校園計劃，以加強鍛鍊學生體魄。本校會繼續透過問卷調查進行自評，收集不同持份者的意見及回饋，促進學校持續發展及推動學校自我完善。



# 校友心聲

校友分享

各位同學，我是2017年畢業生吳玉城，現職香港帝苑酒店糕點部。經常有人問我，為何男孩子會去鍾情於「整餅」？其實在這個行業中，男性的人數也多，製作甜品不只是女性的專利。製作甜品是我的興趣，在學期間，我經常自製甜品回校與同學分享，看著同學吃得開懷的表情，成為了我最大的動力。製作甜品最初只是興趣，而我對整個行業亦毫無認識。幸好，後來修讀了應用學習相關課程，令我了解更多入行的條件。後來，我更報讀職業訓練局相關課程，深入了解更多相關知識及接受專業訓練，為我入職打好基礎。



最近，我更與同事首次參加甜品隊際比賽，僥倖獲得金獎，真是格外興奮！不過，在取得好成績的背後，其實有點辛酸，因為我要每天下班後，才能為比賽作準備。為了追求完美，每天都用上四至五個小時練習。

希望各位同學能將自己的興趣化為事業，這是一件幸福的事情。雖然這不是輕易做到，但是當大家對前路感到迷惘時，可以主動接觸不同的事物，給自己不同的嘗試，發掘最合適自己的路。所有困窘都有解決方法，如果您覺得沒有，只不過是不夠努力。希望各位師弟妹一起奮鬥，共勉之！

吳玉城2017年畢業生

轉眼間，中學畢業已有十多個年頭。偶然經過這間「藍院」，看著師弟妹在籃球場上盡情揮灑青春，讓我既懷念又羨慕。

我從小就很喜歡校園生活，我喜歡用粉筆在黑板上寫出自己對中文的熱愛；我喜歡在圖書館流連，在書堆中尋覓理想；我喜歡和三五知己在放學後慢慢散步回家，當微風吹拂，黃葉飄揚，我多希望這刻就此停住。

或許我太嚮往校園生活，畢業後，輾轉幾年，我又回到校園，當一位小學老師。

還記得完成中學課程後，我先升讀副學士課程，再銜接完成大學課程。當時的我很懵懂，證書拿了好幾張，但也不知道自己想做什麼工作。我的大學本科是傳理系，但其實我一直不太感興趣，反而我在做兼職的時候找出自己一片天空。

大學時，我在一間補習社當補習老師，一當就好幾年，我很享受和小朋友相處的時光，也喜歡看着他們成長。大學畢業後，當每個同學都開始投身社會的時候，我做了人生中最重要的一個決定——報考教育文憑。後來，我開始了半工讀的生活，上午在小學擔任助理，晚上在教育學院攻讀教育文憑課程，週末時，我會窩在教院，沒日沒夜地做功課。兩年後，我終於畢業，成為了一位小學教師。

當小學老師並不容易，面對頑劣的學生，我要釋出無限的愛心；面對繁複的教改，我要有好學不倦的心；面對堆積如山的工作，我要有無限的耐性。

有人會問，為什麼還要繼續做老師？或許我相信人與人之間的牽絆。近年，我開始擔任五、六年級的班主任，這段時期的學生是最多愁善感的，陪著他們成長，一起哭，一起笑，是我所嚮往的校園生活。我常常幻想着他們升上中學後是什麼樣子？會和我讀中學時候一樣嗎？每次畢業禮，看着學生把四方帽拋上天空，我感慨萬分，也充滿期待，期望他們在中學開拓美好人生，締造寶貴回憶。

我在這所「藍院」享受了美好的青春，收獲了寶貴回憶。師弟師妹們，期望你們好好珍惜校園生活，努力學習，過上璀璨又美好的人生。

鄒嫻嫻2004年畢業生



Hi everyone, I am Charles Lai, and I studied in FYK from Form 4 to Form 7 (1997 - 2001).

Thank Miss Yeung, my class teacher, for letting me share my views on career progression.

I did a bit of teaching (2004 - 2005) and research (2005 - 2006) at the University of Hong Kong, where I earned my BEcon& Fin (2004) and MEcon (2006).

After HKU, I worked in the Finance Department for Citigroup for Consumer Banking (2006 - 2010) then internally transferred to Corporate and Investment Banking (2010 - 2014), covering client analytics in Asia. Later, I moved to J.P. Morgan (2014 - 2018) to lead Asia's investment banking planning and analysis team. In 2018, I changed to another U.S. bank. I am now the product controller of investment banking products (M&A, ECM, and DCM) for Australia, Greater China, Korea, and ASEAN.

For me, career advancement is a multi-factor model. It needs many inputs to get an outcome.

First is Continuing Education. It serves as the compass guiding me through the ever-evolving economy and regulatory requirements. The commitment to learning expands my knowledge base. Also, it enhances my adaptability, so I earned U.S. qualifications such as Financial Risk Manager in 2010 and Certified Management Accountant in 2014.

The second is Effective Time Management. There are always competing priorities at work vs. family. I reminded myself to concentrate on high-priority tasks that lead to concrete results and set the stages for continuous success. It ensures the timely action of goals while keeping a work-life balance.

The third is Listening and Asking. These two are indispensable components: Actively listening to coworkers and industry trends fosters an understanding of diverse viewpoints. Asking insightful questions shows curiosity and a proactive approach to problem-solving.

The fourth is Dedication. It serves as the driving force, propelling me to overcome challenges with resilience. It allows me to overcome challenges and seize opportunities.

The fifth is Recognition. It is recognizing and acknowledging the contributions of teammates. It can promote a sense of trust and develop a positive workplace dynamic.

The sixth is Inclusiveness. Respect for different cultures improves interpersonal dynamics. It can also create a collaborative environment, enriching collective knowledge in a global organization.

Last but not least is Mark-to-Market. Yesterday's achievements are gone, and yesterday's failures are gone, too. What matters is the current performance.

Some noises will distract us along this journey. Outcomes are only sometimes as expected. Accept those, and move on.

Best regards,  
Charles Lai

校友分享



# 家長心聲

家長分享

## 1B 汪靜妍

我是1B班汪靜妍家長。雖然靜妍升中短短一個多月，但她與同學相處融洽，非常喜歡上學。每天放學都會和我分享校內的人和事，非常投入校園生活。看見她每天都認真地做功課和溫習，作為家長的我也倍感欣慰。我相信靜妍在學校的教導和培育下能茁壯成長，發揮所長。

## 1B 蘇巧嵐

我是1B班蘇巧嵐的媽媽，由熟悉的小學升上一間陌生的中學，對於學生來說是一個很大的挑戰。最初巧嵐上學好像事事不順，每天都戰戰兢兢的。幸好不久後，她很快就適應了，還每天回家與我分享校園的點滴。學校亦提供不同的課外活動，讓巧嵐對學校越來越有歸屬感，加上積極、認真的學習，都加強了她對學業及各方面的自信。在此感謝老師的鼓勵及教導，令她開展多姿多彩的中學校園生活。



## 2A 王晞晴

非常感謝學校給我作為媽媽表達心聲的機會。作為媽媽的我，當然是經歷過很多媽媽都經歷過的事情了！當中會有開心、喜樂、擔心、緊張跟生氣……。有時緊張她的身心健康、學業；有時又擔心她會不會結識了壞人學壞了；有時又會被她氣上心口。當然，她亦有可愛、乖巧和帶給我們喜樂的一面。自從有了女兒之後，令我更加明白同理心和互相尊重的重要。所以，我們有時是談天說地的朋友，是一起逛街的伙伴，但有時也是嚴肅的媽媽和不服氣的囡囡。無論如何，這個世界多了一個很愛媽媽的囡囡和很愛囡囡的媽媽，這是真的。

## 2B 羅子淇

把孩子培養成為身心健康，對社會有用的人是每位家長共同的希望，作為家長要堅持正直做事、友善待人，從各方面給孩子做一面鏡子。我們要求孩子做到的，自己先要做到。身教言行給孩子樹立與人為善，誠實守信，樂觀向上的價值觀，做孩子忠實的聽眾。家長不僅是父母，更應該做孩子無話不談的朋友，多陪孩子聊天談心，讓孩子當我們的小老師，這樣既讓孩子鞏固新學習的知識，也培養了孩子的語言表達能力。這樣，孩子慢慢會主動向我們表達和傾訴她內心的一些真實想法和感受，從而讓我們更了解孩子的要求。作為家長，應積極配合學校和班級的各項工作。孩子的教育僅靠學校或家長是不夠的，只有家長與老師有效的配合，及時溝通，才能更好的了解孩子，更好的幫助孩子查漏補缺，更好的教育孩子。希望我們都用心守一抹暖陽，靜待一樹花開。



## 2C 陳卓嵐

為人父母是一段充滿挑戰和喜悅的旅程。在教養子女的過程中，令我學會尊重孩子的個性，給予愛與安全感，耐心溝通更是建立親子關係的關鍵。給予孩子自由發揮的空間，引導和支持，讓他們培養自信和獨立，盡展所長，就是我的所望了。



## 2D 梁子瑩

時間過得很快，子瑩已經是中二生了。在過去的一年裡，看到她變得獨立、主動、堅持、樂觀向上，變得更加優秀。我非常欣賞學校注重學生品格培養，向學生灌輸正面的人生態度，每位老師都很盡責關心學生，願意聆聽家長的意見，對學生的幫助很大。我也欣賞學校的教育方式，令學生德智體群全面發展。校長、老師和校內同工對學生都很關心和愛護，衷心感謝你們的無私奉獻。



## 3C 李曉晴

我的孩子在貴校已有三個年頭了，好像昨天才加入般！真的是時間不等人！女兒過去兩年的校園生活，見證了她每天的進步，這當然要感謝學校的老師。而校內的制服團隊，除了能訓練學生守紀律，發揮團隊精神外，更可提升孩子的自信。在過去三年，小女不但開心學習，而且增加了自信心。



## 3C 林雯鈞

看著孩子在書桌前心無旁騖的學習，內心感到慶幸和欣慰。慶幸的是選擇了一個適合她的校園，每當她兩眼閃著光拿著成績單給我時，我們心裡都樂開了花。孩子從小學的被動學習轉為主動學習，獲得了快樂和自信。欣慰的是，她在「嚴而有愛」的校園氛圍中，得到老師的關愛和鼓勵，結交到一起努力的好朋友。感恩相遇，感恩老師的悉心教導，祝願學校越辦越好！



## 5A 李芷欣

與子女一起成長是一件樂事——與子女一起學習、一起閱讀、一起互動、一起分享所有事情。書本上的學習，我會交給子女主導，而我會關注德育多一點，將自己在社會的體驗與體會盡量與子女分享，好讓她長大後在社會上能與其他人和睦共處。



## 5A 鄭藹琳

大家經過這幾年的磨練，家長、學生和老師都要面對各項新挑戰。然而，面對難關困境，最重要的是並肩同行，彼此支持勉勵，才能闖出新境界。感謝學校為莘莘學子營造理想的學習環境，期望將來可共建更美好的校園生活。



## 5E 陳占

包容和尊重，孩子是獨立的個體，不是父母人生的延續，他們有自己的個性、目標與夢想。



成年人眼中不成熟，不切實際的空想，這正正是青澀少年的好好證明。回想一下自己又何嘗未年輕過？讓他們去闖，若碰壁回家，父母也樂意做避風港口。又或者看他們振翅高飛，看見他們的背影，又會有幾分熟悉的感覺？

## 5E 蕭孟光

年青人必須學習體諒別人、樂於助人、做事要有鬥心，對每件事情要有承擔、多思考，用不同角度判斷每件事情，才能以德服人。

成功的人做大事，每天起床必須留意全球新聞。因為世界環境的改變，對我們的生活息息相關。

將來出來社會做事，要誠實有禮，不怕吃虧。每個人生環節的喜與悲，其實也是上天給予的機會。在此以「今日潛龍游學海，明日壯志蓋山河」與大家共勉！



家長分享



# 校外比賽獲獎選錄

學生表現



「大灣盃」粵港澳大灣區數學競賽預選賽 2023(香港賽區)三等獎



學界男子閃避球季前賽亞軍



2023亞洲國際數學奧林匹克公開賽《AIMO Open》晉級賽銅獎



「氣候行動」網上問答比賽頒獎典禮冠軍、最積極參與獎冠軍及最佳社區參與獎冠軍



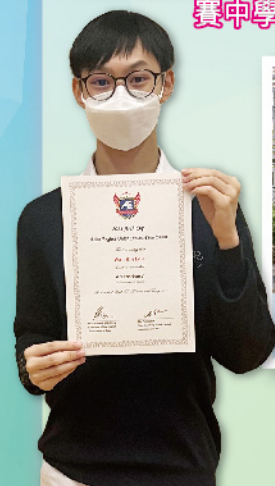
全港中小學學界閃避球分區賽中學組混合高級組季軍



「華夏盃」全國數學奧林匹克邀請賽2023全國總決賽三等獎



「華夏盃」全國數學奧林匹克邀請賽2023(華南賽區)晉級賽三等獎



2023 Asian English Usage Contest (Arch Cup) Final Event - Bronze Award



2023澳門古箏邀請賽總決賽古箏獨奏少年B組銀獎



「美麗中國——我是環保小衛士」第二屆京港澳少年兒童繪畫比賽二等獎



第二屆「采樂杯」古箏精英展演全國邀請賽總決賽三等獎

## 香港中國婦女會馮堯敬紀念中學第三十一屆畢業典禮



屈臣氏集團香港學生運動員獎



外展教練計劃單車比賽(第一回合)冠、亞、季軍



全港中學生中文演講比賽(夢想盃)優異獎

## 香港中國婦女會馮堯敬紀念中學第三十一屆畢業典禮



西貢區青少年分齡跆拳道邀請賽女子及隊際冠軍



世界跳繩錦標賽1分鐘個人單車步速度跳冠軍(破大會紀錄)、個人全能總成績冠軍及多項冠軍獎項



建造xSTEAM夏日營——組裝LED照明創意設計比賽季軍



沙西區學界游泳比賽男子乙組100米蛙泳及200米個人四式冠軍



香港課外活動優秀學生表揚獎



Canadian English Writing Competition 2023 (Arch Cup) Live Final Competition - Bronze Award



香港國際數學競賽總決賽2023銀獎



香港國際數學競賽HKIMO-2023(香港賽區)初賽及晉級賽銅獎



Canadian English Writing Competition 2023 (Arch Cup) Live Preliminary Competition - Silver Award

學生表現