



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

學校達善運動創會會員  
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  
2018-2019

# 訪問何馮艷仿校董

## 前言

伴隨著新學年的開始，我們有幸能與校董何馮艷仿女士進行訪問，近距離接觸這位友善親切，和藹可親的人物。何太擔任本校校董多年，見證了本校建校多年以來的成長，並一直致力於教育與慈善事業，這樣的奉獻精神，實在令人欽佩！

為此，我們希望透過是次訪問，讓同學對何太有更深入的认识。訪問主要圍繞三個主題，分別是教育、慈善和對未來的展望，希望同學能從何太的人生經歷中，有所得著。



## 教育之路

Notes

Notes

正所謂「半畝方塘長流水，嘔心瀝血育新苗」，老師總是潤物細無聲般的存在，默默付出，帶領莘莘學子一步一步向上攀登。何太曾經也是一名教師，她的事業生涯正是由教學這一篇文章揭開。

何太從事教育事業和他的父親馮堯敬先生有不少關係。何太回憶父親小時候沒有機會讀書，所以很注重孩子的教育。她認為人人都需要充實自己，多博覽群書增長知識，從而提升自我價值。何太在加拿大大學畢業後便開始投身教育事業，至1972年返回香港繼續教學生涯。

談起最初在瑪利曼中學教書的日子，何太分享了不少昔日學校的故事，並十分贊同該校的教育方針。學校鼓勵學生自由發展，聆聽學生的意見。在當時校內有很多活動都很時髦，例如畢業生舞會，便服日等等。何太笑言每年的畢業生舞會便是學生最愛的活動：「學校每年的畢業舞會都會邀請隔壁男校的學生參加，女校的學生自然最期待這一天！」

何太對於我校的師生表現也是讚不絕口的！她回想起本校創校初期和老師一起

討論學校運作事宜的經歷：「當時大家都很願意承擔，會接納不同的意見，也能包容學生的不足。」直到現在，老師依舊誨人不倦、盡心盡責，為教育事業不斷奉獻。何太十分欣賞老師的團隊精神和責任感，也認為是時間的磨練讓自己能能和老師一起成長。對於我校的莘莘學子，何太認為大家一直進步。她告訴我們，除了要不不斷的汲取知識增值自己，也要懂得沉澱自己，學會合理分配時間，注重身體健康。

十餘年的教學生涯可說是何太人生中最寶貴的經歷，同時她亦開始投身社會服務，開啟另一個新的章節。



訪問前大家同留情影。

校外比賽項目	獎項	學生
屈臣氏集團		
香港學生運動員	香港學生運動員獎	中六級 李珈翹
香港正統跆拳道聯盟		
第8屆亞洲區學界跆拳道藍色帶邀請賽女子學界青少年黑帶套拳	冠軍	中六級 葉皓欣
中國香港品勢總會		
香港品勢公開賽(團體)	冠軍	中一級 謝凱晴
香港品勢公開賽(個人)	冠軍	中一級 謝凱晴
香港品勢公開賽(雙人)	冠軍	中一級 謝凱晴
香港學界品勢錦標賽(雙人)	冠軍	中一級 謝凱晴
香港學界品勢錦標賽(團體)	冠軍	中一級 謝凱晴
樂武跆拳道會		
跆拳道色帶博擊錦標賽	冠軍	中一級 謝凱晴
香港學界品勢邀請賽	冠軍	中一級 謝凱晴
康樂及文化事務署		
MBL全港籃球U19聯賽	冠軍	中三級 李庚禧
童軍知友社賽馬會啟業青少年服務中心		
東九龍五人籃球	冠軍	中三級 李庚禧
香港中華基督教青年會		
YMCA籃球青年盃	冠軍	中三級 李庚禧
北區清河球會		
清河國慶五人賽 Soccer Dream X Integrity Youth Cup邀請賽	碟賽冠軍	中一級 劉承風
公民體育會		
2017香港賽馬會女子足球青少年社區盃	亞軍	中一級 翁曉柔
香港足球總會		
Hong Kong International School Girls Soccer邀請賽	冠軍	中一級 翁曉柔
賽馬會女子青少年足球訓練計劃2017/2018區際錦標賽14歲以下組別(區隊)	亞軍	中一級 翁曉柔
泳天游泳會		
WT3C小小海豚水運會	冠軍	中一級 謝凱晴
中國香港輪滑球聯會		
2017年第二季粵港單排曲棍球聯賽	亞軍	中四級 陳國軒
2018年兩岸三地單排曲棍球邀請賽(新年杯)	亞軍	中四級 陳國軒
環保		
沙田婦女會		
「關懷在源2017」標語創作比賽	冠軍	中五級 邱凱鈴
社區健康在我手標語創作比賽	亞軍	中六級 李嘉悅
義連班		
第1屆低碳環保標語創作比賽	冠軍	中四級 鍾詠琳
香港電燈		
2017年度《綠得開心學校》計劃	三星級(最優秀級別)	本校
最傑出「綠得開心推廣大使」之「影子環保專員」體驗之旅	最傑出「綠得開心推廣大使」	中四級 陳梓威
環境運動委員會		
2017/2018年度學生環境保護大使計劃「傑出學生環境保護大使獎」	金獎	中四級 陳梓威
傑出學生環境保護大使	銀獎	中四級 胡星瑩
香港北區花鳥蟲魚展覽會		
藍天綠地在香港全港學界設計比賽		
花鳥蟲魚拾趣2017攝影比賽學界積極參與獎中學組	冠軍	本校
全港學界環保載種比賽園藝組中學組	亞軍	本校
社會服務		
華僑永亨銀行及香港教育專業人員協會		
「V-ARE-ONE義人行」學界義工計劃2017/2018	傑出義工學生獎	中五級 梁栢茵
	超卓學校策劃獎	本校
香港青年協會		
香港青年協會「成功在望」	銀獎	中六級 安聲鈞
2017-2018《有心學校》計劃	嘉許獎狀	本校
領袖訓練		
傑出青年協會及教育局		
第17屆「明日領袖高峰論壇」暨2017年「明日領袖獎」	明日領袖獎	中四級 蘇汶淳 中四級 朱家熙 中四級 胡啟詩 中五級 梁栢茵 中五級 沈巧嫻 中五級 麥美詩
香港少年領袖團		
步操比賽	亞軍	中三級 麥展騰
香港少年領袖團畢業典禮	最佳學員	中一級 李卓昊
藝術		
香港青年協會		
健康四格漫畫創作大賽	積極參與獎	中五級 林嘉敏 中五級 周婉嫻
澳洲駐香港領事館		
我的澳洲聖誕卡設計比賽高中組	冠軍	中五級 郭詩雅
香港傷健協會及賽馬會沙田青少年綜合服務中心		
探索礦場在鞍山攝影比賽中學組攝影	冠軍	中五級 劉卓峰
第54屆學校舞蹈節		
女子雙人舞 舞蹈名稱：一面地獄一念天堂	優等獎(最高榮譽)及編舞獎	中五級 陳以琳 中五級 劉嘉怡
男子雙人舞 舞蹈名稱：你的志願	甲等獎	中五級 陳煒 中五級 陳嘉賢
女子組 舞蹈名稱：前途定鏡途	優等獎(最高榮譽)及編舞獎	本校舞蹈組
男子組 舞蹈名稱：粒粒皆辛苦	甲等獎	本校舞蹈組
全港爵士舞中學組	冠軍	本校舞蹈組
協青社		
「亞洲中學生校際嘻哈舞蹈大賽」2018(香港區選拔賽)	進入決賽	本校舞蹈組
香港學校戲劇節		
學校戲劇節比賽	傑出合作獎	本校戲劇組
	傑出演員獎	中四級 李詠彤 中四級 鍾詠琳
香港中華文化藝術節組織委員會、香港藝術聯會		
第13屆國際音樂藝術大賽2018(第二輪決賽)中樂團少年組	金獎	本校中樂團
香港中國婦女會		
旗貼設計比賽	優勝者	中五級 郭詩雅
賣旗日海報設計比賽	亞軍	中五級 郭詩雅

## 慈善之路

Notes

馮堯敬慈善基金會於1979年成立，一直致力贊助教育、醫療等社會事務。何太憶及父親馮堯敬先生做每一件事情都充滿毅力，不怕吃虧，不斤斤計較，樂於助人。馮先生雖然忙於事業，但很重視與家人相處的時間，經常和家人一起行山、游泳。

何太從瑪利曼中學退休後，獲邀加入香港中國婦女會。當時香港中國婦女會正計劃於馬鞍山籌備第二所中學，由馮堯敬慈善基金會贊助興建。因此何太從建校之初已擔任本校校董，身體力行地參與學校的管理工作。「剛加入婦女會時，很多東西都是以前從未接觸的，那段時間自己真的不斷增值。」她娓娓道來。

何太也與我們分享在特殊學校教書的故事。何太回憶自己最初接觸特殊學校教育，很多東西都一知半解，因此她經常與家長、老師和社工溝通，以準確掌握學生的需要。除此之外，擴建新校舍也成為困擾何太許久的難題。「當時校舍很細小，學生卻越來越多。我們想申請一塊土地擴建校舍，但前前後後經過了十年才獲批。」回憶湧上心頭，何太也不禁感歎：「當時曾有放棄的念頭，但是想到學校和學生，又堅持下來，想著怎樣都要把校址安頓好才能退休。」

至今，馮堯敬慈善基金會成立將近40年，作為基金會的成員，何太已將慈善工作視為自己的終身事業，盡己之力服務社會。



何馮艷仿校董頒發馮堯敬獎學金。



陳校監與校記細心聆聽何太的分享。

負責老師：梁鳳儀老師、莫錦如老師

## 未來之路

Notes

馮堯敬慈善基金會不但對社會的貢獻匪淺，也為本校提供了不少資助。對於學校應如何運用基金，何太希望學校能善用這筆款項，幫助同學增值，培育同學放眼世界。「人生就是要不斷增值。」何太語重心長的說。

除了學業成績外，何太指出良好的全人教育也值得重視。因此何太認為同學應培養良好的閱讀習慣，多瀏覽不同類型的書籍，增長知識。另外，何太亦期望同學能有良好的公民及品德教育，無論在學校或家中，都應有積極正面的態度。最後，何太希望同學能擁有一項學業以外的本事陪伴著自己，除了能夠成為一種嗜好，幫助調劑身心，充實精神生活之外，還能自我增值。

人們常說「知足常樂」，但何太卻認為同學應「知樂常足」。何太告訴我們，常抱著樂觀愉悅的心態，態度積極誠懇、有愛心，便能夠減少人與人之間的距離，也會為同學的人際關係帶來裨益。

學校一向重視同學的多元發展，以發掘同學的潛質及不同的特點。對此，何太欣賞近年同學在體藝方面的表現，例如單車、跳舞、義工、環境教育等方面的佳績，並希望同學能多與人交流，多參與校園活動。

現時青少年依賴電子產品與外界接觸，對於這種現象，何太坦言擔心。她明白科技發展乃世界大趨勢，但她更著重人與人之間的直接溝通。她勉勵同學要把握機會與人溝通和對話，減少使用電子產品，多關注社會時事。「人的話語和聲音總比通過電子媒介來得更更有情感、更互動、更真實！」她懇切地說。

一轉眼，新學年已開展一段時間，何太勉勵我們：「要走一條正確的道路，對得起自己，不做違背良心的事！」

## 校監的話

陳蕙婷女士

本校創辦至今，一直秉承香港中國婦女會嚴謹的辦學宗旨。二零一八至二零二一年為新三年計劃的發展周期，本校以「自學精神、良好品格、積極人生」作奮進目標。回顧學校的發展歷程，何馮艷仿女士為本校創校校董之一，她持續為學校發展給予彌足珍貴的意見，讓學生接受多元的優質教育。何太是馮堯敬慈善基金會的會員，為本校成功爭取設立「馮堯敬學校發展基金」，讓我校有更充裕的資源，按發展需要推行各項有助提升教學質素、拓闊學生學習經歷、增值自己、發展所長的措施。再者，何太一直致力於教育與慈善事業，對社會貢獻良多，為師生樹立楷模，成就令人欽佩！冀望師生能秉承何太無私奉獻的精神，盡己之能，回饋社會，共同創建更美好的將來。

校園記者：5A劉昕、5A劉妍、5A范雅茵、5A朱洛桐



校監在教職員聖誕聯歡致詞。

## 後感

何太和我們分享了自己在人生不同階段的經歷，她用自己的故事告訴我們，人和社會每天都在進步，我們不應只安於現狀，故步自封。正所謂「活到老，學到老」，我們應不斷力求上進，突破自我，探索更多未知的事物。

在輕鬆愉快的交談中，訪問結束了。這位和藹可親、默默奉獻的人物，便是我們的開校校董何馮艷仿女士！

# 校長的話

## 校務回顧與前瞻

校長 孫莉華博士

本校2015-2018三年發展計劃已順利完成。我們秉承校訓「博學篤志」，以「嚴謹治學、尊重包容、自我完善」為發展主題，重點推展以下3項工作，包括(1)提升老師的專業能量；(2)優化課程架構；以及(3)推動學生的全面發展。

### 教師發展：

學校一向關注教師的專業發展，我們以建立學校正面文化、協助青少年面對逆境及壓力、推廣STEM教育、分享資訊科技教學策略、推動閱讀及生命教育等課題舉辦教師發展活動，擬定更有系統的專業交流，加強教師在相關方面的認識，以配合學校發展。

同時，為鼓勵老師對學校情況及規劃有更多討論和參與，學校亦舉行「學校發展——回顧與前瞻」教師集思會，老師對學校現況及未來發展持正面看法，同時感謝辦學團體及法團校董會全力支持學校發展，適切投放資源及給予寶貴意見，改善學校設施及政策。教師亦認同學校發展方向、目標及管理層的領導能力。再者，校方致力建立自我完善的文化，配合教師團隊的工作熱誠及教學專業，學校得以持續進步。

### 課程規劃：

學校在初中級繼續推行學生學習支援計劃，加強各學科在課程、教學及評估上的調適，亦開設各類學習增潤及輔導班，拔尖補底。在高中級，我們進一步加強學習輔助，推行學習改進計劃，以配合學生的學習需要及文憑試的要求。

同時，我們積極推行專題研習計劃、資訊科技教學、STEM跨學科活動及全方位閱讀活動等，以提升學生的共通能力和學習效能。在推廣閱讀方面，本校除了優化初中級閱讀課及「老師推介好書校網專頁」外，亦增設「書送快樂」及「閱讀沙龍」等活動，進一步提升學生的閱讀興趣，以及加強閱讀與學科之間的連繫。

### 學生發展：

學校努力建立互相學習、彼此欣賞的校園文化，定期邀請積極參與活動的同學在早會及周會分享學習經歷。我們亦分別在初中及高中推行不同主題的生涯規劃、社群服務計劃、傑出學生領袖訓練及綠色校園健康生活等活動，協助學生建立正面積極的生活態度，並為個人確立學習目標及發展方向。

在藝術發展方面，本校設有藝術教育科、步操樂團、合唱團、中樂班、水墨國畫班、舞蹈隊、醒獅隊、戲劇組、攝影小組及陶藝班等，讓學生學習中西藝術，陶冶性情。



校長在領袖授獎禮與學生合照。

此外，我們獲得香港中國婦女會境外交流津貼計劃及馮堯敬學校發展基金撥款，資助本校學生前往深圳、廣州、南京、泰國及日本等地方參與境外探訪、交流學習及比賽，以加強學生對國內及海外各方面發展的認識，亦擴闊同學的國際視野。

學校的各項工作均旨在讓同學在學術、品格及潛能發展等方面有良好表現及進步。

### 學生表現：

在學業表現方面，2017年教育局學校學業增值資料顯示，學生在核心四科及最佳五科的增值表現較2016年進步。同時，當中有四科包括通識教育科、英國語文科、數學科及企業、會計與財務概論科同為全港學校首50% 增值科目，其中通識教育科更為全港首10% 增值科目。

此外，2017年中六畢業生有接近80%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內地或海外升學。

學業以外，學生積極參與社會服務，本年度我們獲得校外機構嘉許為「義工服務有心學校」及獲得「傑出義工學生獎及超卓學校策劃獎」。校方亦一直鼓勵學生參與課外活動和比賽。

在校際比賽當中，學生在朗誦、演說、數理、科技及環保比賽等方面均獲得理想成績。體育及藝術方面，學生在室內賽艇、校際單車、箭藝、跆拳道、欖球、舞蹈、中樂及藝術創作等比賽亦有出色的表現。

在未來的日子裡，本校全體員生將再接再厲，秉承「博學篤志」的辦學理念，在校董會的領導下，共同建立願景，制定以學生為本的規劃，致力培育學生的自學精神、良好品格及積極人生。以進一步提升學生的學業水平；同時亦會繼續關顧學生的個人成長，培育同學正面的價值觀，積極參與社會事務，並以堅毅不屈的精神面對未來各項挑戰和機遇，實踐理想，追求卓越。



校長在開學禮與師生合照。

# Life-wide English Learning Programme

Ms Pun Lai Hung, Vice-principal  
Chairman of Language Policy Committee

The Life-wide English Learning Programme enhances students' language learning to experiences outside the classroom. We provide plentiful opportunities for our students to be immersed in English in real contexts including visits to the Green Hub, Kadoorie Farm and Botanic Garden, Shatin College and Renaissance College.

Our visit to the Green Hub was a hugely rewarding and enjoyable experience for students. The Old Tai Po Police Station has been transformed into a Green Hub for sustainable living. This pioneer of the low-carbon diet and green architecture runs an "Eat Well Workshop" in English where students can learn about food from field to table. Students harvest a crop, cook a simple meal and learn about mindful eating and waste composting. Interactions in English during the experience are meaningful and relevant to students, and so language learning is heightened during this outing.



Interactive Drama Performance



English Wonderland

When we link new language items to experiences outside the classroom, the information is embedded within our minds much like the process of natural language learning by all native speakers of languages around the world. When students recall words like "sustainable", "conservation" and "green living" after visiting the Green Hub, the terms are memorable as the images and personal experiences from the activities have led to deep processing. The recall of sights, sounds and tastes that accompanied the language learning make it unforgettable!

Very often, students are eager to take risks and push the boundaries of their English proficiency when released from the confines of the classroom. This can be seen during their interactions with English native-speaking students from Shatin College. During conversations, students are forced to pay attention and engage which benefits their recall and retention of English language features. Of course, they have fun making new friends also!

We believe in fostering connections and collaborating with our English-speaking community here in Hong Kong. Prior to appreciating a drama performance of "Macbeth" performed by drama students at our neighbouring Renaissance College, students were introduced to this famous Shakespearean play. They were taught key quotations, their meanings, plot and character. The new language items were reinforced and "came alive" when appreciating the live drama performance. Students have the advantage of both explicit classroom instruction followed by the life-wide learning experiences for all our outings.

English Learning is by no means limited to the activities mentioned above, all formal and informal curricular activities such as penmanship competition, writing competition, short radio plays, language theatre and many others are arranged to boost our students' interest and confidence in learning English.



Visit to Kadoorie Farm

# 語文政策規劃

潘麗紅副校長

## 校本語文政策安排 採用全校參與模式 加強學生語文發展

### 語文政策的目標：

培養學生「兩文三語」的能力：

- ◆ 閱讀和書寫中文和英文；
- ◆ 以流暢的粵語、普通話和英語溝通。

### 語文政策的規劃：

- ◆ 創造豐富的語文學習環境；
- ◆ 提供多元化的語文學習機會；
- ◆ 按學生的學習能力，在不同的學習領域提供機會接觸和運用兩文三語。

### 語文政策安排：

#### 1 英語延展教學活動

- ◆ 除英文科外，初中非語文科目在課程中加入相關的英語學習元素，增加學生接觸及學習英語的機會。
- ◆ 各科推行模式因應科本特質而有所不同，包括：
  - 非語文科教師與英文科教師協作，進行跨學科英語增潤課程；
  - 在個別科目調撥部分課節，以英語重溫以母語教授的概念和內容；
  - 在有關科目以英語教授個別單元或專題；
  - 因應學習材料的性質以英語授課；
  - 其他模式(例如學習科本相關內容的英文用詞)。



English Cafe



文化龍門陣



普通話劇場

#### 3 英語全方位學習計劃

- ◆ 中一級英文科繼續推行英語拼音(Phonics)校本課程，提升學生的英語水平。
- ◆ 繼續推廣英語學習計劃：每日英語計劃(Living English Every Day)及流行英文計劃(What's Hit)。
- ◆ 英文科定期舉辦科內及跨科組的英語學習活動，創造更多英語學習機會，增強學生運用英語的信心及能力。



English Drama

#### 4 語文寫作計劃

- ◆ 透過中文科及英文科時事評論寫作練習及課後寫作訓練，改善及提升學生寫作技巧。
- ◆ 優化學生的優秀文章，輯錄成學生文集《博鳴集》/ 'Voice of Erudition'，讓學生互相欣賞及學習。



語文雙周攤位活動

#### 5 語文雙周

- ◆ 舉辦「語文雙周」，全校學科齊參與推廣語文學習。
- ◆ 各學科活動加入語文學習元素，讓學生在不同的學習領域上有更多機會接觸和運用兩文三語。

#### 6 「普通話日」及「英語日」

- ◆ 提供有系統的語文學習環境：星期二「普通話日」及星期四'English Speaking Day'。
- ◆ 繼續推行多元化的午間語文活動：趣味普通話、English Wonderland 及文化龍門陣。



「趣味普通話」攤位遊戲

#### 7 其他定期語文活動及工作

- ◆ 透過「英語劇團」及「普通話劇團」，讓具備良好英文和普通話說話能力、並對戲劇有興趣的學生發揮潛能，增強運用英文及普通話的信心。
- ◆ 運用校園電視台時段，積極推廣語文知識及語文活動；並推動學生司儀培訓，提升學生演說能力。
- ◆ 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。
- ◆ 營造更良好的語境和氣氛，包括在校園內展示中、英、普學習材料，並定期在課室內張貼學生的優秀文章。

# Sharing from the Native-speaking English Teachers

Ms Martin

## Take Big Risks to Make Big Gains

What is the key to success in learning a language? After many years teaching English, I've noticed that the risk-takers make the most gains in their language learning.

What do I mean by a risk-taker? These students try and sometimes fail but then, they risk failure again, and keep trying and trying again and again. They accept failure as part of success. They continue to take risks and eventually, they achieve success. What risks are you ready for? What can you do to keep making progress in your learning?

First, ask questions. Take the risk of showing what you don't know as it's the easiest way to learn more.

Second, don't be afraid to speak in front of your friends.

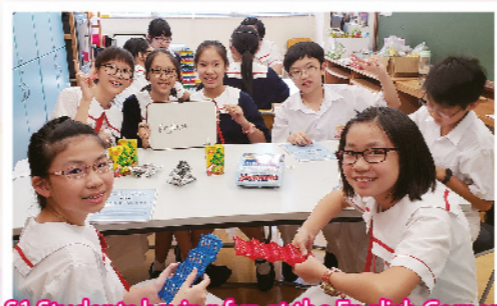
The more you speak English, the better you will get. Many students are too shy to speak in front of their friends. They think their friends will laugh or tease them. This fear stops them from getting better. Who cares what friends think? Do you believe everything your friends say? If they laugh, they are trying to make themselves feel better about their own English level. But, here's a secret: your English level isn't fixed. With a bit of effort, you will get better. Just believe you can get better, and you will. You'll be the one laughing when you have made gains over the school year.

Third, join some English clubs. This is the best way to learn English outside the classroom. You'll meet other students who are interested in English and you can practise with each other and support each other in learning. It's difficult to persevere with learning a language, you'll need the support of your schoolmates!

Fourth, for big risk takers, join a competition in English. Each year, many of our students join the Hong Kong Speech Festival. This is a wonderful way to improve your pronunciation, rhythm of speech and confidence in using the language. Many students have made great gains in their English speaking as they ready themselves for this competition.

There are lots of other English competitions available to students in Hong Kong. You are really spoiled for choice. The Native English Teacher Scheme runs some highly creative and exciting competitions each year. Some of the great skills these competitions develop include creative writing, script writing, performance and film making. Of course, English skills are at the forefront but learning how to work with others, meet deadlines and take risks are also important life-enhancing skills that students gain.

I encourage you to find friends who support your language learning by joining an English club or competition. At the very least, by taking this risk, you'll gain some more friends and mentors who are there to help you every step of the way...can you guess who those mentors are? Yes, the English Department here at FYK. We are ready to support you in being a risk-taker in your English language learning. Go on, you've got nothing to lose and so much to gain!



51 Students having fun at the English Corner



Head Banz Competition



Enjoying games at the English Corner



Winning the UNO Stack

# 全方位提升學業成績

教務主任吳恩榮副校長 副教務主任梁鳳儀老師

## 資訊科技輔助學習

在課堂學習中不斷加入資訊科技的即時互動元素，並因應學生的個別進度提供不同程度的練習，以加強學生的學習效能。學生亦可以運用資訊科技進行資料搜集、討論和匯報，加強學習的深度。



學生在課堂匯報探究成果。



在課堂中善用科技，提升學生的參與程度。



善用資訊科技增加學習趣味。

## 從閱讀中學習

為了協助學生養成閱讀的習慣，在中一及中二級設有閱讀課，課堂設計能鼓勵學生多閱讀不同範疇的書籍。此外，也會邀請老師在早會作好書推介，並在午膳時段舉行「文化沙龍」，與同學分享他們的閱讀心得，從而鼓勵學生擴闊其閱讀範圍，讓學生透過閱讀吸取更廣泛的知識。



閱讀課幫助學生培養閱讀習慣。



邀請老師分享他們的閱讀體驗。

## 提供合適的配套

本學年開始，在統測和考試前一星期，午膳時段會開放禮堂讓學生溫習，以期能在校園內營創造專心溫習的氣氛。學生可在此時段進入禮堂溫習，同時禮堂亦設有流動圖書館供學生借閱書籍，在場亦有科任老師組成溫習小組，以協助學生預備應付統測或考試。



統測前開放禮堂安排溫習小組。



禮堂內的流動圖書館



學生在禮堂內溫習及閱讀。

## 獎勵成績優異的學生

鼓勵老師在不同階段獎勵學業表現良好的學生，以增加學生在學業上的成就感。



表揚學業成績優異的學生。

# STEM發展組

本校的STEM活動多元化，主要以STEM的生活應用為主導，讓STEM融入日常生活中，增加趣味性和實用性，引導學生從生活中學習，透過留意生活中的細節，將STEM的知識和技術靈活運用。從初中起，本組已為學生提供多樣化的學習模式，訓練學生如何掌握STEM的基礎，並加以運用及實踐，例如於中一級導入課程中，已率先舉行「爬行機械人」活動，中一級新生首次接觸STEM，透過動手製作、反覆測試和實地參與，讓學生燃起對STEM的興趣。



午間STEM課堂

本組亦於午間舉行STEM課堂，主要對象為初中學生，目的是為學生提供一個適切的平台實踐「STEM五部曲」，培養學生從設計、製作、測試、評估及總結，完整地完五部曲，才能真正的掌握科學及科技的知識。午間的課堂活動，除了可讓學生在愉快的環境下學習外，還可將一般較艱深的科學知識，從實驗中了解箇中的原理，從而學會思考的方法。本校認同STEM並非一門學科，而是教育理念，讓學生多接觸科學、科技，培養興趣。因此本組每月均會舉行午間STEM課堂，以一星期為一個單元主題，於校園內營造科研氣氛，主題多樣化，例如「飛行夢想」、「智能種植」、「風調雨順」及「星羅雲布」等等共九個單元。除了教授有關科學知識及理論，活動還包括實驗、測試，參與學生需在整個活動結束前實踐相關理論，並製作個人化的作品。從過去舉行的活動中所見，學生主動投入每次的研習活動中，並積極思考，勇於探索，享受科技研習的樂趣，體驗學習的成功感。



火箭車比賽

雖然高中各科課程緊湊，本校亦特別為中四級學生舉行一連六次的STEM研習活動，主題為「火箭車製作」。活動由外聘專業人士帶領，所有中四級學生在六次課堂中分組進行火箭車的製作及研習，學生於首兩堂已進行風阻車及空氣動力學等活動，完成整個課程後，學生須完成火箭車及進行比賽，增加課程的趣味性。本組致力提供優質的學習環境予學生學習綜合、應用與STEM相關的知識與技能，期望提升學生的創造力及擴闊學生的視野。



火箭車製作



中一級導入課程STEM活動後大合照。

李海礎老師



中一級導入課程進行STEM活動——爬行機械人。

# 數學科

楊佩慧老師

在課堂中，總有幾個數學不靈光的學生，但數學老師從來不會因此而放棄他們，反而設法找出適當的方法，以生動有趣的活動令每個學生學好數學，甚至愛上數學。



中一級同學運用平板電腦解決難題。

「每月數學謎題」是數學科每月舉行一次的有獎問答比賽，讓全校同學在輕鬆愉快的環境下，接觸有趣的數學範疇，令同學多加思考，探索數學，又能提升他們的學習興趣。

另外，數學學會亦讓同學在午息期間，通過不同種類的數學棋藝活動，訓練邏輯思維，培養同學對數學之興趣。

一年一度的數理周，在校內舉行多元化的數學比賽及活動，包括「數學智高Fun」、「中四級計算機應用比賽——眼明手快」、「中一級數學追蹤」、「數獨皇比賽」等，拓闊學生的學習經驗。

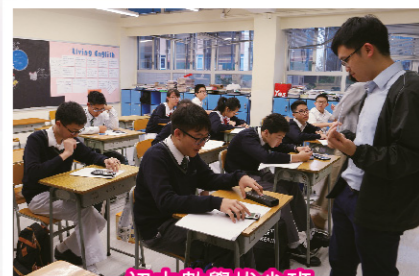
在校外活動方面，本科不斷鼓勵及協助學生參加不同類型的校際數學比賽，以「能力為主」擴闊學生的經驗和視野。中六級羅敏婷同學在泰國國際數學競賽2017(香港賽區)高組中獲金獎。中四級林慧冰同學在「華夏盃」全國數學奧林匹克邀請賽2017(香港賽區)初賽獲一等獎，其後在「華夏盃」全國數學奧林匹克邀請賽2018全國總決賽獲二等獎。中三級黃興浩及中六級羅敏婷同學在2018亞洲國際數學奧林匹克公開賽(AIMO Open)香港賽區初賽暨港澳數學奧林匹克公開賽「港澳盃 HKMO Open」同獲金獎。其後，羅敏婷同學在2018亞洲國際數學奧林匹克公開賽(AIMO Open)晉級賽獲金獎。在各項比賽中，同學共獲5個一等獎/金獎、5個二等獎/銀獎、27個三等獎/銅獎及2個優異獎。



中四級計算機應用比賽



各項校外比賽得獎同學



初中數學拔尖班



中一級數學追蹤

另外，為配合學校優化閱讀計劃及活動，本科繼續在中一、二級推廣閱讀數學課外書籍，培養學生的閱讀興趣，擴闊閱讀範圍及層次，加強與學科學習的連繫。學生都能投入閱讀，並完成閱讀報告。何淑英老師帶領中六級羅敏婷同學參加「香港教育局數學教育組中學數學閱讀報告比賽(2017/18)」獲二等獎，書目為《數字人：斐波那契的兔子》。

在各校內外比賽及活動中，同學均能盡力參與，在不同的範疇及形式下接觸數學，期望他們學好數學，愛上數學。



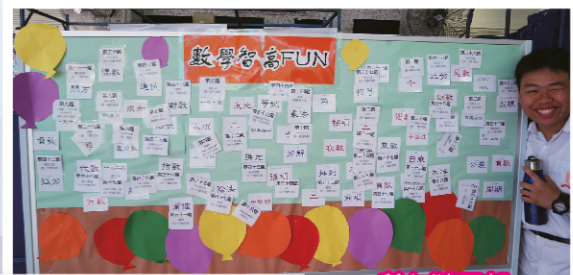
閱讀報告頒獎禮



閱讀報告得獎同學



數學學會會員在玩十全十美棋。



所有謎題都解開了!



數學學會會員在玩步步為營Quoridor棋。



數學智高FUN

# 科學科 — 科學人生

關玉萍老師



2019國際初中科學奧林匹克——香港區選拔賽。中三顏泰明及葉嘉豪同學獲得三等獎。

香港積極推動學生在科學及科技領域上的發展，科學科除了推動學生參與STEM活動外，亦配合課程，安排一系列的參觀活動、校外科學比賽及專題習作，讓學生將生活與科學連繫一起，更可藉此發揮創意。

今年派出中三級6位同學參加2019國際初中科學奧林匹克——香港區選拔賽，中三級顏泰明及葉嘉豪同學獲得三等獎，由報名、訓練到比賽，各同學均認真、投入，態度值得欣賞。

在課程活動上，學生利用膠樽、膠管、橡膠膜及氣球製造肺部模型，他們經常在課室內拉動樽外的橡膠膜，內裏的氣球便會一張一縮，好像多了十多個假人在呼吸。



發射水火箭。好緊張呢！

學生又運用連接電動機、電線、開關及其他循環再用物料，自行製作玩具或用具。作品設計千奇百怪，創意無限。

他們亦體驗了「人體通電」的校本實驗。實驗以微量直流電通過人體，然後運用安培計觀察通電情況。最初邀請同學示範時，大家都怕觸電會很痛。但最後全班三十多人手牽手一起讓電流通過身體，當看到安培計指針一動，大家立即大叫，體會成功的興奮。



大家手牽手，電流通過了三十三人的身體。



人體通電，心驚膽顫。

中一級參加了海洋公園的「聰明八爪班」課程。學生既可近距離觀察各類生物及了解牠們的生境，更可走到公園幕後位置，了解飼養員的工作實況。每當看到動物能做出意想不到的動作時，大家都驚嘆連連。此外，科學科還透過「橡筋車創作」活動，讓學生利用滾筒及橡皮圈，設計一輛會滾動的小車，然後在禮堂內滾行，直到動力耗盡。今年本科繼續開放圍欄，有多架橡筋車能由講台滾動至禮堂門口，在場同學皆嘆為觀止。同學亦為自己創作的橡筋車起了有趣又親切的名字。此活動可同時結合及應用科學知識，更能讓學生了解能量轉換的過程及發揮創造力。



學生在海洋公園近距離觀察海豚。



同學聚精會神觀察海象。



海洋公園「聰明八爪班」課程



學生拿著自己製作的橡筋車準備參賽。

# 生物科

黃秉誠老師

生物是如何維持生命？為甚麼世界上有這麼多不同種類的生物及生活模式？

生命的謎團何其多！研習生物，就像偵探一樣，由生物的表象，逐步解開內臟的秘密。

生物科不同的課題、實驗以及生物學會多樣的活動，正是學習生物奧秘的入門。

暑假時，中四及中五級修讀生物科的學生前往濕地公園，由科學主任講解濕地的重要性，並指導他們進行水質檢測，增進了學生對本地生態的理解。



解剖紅衫魚，讓同學進一步了解原來魚腸是這麼短。魚心臟呈三角形。



學生於實驗室進行水質的檢測。



教育主任於香港濕地公園實驗室，為同學簡介活動及濕地保育的重要性。



同學隨導師往濕地觀察並取水樣本作分析。

生物科內各種生理實驗，如澱粉酶的特性、酵母呼吸作用的條件，均能加深學生理解生物運作的原理。

此外，生物學會進行了多項解剖活動，會員能親自動手，了解魚及蛙體內的構造。學生曾在解剖魚胃的過程中，幸運地找到一條蝦尾，讓他們喜出望外。



中一級生物學會組員正在嘗試剖開青蛙的腹部，解剖技巧不俗。

# 物理科

## 改善和造福人類的學科

廖國才老師



物理學會成員率先為數理周各項活動試玩一下!

今年2018諾貝爾物理學獎由美國、法國和加拿大三位學者以「雷射物理學領域上突破性發明」奪得，該發明能廣泛應用在醫界和工業方面，成為先進精準的工具，甚至造福數以百萬計的近視患者。今年96歲的美國科學家艾許金，創下了歷屆以來最年長得獎者的紀錄，而59歲的史崔克蘭則是1901年以來，第3位獲得諾貝爾物理學獎的女性。

本校致力培育學生對STEM抱著正面的態度，從實驗中反覆求證，歸納出結論，並培養他們的創作力及解難能力。為配合新高中物理課程及STEM發展，本科安排中三和中四級學生參與探究式學習活動，藉探究校服的顏色如何影響吸熱或保暖的效果、製作太陽爐等活動，讓學生掌握探究技巧及撰寫相關報告的基本概念，有助學生在學習物理時得心應手。活動後，本科亦會把活動花絮張貼於壁佈板上，供學生欣賞。

為擴闊學生的閱讀層面，本科鼓勵學生多看、多想和多問。學生可於小休或放學後到物理實驗室借閱科學雜誌，老師亦會在課堂上推介與課程有關的書籍給學生閱讀，增加他們的課外知識，促進學習效能。



在語文雙周活動時，參與同學都能以英語回答物理詞彙和問題，值得讚賞!



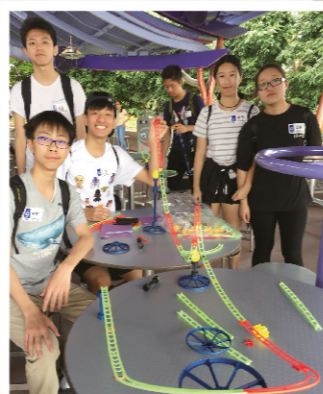
中四級同學運用他們的太陽爐把水加熱。

近年學生對做實驗十分感興趣，因此物理學會提供不同類型的趣味實驗來啟發學生。本科在數理周及成果展中，亦會舉辦攤位活動，讓非會員的同學也能動手參與不同的實驗，藉此提升他們對物理的興趣。此外，物理科於本年度會繼續舉辦科內的全方位學習活動，帶領

部分中三及中四級學生參加由香港迪士尼樂園舉辦之迪士尼物理世界課程。學生透過實際生活的情境來學習各種物理理論，這樣不但豐富了他們的學習經歷，更提升其興趣，引發學習動機。



中五級同學樂於動手做實驗!



學生參加迪士尼物理世界課程，中三級學生已可以自製過山車模型。



數理周活動：用火燒入了水的氣球，原來很久才會破啊!



中三級同學正在研究哪種校服的顏色，能提供較佳的保暖效果，同學皆投入學習。

# 化學科

## 課堂實驗中的「化學魔術」 —— 銀紙著火、酸鹼滴定、鬼手來了

張美玲老師

不少化學實驗既有趣又刺激，化學科將這些「CHEM@gic 化學魔術」實驗引入課堂，讓同學安全地完成刺激的實驗，從而獲得滿足感，感受化學實驗的魅力所在。

中三級化學課堂引入的實驗包括：「大象牙膏」、「銅變銀再變金」、「水晶膠製作」和「尼龍長又長」。

中四級化學課堂引入的實驗包括：「火燒銀紙」、「鬼手」和「蝕雲石」。



中四級實驗「燒銀紙」

中五級化學課堂引入的實驗包括：「酸鹼滴定」、「水面有幾多萬字夾?」(水的表面張力)、「化學電池」、「電鍍錢幣」。

向「鬼手」打招呼!



小梳打與酸反應生出「鬼手」。



氣體測試

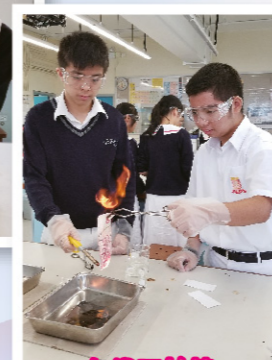


真錢不怕熊爐火。

同學透過以上有趣的化學實驗，認識實驗原理及掌握基本的操作技巧，也可親手做刺激的實驗，寓學習於娛樂。



原來五百元最耐火，信不信由你!



有錢不怕燒



酸鹼滴定開始。



指示劑轉色了。



同學正準備量度溶液的體積。



中五級實驗「酸鹼滴定」



# 通識教育科

陳美玉老師

通識教育關心人與社會中的議題，期望透過議題探究，培養學生能常以多角度思維去理解和關心社會、國家和世界。

本科以議題探究模式學習，結合學生不同領域的學習，期望學生洞悉議題事件中的爭議，明白議題的多變、複雜和具爭議的本質；配合課堂中多角度的批判思考的訓練，令學生能以理性、客觀、邏輯的方式審視及評鑑不同觀點，繼而對社會時事議題構建個人的觀點和立場。



「活化歷史建築物」不單有社區實際用途，更可保留社區及港人的一些集體回憶。

本科會舉辦不同類型的學習活動，如學術講座、參觀和考察等活動，以助學生將課堂學習連繫於現實生活和社會，促進學生關心社會、懂得欣賞和尊重不同文化和價值，將來成為對個人、家庭、社會和世界皆有認識和負責的公民。



走入「活化歷史建築物」中，體會歷史建築物在社區的現代功能。



了解市區「重建項目」中如何保存坊眾的公共空間和區內文化。



學習文化古蹟保育對港人生活素質的重要性。



參觀長春社文化古蹟資源中心。



昔日的「高街鬼屋」，今天已成一級歷史建築物，並用作西營盤社區綜合大樓。



感受昔日集體交通運輸工具中的「硬座」。



參觀大埔天后宮(法定古蹟)，見證大埔舊墟昔日的發展。



今天平平無奇的行人天橋，原來是昔日扭轉大埔發展的重要基建。



了解深水埗區社經發展的歷史。



大埔富善街文武廟與昔日的太和市同期建造，見證大埔新墟的發展和興起。



學生聆聽深水埗的社經發展經過。



考察深水埗區一些市區重建項目如何影響區內的生活素質。



比較大埔舊墟及太和市(大埔新墟)的發展，明白交通運輸和基礎建設對社經發展所起的關鍵作用。



走進昔日的墟市——太和市。



走進深水埗布市場(「棚仔」)，了解它如何支援本港上世紀的製衣業發展。

# 專題研習

盧雪欣老師

本校中一及中二級的專題研習課，是以提升學生的共通能力為目標。中一級主要透過講授形式，教授學生專題研習的技巧。中二級以一組一導師形式，帶領學生進行主題探究、資料搜集、數據整合及匯報等各項學習活動。

新一學年我們將優化中一及中二級專題研習計劃，這除了讓學生進一步掌握基本共通能力外，更在生活與社會科的課題上應用和實踐，提升學生的共通能力和學習效能。



中三級專題研習得獎同學大合照



學生站在台上自信地匯報學習成果。



組導師悉心指導，令學生獲益良多。



中三級一組一導師

## 中二級專題研習主題：個人成長 2018年專題研習匯報總決賽之得獎研習題目

- 探討本校中二級學生的求學觀及自我效能感
- 探討本校初中學生沉溺智能手機上網的成因及解決方法
- 探討本校中一及中二級學生手機遊戲成癮的原因、影響及建議
- 探討本校中二級學生精神壓力來源、影響及解決方法
- 探討本校初中學生網絡沉溺的現象和影響



中三級專題研習匯報初賽



學生同心協力，全神貫注地匯報。



中一級專題研習課

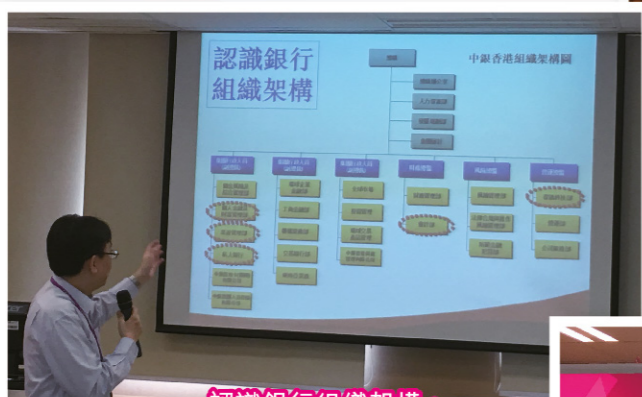


最佳匯報員

# 經濟科

歐陽敏正老師

經濟科課程旨在教授高中學生本科的基礎知識，培養學生分析能力，並學會從經濟學角度對不同議題進行推論探究，嘗試解釋行為，引起同學對社會議題的關注，從而訓練學生的個人理性選擇能力。



認識銀行組織架構。

本校經濟科致力為同學打好學習基礎，增加個人自信，為文憑試做足準備。同學可參加不同類型的校外參觀活動，把課本知識應用於現實環境，擴闊學習領域，並為未來升學及就業籌劃出路。



學生參加講座，接觸經濟數據。



認識銀行業工作坊



學生學習應對顧客。



導師指導同學使用數鈔機。



修讀經濟科同學努力為公開試做好準備。



「練功鈔」有什麼用途？

# 企業、會計與財務概論科

王旭倫老師

企業、會計與財務概論科課程的必修部分包括「營商環境」、「管理導論」、「會計導論」及「基礎個人理財」四大範疇；至於選修部分，本校學生須修讀會計單元，其中包括「財務會計」及「成本會計」兩大範疇。本科的教學宗旨乃讓學生掌握基本的商業知識和技能，建立正面的價值觀和積極的態度，使他們將來在社會上能恰如其分地擔當消費者、投資者、僱員或企業家等不同角色。



認識你的銀行，分行顧客服務員工作體驗。

為了提高同學的學習興趣，老師在課堂上安排了不同的學習活動讓同學參與，例如透過桌上遊戲「股壇達人」，讓學生認識股票市場；此外，為了鼓勵同學多思考、多提問，學生上課時須分組討論及匯報。同學亦須閱讀及匯報與商業有關的課外書，藉此豐富同學的商業知識。



商業機構參觀活動



校內售賣比賽

在課堂外，為了讓同學更輕鬆有趣地學習，本科與營商學會合辦校內售賣比賽，讓學生一嚐當老闆的滋味。學生成立公司，以部門作分工，過程中須提交計劃書、製定預算、自行採購、計算成本、定價、宣傳及保存會計記錄。透過這些活動，同學可把課本知識應用出來，從中學懂組織和溝通技巧，並反思如何成為一間有能力獲利和具企業道德的公司。另外，為了打開課室以外的學習空間，同學透過參觀商業機構，得以接觸商業世界，同時亦擴闊了他們對就業市場的認識，建立正面積極的人生觀。

# 旅遊與款待科

江展毅老師

政府一直致力投資交通基建，隨著廣深港高速鐵路香港段及港珠澳大橋等連接香港和內地的交通基建逐一落成，整個粵港澳大灣區將整合成為一個結合不同旅遊特色及體驗的區域。大灣區概念將整個地區的旅遊發展推上一個新的台階，有利推動「一程多站」旅遊及會獎旅遊的發展。



製作飲品工作坊

旅遊是一綜合行業，涵蓋餐飲、零售、酒店、旅遊設施景點等，各有不同人手需求，當中主題樂園無論工作性質和事業方向皆有獨特之處。本港兩大主題樂園的擴展計劃將逐一落成，如香港迪士尼樂園正積極推展樂園的擴建及發展計劃，務求令樂園由2018年至2023年期間差不多每年都有新設施推出，料新增人手需求過千。隨著香港旅遊業的不斷發展，修讀旅遊與款待科的學生亦持續增加。



學生扮演侍應生為顧客提供服務。

修讀旅遊與款待科的學生會學習不同技能，包括顧客服務、款待技巧及基本地理知識等，這為同學於日後從事酒店業、旅行社及宴會統籌等方面奠定基礎。

本科會帶領學生到本地酒店學習餐桌禮儀、參觀酒店日常運作流程、酒店不同部門的工作範圍等，亦有機會與酒店員工溝通對話，深入了解酒店運作及酒店趣聞。



酒店空中花園



學生親自製作飲品。

另外，學生亦有參與雞尾酒調製工作坊或咖啡調製工作坊，學習餐飲業款待技巧及飲品調製等，希望藉著此類活動，提升學生的學習興趣。



學習西式餐桌禮儀

# 體育科

陳國柱老師

本校一直支持體育運動發展，每學年邀請不同類型的體育總會到校推廣體育運動。同時，在體育課程的設計上，引入新興的體育活動，以擴闊學生學習視野。本校更設有天然草地球場及多功能健體中心，有利推動體育活動發展。

本校參與了「學校體適能獎勵計劃」，提高學生對健康體適能的意識，並鼓勵他們經常參與體育活動，在體育課堂上進行體適能訓練，內容包括：曲膝仰臥起坐、坐地前伸、十五米漸進式心肺耐力跑、掌上壓/屈膝掌上壓，學生體適能水平均貼近全港中學生的標準。



中國香港賽艇協會到校推廣，發掘有潛質的運動員接受下一階段訓練。



本校校監、校長及一眾師生校友聚首校園，齊心協力支持沙田節動感社區「遇上香港精英運動員」節目巡禮。



本校協助舉辦沙田節動感社區「遇上香港精英運動員」活動。學生與印尼雅加達亞運跳馬金牌得主石偉雄先生於台上進行互動遊戲。

本校獲得由中國香港體育協會暨奧林匹克委員會、香港運動員就業及教育計劃及民政事務局撥款資助為期三年的「退役運動員轉型計劃——學校體育推廣主任」的參與學校之一，是項計劃將為學生提供更多參與體育運動的機會，有助本校體育運動發展。



體育課到白石哥爾夫球場學習。



印尼雅加達亞運武術銅牌得獎運動員袁嘉瑩小姐到校分享。



中一級學生參與香港單車總會舉辦的金銀章考核課程。

# 健康管理與社會關懷科

陳國柱老師

本科課程著重從個人、家庭、社會及國家等不同層面去了解健康與疾病的關係；同時也關注社群網絡及人際關係等現象。本科適合對健康護理及社福工作行業有興趣的同學修讀，日後可從事的工作廣泛，例如：醫生、護士、健康服務助理、社會工作者、福利員、職業治療、物理治療、心理輔導及幼兒成長教育等。



新生精神康復會——新生農場

本科重視學生的實地學習經驗，每學年透過不同的全方位活動，豐富學生學習經歷，當中參觀或體驗活動包括：長者安居協會「生命·歷情」體驗館、新生精神康復會——新生農場、賽馬會耆智園工作坊、社福護理工作體驗計劃、香港心理衛生協會精神健康講座、參觀醫學博物館及浸會醫院護士學校、香港大學社會工作及社會行政學系「共融眼睛看世界——由你我開始」計劃等。



學生透過親身體驗，了解精神康復者的工作。



長者安居協會——賽馬會生命·歷情體驗館

本科學生於2018年香港中學文憑試考獲成績遠高於全港合格率，學生取得理想成績，並位列校內最高合格率科目之前列。恭賀修讀健社科的學生！

# 健康及性教育

黃秉誠老師

「青少年成長」代表不斷學習並更新知識及價值，尋找個人定位、生命意義及方向。

現今社會充斥著不同的資訊、相左的觀點和立場，對青少年心理、情緒及社交皆造成不同程度的影響。提供正確的資訊及培養理性的抉擇能力，乃讓青少年免走「冤枉路」的不二法門。本組就青少年生理、心理、男女相處等問題，舉辦不同活動，務求讓學生獲得正確的知識及培養出一套正確的價值觀，讓他們輕鬆笑迎成長的各項轉變。

健康的身體是成長的起點。本校每年均積極配合衛生署學生健康計劃，安排全級中一學生由教師陪同前往政府診所作身體檢查。活動除了可讓學生知悉自己的體格情況，從而作出改善外，還可培養他們關心自己和定期檢查的習慣。



遇到性騷擾怎辦？同學在衛生署姑娘及社工的協助下，討論各項可行的對應方案。

近年社會流行的「電子煙」著實吸引不少年輕人，為了讓學生免受電子煙及社交毒品的傷害，本組為初、高中學生進行講座，提供可信的資訊讓學生懂得及敢於說不。

此外，本組每年均為學生預備味美又有益的湯水，讓學生免費品嚐，並鼓勵同學平日少飲高糖飲品，改善飲食習慣。

現今社會在性別角色、兩性相處、戀愛婚姻等方面，充斥著五花八門的觀點及價值取向，青少年處身當中，感到迷惘混亂實屬正常。因此，本年活動將由性騷擾教育作為主軸，從法理認識開始，探討背後的精神，讓學生了解男女間應有的尊重及界線。同時，讓他們了解自身權利和互相尊重的重要。而高年級學生更會探討戀愛、婚姻及有關性暴力的課題，從中思考正確的性態度。



校外團體Anti480為本校學生進行新媒體及性暴力講座，提高同學的警覺性。



校外團體教育主任正就有關性騷擾及性暴力處理方法，詢問同學的意見。



中一級學生正用心地聆聽有關性騷擾定義的介紹。

# 香港藝術節青少年之友

陳瑞珊老師



同學跟表演者互動，表現投入！

承蒙香港中國婦女會梁新羽珊前會長贊助，本校今年繼續參加香港藝術節青少年之友活動，讓全校同學均有機會欣賞香港藝術節表演。機構在中五、六級及中三、四級兩次週會到校演出，以音樂劇形式作藝術教育劇場。此外，「陪著你走」音樂劇及戲劇《九江》均有到校藝術家帶領同學作演前工作坊。另一方面，本年度共有50多位同學走出校園，



同學積極回應表演者的提問。

欣賞更多藝術節演出，包括：龍文康戲劇新作《九江》、亞太舞蹈平台《黃翊與庫卡》、李騰打擊樂團《巴羅克·探戈》。同學可藉此活動，豐富新高中藝術教育歷程，擴闊藝術欣賞的視野。



學校巡迴音樂劇場《陪著你走》——同學正全神貫注地欣賞呢！



學校巡迴音樂劇場《陪著你走》——樂手即場表演，啟發同學音樂創作的奇妙旅程！



學校巡迴音樂劇場《陪著你走》——樂手邀請同學參與，讓同學進一步了解甚麼是「音樂治療」！

## 品格及藝術教育 《奮青樂與路》音樂劇

陳國柱老師



校長及老師一同到場支持及欣賞這齣勵志的音樂劇。

本音樂劇於第二十七屆香港舞台劇獎頒獎禮中勇奪最佳製作、最佳導演及最佳原創曲詞等六大獎項，洵眾要求載譽重演！參與音樂劇台前幕後工作的八十多名學生來自不同背景，當中包括少數族裔和視障人士。他們由零開始，接受長達近半年的專業訓練，包括演戲、唱歌、跳舞、後台製作、服裝及化妝等。過程中，學生學習面對挫折、解難及處理人際關係，從而訓練紀律、毅力及團隊精神，並建立自信心和正面價值觀。經過六個月嚴謹而專業的訓練，他們的演出不但達到媲美專業團體的水平，更讓《奮青樂與路》成為首個由中學生主演，而贏得「香港舞台劇獎最佳製作」這個重要獎項的劇場製作。

本校校長及師生於九月到香港文化中心大劇院欣賞這齣充滿教育意義的勵志音樂劇。當晚音樂劇演出歷時三小時，學生於觀賞後紛紛表示精彩絕倫。這齣音樂劇把青少年面對的問題和心情一一

呈現，熱血青年為了追求理想不斷努力，最終由「憤青」成為「奮青」。內容不但節奏明快，演員更載歌載舞，所有笑點都用心設計，十分適合年青人觀賞。相信這次體驗，必定有助同學日後面對各種挑戰時，提升處理逆境的能力及克服難關的拼搏精神。



師生於尖沙嘴文化中心入場觀賞前合照。

# 設計與科技科

李海礎老師

為配合本港積極推動創新科技，本校初中生均會修讀設計與科技科，由初中起培養學生對科技、設計的興趣，為香港未來培育創科人才。設計與科技科的學習能使學生從事創作性活動，培養他們在日常生活中透過理性觀察、衡量和欣賞事物來解決問題的能力。

在初中學習方面，本科讓學生認識基本設計原則、運用繪圖的方法表達設計品，同時運用不同機器、工具或材料進行製作活動。本科亦於課程內滲入STEM元素，例如中一級及中二級的電子學、電腦繪圖等；中三級電子通訊、航天科技、超導體和納



學生透過平板電腦學習安全守則。

米科技等，於日常課堂中透過理論、示範和實習，讓學生把自己設計加以實踐，例如匙扣、筆座、立體相架和太陽能燈等，學生能夠發展有關技能，同時了解科技與生活的關係。

老師於課堂中鼓勵學生運用分析和探究的方法解決困難，培養學生以設計活動去解決問題的習慣。另外，本科透過協作、小組研習等，讓學生可運用各種表達方法與人溝通，培養群體和社會意識。

本科鼓勵學生多參與比賽、參觀活動及講座等全方位學習，從而開闊眼界，促進正向思維及全入發展，認識及接納自己的性格和特質。本年度同學參加了「智慧都市專題研習計劃」、「2017應用可再生能源設計暨競技大賽」及「全港學生科技大賽2018」等，學生在各個比賽中均取得佳績。



溫差風扇



智慧都市專題研習計劃



全港學生科技大賽



太陽能風扇

# 設計與應用科技科

李海礎老師

設計與應用科技科是高中科技教育學習領域內一個選修科目，銜接初中級設計與科技科，為有志於設計、工程、應用科學及媒體傳意等方面發展的學生，提供一個學習途徑。本科旨在推動學生從設計及不同的科技領域，如創意數碼媒體、材料處理和電腦輔助設計(CAD)中，發展及運用有關知識，探索如何結合意念與實踐，並檢視科技對社會與環境的影響。

本課程重視科技探究、個案研究及設計作業來學習，鼓勵學生建立穩固的知識基礎，學會建立高層次的思考能力、解難能力及其他共通能力，以面對全球化帶來的挑戰。本科的研習活動多元化，例如編程機械車、坐椅設計、音樂盒製作、環保車站設計、桌上遊戲設計、太陽能自動灑水系統等，提供機會讓學生發揮創意。老師透過不同活動，鼓勵同學運用已有知識去解決問題，透過設計、實作及評估，從而培養多角度思考能力。配合本校推廣平版電腦教學，本科於課程中善用平板電腦，豐富教學內容，利用相應的軟件及應用程式，鼓勵學生自主學習及提升教學的互動性，促進學習效能。課程亦引入電腦輔助計劃(CAD)和電腦輔助製造技術(CAM)，推行創意科技設計教學。



中四級學生參與DAI工程科技全接觸之流動裝置控制程式。



設計與應用科馬鞍山廣場學生作品展覽

本科亦鼓勵學生多參與比賽、參觀活動及講座等全方位學習，從而開闊眼界，促進正向思維及全人發展，並認識及接納

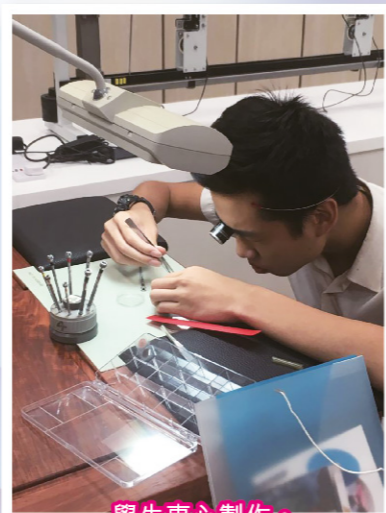
自己的性格和特質。例如本科於馬鞍山廣場舉行學生作品展覽，主題為節能小發明，在場參觀人士對本校學生的作品均十分欣賞。此活動除有效向社區推廣有關節能的重要性，透過學生節能大使介紹，亦有助提升學生的自信心。本科更參加「智」借用電計劃——2017「綠色能源成真」，並榮獲季軍，成績令人振奮。



電腦輔助設計



中五級學生參與DAI工程科技全接觸之機械人製作。



學生專心製作。

# 社會服務

莫錦如老師

## 「樂在共融」義工服務計劃

本校社會服務團參加了「親切」籌辦的義工服務訓練計劃，今年以殘障人士為服務對象。同學藉著參與義工服務，增強個人對推動平等社會的使命感，將平等、多元及關愛的信息散播至社區每個角落，以心出發，用愛實踐，讓大眾了解共融社會的重要性。



同學於「共融之旅嘉年華」落力表演，贏得現場熱烈掌聲！

義工服務訓練計劃包括二十三次義工小組參與工作坊及活動排練。同學需分成若干小組，與殘障學童一起合作體驗不同活動，藉此培養學生的關愛及服務精神。

同學透過與殘障學童合作完成不同任務，深入了解他們的學習及溝通模式，從而關心及幫助他們融入社會。此計劃能夠提升同學的同理心，以及接納不同能力及背景人士，學會尊重服務對象。



同學聚精匯神聆聽義工服務內容。

義工小組重視團隊合作精神，每次活動各成員皆能互相幫助。高年級同學帶領低年級團員籌劃及排練活動，積極與服務對象建立友誼，擴闊溝通領域。高年級同學亦願意接受不同挑戰，樂於迎難而上，突破自我。

此外，同學亦因應計劃的需要分工合作，分別負責活動的流程設計、物資準備及聯絡等等，攜手發揮組織、創意及領導能力，讓同學的潛能得以發揮，共同為創建更平等共融的社會做好準備。



中四級同學積極為香港兩棲及爬蟲協會進行賣旗籌款活動。



同學精神抖擻地出發賣旗！

## 中四級「服務社群計劃」

我們鼓勵中四級同學積極參與不同社會福利團體的賣旗籌款活動，從而培養他們的責任感及承擔精神，學會關心別人，履行服務社會的責任。同學今年參加了「聾人協進會賣旗日」及「香港兩棲及爬蟲協會賣旗日」。

## 華僑永亨「義人行」學界義工計劃2017/2018

本校榮獲「超卓學校策劃獎」；中五級梁培茵同學更獲「傑出義工學生獎」。



孫校長現場見證同學順利畢業，成為青少年共融大使！



「今日公益、明日領袖」2017-2018 經驗分享日暨頒獎禮



同學齊齊參與「明日領袖高峰论坛暨明日領袖選舉頒獎禮2018」。



同學投入參與舞蹈排練。



同學於第一城進行社區共融推廣活動。



中五級梁培茵同學獲得「傑出義工學生獎」。

## 2007-2018「有心計劃」

社會服務團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社區服務。本校連續十一年榮獲2007-2018「有心學校」標誌及嘉許獎狀。

# 公民、品德及國民教育

歐陽詠詩老師

本校中一至中四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。

為擴闊同學的視野，使他們多關心社會，繼而培養學生良好的品德，本校於早會進行「時事分享」、於校內進行十大新聞選舉。早會分享系列：《五分鐘基本法懶人包》、再迎《選戰》；專題講座：「承傳與保育·香港非物質文化遺產」、「傳媒通識講座」、「從一支叉開始」——思考飢餓及氣氛變化問題、「愛回家」——思考飢餓及氣氛變化問題；教育短劇：「齊享健康資訊」《掂完也會噁心》、尊重互聯網上的知識產權、「平和基金」中學巡迴教育劇場《智破迷魂賭》、《爛·賭俠》、《鈴蘭》生命教育劇場、廉政公署倡廉互動劇場；「高中iTeen領袖計劃」——展能藝術家分享會、高中iTeen領袖計劃及校園倡廉推廣活動、參觀高等法院等。

至於推動國民教育方面，本組最近舉辦了南京歷史文化考察交流團及廣州、東莞歷史文化探索之旅，讓學生透過在中國境內的體驗及與內地人民及學生的交流，加強學生對國家的歷史文化和發展的認識。



香港中國婦女會會長王蕭詠儀太平紳士宴請同學於「VVG-ChinChin好樣卿卿」午膳，午膳後全體同學與會長合照。



「平和基金」中學巡迴教育劇場——《智破迷魂賭》



到訪南京大學附屬中學——兩地學生分享交流。



中三級「警而遠之」預防沉溺行為創作計劃——TeenTeen無煙校園講座



「平和基金」中學巡迴教育劇場——《爛·賭俠》



中一級「『社公』實踐計劃」——準備探訪物資。



中四級「世界公民計劃」——探訪少數族裔。



廉政公署倡廉互動劇場



中三級「學生大使實踐計劃」——學生主持遊戲活動。



中四級「世界公民計劃」——社企體驗工作坊「YM Balloon」(認識聽障人士活動)



登上台城——認識古城牆在古代的軍事作用。



中一級「『社公』實踐計劃」——探訪及關懷區內長者。



中一級「『社公』實踐計劃」——同學為長者準備表演。



中三級「警而遠之」預防沉溺行為創作計劃——探訪基督教信義會愛靈中心。



「高中iTeen領袖計劃」——展能藝術家分享會



中三級「學生大使實踐計劃」——服務區內長者。



中四級「世界公民計劃」——無障礙生活體驗之旅(體驗活動)

其他學習經歷

其他學習經歷

# 輔導組 —— 學生成長與關顧

許寶娟助理校長

有這樣的一句話：「平凡的脚步也可以走完偉大的旅程。」

我曾經親身經歷過，要完成一段遠足的路程，望著高遠的終點，對我來說好像遙不可及。但是，只要望著眼前的石級，踏出腳前一步，然後一步一步的踏上去，在不知不覺間，便到達了終點。

這個經歷，讓我體會到把困難的事，拆解成多項細小部件，然後分項完成，原來沒有甚麼事情是解決不了的。如果在旅途中，有我們的家人、好友相伴，為我們打氣，那麼艱難的旅程，也變得充滿樂趣！

在此鼓勵各位同學，能夠成為生命的鬥士，勇敢面對自己眼前的挑戰；能夠成為自己和別人的啦啦隊，為自己、為同伴吶喊助威，使我們的人生旅途更精彩！

輔導組在本學年已舉辦了多項活動，包括：「喜樂同行 尊重生命 逆境同行」計劃、師兄師姐朋輩輔導計劃、大哥哥大姐姐計劃、成長營、學生關顧工作、成長講座及DSE放榜輔導服務等。另外，十二月亦有「輔導周」活動，以推廣校園的關愛文化，讓同學學習彼此欣賞。同學可透過攤位遊戲了解活動宗旨，更可藉著校園點唱和送贈自製毛絨花及欣賞咭，以表達對老師與同學的謝意。

## 中四輔導日營



4C同學準備挑戰自己，玩高空繩索，很刺激。



4D班旗色彩繽紛，十分奪目。



敢於挑戰自我，你們一定做到。



4E同學和班主任都笑容滿面。



4A同學製作精美班旗。



中四師生來一張大合照。



4B同學信心十足，班主任樂在其中。

## 中一導入課程



大力士又來了，只為幫助同學完成任務。



師弟集中精神玩遊戲。



大哥哥已準備好啦！為今年中一師弟妹認識校園。



我們是否很上鏡呢！



師兄師姊分享在學校生活的心得。



班主任介紹自己時，同學十分留心聆聽。

## 師兄師姐朋輩輔導計劃



師兄師姐先熟習部分桌上遊戲的規則，準備下次午間聚會教中一級同學。



社工向師兄師姐講解和示範帶領集體遊戲的技巧。



師兄師姐設計集體遊戲，中一級同學十分投入。



師兄協助師弟配戴徽章後合照。



師姐與師妹正細心裝飾盒子。



師姐與師妹一同參與桌上遊戲，十分開心！

# 聯課活動組

陳國柱老師

本校聯課活動組為學生提供多元化活動，校內活動單位超過 50 項，涵蓋不同範疇。以培養學生多元興趣，指導學生善用餘暇，發展個性，並協助建立積極進取的人生為目標。

## 學術

- 中文學會
- 英文學會
- 通識學會
- 營商學會
- 普通話學會
- 生物學會
- 地理學會
- English Drama

## 運動

- 男子羽毛球
- 女子羽毛球
- 男子籃球
- 乒乓球
- 花式跳繩
- 男子手球
- 閃避球
- 足球
- 箭藝
- 檯球
- 賽艇
- 單車

## 音樂及藝術

- 男子舞蹈
- 女子舞蹈
- 合唱團
- 視覺藝術
- 水墨國畫
- 中國舞
- 戲劇
- 中樂團
- 中樂班
- 中國鼓
- 中國武術
- 中國書法
- 攝影
- 醒獅
- 白瓷彩繪

## STEM

- 數學學會
- 物理學會
- 科學學會
- 智能機械人

## 其他

- 基督徒團契
- 校園電視台

## 制服團隊

- 少年領袖團
- 女童軍
- 紅十字會青年團
- 少年警訊
- 步操樂團
- 禁毒先鋒隊

## 學生領袖培訓

- |                |                         |
|----------------|-------------------------|
| 四社社長及幹事會       | 積極人生學生大使                |
| 學生會            | 初中學生成長規劃                |
| 領袖生            | 中一級文才武藝學習計劃             |
| 聯課活動學生幹事       | 中一及中二級制服團隊計劃            |
| 資訊科技大使         | 一人一活動計劃                 |
| Green Captains | 中一至中三級「律己以誠 待人以愛」學生獎勵計劃 |
| 社會服務團          | 中三及中四級傑出學生領袖培訓計劃        |
| 師兄師姐前輩輔導計劃     | 高中學生服務社群計劃              |
| 制服團隊領袖訓練       |                         |



少年警訊學員參與新興的地壺運動。

本學年大力推動班際及社際比賽，加強各班及四社之間學生聯繫，協助建立良好人際關係及對學校的歸屬感，社際類包括：陸運會、音樂、才藝及躲避盤比賽；班際類，包括：跳大繩、閃避球及賽艇比賽等。

本學年於中一級開展「中國文才武藝學習計劃」，為每位中一級學生按興趣及意願編配一項「中國文才武藝」計劃內的活動，讓學生了解中國文化的發展及特色，並通過親身參與及學習「中國文才武藝」活動，提升學生愛國情操，建立國民身份認同。

- 中國舞
- 中國水墨畫
- 中國鼓
- 中國書法
- 中國武術
- 醒獅

本計劃完後將安排表演活動，以展示學生學習成果。



社際音樂比賽總冠軍紅社



中一級文才武藝學習計劃，學生於「中國書法」班專注學習。



獅子會禁毒先鋒隊成立典禮

步操樂團與校監、校長大合照。



四社社大會及幹事就職禮

# 中三及中四級

## 「傑出學生領袖培訓計劃」

### 目的：

透過學校領袖訓練，培育及發展學生的領袖素質；培育本校優秀及卓越的領袖人才，協助他們建立國際視野。

### 計劃安排：

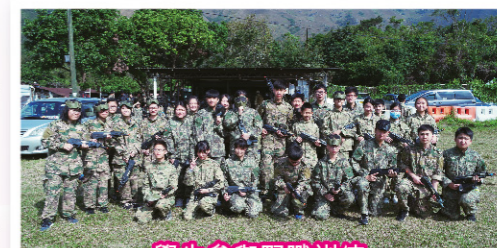
- 凡就讀於本校中三及中四級學生，在學期初按自己興趣及意願選擇參與校內十個不同的領袖培訓單位，接受定期的培訓。
- 透過學期中進行的面試，挑選傑出學生到海外參與境外學習及交流的機會，進一步擴闊學生學習視野。

### 近年校外機構頒發給本校領袖學生獎項：

- 第十四屆沙田區傑出學生選舉團隊競賽冠軍
- 入圍第十四屆沙田區傑出學生選舉決賽
- 2018明日領袖嘉許
- 2018奧比斯學生大使



明日領袖高峰論壇暨明日領袖選舉頒獎禮2018



學生參與野戰訓練，建立團隊合作精神。



學生擔任香港地質公園學校代表，與到港的日本糸魚川學生進行交流活動。

# 初中級「律己以誠 待人以愛」學生獎勵計劃

### 目標：

- 鼓勵學生在不同學習領域、校園生活及與人相處等各範疇上不斷進求卓越及進步。
- 學生透過日常校園的生活和學習，建立修己立人，積極自律的學習精神及態度。

### 評核範疇及準則：

- 守紀有禮：**每階段沒有遲到、缺席及缺點或以上記錄。課室日誌沒有違規記錄。
- 關愛互助：**學生樂於助人，關心同學。
- 活動之星：**學生積極參與學校活動。
- 服務精神：**擔任班長、科長及班會等職務時，盡心盡責。
- 我愛閱讀：**借閱圖書記錄及閱讀課教師評語。
- 功課盡責：**每階段交齊功課記錄。



中一級獲獎學生(1D)



中一級獲獎學生(1B)



中三級獲獎代表



# 地理科及環境教育組

盧雪欣老師

本校地理科與環境教育組息息相關。地理科多年來於初中級推行議題閱讀獎勵計劃，鼓勵學生多閱讀課外書以增進地理知識。各級閱讀主題如下：中一級「城市與農業」；中二級「荒漠、水的煩惱與變化中的氣候」；中三級「能源、自然災害與工業」。此外，地理科亦會安排學生參觀及戶外考察，讓學生走出課堂，認識香港。

環境教育組則推動學生積極參與各項校內和校外的環保活動及比賽，鼓勵他們親身實踐，藉此提高環保意識。另外，我們亦走訪社區，將減廢節能的信息進一步在社區宣揚。在過往的比賽中，學生屢獲佳績，包括：港燈2018年度三星級綠得開心學校大獎、最傑出綠得開心大使、低碳環保標語創作比賽冠軍及全港學界環保栽種比賽園藝組中學組亞軍等。由此可見，他們所付出的努力得到外界充份的肯定。

其他學習經歷



午間環保攤位



參與全港學界種植比賽



舉辦走塑絕膠環保標語創作比賽



一人一花活動



班際月光寶盒回收比賽



中四級地理科使用平板電腦上課

立志成為電動車環保先鋒



文匯報報導本校學生參與校外環保活動

學做「綠大使」 感染身邊人



文匯報報導本校學生成為綠得開心推广大使



本校學生榮獲港燈最傑出綠得開心推廣大使獎



探索礦洞在鞍山



走進社區向街坊分享節能減碳之信息



到社區與長者分享環保心得



參觀香港中文大學赛马會氣候變化博物館



獲港燈嘉許為2018年度三星級綠得開心學校

# 學生會

蕭淑甜老師

本年度候選內閣織夢者(Dreamer)成功得到大家的支持，接任為第二十二屆學生會。「切實成為學生與學校之間的橋樑，並為同學服務，解決疑難」的責任亦交到我們的肩上，繼承並發揚學生會的優良傳統，同時勇於創新，希望不負同學所望。

Dreamer中文直譯是「夢想家」，而我們選擇譯做「織夢者」，希望我們組成的學生會能夠協助同學「編織夢想」，幫助大家在追尋夢想的道路上向前奔；此外，在服務同學的同時，我們亦能學習如何織夢，編織我們自己的夢想。



新舊學生會交接



聖誕老人到訪各班派禮物



聖誕老人整裝待發



點票任務終於完成



點票工作正式開始



學生專心點票



起跳……攔截……結果……



投球……中!



籃球比賽初中組決賽

跳射……中!

其他學習經歷

# 升學及就業輔導

鄭少卿老師

培育學生全人發展，建構獨特的未來，從中可見生涯規劃的重要。升學及就業輔導組致力協助學生認識自我，發掘個人的無限潛能。

由初中級開始，本校已培訓學生提升生活技能，包括溝通、解決困難及決策能力，以助學生建立正面的價值觀和積極的生活態度。在學生升讀高中前，本組會為學生進行性格和職向測試，讓學生更深入了解自己的興趣與探索出路，從而幫助他們裝備自己，制訂長、短期的目標。同時，我們亦透過不同的活動，讓學生在學期間接觸和體驗各式各樣的工作，並提供最新的升學及就業資料，給予適切的輔導。承蒙校董會和校友會多方面的協助，學生有更多機會了解不同的出路，嘗試多元化的活動，擴闊視野，規劃人生。



人生與事業教育計劃

由學校教育到職場體驗，學生會遇到許多挑戰和機遇。本組期望學生可以透過不同的學習經歷，刺激思考未來的出路與選項，配合社會的發展，充份掌握持續個人的生涯教育和推進事業的探索，成就更精彩的人生。



參觀香港專業教育學院沙田分校。



夢飛翔嘉許禮



中四生涯規劃課程



視障人士分享人生經歷。



美心飲食集團參觀活動

## 2007年畢業生梁敬池校友

我在馮堯敬紀念中學完成中一至中七課程，是我打下研究學習根基的重要時段。在這段時期，不論學業和心態調整都得到不少老師幫助，例如我的中五班主任歐陽詠詩老師。在我的化學啟蒙老師吳恩榮副校長影響下，我從高中開始就對化學產生了濃厚興趣，從而影響我往後人生步伐。中學畢業後，我升讀化學高級文憑，我得到不少老師的幫助和啟發，讓我能順利完成大學課程和開始我的研究生涯。



梁敬池校友(右一)

在香港完成化學碩士後，我便前往日本開始博士課程。在日本三年，是我人生比較辛苦，也是快速成長的階段。日本人的工作非常認真，對每件事物都仔細考慮過才會下結論。正好補足我們香港人忙快的不足。我決定去日本選擇與我之前完全不一樣的路，學習自己從未接觸的材料方向研究，希望開拓自己新的發展方向。日本政府比較重視基本科學研究，因此在2017年取得了博士學位後，資助我到外地交流，前往荷蘭，在2016年化學諾貝爾獎Ben L. Feringa教授的實驗室，開始下一段研究工作，因此也成就了我今日在荷蘭與諾貝爾獎得者繼續工作。荷蘭的工作環境比日本更加人性化，他們注重效率，同時也兼顧細節。這使我結合在日本學習所得，令我的研究有更好的發揮。

總結這些經驗，多元的環境使我有更廣闊的視野，產生了更多更前瞻性的想法和研究成果，也令我更能容易去適應瞬息萬變的社會。

# 學生全方位日本體驗學習行

吳恩榮副校長

在二零一七至一八學年，30名傑出學生領袖、6位老師和1位香港聯合國教科文組織地質公園的同事一同於試後活動期間前往日本進行了一個為期8天的交流考察活動。考察的地方包括糸魚川、金澤、白山、東京等地。是次考察的活動，除了參觀地質公園外，也包括參觀一些神舍和恐龍化石



交流團獲當地政府市長接見。

場等，同學亦有機會參與不同的活動，如製作翡翠飾物、嘗試傳統的織布方式和尋找化石等。

此外，師生亦有機會到訪當地的兩所中學，與當地的學生進行文化交流。我們有機會向他們介紹我們的學校，亦可以了解他們學校的特色。在其中一間學校更可以和他們的學生一起學習可持續發展的理念，真是大大擴闊了大家的視野。



在糸魚川的火車站也有我們到訪當地的資訊顯示。

是次全方位日本體驗學習行能成功舉辦，實有賴陳蕙婷校監的推薦及介紹，並承蒙香港中國婦女會境外交流津貼計劃，以及馮堯敬慈善基金會撥款資助活動成行。

參與體驗學習行的學生均來自校內不同領袖組別，獲入選的學生經過不同的領袖訓練活動，包括：活動籌劃、服務學習、團隊訓練、演講訓練、香港地質公園考察等，每位入選的學生在參與及投入度等評核標準上都獲得相當高評價。期望通過是次體驗行，進一步擴闊學生的國際視野，通過學習、考察及兩地交流，進一步提升學生的領導才能，協助他們面對日後升學及就業的挑戰。



與當地學生一同討論可持續發展的概念。



參觀當地傳統的編織廠。



除了參觀地質公園外，也會參觀當地的著名景點。



兩地同學進行文化交流。



參觀當地一間中學的潛水訓練池。



參觀當地原住民的住屋。



交流團也不時受到當地報章記者的訪問。



考察時路途頗有挑戰，需要互相幫助。



考察地質公園也需要有足夠的體力。

# Asian and Oceanian High School Students' Forum 2018

Ms Pun Lai Hung, Vice-principal

## Discussion and Cooperation with the World

The Asian and Oceanian High School Students' Forum is an annual event held in Wakayama Prefecture, Japan. The forum objectives are twofold. First, students conduct rigorous research, compiling data from various sources including leading educational institutions in their home countries. Second, this information is disseminated through presentations and conversations with students from the Asian and Oceanian region, fostering collaboration and mutual understanding.

Last summer from July 24 to July 29, senior student Wills Yick Long Hin attended the forum accompanied by Vice-principal Ms Pun Lai Hung. Wills selected Tourism and Culture for his research and made a thorough study on the topic *Countryside Tourism*. He presented his findings in the Sectional Meeting and discussed the issue in the General Meeting of the Forum. Other research categories presented in the meetings included *Measures against tsunami and other disasters, Environmental issues and Education*.



Brainstorming Ideas at the Preparation Meeting



All Participating Teachers at the Exchange Programme

Participants of the Forum included students from Wakayama Prefecture and other prefectures in Japan, and also 20 other students from Australia, Brunei, Cambodia, China, Hong Kong, India, Indonesia, Korea, Laos, Malaysia, Mongolia, Myanmar, Nepal, New Zealand, Philippines, Singapore, Taiwan, Thailand, Turkey and Vietnam. All these young participants acted as ambassadors for their countries or cities; providing leadership and sharing the collective responsibility to their local communities, Asia and the wider world.



All Participating Students at the Exchange Programme



Ms Pun at the Sectional Meeting



Introducing Participants at the Opening Ceremony



Get Ready for the Sectional Meeting



Happy Moment at the Reception

Day	Morning Event	Afternoon and Evening Event
July 24	Orientation	Opening Ceremony Introduction of Participating Areas
July 25	Study Tour to World Heritage Site (Koyasan)	Study Tour to Koyasan Preparation for the General Meeting
July 26	Sectional Meeting	Preparation for the General Meeting
July 27	Rehearsal for the General Meeting	General Meeting Student Exchange Reception hosted by the Governor
July 28	Homestay for Students	
July 29	Completion of Homestay and Departure for Hong Kong	

## From Wills Yick

This was a "once-in-a-lifetime opportunity" that not many can have, let alone for someone at my age. To be able to be immersed in other cultures was really a great experience. In this 6-day event, beautiful friendships blossomed. I've made friends with students from around the globe. It was a true pleasure to be able to exchange experiences and knowledge with people of different cultural backgrounds. The thing that struck me most is that, no matter where we are from, we're all the same, so we can live peacefully together, like a family.



Wills Yick at the General Meeting

# 香港中國婦女會賣旗日

盧雪欣老師

是次賣旗日活動，本校參與之家長、老師及學生共335人。各人無懼風雨，於賣旗日當天早上在學校禮堂集合後，便分批乘坐旅遊巴到達上環、西營盤及香港仔賣旗。是次賣旗日籌得的款項，將全數資助香港中國婦女會屬下四間教育機構及四間安老服務機構的經費，以持續推動各項育才發展、護幼及扶老服務等。



師生整裝待發，上下一心，於出發前大合照。



賣旗日之旗貼為本校學生設計



上環



西營盤

香港仔



# 生涯規劃

張智槐助理校長 許寶娟助理校長

其他學習經歷



不同行業的人士分享。

為了讓學生及早瞭解自己，我們為學生制訂成長規劃藍圖，就不同的級別訂定不同目標。另外，我們更為學生舉辦不同講座、日營、工作坊及不同實踐計劃，協助學生瞭解自己的性向和能力，積極為自己的未來訂定目標和計劃。

學生升上高中後，學校更會為他們提供直接有用的一手資訊，包括安排同學參觀不同專上院校及大型機構的不同部門，邀請不同行業的成功人士向學生分享職涯奮鬥故事，又會邀請在不同行業工作的校友與學生直接對話，讓他們瞭解不同行業的工作情況。此外，我們更為學生提供個別性向問卷分析、小組及個人輔導、模擬放榜等活動，並編撰校本升學及出路指南，協助學生及早規劃自己的生涯。

通過多元化的活動，我們期望學生可以瞭解自己，讓他們認識多元出路，不論升學或就業，只要及早規劃，總有一條適合自己的道路。

中學階段是學生由青少年進入成年人的一个重要階段，也是學生由校園學習進展到社會工作的一個重要轉捩點。為了避免學生在茫茫人生中迷失，在升學與就業兩條路中不知如何抉擇，我們由初中開始，已經為學生籌劃，向學生提供不同種類的生涯規劃活動，讓學生在離開校園時，對自己的興趣、能力、性向及不同出路，都有基本的瞭解，也讓學生就自己的本性才能，知道自己跟著要走的路，及早探索未來的方向，訂立學業及工作目標。



不同行業成功人士與同學進行師友般交談。



邀請成功人士分享人生不同階段也可追尋夢想。

# 2017/2018年度校外比賽獲獎選錄 (冠、亞軍及表現卓越獎項)

學生表現

校外比賽項目	獎項	學生
<b>朗誦、演說</b> 第69屆國際朗誦節中文朗誦比賽	冠軍	中三級 廖映宏
中三級女子詩詞粵語獨誦	冠軍	中三級 胡凱儀
中三級女子散文粵語獨誦	冠軍	中三級 李蔚嫻
新知識文化學術研習社 全港中學生演講比賽——夢想盃	冠軍	中三級 李蔚嫻
新市鎮文化教育協會 第20屆全港中小學普通話演講比賽2018	優異星獎 最佳參與學校獎	中四級 劉妍 本校
<b>數學</b> 亞洲國際數學奧林匹克聯合會、香港數學奧林匹克協會 2018亞洲國際數學奧林匹克公開賽 (AIMO Open) 香港賽區初賽暨港澳數學奧林匹克公開賽 (港澳盃HKMO Open) 2018亞洲國際數學奧林匹克公開賽 (AIMO Open) 晉級賽	金獎 銀獎 金獎 銀獎	中二級 黃興浩 中三級 林慧冰 中五級 羅敏婷 中二級 朱俊傑 中三級 林慧冰 中四級 范雅茵
中國數學教育研究會、華夏孟組委會及中國教育學會教育機制研究分會 「華夏盃」全國數學奧林匹克邀請賽2018 (香港賽區) 初賽 「華夏盃」全國數學奧林匹克邀請賽2018 (香港賽區) 總決賽	一等獎 二等獎	中三級 林慧冰 中三級 林慧冰
奧冠教育中心 泰國國際數學競賽2017 (香港賽區) 教育局數學教育組 中學數學閱讀報告比賽(2017/2018)	金獎 二等獎	中五級 羅敏婷 中五級 羅敏婷
<b>創意科技</b> 理腦思科儀器公司 2017巨型環保機械獸工作坊及大賽 2018全港學生科技大賽巨型步行機械獸速度組 巨型步行機械獸環保及設計組 保良局 香江匠人匠事計劃	冠軍 亞軍 亞軍 亞軍 最具有市場營銷策略大獎	中三級 陸灝軒 中三級 黎展騰 中二級 賴兆輝 中二級 潘子健 中六級 范曉鈴 中六級 鄭曉琪
中華科技出版社、廠商會中學及資優數學與科技 (STEM雜誌) 深水埗青年科技節青年科技習作比賽 (智能溫室)	二等獎	中五級 郭詩雅 中五級 曾芷晴
<b>創意科技教育協會</b> 第12屆「創協盃」創意科技機械人大賽電子科技創新設計比賽 應用可再生能源設計暨競技大賽2017 最佳環保物料應用 最佳設計	一等獎 一等獎	本校 潘子健 中二級 龐文浩 中三級 林以誠 中五級 潘子健 中二級 陳樂庭 中五級 曾芷晴
沙田區撲滅罪行委員會 沙田區歲晚防賊罪新年華「防止網上罪行-VR」短片拍攝比賽	亞軍	中四級 葉嘉晴 中五級 周偉峰
<b>體育</b> 香港檯球總會 控球在手比賽女子組 屯門渠仔會永隆中學 永隆盃校際射箭比賽男子高中組 北區體育會 北區青少年室內射箭公開賽男子甲組 香港射擊總會 黃大仙區射擊公開賽初級組 心誠盃青少年射擊比賽 甲組淘汰賽 中國香港單車總會 香港特別行政區成立20周年紀念全港青少年單車機大賽 男子乙組個人賽 女子丙組個人賽 男子丙組團體賽	碗賽冠軍 亞軍 亞軍 亞軍 冠軍 冠軍 亞軍 亞軍	本校檯球隊 中五級 王文傑 中五級 王文傑 中五級 王文傑 中四級 林焯明
2017-2018年度外展教練計劃單車比賽 (初賽) 男子乙組計時賽 2017-2018年度外展教練計劃單車比賽 (決賽) 男子乙組障礙賽 男子甲組障礙賽 男子丙組障礙賽 女子甲組障礙賽	亞軍 全年總亞軍 冠軍 亞軍 亞軍 亞軍	中四級 谷德榮 本校單車隊 中四級 谷德榮 中五級 林以誠 中一級 麥伯聯 中五級 姚采盈
2017沙田單車及長跑比賽暨新年華籌備委員會 慶祝香港回歸祖國20周年——2017沙田單車及長跑比賽暨新年華 破風之旅15公里公路單車比賽學校男子邀請組個人賽 破風之旅15公里公路單車比賽學校男子團體賽 花車巡遊比賽 維特健靈慈善單車馬拉松 慈善單車學校盃中學組 學校組花車巡遊最具創意獎 香港警務處 智Ride單車安全嘉年華2018暨場地單車及單車機比賽	亞軍 亞軍 冠軍 冠軍 冠軍 總冠軍 全場總冠軍 最積極參與大獎	中四級 谷德榮 本校單車隊 本校 本校單車隊 本校單車隊 本校單車隊 本校單車隊 本校單車隊
場地單車200米行進間計時賽 女子甲組 場地單車團體競速賽 男子乙組 男子丙組 場地單車個人200米 男子乙組 男子丙組 女子甲組	亞軍 亞軍 亞軍 冠軍 冠軍 冠軍 冠軍	中五級 姚采盈 中四級 谷德榮 中一級 華俊希 中四級 顏配元 中一級 顏配元 中五級 周嘉慧 中五級 姚采盈
場地單車個人1000米 男子甲組 女子甲組	亞軍 冠軍	中四級 何世沔 中五級 陳嘉謙 中五級 姚采盈
場地單車機2000米4人接力 男子甲組 男子乙組 男子丙組 女子甲組	亞軍 冠軍 冠軍 冠軍	中五級 張熙熙 中五級 李浩博 中四級 谷德榮 中四級 李浩博 中四級 李浩博 中四級 李浩博 中五級 李浩博 中五級 李浩博 中五級 李浩博 中五級 李浩博 中五級 李浩博
女子丙組	冠軍	中一級 張嘉頌