



粵港澳台青少年
花式扯鈴比賽中
學個人組(高中
女子組)冠軍



賽馬會一攬雄心校際七人欖球邀請賽(決賽)亞軍



第六十一屆學校舞蹈節中學組爵士舞及
街舞(群舞)甲級獎



跆拳道大滿貫世青俱樂部聯賽(香港站)
對打男子15-17歲63-68公斤季軍



第二十七屆全港中小學普通話
演講比賽優異星獎



香港中國婦女會馮堯敬紀念中學
第三十三屆畢業禮

學校體適能獎勵計劃金獎



第十九屆中學基建模型創作比賽2025
最高抗震能力獎季軍



智能虛擬運動大賽(中學組)包山狂熱冠軍
及維港競速游亞軍



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



三十五載攜手行

追求卓越共創新

馮堯敬紀念中學



目錄



- 1 校長的話
- 2 AI虛擬學生大使：文學博、沈杜芝
- 3 校慶啟動禮
- 4 校監、校董蒞臨本校，了解學校發展成果
- 6 35周年校慶歌舞劇——《我們與時間同行》
- 8 學校資訊日
- 12 教學與課程、中一級暑期適應活動、語文政策
- 14 自主學習策略：學習規劃及反思
- 15 自主學習策略：課前預習
- 16 自主學習策略：運用資訊科技進行學習
- 18 自主學習策略：推廣閱讀
- 19 中華文化、國民教育
- 20 價值觀教育
- 22 聯課活動
- 24 藝術教育
- 25 可持續發展教育

- 26 創意科技、STEAM教育
- 28 體育活動
- 30 健康校園：推行「健康校園——健康早餐資助計劃」
- 31 健康校園：積極參與各項體育運動獎勵計劃
- 32 健康校園：推廣活躍及健康的生活方式
智能運動室及體育網上學習平台
- 33 公民、品德及生命教育
- 34 生涯規劃
- 35 學生成長與關懷
 - 輔導組
 - 訓導組
 - 學生學習支援組
 - 校園精神健康
- 39 學校自評、APASO
- 41 校園設施
- 44 家長心聲
- 46 校友心聲
- 47 校外比賽獲獎選錄



香港中國婦女會馮堯敬紀念中學
第三十三屆畢業禮

第九屆沙田傑出學生運動員優秀運動員獎



香港中國婦女會馮堯敬紀念中學
第三十三屆畢業禮

亞太區優秀才能藝術節比賽敲擊樂中學組冠軍



第七十六屆校際朗誦節中文朗誦比賽1亞1季5優良4良好



SGREEN x 回收@校園比賽
最高回收量學校獎及最佳回收角設計學校獎銀獎



亞洲傑出精英藝術節大賽樂在中秋音樂比賽(中學組)中樂冠軍



亞洲國際數學奧林匹克公開賽(AIMO Open)總決賽1銀2銅



教育局數學閱讀報告比賽表揚獎



亞洲傑出精英藝術比賽敲擊樂(中學組)冠軍及多項獎項

校長的話

校長 孫莉華博士



時光荏苒，轉眼又屆學年之末。回首這一年，我們不僅迎來了學校三十五周年的重要里程碑，更在挑戰與機遇並存的旅途中，見證了無數溫暖的成長故事。校園裡每一份蓬勃的朝氣、每一抹真摯的笑臉，都讓我心懷感恩。在此，我謹代表學校，向所有孜孜不倦的老師、奮發向上的同學、鼎力支持的校監、校董與家長，以及情繫母校的校友們，致以最誠摯的謝意。

教育的本質，在於點亮心靈、啟迪潛能。我們始終堅信，每一個孩子都是獨特的星辰，擁有各自的光芒與軌跡。因此，本學年我們持續深化課程規劃，在堅實的學科基礎之上，致力於構建一個更寬廣、更具彈性的學習氛圍。我們重視語文能力的紮根與國際視野的孕育，透過多元的語境營造與跨學科活動，讓學習從書本走向生活，與時代同步前行。無論是課堂上的熱烈討論，還是校園中各具特色的語文日、文化活動，都是為了讓同學們能自信地運用知識，優雅地表達自我。

我們深知，在知識更迭迅速的時代，傳授具體內容固然重要，但培養自主學習的態度與能力更為關鍵。學校大力推動「課前預習、課堂互動、課後反思、延伸學習」的自主學習四步曲，並引入有效的學習策略，引導同學們學著為自己訂立目標、規劃時間、檢視進度。看到同學們在學習反思中，真誠地剖析困難、積極尋求改進方法——從調整時間管理到主動請教師長，這份面對挑戰時的韌性與自省，這正是成長最動人的證明。我們也積極擁抱科技浪潮，將人工智能、編程思維、虛擬實境等創新元素融入教學，不僅為同學們配備面向未來的工具，更希望激發大家的創造力與解難能力，讓科技成為實現夢想的翅膀。

學業精進之餘，品格也同樣重要。我們始終將價值觀教育置於核心，冀盼培育學生成為有識見、有擔當、有情懷的公民。透過系統化的價值觀課程、豐富的體驗活動，以及充滿儀式感的時刻，我們引導同學們認識家國文化，培養同理心、責任感與感恩之心。令我尤為感動的，是十二月舉辦的「存感恩・送祝福」活動，校園處處洋溢著同學們親手傳遞的溫暖與關懷。這份發自內心的善念，讓我們的校園不僅是求知的殿堂，更是充滿愛與尊重的生命共同體。

學校是孩子們探索自我、綻放光彩的舞台。我們提供極為多元的聯課活動與校隊訓練，從學術探究、體育競技、藝術創作到領袖培訓、社會服務，選擇眾多，每一位同學都能在這裡找到屬於自己的興趣與位置，在團隊合作中學習溝通，在服務奉獻中體現價值。特別是本年度為慶祝三十五周年校慶，於十一月在壽臣劇院隆重上演的歌舞劇，台前幕後凝聚了師生的無數心血，是一場精彩絕倫的藝術盛宴，更是一次深刻的生命教育，充分展現了馮堯敬師生的才華、熱情與團結精神。此外，十二月的學校資訊日亦辦得有聲有色，感謝老師們的精心籌劃，讓社區與家長得以近距離感受我校的活力與特色。

學生成長之路，需要全方位的守護與支持。我們透過訓輔協作、學習支援、生涯規劃以及積極推廣的精神健康活動，構建起緊密的關顧網絡。無論是幫助中一新生適應轉變的「師兄師姐計劃」，還是為高中同學紓緩壓力的各類工作坊，我們都期望能陪伴同學們走過青春的迷茫與挑戰，培養積極樂觀的心態。我們也欣喜地看到，透過推廣閱讀、設立舒適的圖書館與「校園好精神角」，以及鼓勵健康早餐、恆常運動的計劃，校園中正逐漸形成一種注重身心平衡、追求可持續發展的生活文化。

家長的信任與協作，是學校發展最堅實的後盾。從持份者問卷中，我們欣慰地看到大家對學校氛圍、教師教學及成長支援的正面肯定。我們珍視這份認同，同時也認真聆聽各方意見，尤其在激發學生學習興趣與自信方面，我們將持續優化，與家長攜手同行。校友們的成就與回饋，是對母校教育成果的最佳印證。你們在大學生活中展現的自律與適應力，印證了中學階段的鍛鍊確能奠定深厚根基。你們的奮鬥故事，也將繼續激勵在校的師弟師妹勇敢追夢。

親愛的同學們，站在三十五周年的新起點上，學校的硬件設施不斷更新，從嶄新的圖書館、航天科技室到智能運動室，都為你們的探索與成長提供了更優越的環境。但比硬件更重要的，是這裡的「人」——關懷你們的老師、陪伴你們的同學、支持你們的家長。願你們珍惜這份緣分，在未來的日子裡，繼續以好奇心探索知識的海洋，以同理心關懷身邊的世界，以堅毅心克服前方的挑戰。

最後，再次感謝全體教職員的無私奉獻，感謝校董會的指導，感謝家長一直以來的信任與配合，感謝校友對母校的深厚情誼。讓我們繼續攜手，秉持「博學篤志」的精神，共同為孩子們編織一個充滿希望、閃爍光芒的未來。

FUNG YI CONDOMINIUM SECONDARY SCHOOL 祝願大家身體健康，生活愉快！



AI 虛擬學生大使

设计理念 陳梓健老師

「文學博」與「沈杜芝」的名字皆別具用意：

「文」姓從本義延伸，蘊含文化、文字、才華與禮儀等美好意涵；「沈」姓起源於西周，具深厚的歷史底蘊，給人沉穩、有氣質的形象。在命名上，「學博」取自校訓中的「博學」，而「杜芝」則以諧音呼應校訓中的「篤志」。兩位學生大使分別象徵「博學」與「篤志」的精神——鼓勵同學保持求知探索的熱情，亦提醒大家堅守目標、踏實前行。

在校慶「三十五載攜手行，追求卓越共創新」的主題下，他們既是校訓的化身，也是與時並進的見證，讓傳承與創新能以更貼近學生的方式延續下去。

大家好，我是文學博，就讀中三級，是本年度校慶的 AI 虛擬學生大使。

我的名字取自校訓「博學篤志」前二字，寄寓同學在求學路上廣泛學習、堅定志向的精神。

我性格樂天陽光，對學習與運動都充滿熱誠。課堂上，我喜歡探索不同學科的知識，思考問題背後的原因；運動場上，我享受挑戰自我、與同學並肩合作的過程，從中學會堅持與紀律。

作為 AI 虛擬學生大使，我希望結合科技與校園生活，陪伴同學在學習路上成長，並在校慶這個重要時刻，與大家一同見證學校的發展與傳承校訓精神。



文學博

大家好，我是沈杜芝，就讀中五級，也是本年度校慶的 AI 虛擬學生大使。我的名字取自校訓「博學篤志」中的「篤志」諧音，寓意堅定目標、踏實前行。

我性格文靜溫厚，關心身邊的人，特別喜歡陪伴與帶領師弟師妹成長。無論在學習或校園生活中，我都樂於分享經驗、耐心傾聽，與同學一同面對挑戰、累積成長的力量。

作為 AI 虛擬學生大使，我希望在校園中發揮承傳與引領的角色，透過科技支援學習與交流，讓關愛與校訓精神在校園中薪火相傳，陪伴每一位同學穩步成長。



沈杜芝

2025年7月3日

校慶啟動禮





2025年5月29日

校監、校董蒞臨本校， 了解學校發展成果



2025年11月18日

35周年校慶歌舞劇

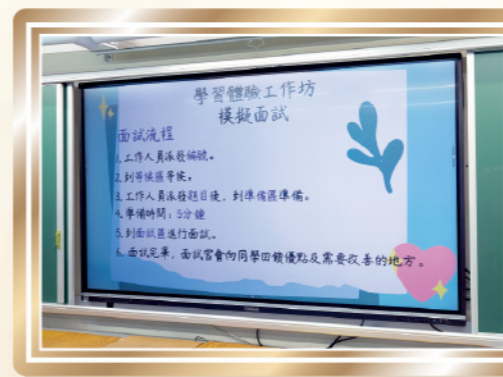
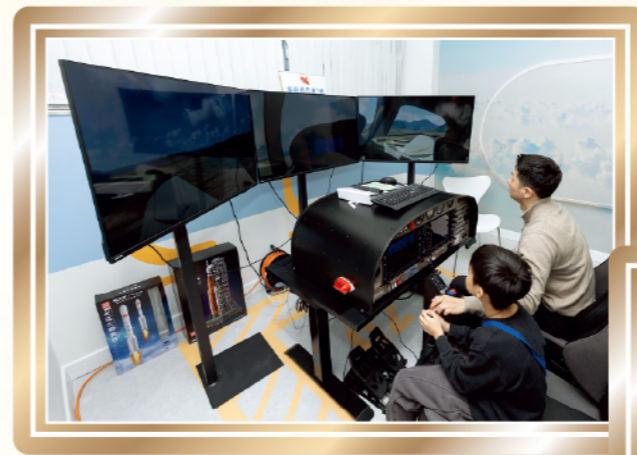
《我們與時間同行》





2025年12月13日

學校資訊日





2025年12月13日

學校資訊日



香港中國婦女會馮堯敬紀念中學
學校資訊日
學生成長及支援
2025-2026



教學與課程

盧雪欣副校長

本校訂立清晰的學習宗旨和目標，有策略地按優次推行初中及高中課程。我們提供涵蓋八個學習領域的科目，包括初中價值觀教育課、高中其他學習經歷課程及應用學習課程，以配合學生不同的興趣、需要和性向；並輔以多元學習活動，促進學生的全人發展。

本校著重提供多元化選擇，包括選修科目及選修單元，以切合學生不同的學習興趣、能力和需要，幫助他們在中學階段建立穩固的知識基礎，為日後升學作好準備，同時培養終身學習的能力、正確的價值觀和態度，以回應時代發展。



Reading and Speaking Activities

- 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，設有公民、經濟與社會、中國歷史、歷史、地理及科學等科目，以銜接高中課程。
- 因應學生不同的能力和需要，在初中中文、英文及數學科實施分組教學，照顧學生的學習多樣性。
- 通過多樣化的學習活動，提升學生的學習趣味及信心，例如主題學術日、跨學科活動（如中華文化日、博物館參觀）及 STEAM 教育等。
- 各科推行多元化及持續性的評核，除傳統考測外，亦重視學生的課堂表現、學習態度、習作質素等進展性評估。同時推行「以班為本、多予小測、快予回饋」的措施，鼓勵學生持續學習。
- 透過網上自學計劃，鼓勵學生善用本校 Google Classroom 及各學習領域的網上學習平台，進行課前預習、課堂互動及課後延伸學習。
- 協助學生建立自主學習常規，推廣自主學習四步曲：「課前預習 → 課堂學習 → 課後反思 → 延伸學習」。
- 推展全方位學習活動，透過專題研習日，安排學生參觀博物館及體驗文化藝術欣賞。
- 幫助學生掌握及應用有效的學習策略：初中加強學習目標、學習策略及考試技巧訓練；高中則加強學習策略、應試技巧及時間管理訓練。
- 因應學生需要及課程發展趨勢，保持課程的均衡性，並持續提供豐富多元的學習經歷。

中一級暑期適應活動

盧雪欣副校長

本校於每年七月舉辦中一級暑期適應活動，協助獲派本校的小六學生認識及適應中學的新環境、新老師、新同學和新生活，減輕升中憂慮，愉快迎接新學年。活動完成後，中一新生能初步掌握上課常規，了解學校環境與設施；並透過校本課程及多元學習體驗活動，培養學習興趣，發掘自我潛能。

功課輔導班中，同學展現專心致志。



禮堂共聚，重溫校園精彩片段。

語文政策

盧雪欣副校長

- 在各級英語課程編設不同選修單元，讓學生透過多元學習範疇，鞏固英文基礎。
- 提供豐富的英語及普通話學習機會。初中部分班別的中文課採用普通話教學；其他科目則加入與課程相關的英語延展教學活動，豐富英語學習元素。
- 推行校本「全方位英語學習計劃」，讓學生體驗課堂以外的英語語境，拓展生活中運用英語的層面。
- 透過跨學科協作，舉辦英語學習活動，提升學生於學科中運用英語的信心。
- 藉中文科「文化龍門陣」活動及閱讀時事新聞，配合定期的中英文評論寫作，提升學生雙語寫作能力。
- 逢星期二為「普通話日」，星期四為「英語日」，營造運用普通話及英語溝通的氛圍，培養學生良好的語文學習態度與習慣。
- 透過校園電視台積極推廣語文活動，增進學生的語文知識；並於課餘時間提供多元語文學習機會，例如「趣味普通話」攤位遊戲及 English Wonderland (英語主題活動)。
- 推動「每日英語」(Living English Every Day) 及「每月英語熱門話題」(Breaking News) 學習活動，增加學生接觸常用英語的機會。
- 上學年，本校學生於發展局綠化園境及樹木管理組舉辦的「綠意遊賞·小遊記創作比賽」中，榮獲初中組及高中組優異獎。



Global Village



文化龍門陣：師生共論時事，探求卓越行善。



英語增潤課程：認真學習英語，精益求精，再創佳績。



English Wonderland - Let's Read Together! ~The Three Kingdoms~



穿戴劍擊裝束，親嘗劍擊樂趣。



親子共創全息圖，探索STEAM樂趣。

自主學習策略：學習規劃及反思

盧雪欣副校長

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提升自主學習的能力、意識及動機，從而促進學生學習的自主性，及對學習持續追求。本學期初，學生寫上個人學習目標和計劃，在新學年開始做好學習準備。

制定學習目標和計劃內容

- ▶ 學生認真審視自身學習目標
- ▶ 明確理解成績背後的意義與改進方向
- ▶ 訂立具體、可衡量且具挑戰性的學習目標
- ▶ 按優先次序制定個人溫習時間表
- ▶ 準備合適的學習材料與文具，如課本、作業、筆記及參考書
- ▶ 在學習過程中持續檢視與調整方法
- ▶ 養成定期複習、按時完成作業及保持專注的良好習慣
- ▶ 積極尋求同儕與教師的協助，以提升學習動力與成效



辛勤耕耘，測驗成果豐碩。

學生學習反思

學習過程中曾遇到的困難和挑戰	調整及改進學習策略克服困難
我常常感到時間不夠用，難以兼顧各科溫習，學習效率不高。	嘗試制定更詳細計劃，將每周的學習目標具體化，並使用時間管理工具提高專注力。主動與同學一起討論和分享筆記，加深對課程內容的認識。
升上高中後，我覺得課程內容比初中難很多，有時聽不明白，考試時也因為字數上有較高的要求，往往寫不完答案。	我在家多練習書寫速度，讓自己在測考時寫得更快。遇到不明白的地方，我會在課後請教老師或同學，直到弄懂為止。
我溫習時經常覺得內容無法記住，好像怎麼讀都進不了腦。	我調整了溫習順序，把最難的科目放在早上精神最好的時候讀。同時我也提醒自己要放鬆心情，讓大腦有時間消化所學的內容。這個方法對我很有用，我會繼續保持。
我常常睡不夠，專注力不足，時間分配也做得不好。	我現在會確保自己有足夠睡眠，並把玩樂和溫習的時間清楚分開。我堅持在固定時間做該做的事，幫助自己提升專注力。
我覺得自己學到的知識不會運用，也不太明白題目要求。	我重新安排了溫習時間表，減少不必要的活動，增加睡眠，也調整了學習心態。長假期時，我會特意安排時間溫習，鞏固所學。
我溫習時很容易分心，常常拖延，還會忍不住玩手機。	我在溫習前5-10分鐘就不再看手機，讓自己慢慢進入專注狀態。我也制定了時間表，規定自己在某段時間一定要專心溫習，慢慢養成習慣。



目標引領前行，統測喜獲佳績。



心態決定步伐，成績印證努力。



測驗成果豐收，彰顯學習成效。

自主學習策略：課前預習

歐陽敏正助理校長

本校推行課前預習已有多多年經驗，並持續優化相關安排，使預習成為學生恆常的學習策略之一。

1. 課前預習是什麼？

課前預習是指學生在教師講授新內容前，主動而有目標地對即將學習的教材進行初步閱讀與思考。其核心精神在於「帶著問題進教室」，而非被動地等待知識灌輸。

2. 如何做好預習？可參考以下「SQ3R 閱讀法」步驟與技巧：



自主學習的目標是延伸個人學習領域，透過比賽實踐課本內外知識。

步驟一：瀏覽 (Survey) - 約 5 分鐘
快速翻閱即將學習的章節。看大標題、小標題、粗體字、圖表、摘要和結論。

目標：了解這堂課主要學什麼，知識的整體結構是怎樣的？

步驟二：提問 (Question) - 約 5 分鐘
將標題轉化為問題。例如，如果標題是「邊際回報遞減定律」，你可以問自己：「甚麼是邊際回報遞減定律？」「它在什麼情況下成立？」

目標：帶著這些問題去閱讀，讓閱讀更有目的性。

步驟三：閱讀 (Read) - 約 10-15 分鐘
帶著你的問題，仔細閱讀課文內容。不必追求逐字逐句的理解，重點是把握核心概念，用筆做記號（劃線、圈關鍵詞），但不要大段抄寫。

步驟四：複述 (Recite) - 約 5 分鐘
讀完一個小節後，把書本合上，嘗試用自己的話複述這一節的核心內容，或者回答步驟二中提出的問題。這是關鍵一步，這能立刻檢驗你是否真的理解重點。如果說不出來，就回去再看一遍。

步驟五：複習/反思 (Review) - 約 5 分鐘
快速回顧整個預習的內容，整理還不明白的要點，必將這些疑問清楚地記錄在筆記本或課本空白處。這就是你明天聽課的重點。

總結而言，課前預習是一項「低投入、高回報」的學習投資。它促使學生從被動接收者轉為課堂的積極參與者，最終實現師生「雙贏」。同學們，不妨從今日起，為下一節課認真預習，你將驚喜於它為學習帶來的成就與轉變。



自主學習策略： 運用資訊科技進行學習

胡曄寧老師
霍子宇老師

運用創意科技促進學與教， 迎接AI數字教育新時代

隨著人工智能 (AI) 浪潮席捲全球，教育局近年積極推動數字教育，並強調「初中人工智能課程單元」及編程教育的重要性。本校致力在校園構建全方位的創意科技學習生態系統，讓每位學生都能在數字時代中自信成長。



學習無人機足球，勇於嘗試，展現團隊協作精神與科技體育活力。

善用撥款，引進先進科技資源

為讓學生接觸前沿科技，學校積極爭取外部資源，成果顯著。我們成功申請「中學IT創新實驗室計劃」資助，首階段 (2020/21至2022/23學年) 獲批\$685,400，第二階段 (2023/24至2025/26學年) 再獲批\$999,800。這些資源已全數轉化為學習計劃，舉辦如「Fancy Drone Coding」及「Basic Drone Coding」等無人機編程活動。同時，透過引進「AR2VR Studio」及「Co-Spaces Edu元宇宙」等技術，打破課室界限，讓學生親身體驗虛擬與擴增實境的創作樂趣。



全情投入VRAR體驗學習，展現探索精神與自信，裝備自己迎接未來挑戰。



勇於嘗試操控無人機，不怕失敗，專注學習，盡展探索科技的堅毅精神。



專注無人機訓練，掌握飛行技術，成就未來科技領航員。



同學們全情投入編程教育，展現卓越的運算思維能力與創新潛力。



模擬飛行啟發航空夢想，學生專注學習，展現未來機師風采。

多元課程，激發學生潛能

本校科技教育不僅重視理論，更強調動手實踐與多元發展。課程涵蓋從基礎的Scratch與Python編程，到進階的「IoT物聯網智能生活」應用。對航空科技有興趣的學生，可參加「模擬飛行機師培訓課程」，並參與「Aerosim全港校際航空比賽」及「小紅花科創家」等賽事，屢獲佳績。此外，我們重視資訊素養與媒體教育，透過參與香港青年協會的青少年媒體素養與數碼素養計劃，以及香港科技創新促進組 (HKtag) 的資訊素養及善用人工智能計劃，舉辦講座、培訓等活動，提升學生辨析資訊、運用媒體及數碼素養的能力。學生從中不僅學會編程，更培養邏輯思維、解難能力及創新精神，真正從實踐中獲益。



參與飛行訓練，為生涯規劃作好準備，展現高飛追夢的抱負。



透過 Object Block 建構流動天文台，將科技融入生活，培育學生自信迎接智能城市挑戰。



以學生為本，推動跨科協作

本校堅持「以學生為中心」的教育理念，採取「由下而上」策略，推動資訊科技與各學科深度融合。例如，電腦科與歷史科協作，引導學生運用Google演示工具重現歷史場景，將科技活用於人文學科。這種全校參與、跨組別合作模式，確保全面照顧每位學生的學習需要。我們深信，在學校全方位的裝備下，馮堯敬的學生定能昂首前行，自信投入AI新時代，成為具競爭力與創造力的未來領袖。



專注空氣砲實驗，理解航空力學，激發學習興趣，成就科創人才。



專注投入機械車工程製作，從實踐中體驗解難和創新的樂趣，學生樂在其中。

自主學習策略：推廣閱讀

盧雪欣副校長 施美雲老師

圖書館藏書豐富，處處是寶藏！本校致力推廣閱讀文化，培養學生的閱讀興趣和習慣，讓學生享受閱讀、樂於分享，從閱讀中發展思維、激發創意，並在潛移默化中陶冶品德與情感。

本學年學校的關注事項：建立閱讀習慣，營造閱讀氛圍。

目標：

1. 提高學生對閱讀的興趣，養成閱讀習慣；
2. 讓學生掌握及應用有效閱讀、理解及思考的方法；
3. 擴闊學生的閱讀範圍，增進對不同類型文本的認識。

本學年推行多個全方位閱讀計劃，推動全校閱讀風氣：

- ★ 大力推展初中中英文科廣泛閱讀獎勵計劃
- ★ 加強師生閱讀分享、早會 / 午間圖書推介
- ★ 定期舉行配合每月價值觀及學術日的書展
- ★ 組織讀書會
- ★ 初中級推行「人人有『書』讀——你今日讀咗未？」計劃
- ★ 推行跨學習領域閱讀獎勵計劃
- ★ 初中級中英文科善用網上閱讀資源及協助學生訂立長期及短期的閱讀目標
- ★ 初中級中英文科優化教學內容，提升學生閱讀理解的技巧，促進學生分析和思考的能力。

英文科	中文科
◆ Reading Café	◆ 廣泛閱讀圖書
◆ Library Visits	◆ 有聲好書演繹比賽
◆ Library Reading Quests	◆ 自主閱讀獎勵計劃
◆ Reading Bingo	◆ 全方位閱讀活動
◆ English Award Scheme	◆ 悅讀茶座

跨學習領域閱讀獎勵計劃

- ★ 學生從中一至中三級分階段閱讀不同學習領域的圖書，並撰寫閱讀報告、分享及反思閱讀心得；
- ★ 學生從閱讀中學習，營造校園的閱讀文化，並提高學生對各學習領域的學習興趣；
- ★ 學生從閱讀中探求不同的知識範疇，建立正確的價值觀與態度；
- ★ 學生從中了解閱讀與學習是持續的歷程，透過持續閱讀鞏固所學。

學習領域	科目(上學期)	學習領域	科目(下學期)
中一級 個人、社會及人文教育	中國歷史 歷史 地理 公民、經濟與社會	科技教育	電腦科 家政 設計與科技
中二級 數學	數學	體育	體育
中三級 科學	生物 化學 物理	藝術	音樂 視覺藝術



「悅」讀茶座：交流閱讀樂趣。



午間英語圖書館活動：營造語境空間。



舉辦「人人有『書』讀——你今日讀咗未？」活動：推廣每日閱讀，培養書卷氣息。

中華文化、國民教育

謝振輝老師
江展毅老師

國民教育組定期邀請師生在早會進行「國旗下的講話」。除了配合國民教育活動規劃年曆，在特定日子如10月1日國慶日、國家憲法日、全民國家安全教育日等進行主題分享外，其他日子亦會結合社會時事，由師生分享國家於社會、經濟、科技、文化、教育、環境等領域的歷史與發展情況，藉此增加學生對國家歷史文化和發展概況的認識。過往的講題包括：哈爾濱舉辦亞洲冬季運動會、回顧錢學森先生對國家的貢獻、《哪吒之魔童鬧海》票房佳績，以及介紹中國桌球選手趙心童等。

本校自2024-2025學年成立升旗隊，協助學校每週舉行一次升旗儀式和奏唱國歌。學生通過參加升旗隊，接受相關的步操及升旗儀式訓練，並在恆常升旗禮及學校重要活動如陸運會、畢業禮等負責升旗儀式，有助培養學生對國家的尊重、歸屬感和自豪感，同時增進學生對國家歷史文化的認識。此外，學校定期舉行的升旗儀式，亦有助提升全校學生對國家的認同感和歸屬感。

國民教育組參考「國民教育——活動規劃年曆」及配合學校全方位活動日，定期舉辦各種活動。例如因應中國人民抗日戰爭勝利紀念日80周年，在禮堂舉行相關的展覽及國民教育講座；亦透過校園電視台與學生回顧「九·一八事變」；邀請嘉賓到校分享「長征精神——國民教育講座」及進行紀錄片欣賞；並參與國家安全教育微電影欣賞會等。此外，本校亦積極參與教育局及坊間舉辦的各類比賽，如慶祝中華人民共和國成立76周年——「認識國家高質量發展」網上學習活動、第四屆「全民國情知識大賽」、年度中國歷史人物選舉2025等。透過多元化的活動，提升學生對國家歷史文化的興趣，增強學生的投入感。



國情教育日圖書分享：培養家國情懷，拓寬認知視野，強化國民身份認同。

同時，國民教育組亦會舉辦國情教育周。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。例如舉辦大熊貓小印記：紀念品設計比賽、國情校園遊蹤、國情歷史文化好書分享、國情電影欣賞《奇跡笨小孩》，以及「校園集古村」文化攤位等。透過以上一連串活動，期望能增加學生對國家歷史文化發展的認識和興趣，從而鼓勵他們更積極參加中華文化及國民教育的相關活動，並更關心國家發展。

本組亦與不同科組合作舉辦不同活動，發揮協同效應，如與價值觀教育組合作舉辦「港不完的愛——青年正向思維計劃」，由參與學生主導，透過考察本地抗戰遺跡、訂定主題，最終在本校七樓走廊完成壁畫創作。另外，亦與中文科合作舉辦了水墨畫工作坊、《三國演義》麵塑公仔工作坊及中華廚藝講座等，不但能增加學生對相關中文課題內容的認識，亦提升學生對中華文化的興趣。

在考察活動方面，國民教育組與其他科組合作舉辦南京考察團，安排學生參觀當地歷史文化遺跡，如南京博物院、南京古城牆、中國科舉博物館、中山陵及南京總統府等。透過親身到訪內地、考察當地歷史文化遺跡，以及體驗當地生活，學生能更切實地認識國家發展，並加深對相關的歷史文化的理解。



中華文化攤位活動：互動中深化對中華傳統文化的認識與興趣。



南京歷史文化探索之旅：深入學習六朝古都的歷史變遷與文化底蘊。



學校恆常舉行升旗禮：營造崇敬國家、尊重國旗的校園氛圍。



升旗隊成員參加香港升旗隊總會舉辦的基本步操考核，展現團隊紀律、協作精神與升旗儀式的專業素養。



價值觀教育

立德樹人，全人發展

陳國柱副校長

本學年，價值觀教育組致力推動多元化的學習體驗，旨在全方位培養學生正確的價值觀及態度。我們透過課堂內外的實踐，協助學生訂立成長目標，並鼓勵他們積極參與，定期檢視自身進步，讓每個學生都能在充滿關愛的校園環境中茁壯成長。以下為本年度重點回顧：



參與「藝體同輝 活力全運」水墨創意比賽，向全運會運動員傳遞溫暖。

一、優化課程規劃，深化校園氛圍

為了讓價值觀教育植根於日常學習，學校從課程與校園氛圍兩方面著手：

- 推行初中價值觀教育課：本學年於初中級正式設立「價值觀教育課」。透過精心規劃的校本課程，將價值觀元素有機融入正規課堂，確保學生能系統性地接觸相關知識，深化理解。
- 善用校園電視與閱讀時段：我們善用校園電視台的「閱讀時間」時段，優化國情教育及品德文化冊子內容。在教師的引導下，不僅提升了學生的閱讀興趣，更在潛移默化中建立良好的閱讀習慣與品德修養。



學生透過校園電視台的廣播，在教師指導下閱讀國情教育及品德文化篇章。

二、多元活動體驗，培養堅毅身心

我們深信實踐是檢驗真理的唯一標準，透過動靜皆宜的活動，增強學生的自信與體魄：

- 跨學科主題活動：本組統籌「主題學術日」、「中華文化日」、電影導賞及專題講座等多樣化活動。這些跨科組的協作，不僅提升了學習趣味，更讓學生在實踐中深刻領悟價值觀的真諦。
- 推廣智能運動與健康生活：學校關注學生的身心健康，引入藍芽智能跳繩平台及器材，鼓勵學生設定目標，培養堅毅精神。同時，透過舉辦班際師生比賽，促進班級團結，協助學生建立健康的生活模式。

三、涵養感恩之心，傳遞正向能量

透過情感教育，引導學生學會珍惜與感恩，建立積極樂觀的人生態度：

- 「我的行動承諾」感恩分享：匯聚校長、老師及學生的力量，分享生活中值得感恩的故事。這不僅培養了學生的同理心，更鼓勵學生珍惜身邊人，營造溫暖的互助文化。
- 「感動定格」攝影比賽：配合陸運會舉辦精彩瞬間攝影比賽，鼓勵學生以鏡頭捕捉感動時刻。得獎作品於校內展覽，讓感人的瞬間得以廣泛流傳，凝聚校園正能量。



舉辦《班際基本法問答比賽》，提升學生對香港基本法的認識。



學生於早會進行「感恩珍惜」分享，凝聚正向校園氛圍。

四、藝術連繫家國，實踐公民責任

結合藝術創作與服務學習，提升學生的國民身分認同及社會責任感：

- 「愛心繪校園」壁畫創作：本校獲優質教育基金支持，在「其他學習經歷」課堂中推展此活動。由學生構思設計，並聯同家長及師生共同繪製校園壁畫，推廣自學精神與良好品格，共同營造正向的校園藝術氛圍。
- 「港」不完的愛與家國情懷：學生透過多媒體創作及壁畫設計，講述香港故事，傳承愛國與國家安全理念。此外，學生更參與了「藝體同輝活力全運」水墨創意比賽，繪製打氣創意卡及口號，將傳統文化與體育精神結合，向全運會運動員傳遞溫暖，在社區推廣「堅毅拼搏」與「家國同心」的核心價值。
- 推展服務學習：鼓勵學生走出校園，主動關心國家及香港事務。透過服務學習，學生不僅加深了對社會的認識，更提升了公民責任感、同理心及社交能力，在服務他人的過程中建立自信。



聯課活動

多元聯課活動： 啟發潛能，綻放光芒

陳國柱副校長

本學年，聯課活動組致力營造充滿活力與創意的校園生活，透過多元化的課內外延伸活動，提升同學的學習興趣，建立自信，並發掘他們的潛能。無論你是熱衷動腦的學術愛好者、馳騁賽場的運動健將，還是才華洋溢的藝術創作者，這裡都有屬於你的舞台！

為慶祝本校創校三十五周年，本校師生傾力呈獻一場精彩校慶歌舞劇——《我們與時間同行》。本校學生與埃及國家民俗舞蹈團攜手演出，以舞步為語言，訴說香港青年與埃及藝術從相遇、碰撞到共創的動人故事，旨在推動跨文化學習，引導學子扎根中華傳統，同時擁抱世界多元文化。

本學年的全方位活動精彩紛呈，內容涵蓋學術日、跨學科活動、四社大會、午間活動及全方位體驗日等範疇。此外，學校更特別安排試後與暑期系列活動，讓學習體驗持續延伸至課堂之外。

我們深信每位學生都具備領袖潛質。本校透過「學生領袖培訓計劃」，如四社幹事、領袖生、資訊科技大使、Green Captains及社區大使等，讓同學在服務與實踐中學習，逐步發展潛能、建立自信。

為進一步鼓勵同學追求卓越，本校設立多項獎勵計劃，包括「律己以誠、待人以愛」獎勵計劃，以及「理想學生」、「最佳班會」、「為校增光」等獎項。獲獎同學將獲邀於早會及周會分享心得，體現表率作用。同時，學校地下、梯間壁報板及網頁亦會定期展示同學優秀作品，營造互相欣賞、彼此學習的校園氛圍，讓「互賞互學」的文化在校園內扎根成長。



透過「學生領袖培訓計劃」：同學肯定自我，在服務中學習。



三十五周年校慶歌舞劇【我們與時間同行】暨慶典儀式：共賀里程碑，展望新篇章。

學術	運動	中華文化及藝術	STEAM	制服團隊	其他
中文學會	男子羽毛球 乒乓球	水墨國畫 戲劇	數學學會	香港升旗隊	宗教小組
英文學會	女子羽毛球 足球	中國舞 女子舞蹈	物理學會	香港女童軍	(基督徒團契)
普通話學會	男子籃球 欖球	中樂團 合唱團	科學學會	香港紅十字會青年團	校園電視台
生物學會	女子籃球 賽艇	醒獅 小豎琴班	視覺藝術	香港少年警訊	桌遊學會
地理學會	男子手球 單車	攝影藝術 中華手工藝	STEAM 學會	香港消防及救護青年團	航天飛行學會
	劍擊 田徑			步操樂團	
	閃避球 跳繩				

學生領袖培訓

四社社長及幹事會	馮堯敬社區大使	中一及中二級制服團隊計劃	生涯規劃大使
學生會	師兄師姐朋輩輔導計劃	一人一活動計劃	STEAM推廣大使
領袖生	制服團隊領袖訓練	中一至中三級「律己以誠 待人以愛」學生獎勵計劃	英語大使
聯課活動學生幹事	康樂大使	高中學生服務社群計劃	體育大使
資訊科技大使	校園・好精神大使	健康大使	理想學生計劃
Green Captains			和諧大使
			Reading Ambassadors



沙西區學界男子甲組乒乓球比賽決賽：全力以赴，展現精湛球技。



學校旅行日——中一級同學到海洋公園：拓寬學習視野，促進同儕交流。

藝術教育

張顯榮老師

本校在今年九月為中四及中五級學生安排了「其他學習經歷」藝術課堂體驗。課程設計多元，涵蓋壁畫設計、短片製作、舞台管理及戲劇等不同領域。這些課程不僅為學生提供了寶貴的藝術實踐機會，讓他們親身參與創作、體驗各種藝術形式，更重要的意義在於幫助學生發掘和探索個人興趣及潛能。通過接觸多元的藝術領域，學生能夠更清楚地認識自己的長處和熱情所在。無論是未來將藝術發展作為終身興趣，或是考慮投身相關事業，這些獨特的體驗都對學生的成長具有長遠裨益。

學校為了積極推廣藝術教育，特別安排學生參與「香港藝術節青少年之友」計劃。透過此計劃，學生能觀賞香港藝術節期間的國際級表演，包括戲劇、舞蹈、音樂和歌劇等頂尖演出。這不僅能豐富學生的藝術體驗，擴闊文化視野，更有助發掘他們的藝術潛能，提升其整體藝術素養。



團隊共製視頻，商討中凝聚共識。



壁畫設計融創意，美化校園空間。



學生在戲劇教育導師的逐步指導下，深化角色演繹技巧。



青少年之友活動：參與《藝術荒唐拍賣會》，體驗藝術與遊戲結合的互動魅力。



學生活用拍攝技法，記錄創意視角。



在戲劇教育課中，同學學習如何塑造角色、表達情感。



可持續發展教育

盧雪欣副校長
李懿嬌老師

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本校課程外，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和校外的環保活動及比賽。本校於上學年榮獲海洋公園保育聯盟SGREEN校際回收比賽「最高回收量學校銀獎」、環境保護署「回收@校園」「綠色校園大變身」比賽最佳回收角設計學校中學組銀獎及2024-25學年「海洋公園保育聯盟傑出學校獎」。



一人一花活動，傳遞綠色生命的種子。



碳中和先鋒灣區行動項目——深圳一天考察團：親身體驗灣區環保創新項目。



孫莉華校長與盧雪欣副校長作為校園「氣候引領者」，積極規劃並推動全校性氣候教育與減碳行動。



攜手分類回收，履行環保責任。



社區環保外展活動環保攤位，連結社區推廣綠生活。



環保攤位——再生能源知多少：激發學生對綠色科技的興趣。



SGREENx回收@校園比賽——憑藉師生齊心推動回收，勇奪最高回收量學校獎。



奪得海洋公園保育聯盟傑出學校(中學組)：這是學生積極參與、實踐保育承諾的具體見證。



創意科技、STEAM教育

胡擘寧老師 霍子宇老師 鄭敬恒老師

STEAM午間活動

本校持續定期舉行STEAM午間活動，例如電子聖誕卡創作、葉脈書籤製作、不倒翁創作等等。這些活動以高趣味性及高參與度為主，旨在寓教於樂，提升學生對STEAM的興趣，同時讓學生吸收課本內外的知識。



老師教授STEAM知識，啟發跨學科思維。



STEAM科學學術日實踐活動：熔岩燈製作體驗，融匯科學與創意。



透過氣球實驗，理解物理定律。



師生共製香薰蠟燭，融合創意與工藝。

第十九屆中學基建模型創作比賽2025

「第十九屆中學基建模型創作比賽2025」由職業訓練局、香港建造商會及香港理工大學建設及環境學院主辦。參賽者可藉著基建模型創作，探索結構力學有趣的一面，培養學生團隊精神及加深認識工程的設計，激發學生對建造工程的興趣。本校5名中四學生成功於148支中學隊伍中脫穎而出，奪得季軍。



比賽圓滿完成，參賽團隊合照。



競賽創作實錄：構思、搭建、精修。

少年警訊創新科技大賽2024-25

「少年警訊創新科技大賽2024-25」旨在鼓勵中小學生運用STEAM (科學、科技、工程、藝術和數學) 的知識和技能，構建創新可行的「智慧城市」方案。本校4名中四學生成功於1700多名來自近160間學校的學生隊伍中脫穎而出，榮獲傑出表現獎及最佳安全城市 (社區安全) 獎。



賽前研討：師生協力優化方案。



作品出色，同學表現優異，奪最佳表現獎項。



投入 Minecraft 編程活動，樂於探索，有效訓練學生運算及創新思維能力。

其他學習經歷課程

為配合校方在高中推行「其他學習經歷」課程，擴闊學生視野，本組於中四至中五級設計「人工智能」課程，內容包括基礎編程、聊天機械人及遊戲設計、人工智能引發的倫理議題等。學生透過理論與實踐並重的課程，掌握應用人工智能的技巧，以裝備他們應付未來的發展需要。



學生自製紙飛機，樂於動手實踐，從玩樂中學掌握飛行原理，展現創意與科學精神。



同學積極參與水轉印 STEAM 活動，發揮無限創意，體驗動手實踐的科技樂趣。



導師悉心指導，學生認真投入飛行訓練，為生涯規劃奠定堅實的科技基礎。

2025 MEV機動電能車大賽(香港)

MEV機動電能車大賽不僅是一項電競比賽，讓參與者設計、製造並駕駛他們自己的「未來車輛」，在賽道上馳騁競技，更可以培養隊員間的團隊合作精神。在整個比賽過程中，參與者可以學習並實踐相關的STEAM知識、3D打印、電子線路及機械工程的知識與技能，將想法化為現實，從而培養參與者的創新思維和逐步自我實現的全方位綜合能力。本校學生第一次參加這項比賽，表現突出，分別榮獲JRC隊制工程師 (中學組) 冠軍、JRC個人制賽車亞軍及2025 MEV機動電能車 (香港) 大賽中學組全場總季軍。



學生凝神操控，展現競賽熱忱。



機動電能車競速，考驗學生即時反應。

體育活動

冼穎文老師

體育是學生終身參與運動的起點。恆常參與體育活動，有助提升體適能、增強認知能力，並促進身心健康。為此，本校提供多元化的體育項目，鼓勵學生積極投入，培養健康而活躍的生活習慣，同時透過各項體育活動發掘學生的潛能。

聯課活動組開設了十四項與體育運動相關的學會，提供多元選擇，鼓勵同學積極參與。從輕鬆的興趣班，到由專業教練指導的校隊訓練，各類活動均旨在讓學生善用課餘時間，發掘並發展自己在運動方面的興趣與潛能。



男子甲組籃球隊，在學界比賽中展現卓越的團隊默契與競技實力。



第三十五屆陸運會，展現青春活力與體育風範。



中四級欖球課：鍛鍊學生的體能與培養團隊精神。



班際跳大繩比賽，凝聚班級向心力。



中三級手球課：提升學生的協作能力與反應速度。



中六級高爾夫球課：鍛鍊學生的專注力與策略思維。

本校於每循環週在各級安排兩節體育課，並依據體育科課程大綱，配合學生的成長階段來規劃適切的運動項目，讓學生在不同年級均有機會接觸多元化的體育活動。課程旨在幫助學生發展體育技能、增進他們對運動與安全的認知，並培養正面價值觀與積極態度。此外，體育科亦積極參與校外推廣計劃，並邀請專項教練於校外場地進行授課，以提升學生對課堂的參與度及學習興趣。體育科每年更設有新興運動推廣及體驗課，擴闊學生對各類體育項目的認識，進一步發掘他們在運動方面的興趣與潛能。



閃避球隊戰績彪炳，展現團隊攻防智慧。



中一級單車課：有助學生掌握騎行技巧。

多元化的體育活動不僅能提升學生對學校的歸屬感，更有助建立健康活躍的校園生活模式。學校透過舉辦陸運會及各類班際、社際運動比賽，鼓勵學生積極參與。同學全情投入，攜手營造團結而歡樂的校園氛圍。



沙西區學界乒乓球比賽，展現學生的拼搏精神。



霹靂舞進體育課，舞動青春展創意。

健康校園：

推行「健康校園

——健康早餐資助計劃」

李佩衡老師
梁政民老師

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。

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，供給我們能量以應付日常活動。
- ◆ 讓我們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。
- ◆ 幫助身體健康成長。

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



學生使用早餐優惠卡，以實惠價格選購多樣化的營養早餐，實踐健康飲食與規律生活。

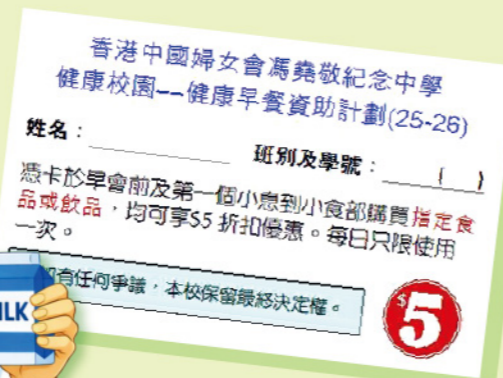
健康校園

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)	
1. 餐肉蛋三文治(\$8)	8. 燒賣(\$11.5)
2. 火腿蛋三文治(\$8)	9. 魚蛋(\$11.5)
3. 芝士火腿三文治(\$10)	10. 滷水蛋 2隻(\$8)
4. 碎蛋三文治(\$10)	11. 芝士豬柳蛋鬆餅(\$18)
5. 雞扒包(\$12)	12. 芝士火腿炒蛋牛角包(\$18)
6. 漢堡包(\$12)	13. 沙律汁豬扒包(\$18)
7. 火腿芝士蛋片牛角包(\$18)	
飲品(原價)	
1. 紙包維他奶(原味/每精)(\$6)	5. 紙包朱古力奶(\$8)
2. 支裝維他奶(原味/每精)(\$11)	7. 紙包香滑豆奶(\$6)
2. 紙包燕麥奶(\$6)	6. 紙包士多啤梨豆奶(\$6)
4. 紙包牛奶(\$8)	

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、滷水蛋、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。



早餐優惠卡：持卡享早餐優惠，培養規律習慣。

海報展示「健康早餐資助計劃」食物優惠價格，涵蓋多樣化營養組合。

健康校園：

積極參與各項

體育運動獎勵計劃

冼穎文老師



學校提供多元化的體育活動，鼓勵學生參與，以培養其健康及活躍的生活方式，並發展個人的運動潛能。體育科透過推行各項體育運動獎勵計劃，提高學生對健康體適能的意識，並鼓勵他們養成恆常運動的習慣，實踐每日MVPA60的健康目標。

學校體適能獎勵計劃是由教育局、中國香港體適能總會及香港兒童健康基金合辦，旨在向學生推廣體能活動及健康體適能。體育科於課堂中為學生進行體能訓練，並鼓勵他們注重日常體能活動時數，養成每日MVPA60的健康習慣。學生每學期進行一次體適能測試，量度身高、體重，並參與四項體能測試，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)。於24-25年度下學期，全校有80%學生獲得學校體適能獎勵計劃章級證書水平，本校更榮獲「至Fit校園銀獎」。

體適能獎勵證書	24-25年度上學期	24-25年度下學期
金章	182人	230人
銀章	185人	174人
銅章	182人	147人
總人數	549人	551人



校園內懸掛sportACT活力校園獎橫額，表揚及鼓勵學生積極參與體育活動。

康文署舉辦的「學校體育推廣計劃——運動獎勵計劃」當中，本校有76%學生獲得sportACT獎勵計劃章級證書，更有四百多位學生進一步獲得sportFIT獎勵計劃章級證書。全賴學生積極參與，學校得以榮獲sportACT活力校園獎及學校積極參與獎。



前伸測試，評估身體伸展能力。

	sportACT及MVPA60獎勵證書	sportFIT獎勵證書
金章	335人	160人
銀章	144人	138人
銅章	57人	136人
總人數	536人	434人

為鼓勵學生多做體能活動，建立恆常運動的習慣，體育科參加由教育局主辦的「MVPA60獎勵計劃」。全校超過80%學生達致MVPA60章級獎項標準，本校亦榮獲「躍動校園活力人生」計劃——躍動校園獎(團體獎項)。



「躍動校園 活力人生」計劃——躍動校園獎(團體獎項)



同學在體適能獎勵計劃表現優異，本校榮獲「至Fit校園銀獎」。



學生利用新購置的智能數圈器，測試9分鐘耐力跑。



學校體適能獎勵計劃金、銀、銅章證書

健康校園： 推廣活躍及健康的生活方式 智能運動室及體育網上學習平台

冼穎文老師

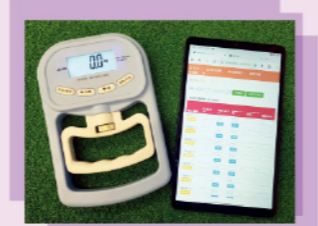
智能運動室 Smart Sports Room 是本校於2024年運用教育局「營造理想校園體育氛圍及推動『MVPA60』」計劃的15萬元一筆過津貼，將G19課室改建而成的全天候、安全、融合智能科技元素的運動空間。其旨在激發學生主動參與運動，享受體能活動的樂趣，營造活躍健康的校園氛圍，鼓勵學生善用午息與課餘時間，投入創新型智能運動遊戲，從而培養恆常運動的習慣。

智能運動室設施包括電競單車組合、電子飛鏢機、體感遊戲設備、藍芽跳繩機、反應力測試器、電子身高體重脂測量儀、立定跳遠量度及各式各類體適能訓練用具。期望透過不一樣的運動體驗方式，全面提升學生對運動的興趣及體適能水平。

本學年，體育科為學生購置網上學習平台 PE Learningfun，每位學生均擁有個人帳戶，可透過平台記錄每日體能活動時數、完成老師指定的居家體能運動、參與體育課測試並上傳成績，以及觀看課程相關運動項目的影片、筆記及進行練習。此外，平台亦整合陸運會報名及比賽計分系統等，有助系統化整理學生全年各項運動成績及檢視每年的進展情況，對提升學生的運動參與度與表現具有積極的促進作用。



藍芽身高體重計數據自動上傳學習平台，方便快捷又準確。



藍芽手握力計將學生成績自動上傳至網上平台。



學生使用藍芽跑圈器進行耐力跑訓練，有效提升耐力訓練的科學性與教學效率。



智能運動室：融合科技與運動，提升訓練效能。



電競單車進運動室，科技騎行新體驗。



體感運動遊戲結合動作感應技術與趣味互動，激發學生對體育活動的參與熱情。



網上學習平台PE Learningfun，實現動靜結合的數碼體育教學。

公民、品德及生命教育 歐陽詠詩老師

為擴闊同學的視野，使同學多關心社會，培養學生良好品德，本校公民、品德及生命教育組進行「小故事、大道理」早會分享、每周品德格言，並於校內進行十大新聞選舉、專題講座：「放眼世界」公民教育講座、「百法百中」法律常識問答比賽、「練習失去——如何面對失去與哀傷」生命教育講座、「面對逆境」生命教育工作坊、「圓滿人生」生命教育體驗活動、「關愛社群」生命教育體驗活動、參觀終審法院及高中iTeen領袖計劃及校園倡廉推廣活動等。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、守法等正面的價值觀。同時，亦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。



參與社企Cedar Workshop的「盲人甜品師（週末限定）」工作坊，以觸感探索甜品藝術。



「尋找生命的禮物」主題互動工作坊——鼓勵學生表達與反思，幫助他們建立正向的生命態度，懂得珍惜自我、關懷他人。



「高中iTeen領袖計劃」——參觀廉政公署，深化領袖廉潔教育。



南亞裔真人圖書館——衝突與多元文化講座，打破文化隔閡與偏見。



「高中iTeen領袖計劃」——iTeen領袖參與培訓工作坊，鍛鍊團隊與思辨能力。



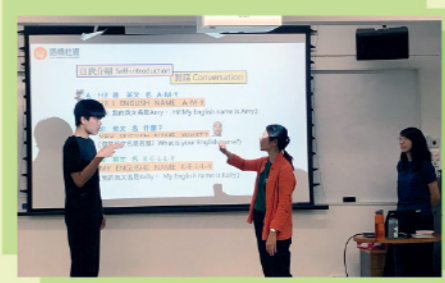
中五級「生前·身後」生命教育體驗工作坊——從不同角度思考何謂理想人生。



探訪社企「睿程」之「無障礙服飾x照顧者體驗工作坊」——義工分享，學生深刻理解照顧工作中所需的耐心、創意與社會支持網絡的重要性。



「生命的禮物」校園展覽及體驗，互動中學習珍惜。



香港手語工作坊——學習基本手語，打開無聲世界大門。



生涯規劃

關玉萍副校長
胡擘寧老師

生涯規劃教育是學校整體課程中不可或缺的部分，旨在支援學生的全人發展與終身學習。本組採取實踐與理論並重的模式，為所有學生按其不同能力、志向及成長階段，提供協調而系統化的生涯規劃教育及升學就業輔導。透過多元活動與工作坊，幫助學生掌握事業相關知識、工作技能及應有態度。

相關活動：

- 中一至中四級「生涯規劃課」：系統性教授生涯規劃概念，引導學生逐步建立個人發展方向。
- 中六級「其他學習經歷課程」：以生涯規劃為主題，涵蓋「時間管理」、「儀容整理及面試技巧」、「創業家職涯分享」及「求職陷阱知多少」等單元，全面裝備學生迎接職場挑戰。
- 中六級多元出路探索及模擬面試工作坊：協助學生為放榜日作好準備，以便在報讀不同課程時作出知情選擇。
- 職場體驗與行業探索活動：推廣職場相關元素，加深學生對不同行業的認識，助其訂立明確就業目標。本學年已舉辦或計劃舉辦的活動包括：
 - ☑ 甜品製作行業體驗及職涯分享
 - ☑ 寵物美容行業體驗及職涯分享
 - ☑ 參觀金門建築有限公司
 - ☑ 全港職校職業博覽
 - ☑ 職場實習活動
 - ☑ 大灣區實習計劃
 - ☑ 校友職業分享
- 中四至中六級星期六參觀大專院校資訊日：增加學生接觸升學資訊的機會，拓展升學視野。
- 全校參與式生涯輔導：為各級學生提供個人及小組輔導，根據其實際發展需要給予適切建議。
- 中三升中四課堂體驗及家長講座：讓學生了解高中課程內容，協助選擇中四選修科目；同時舉辦「高中選科家長講座」，鼓勵家長共同參與學生的生涯規劃。



學生透過校擬小組面試，實踐課堂習得的理論。



參觀金門建築公司，實地了解工程運作。



參觀理大資訊日，拓闊升學視野。



學習髮型設計，掌握造型技巧。



體驗寵物美容，學習護理技能。

學生成長與關懷

關玉萍副校長

中學生成長是人生的重要階段，充滿歡笑與挑戰。如何幫助他們體驗生命的喜怒哀樂，並從中學習、成熟面對生活？

本校設立多個支援小組，包括訓導組、輔導組、學習支援組、聯課活動組及公民與品德教育組，致力回應學生成長的多樣需求。各組定期舉辦豐富的活動與主題日，讓學生從多元角度體驗課堂以外的學習。

這些活動旨在協助學生建立明辨是非的能力，學習以同理心關懷他人，並關注社會發展，成為具責任感的公民。通過積極參與，學生能培養守法、勤勞的價值觀，同時學會珍惜與感恩。

訓導組

黎子豪老師

「和諧校園——尊重友愛，拒絕欺凌」計劃

本校致力建構理想的學習環境，鼓勵學生互相尊重、拒絕欺凌、和睦共處。訓導組透過舉辦多元活動，傳遞正面訊息，積極營造和諧校園氛圍，促進同學融洽互動。本學年活動包括：

- 訂立班規活動——我們的約定
- 反欺凌標語4創作大賽
- 和諧校園短講分享
- 好人好事分享
- 愛全班行動
- 拒絕網絡欺凌誓師行動

「和諧校園網絡」計劃

本計劃旨在讓學生認識和諧校園理念，學習活動策劃技巧，協助推廣以和諧校園為主題的校本活動，共同締造更和諧的校園文化。訓導組已選拔十名領袖生成為「和諧大使」，參與由校外專家及教育局人員主持的培訓工作坊，提升其活動籌辦、推廣能力及領導才能。

「健康校園」計劃

本校今年首次參與由禁毒處及教育局合辦的「健康校園」計劃，透過禁毒教育、支援服務、校本活動，以及學生自願參與的校園測檢，有效預防學生接觸毒品，並鼓勵有需要的學生主動尋求協助。計劃最終目標為建立無毒校園文化，為所有學生提供健康、正面的學習與成長環境。

「功過相抵」/「課堂評鑑」計劃

此計劃鼓勵學生以良好課堂表現及主動服務，抵銷其缺點或小過；亦允許以優點或小功進行功過相抵，為學生提供改過自新、反思進步的機會。



齊心築羅馬炮架，水彈攻防展巧思。



繩索攀越，信心為要。

領袖生培訓

本校重視領袖培育，積極發掘學生的領導潛能。透過舉辦領袖生訓練日營，學生在輕鬆愉快的氛圍中，藉由群體互動、體驗活動與解難任務，展現領袖特質，培養優秀的社交技巧與團隊合作精神。



領袖生完成一日培訓，滿載而歸。

輔導組

蔡詠珊老師

人生充滿挑戰，教育是陪伴生命成長、積累人生經驗的寶貴過程。

輔導組致力推動全人發展，協助學生適應成長中的各種變化。為幫助中一新生融入校園，本組舉辦了「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」，協助新生適應校園生活。

在高中階段，為讓中四新生迎接挑戰、提升解難能力，特別舉行了中四輔導日。本組亦為全校學生舉辦「成長營」，進一步鼓勵同學勇於挑戰、突破自我，提供全方位的成長機會。

為紓緩高中學生應對公開試的壓力，本組除了舉辦「抗逆減壓」講座，更為全級中六學生帶來「CIRCLE PRINTING」工作坊，透過藝術活動，幫助學生達致紓壓、共融、欣賞與包容。

輔導組以推廣精神健康、營造關愛校園為使命。為紓緩學生開學壓力，於十月份舉行了精神健康周「Dear My EMO」。本年度，輔導組更積極參與教育局的「學生守護大使計劃」及「平行心間計劃」，加強對學生精神健康的認識，強化學生的抗逆與減壓能力。

「師兄師姐朋輩輔導計劃」的「朋輩輔導員」亦透過「輔導日」實踐所學，宣揚關愛欣賞文化。本年度「輔導日」以「凝聚一心與愛同行」為主題，旨在培養學生關懷他人的價值觀，深化校園關愛文化。

TEEN CAFE透過皮革、曲奇製作、手工藝等午間活動，讓同學在輕鬆氛圍中減壓，營造和諧友善、互相關愛的校園環境。

回顧過去一年，看到學生不斷成長，他們不僅學到了知識，更豐富了心靈與生命的經歷。願我們能繼續陪伴每一位學生成長，幫助他們活出獨特而美好的人生色彩！



學生專注聆聽「4R正向心理學」講座。



精神健康日——同學享用輕鬆時光。



精神健康日——Dear MY EMO



朋輩輔導：師姐耐心指導馬賽克手作。



遊戲解難，團隊齊心協力。



學習伸展運動，紓壓放鬆身心。

學生學習支援組

陳雅慧老師

每一位學生皆有其獨特性，擁有不同的學習能力、天賦與才能。為照顧學生的學習多樣性及成長需要，本校以「全校參與」模式支援有學習需要的學生，提供適切且多元的服務，以提升學習效能，協助他們融入校園生活並發展潛能。

學習支援方面，本組為初中學生提供課後功課輔導班，並舉辦中四級課後英數輔導班，協助學生鞏固基礎知識。我們邀請教育心理學家舉辦與學習技巧相關的訓練小組，以提升學生的學習效能。此外，為使學生公平展示學習成果，本校為有需要的學生提供特別考試安排，並透過及早識別計劃，為有需要的學生安排學習評估，以準確了解其學習需求。

成長支援方面，本組透過舉辦各類訓練小組及活動，協助學生提升不同範疇的能力，以應對成長階段的需要，包括：

- 社交技巧訓練小組
- 執行技巧及專注力訓練小組
- 情緒管理訓練小組
- 桌遊活動
- 心靈藝術活動

本校輔導員亦會為學生提供個人輔導，支援他們在情緒、社交、生涯規劃等各方面的發展。

本校致力營造關愛共融的校園文化，透過周會講座及各類共融活動，引導學生學習互相尊重、包容、接納與欣賞，培養正確的價值觀，共建和諧校園。



同學投入參與共融攤位活動，從遊戲中認識共融概念。



中一級社交小組朋輩活動——同學參與室內War Game，從遊戲中學習與人溝通及合作的技巧。



同學於午間參與桌遊活動，既可放鬆心情，亦可建立良好的朋輩關係。



參觀港鐵學院——透過操作模擬駕駛系統體驗車長的工作。

中二級社交小組：密室逃脫遊戲——鍛鍊合作解難，增強應變能力。



製作甜點體驗——學習烹飪技巧，激發創造力。



學習咖啡拉花——掌握技藝細節，培養專注與美感。

校園心理健康

關玉萍副校長

本校致力推廣多元活動，促進學生、教師及家長對心理健康的關注。為幫助學生深入認識自我，學習辨識與處理情緒，我們透過各級周會安排心理健康講座及工作坊。這些講座不僅協助學生認識自身情緒，亦增進他們對心理健康活動及各種精神疾病的了解，學會體察他人需要，並培養健康的生活習慣。

學生心理健康活動包括：

- 「情在、自在」
- 「壓力是個好東西」
- 「與焦慮共存」專題講座
- 「抗逆秘笈」工作坊
- 「與理情共舞」工作坊
- 「藝術心靈工作坊」
- 「咖啡漣漪——味蕾療癒之旅」

為減輕學生開學壓力，我們於十月舉辦為期兩天的「校園好精神日」，主題為「Dear My EMO」。活動設有多個攤位，集中於心理健康與情緒放鬆體驗，安排中一至中三學生參與。為建立學生心理健康領袖隊伍，協助推廣校園心理健康訊息，本校參與教育局「學生守護大使計劃」，培訓學生相關技能，並在校內協助宣傳心理健康資訊。

本學年校內增設「校園好精神角」，以家庭式溫馨佈置，提供舒適放鬆的空間進行各類活動，協助學生舒緩身心。

家長參與的心理健康活動包括「4R情緒支援」及「天使爸媽生命力量」講座，讓家長認識並關注子女的精神健康。教師則參與「與『靜觀』有約」工作坊，學習以靜觀練習自我關懷，融入日常放鬆方法。

我們期望透過這些積極舉措，提升全校及社區對心理健康的重視，共同營造更關愛、更支持的身心成長環境。



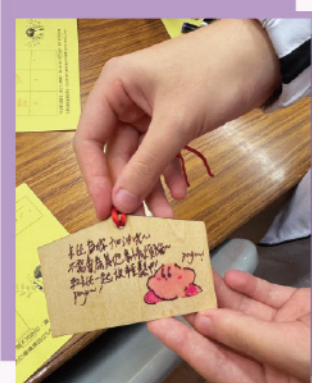
校園好精神大使：推廣心靈健康訊息。



午間打气攤位：為同學注入正能量。



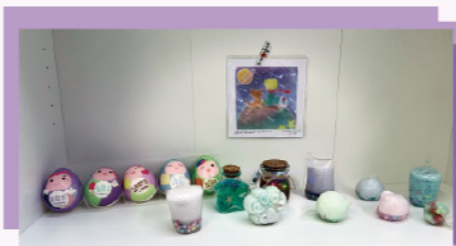
校園好精神日：繪畫抒壓，釋放情緒。



午間心意牌設計：創作祝福，傳遞溫暖。



《4Rs心理健康約章》攤位：扭出「愛自己」小貼士扭蛋。



「校園好精神」室——學生作品：精神健康主題創作，展現學生內在世界。

香港中國婦女會馮堯敬紀念中學 2024—2025年度持份者問卷調查 (對象：教師、學生及家長)

盧雪欣副校長

為促進學校進行「策劃——推行——評估」的自我評估(自評)循環理念，致力推動學校持續完善，並提升校本管理的透明度和問責精神，本校於本學年運用教育局提供的「持份者問卷」，向本校學生、家長和教師進行調查。問卷的數據分析已完成，會作為學校自我評估及持續改善的參考。「持份者問卷」包含11個不同範疇，當中部分範疇涉及多於一類持份者，每個範疇設有6至11條問題。問卷中各項目的評分為1分最低，5分最高。有關結果總結如下：

基本資料

持份者	問卷發出數目	問卷回收數目	問卷回收率
教師	59	54	91.5%
學生	745	648	87.0%
家長	745	596	80.0%

平均分	18項範疇的分數分佈				127項問題的分數分佈			
	教師	學生	家長	總數	教師	學生	家長	總數
2.5-2.9	0	0	0	0	0	0	0	0
3.0-3.4	1	0	1	2	6	5	6	17
3.5-3.9	0	4	3	7	4	24	19	47
4.0-4.4	9	0	0	9	63	0	0	63
總數	10	4	4	18	73	29	25	127

調查項目		教師	學生	家長
1.	我對學校管理的觀感	4.2	不適用	不適用
2.	我對校長專業領導的觀感	4.3	不適用	不適用
3.	我對副校長專業領導的觀感	4.1	不適用	不適用
4.	我對中層管理人員專業領導的觀感	4.2	不適用	不適用
5.	我對教師專業發展的觀感	4.1	不適用	不適用
6.	我對學校課程和評估的觀感	4.1	不適用	不適用
7.	我對教學的觀感(包括課堂內外的教學)	4.2	3.7	不適用
8.	我對學生學習的觀感(包括課堂內外的學生學習)	3.3	3.5	3.3
9.	我對學生成長支援的觀感	4.0	3.6	3.7
10.	我對學校氣氛的觀感	4.1	3.6	3.8
11.	我對家校合作的觀感	不適用	不適用	3.6

教師評分最高的範疇為「我對校長專業領導的觀感」(4.3分)；而「我對學生學習的觀感(包括課堂內外的學生學習)」(3.3分)為評分最低的範疇。學生問卷方面，評分最高的範疇為「我對教學的觀感(包括課堂內外的教學)」(3.7分)，較低的是「我對學生學習的觀感(包括課堂內外的學生學習)」(3.5分)。而家長問卷方面，「我對學校氣氛的觀感」(3.8分)為最高評分，「我對學生學習的觀感(包括課堂內外的學生學習)」則評分最低，只有(3.3分)。在5分為滿分的問卷中，有16項範疇達3.5分或以上，只有2項範疇達評分在(3.0-3.4分)之間。整體而言，教師、學生及家長對本校各方面持續保持正面的態度。雖然三類持份者均對「學生學習」的評分相對其他範疇低，但此乃全港學校填寫此份問卷的一般現象，而社會對學生學習一般會有較高的期望。

教師問卷的73條問題中，「學校積極向教師、學生及家長匯報自評結果」、「校長與教師的工作關係和諧」、「我能適時給予學生具體回饋，促進他們反思和改善學習」及「課堂內外，我經常因應學生的學習進度調節教學策略」的評分最高(4.4分)，而「學生對學習有自信」及「學生喜愛閱讀」兩項(3.1分)則為問卷中評分較低。學生問卷的29條問題中，「課堂內外，老師經常安排不同的學習活動，例如討論、參觀、分享閱讀心得和口頭報告等」的評分最高(3.8分)，「老師經常指導我們學習的方法，例如作課前預習、運用概念圖及網上資源等」、「老師經常因應我的學習表現給予意見，讓我知道



如何改善」、「課堂內外，老師經常讓我們探討不同的課題」、「課堂內外，老師經常鼓勵我們學習及盡力嘗試克服學習困難」、「我經常在課餘閱讀課外讀物，例如課外書及報刊等」、「學校積極教導我們如何與人相處，例如尊重他人和為他人著想」、「我和同學互相幫助，相處融洽」、「我得到老師的支持和鼓勵及老師對我們有合理的期望」的評分則有(3.7分)，而「課堂內外，我享受學習」則評分最低(3.2分)。**家長問卷的25條問題中**，「學生尊敬老師」(4.0分)及「我樂意讓子女在本校就讀」(3.9分)兩項評分最高，而「我的子女對學習有濃厚的興趣」評分最低(3.2分)，其次則是「我的子女對學習有自信」、「我的子女喜愛閱讀」評分只有(3.3分)。127條問題中，所有項目均獲得3分或以上。

本校教師會運用調查所得的數據，包括「持份者問卷」及「情意及社交表現評估套件第三版」，進行深入的分析與檢討，並於教職員會議及教師專業發展日，就學校的過去表現及未來計劃，進行自評、討論及提出改善建議。本校會更聚焦中學教育的七個學習宗旨，並以此作為自評的反思點，從整體角度評估學校在培育學生相關素質方面的工作做得有多好，以此反映本校對改善學生學習成果的效能，及以自評循環促進持續完善。

2020-21、2023-24及2024-25持份者問卷分析比較

1 教師持份者問卷

持份者問卷調查項目	24-25	同意排序	23-24	同意排序	20-21	同意排序
我對學校管理的觀感	4.2	3	4.2	3	4.0	3
我對校長專業領導的觀感	4.3	1	4.3	1	4.1	2
我對副校長專業領導的觀感	4.1	7	4.2	6	4.0	7
我對中層管理人員專業領導的觀感	4.2	4	4.2	5	4.0	5
我對教師專業發展的觀感	4.1	8	4.2	8	3.8	9
我對學校課程和評估的觀感	4.1	6	4.2	4	3.9	8
我對教學的觀感(包括課堂內外的教學)	4.2	2	4.2	7	4.0	4
我對學生學習的觀感(包括課堂內外的學生學習)	3.3	10	3.4	10	2.8	10
我對學生成長支援的觀感	4.0	9	4.1	9	4.0	6
我對學校氣氛的觀感	4.1	5	4.3	2	4.1	1

教師問卷方面，「我對校長專業領導的觀感」評分最高4.3分，同意排序不變。這顯示教師持續認同校長能有效帶領學校持續發展、有效支援團隊推行學校政策及與教師的工作關係和諧。「我對教學的觀感(包括課堂內外的教學)」的評分不變，同意排序由第7位上升至第2位，這顯示教師在本學年能適時給予學生具體回饋，促進他們反思和改善學習，並經常教導學生學習方法，例如作課前預習、運用概念圖及網上資源等。「我對學生學習的觀感(包括課堂內外的學生學習)」的評分稍遜，這顯示教師對學生學習均有相當要求，校方來年會繼續以提升學生學習興趣、學生學習自信及學生能主動學習為主要關注事項。

2 學生持份者問卷

持份者問卷調查項目	24-25	同意排序	23-24	同意排序	20-21	同意排序
我對教學的觀感(包括課堂內外的教學)	3.7	1	3.7	1	3.5	2
我對學生學習的觀感(包括課堂內外的學生學習)	3.5	4	3.4	4	3.2	4
我對學生成長支援的觀感	3.6	3	3.6	3	3.5	3
我對學校氣氛的觀感	3.6	2	3.6	2	3.6	1

學生問卷方面，「我對教學的觀感(包括課堂內外的教學)」的評分最高，同意排序不變。這顯示學生對教師的教學予以十分正面的肯定，如教師經常安排不同的學習活動，例如討論、參觀、分享閱讀心得和口頭報告，以及教師經常鼓勵學生學習及盡力嘗試克服學習困難。「我對學生學習的觀感(包括課堂內外的學生學習)」的評分稍微上升了0.1分，同意排序不變。這顯示學生已漸漸養成閱讀習慣，並經常認真地完成學習任務，包括功課。

3 家長持份者問卷

持份者問卷調查項目	24-25	同意排序	23-24	同意排序	20-21	同意排序
我對學生學習的觀感(包括課堂內外的學生學習)	3.3	4	3.3	4	3.1	4
我對學生成長支援的觀感	3.7	2	3.7	2	3.6	2
我對學校氣氛的觀感	3.8	1	3.8	1	3.7	1
我對家校企合作的觀感	3.6	3	3.6	3	3.5	3

家長問卷方面，「我對學校氣氛的觀感」的評分最高，同意排序不變。這顯示家長十分認同學生能尊敬老師、子女與同學相處融洽及家長樂意讓子女在本校就讀。另外，「我對學生學習的觀感(包括課堂內外的學生學習)」的評分稍為上升0.2分，這顯示家長認同子女能實踐健康的生活，例如作息有序、適量運動和懂得舒緩壓力等。

校園設施

梁康泰老師 吳國偉老師 張志輝先生

除標準設施外，本校亦設有室內健體中心、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。本年更改建一課室為Smart Sports Room，讓同學一展體育潛能。

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。同層亦新建航天科技室，讓同學一嚐成為機師的滋味，盡情享受模擬飛行駕駛的樂趣。

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。並定時更新各項電腦軟件設備，已於多媒體學習室及電腦室添置智能白板，及後將擴展至所有課室。

此外，本校設有升降機及其他無障礙設施，不僅能優化校園設施，更為師生提供一個更優質的學習環境。



Smart Sports Room



圖書館



溫室



一至三樓特別室



英語角



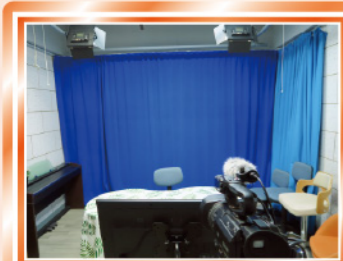
音樂室



家政室



設技室



校園電視台



健身室



課室電子設備



學生活動室



視藝室



電腦室



四至六樓特別室



地理室



科學室



化學室



生物室



物理室

多媒體學習室



升降機



航天科技室



家長心聲

1A 汪焯娜家長

光陰似箭，轉眼孩子已在貴校就讀三個月。眼看她一天天成長，變得獨立自主，我心中百感交集。無論是生活瑣事還是情緒感受，我們都鼓勵她與我們分享。親子之間，我們如同朋友般平等相處。我比較著重培養孩子的興趣與品德，因為孩子的成長旅程十分短暫，唯有珍惜當下的每一刻。

最後，衷心感謝學校和老師們提供了一個充滿愛心與啟發的學習環境。



1C 張筱盈家長

筱盈在小學時，就像大魚池中一條毫不起眼的小魚，默默耕耘度過了六年的小學時光。

慶幸今年升上中一，能夠入讀馮堯敬中學。短短幾個月裡，我感受到筱盈很喜歡上學，很喜歡兩位班主任 Miss Chan 和陳sir，也很熱愛學校的一切，這令我非常欣慰。她在馮堯敬中學裡，重新找回了讀書的樂趣與自信。



1C 吳梓鴻家長

時間飛逝，哥哥已完全適應了中學的學習節奏！不知不覺間，孩子已經長大了。感謝學校和老師對孩子的教育與幫助，他不僅在學習上取得明顯進步，在生活中也展現出獨立和自信。當然，在教育孩子的過程中，我仍有困惑與挑戰，例如孩子偶爾出現學習懈怠，或與同學發生矛盾。這時我會努力調整心態，與孩子共同面對問題、尋找解決方法。我相信這些經歷都是他成長的寶貴財富。

慶幸孩子選對了學校，看到他正在不懈努力，我們家長也會加強與學校的溝通合作，共同為孩子創造未來！



1D 李佰駿家長

為人父母，總在摸索與孩子相處的最佳方式。我曾以為教養是「教」在前，「養」在後；直到和孩子一起打籃球，才明白最好的教育是「共同奔赴」。

最初提議一起打籃球，主要是想讓沉迷電子產品的他多些戶外活動，卻沒想到這顆籃球成了我們親子間的「溝通密碼」。我們會一起討論如何調整投籃姿勢，也會一起聊聊籃球明星或球隊的近況。球場上的汗水，沖淡了平日功課的緊繃，也化解了青春期偶爾的沉默。

原來，親子間最好的模樣，從來不是我教他成長，而是我們一起成長！



1D 廖柏豪家長

柏豪升上中學後，我才明白真正的「放手」有多難。小學時，我會逐題檢查他的功課；現在，我只會在旁邊問：「有冇功課唔識做？」他會搖搖頭說：「如果我唔識先問你啦。」他真的長大了！

至於相處方式，每天吃晚飯時，我都會問他：「今日返學有冇唔開心或者好笑嘅事同我哋分享？」他放學回家，總會興奮地說小食部有什麼好吃的。看見他每天都開開心心，我就安心了。

升上中學，原來不只是孩子在適應，我們家長也在學習放手、學習信任，學著將「控制」轉為「支持」！



2A 周展鋒家長

光陰似箭，我的兒子在貴校度過了充實愉快的時光。我很欣賞學校多元化的活動和充滿愛心的教育方式，讓他不僅學到知識，更學會了與人相處、分享和合作。感謝校長和老師們的無私付出與關懷，孩子的每一點進步，都離不開老師們的鼓勵。

作為家長，我心存感恩，並祝願學校繼續穩步發展，培育更多優秀的學生。



2D 黃文韻家長

大家好！我是2D班黃文韻的家長。多謝老師們熱心地教導孩子。女兒每天開心上學，回家也樂於分享校園生活。她在家偶爾不開開心時，作為家長，我也要學習先接納她的情緒，理解她的處境。多讚賞、少責罵，相信女兒會越來越有自信，更上一層樓！



3D 李俊曉家長

感謝學校和老師們三年來的耐心與悉心栽培，讓俊曉在成長和品德上都有顯著進步。學校提供各式課外活動，讓學生得以增廣見聞，建立自信和人際關係。也十分感謝學校為學生創造良好的學習環境，讓他們更有歸屬感。



4B 林愛凌家長

作為家長，我深信陪伴是最好的教育。每天抽時間聆聽孩子分享學校的點滴，不僅能了解她的學習情況，更能建立彼此的信任。在教養路上，我注重培養孩子的責任感和同理心，鼓勵她主動幫忙做家務，學習關心他人。同時，感謝學校老師的悉心教導，讓孩子在溫暖的環境中茁壯成長。願我們繼續與孩子一起學習、一起進步。



4B 曾寶琪家長

在陪伴孩子成長的過程中，我深深體會到，溝通與信任是最重要的基礎。例如：每天抽時間與孩子聊聊學校生活，聆聽他們的心聲，不僅能增進親子感情，也讓孩子感受到被理解與支持。在學習上，我鼓勵孩子勇於嘗試，遇到困難不要害怕，因為每一次挑戰都是成長的機會。希望孩子能保持好奇心，努力追求夢想，並懂得感恩與關懷他人，成為一個有責任感、懂珍惜的人。



校友心聲

各位學弟學妹好！我目前就讀於香港科技大學理學A組，未來計劃主修數學。經過一個學期的學習，我深刻體會到大學與中學的差異，無論在學習節奏、環境還是方法上，都有明顯的轉變。我認為在大學裡，自律、時間管理和自學能力尤為重要，這三項技能不可或缺——因為不會再有人提醒你何時交作業、溫習或考試，一切都必須靠自己主動規劃，甚至主動探索。

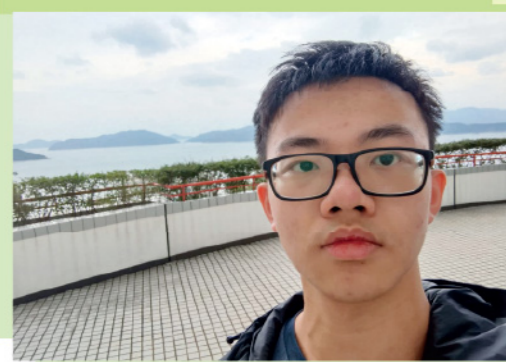


中學時期，我時常提醒自己不要留下遺憾，一定要考入大學，否則我會對自己非常失望，感覺一無是處。正是抱著這個信念，我想證明自己有能力做到，從而堅持走到今天。

而在中學的學習過程中，其實已能充分鍛鍊自律與時間管理的能力。要考好文憑試，妥善分配時間至關重要，必須合理安排每一科的溫習時間，並清楚評估自身能力，判斷各科所需投入的程度。例如，若希望在某些科目摘星，便應投放更多時間操練試題。

最後，衷心祝願各位文憑試順利，科科取得5級或以上佳績，並能入讀心儀的學科！更重要的是，找到屬於自己的舞台，在那裡盡情發光發亮！

唐智聰 2025年畢業生
香港科技大學：理學A組



我的大學生活不知不覺間已過了3個月，亦是一個學期的完結。我認為中學和大學有很大分別。

與中學相比，大學更需要課前預習與課後複習。因為大學每堂課的內容遠比中學豐富，甚至有同學認為，大學兩堂課的份量，相當於中學整整一星期。至於功課，大學的作業數量雖少，每門課每週通常只有一份，但每份往往需時至少五小時才能完成。

回顧中學階段，老師給予我的幫助極大。課堂上，他們總能將複雜的概念講解得清晰易懂；課後，為協助我們應對文憑試，不少老師更利用午休或放學後的時間為我們補課。我記得，基本上每科每月至少補課一天，有些科目甚至每月兩天或更多。我由衷感激老師們不辭勞累，耐心解答疑問並額外授課，讓我得以更扎實地掌握知識。

相信各位學弟學妹都明白預習與複習的重要，若你已養成這樣的習慣，請務必保持下去！特別是正在備戰文憑試的中六同學，畢業試後、文憑試前的時間需要妥善安排，除了溫習，也別忽略休息。無論面對什麼考試，充足的休息才能讓你有最好的發揮。最後，衷心祝願所有學弟學妹都能取得理想的成績，未來踏入心中嚮往的校園。

黃景鴻 2025年畢業生
香港科技大學：理學A組



校外比賽獲獎選錄



外展教練計劃單車比賽(第二回合)團體總冠軍、男子甲組殿軍、男子丙組亞軍、季軍、殿軍、女子甲組季軍及女子丙組冠軍、季軍



香港中國婦女會馮堯敬紀念中學
第三十三屆畢業禮
「一家一劃」醫校合作《沙田醫護達人計劃》醫院零距離報告比賽金獎



「包容盃」校際武藝操大賽中二組五形拳冠、亞、季軍、刀術亞、季軍及棍術亞軍



中國城市青少年跳繩公開賽「奔跑吧·少年」第二屆中國城市青少年跳繩公開賽獲多項獎項



「包容盃」校際武藝操大賽五形拳中四組冠軍、太極拳中二組亞軍、棍術中二組季軍



少年警訊創新科技大賽(高中級)傑出表現獎及最佳智慧城市獎



「十五運會」北區7人檯球挑戰賽女子盃賽冠軍、女子碟賽冠軍及男子碟賽冠軍



MEV機動電能車大賽(香港)隊制工程師冠軍、個人賽車亞軍及中學組全場總季軍



2024可持續發展學校獎勵計劃
暨「惜食·減廢」網上問答比賽
頒獎典禮
「惜食·減廢」網上問答比賽最佳成績獎冠軍、最積極參與獎冠軍、最佳社區參與獎季軍





香港閃避球青少年公開賽混合高級組冠軍、混合高級組季軍、女子組亞軍及最有價值球員



香港跆拳道黑帶賽金獎及香港學生運動員獎



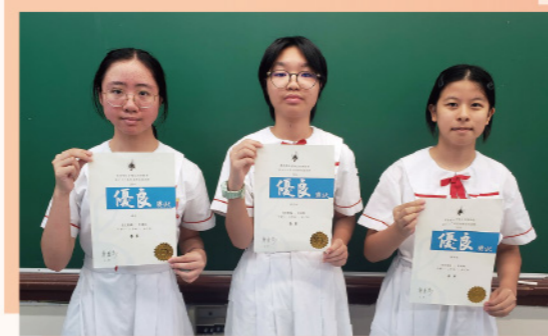
香港青少年藝術家音樂比賽 (中學組)中樂冠軍



全港中小學棍網球新星賽中學男女子組亞軍



拓躍劍擊學界邀請賽(中學組)男子重劍季軍、女子花劍季軍及優異獎



第七十六屆校際朗誦節普通話朗誦比賽季軍



海洋公園保育聯盟(中學組)傑出學校獎



香港跆拳道品勢比賽女子力量拳擊組 A4, A5組及女子速度踢擊組C9組亞軍