



### 焦點



## 優美的腳蹤

## 我們的境外交流之旅



### 民族融合之旅——內蒙 地理科聯校交流

為拓闊地理科同學視野並應用本科所學，地理組聯同德貞女子中學於4月17日至4月21日舉辦了內蒙古考察之旅，參與學生人數共35人。遊學景點包頭鋼鐵集團、庫布齊沙漠、敕勒川草原、蒙草集團、天主教堂、農業大學等，在這短短的5天行程裡，同學經歷了鋼鐵廠的熱力、體會了沙漠植樹的艱辛、感受了草原風大的寒冷，明白了種草技術可以上市，學習了簡單的內蒙古語和認識了內蒙古的風俗文化。同學這幾天體會甚深，以下是同學的感想摘錄：

這次活動打破了我從前對中國內地北方的印象，亦讓我可以認識更多不同地域的朋友。

—— 5A 曾志恒

我在這次交流活動中認識了蒙古文化和學會少許蒙古語。而且每一天都能認識到中國的一流企業，在這行程中能更加深入認識中國。

—— 4A 鄧智恒

我踏足內蒙古街道，當地人民帶給我的第一個感覺是親切，他們歡迎來自異地的我到處走走。可惜時間關係，要離開這個美好的地方時，我有點依依不捨。總括來說，我在這五天獲益良多、心情愉快、投入享受。

—— 5B 盧天瑋





## 武漢交流團



經濟科在 2018 年 12 月 20 日至 24 日，舉辦了武漢交流團，參加者主要是中四、五級經濟、物理及歷史科學學生，行程主要參觀了武鋼博物館，實地瞭解中國首家鋼鐵冶煉工廠煉鋼的技術及生產線，從而探討中國其中一項重大重工業——鋼鐵工業，如何應對經濟發展及企業轉型之挑戰，令同學大開眼界。另外，從歷史經濟角度，比較香港與武漢經濟發展之異同及所遇到的挑戰，從中辨識兩地經濟發展機遇，規劃香港未來經濟發展之模式。



在行程中的第二日，我們參訪了姊妹學校——武漢市光谷實驗中學，並同堂聽課，互動交流，增進學生友誼，令我校同學能夠與武漢中學生互相交流及分享學習經驗及心得，了解當地中學教育體制及環境。最後環節，學生互贈禮物及紀念品，互相交換勉勵卡，同學都很投入這個認識新朋友的活動。

此外，是次行程中亦參觀了武漢當地一些重要的歷史文化景點，例如；武漢赤壁之戰之古戰場及辛亥革命博物館。至於交流活動，重點是在武漢鋼鐵廠，跟相關企業部門主管交流企業未來的發展路向及如何適應環境可持續發展的挑戰。在歷史交流方面，主要是在武漢大學跟大學教授的講座，講解《三國志》及《三國演義》兩部歷史及文學巨著中，主要的歷史人物及事蹟典故，從而考究相關的歷史事實，學生從中深入認識了武漢歷史文化起源。

總括而言，是次交流活動擴闊師生視野，獲益匪淺。能夠從經濟、歷史文化各方面，全方位認識武漢的最新情況，更重要的是實地了解祖國如何踏上強盛之路。

### 學生感言：

我覺得這次交流團十分充實。第一日去參觀黃鶴樓，感受古人遊山的感覺。第二日與光谷實驗中學的學生交流半天，與他們學習湖北音樂湖北小曲、做早操、包餃子，從中我們才知道原來北方人的冬至是 21 號，南方人的冬至是 22 號。

然後我們又去東湖磨山感受大自然的美景。之後的三天，我們去了武漢大學、湖北博物館、辛亥革命博物館、赤壁古戰場、武鋼博物館，了解中國歷史、工業發展歷史，真是多姿多彩的旅程。—— 4B 鍾葉群

今次的活動，令我獲益良多，可以認識中國歷史文化，而我最深刻的是和姊妹學校武漢市光谷中學的同學生交流，他們真的很熱情，令我感覺自己好像在他們的學校生活一樣，最後希望大家可以多了解中國文化。—— 4D 李卓斌



這次交流團帶給我非常難忘的經歷。我能在各個博物館學習到不同時代的歷史知識，觀看館中的蠟像和展品，比在課堂上學習歷史能給我更深刻的印象。在課堂上只會說在什麼時候簽訂條約，但在博物館中能看見簽約時的情形，與在課堂上的感覺大有不同。

我認為在武漢光谷實驗中學是整個交流團最令我印象深刻的活動，因為我能與當地的學生一起上課，了解當地學校與培聖的差別。他們每天都要到球場上進行早操，我認為這是他們與培聖最大的分別，因為他們每人都要進行早操和跑步，體能上比我們有更大的優勢。—— 5B 余梓軒

這次的交流團帶給我難忘的回憶，當中令我最深刻的是參觀赤壁，因為我對三國的歷史很有興趣，所以我想知道當時赤壁之戰的地方是怎樣的。赤壁古戰場是中國古代以少勝多的七大戰役中唯一尚存的古戰場，參觀完赤壁之後，令我清楚赤壁之戰是怎樣以小勝多。除此之外，令我深刻的還有武鋼博物館，在參觀武鋼博物館後，令我了解鋼是怎樣做出來的，令我在化學知識方面有所進益。—— 5B 周俊龍

此次的武漢交流團，我認為它讓我受益匪淺，不僅是知識層面的提升，還有的是對於自我的提升。

在此次交流團中，武漢那邊的老師是一個非常棒的老師，不僅在參觀某些地方及交流文化時，給予我們非常多幫助，還跟我們講述了大量關於這些方面的知識，內容有趣卻又不失深度。其次還從多方面講解武漢的文化，從歷史和經濟方面來演繹這個奇妙的城市。

這次交流團也讓我明白到實地考察與資料演繹上，總是有著非常大的區別，就像武漢給外界似乎總是壞印象，霧霾天氣、堵車等等，但事實上它有其不一樣的一面，就像政府的親民，市民的步行上班等文化，都是我們不能從香港的媒體上知道的。所以在評論一些事情時，要客觀面對，而不是隨著性子，過於主觀，這才是待人處事的方法。—— 5B 洪嘉榮



在今次活動中，第一次乘坐中國的高鐵，雖然車程時間比較長，但車箱內的舒適度十分高。在五日四夜中能夠參與關於中國文化的活動，令我加深了對中國文化的認識，令我更深刻的是可以和姊妹學校的學生交流，我是感受得到他們的熱情，最後，希望可以有機會去中國不同的地方交流。—— 5E 羅樂軒



# 「培」著你走——台灣生命教育遊學團

台灣是一個重視生命教育和繪本教育的地方，當地推動生死課題已逾二十年。除了官方的課程以外，民間機構更設有不同活動，如繪本設計、體驗學習等以互相配合，令學習不只局限在紙面的教科書中，亦以多元的方式帶領學生理解生命的意義。

公民教育組與公益少年團的學員有幸於復活節期間，參與由我校組織的一次以生命教育和繪本為主題的遊學活動，由伍億浩老師及周子嘉老師帶領，師生一同經歷自我探索的旅程。行程共有五天，由一天農場體驗開始；然後參加繪本敘事工作坊、寵物小獸醫體驗、街頭訪問；到最後一天則在台灣郵寄一封信回港給自己。活動內容豐富，同學亦獲益良多，以下是活動中各組同學的感想摘錄：

**第一組**  
1A(11) 鄺靖喬、1A(12) 羅美鈺、  
1A(18) 吳嫻藍、4A(7) 張學兒  
「這次旅程令我學懂正面思考，  
還有認識到自己更多。」

**第二組**  
2A(1) 陳羚嫻、2B(22) 黃曉晴、  
4A(3) 陳鴻靜、4C(11) 鍾嘉慧  
「這次交流讓我知道世界那麼大，  
我們應該多嘗試不同的事物。」

**第四組**  
4B(9) 鍾葉群、1A(16) 劉沁雅、  
1A(24) 黃盈瑩  
「這次程讓我知道生命充滿意義。  
人只活一輩子，只給自己看。」

**第三組**  
4B(5) 成浩源、4C(12) 何文傑、  
4D(8) 馬梓原、4D(13) 蘇國嵐  
「幸運有大房，世界真充滿希望。  
知識繁多、要專心一致。」

**第五組**  
2E(18) 曾健成、4A(17) 劉子豪、  
4B(1) 陳俊傑、4B(18) 李建韜  
「這次旅程令我明白生命的意義，  
人類與大自然應該互相共融。」



## 情繫培聖廿載越洋探望母校 現職 澳州 執業 針灸 師 曾朗生 師兄 與 師弟妹 分享 奮鬥 歷程

戴著黑框眼鏡，談笑自若，溫文爾雅的曾朗生師兄是 1998 年的會考畢業生，今年三月，他回到闊別了二十年的天水圍母校，探訪授業老師，並抽空接受訪問，分享他奮鬥的經過。

### 擔任領袖生長積聚寶貴經驗

在校時，曾擔任領袖生長一職。當被問及擔任領袖生長的得著時，曾師兄自言自己在這個崗位學習到很多待人處事的態度，在擔任隊長期間，自己學會如何分工合作及重視領袖生之間的互相幫助及協調，這些經驗，有助他日與人緊密合作及建立團隊精神。總括而言，成為領袖生長的經驗真是令他受益良多。

### 公開試成績未如理想 赴笈澳州

當我們談及 ALevel（高級程度會考，屬於舊學制下的一個公開考試）時，曾師兄笑言自己當初的英文成績不算理想，未能在本港繼續升學，當時心中難免有點憂慮。所以，當家人提議他到澳洲升學時，師兄便欣然同意了。於是，他便遠赴重洋，踏上留學之路。經歷了一段艱辛的奮鬥後，現在，他已成為一名澳州執業針灸師。回想當年那條曲折迂迴的升學的路，他也不忘笑著鼓勵我們一眾師弟妹——站在人生的岔路、需要作抉擇時，無論選擇哪條路，最重要的是要不令自己後悔。

### 由商科至中醫學

談到自己在海外升學的點滴，曾師兄憶起最難忘的經歷是剛剛去到澳洲時半工讀的生活。雖然自己的第一個學位是修讀商科的，但商科並不是自己最感興趣的科目。因自己生於中醫家庭的緣故，在耳濡目染下，早年已對中醫有一定認識。在完成商科課程後，眼見中醫範疇內的針灸廣為外國人接受，於是對中醫學產生濃厚的興趣，故此決定再報讀中醫課程。經過多年努力，現在成為一名獲當地認證的中醫師。即便如此，師兄表示並不後悔當初選讀了商科，如今在社會謀事，所接觸的或多或少都會與商業有關，自己曾學習過的商科知識雖與自己目前的工作沒有直接關係，卻也不是完全無關。

### 興趣推動 付出與犧牲

如何能一面工作，一面追上學業進度？當我們問及師兄管理時間有什麼有效方法時，師兄跟我們分享了他昔日在澳洲留學時的一天生活作息安排，並提醒我們成功最重要的還是毅力，以及必須保持對所學科目的興趣。師兄說，在週末別人都去玩樂時，自己則選擇完成學業上的任務，甚至縮減休息時間，去完成自己已安排的學習項目。雖然過程非常艱辛，但若想要達到目標，就必須付出時間，甚至作出犧牲。

### 喜樂的心，乃是良藥

最後，師兄鼓勵我們好好享受目前的生活，即便生活艱難，遇上意料之外的事情，又或碰到一些全然陌生的事物，令我們感到迷惘苦惱、束手無策，仍然應該常懷喜樂的心，樂觀面對失意挫折，認清目標，努力前行。



撰文：周俊芊  
訪問：王若瑄、周俊芊  
拍攝：李顯揚  
顧問老師：麥菊韻老師、  
梁偉強老師



## English

### English Builder Prize-giving (First Term) 2018 - 19

To acknowledge students and classes with outstanding performance of the online English Builder exercise in the first term, both the English Department and Wiseman Education awarded certificates and MUJI prizes to them.

The results are as follows:

#### Form 1 (Individual)

##### Prize winners' list of the English Department

1A Ho Hou Man  
1E Wong Po Sang  
2nd runner-up: 1B Mok Chun Ho

##### Prize winners' list of Wiseman Education

Top 1: 1E Wong Po Sang  
Top 2: 1A Ho Hou Man  
Top 3: 1B Mok Chun Ho



*Our Vice-principal, Mr Yuen, presented prizes to the winners: 1A Ho Hou Man, 1E Wong Po Sang and 1B Mok Chun Ho (from left to right).*

#### Form 2 (Individual)

##### Prize winners' list of the English Department

Champion: 2A Magas Jozsef Rance  
1st runner-up: 2B Wong Hiu Laam  
2nd runner-up: 2C Tong Tsun Ting Ivan

##### Prize winners' list of Wiseman Education

Top 1: 2C Tong Tsun Ting Ivan  
Top 2: 2A Magas Jozsef Rance  
Top 3: 2B Wong Hiu Laam



*Our Vice-principal, Mr Yuen, presented prizes to the winners: 2A Jozsef, 2B Wong Hiu Laam and 2C Tong Tsun Ting Ivan (from left to right).*

#### Form 3 (Individual)

##### Prize winners' list of the English Department

Champion: 3B Choi Yuan Ga Yan  
1st runner-up: 3E Liu Hon Man  
2nd runner-up: 3B Wu Wu Yina

##### Prize winners' list of Wiseman Education

Top 1: 3B Choi Yuan Ga Yan  
Top 2: 3E Liu Hon Man  
Top 3: 3B Cheung Tin Yan



*Our Vice-principal, Mr Yuen, presented prizes to the winners: 3B Choi Yuan Ga Yan, 3E Liu Hon Man, 3B Wu Wu Yina and 3B Cheung Tin Yan (from left to right).*

## Outstanding Performance: Class

### Prize winners' list of the English Department

Form 1: 1A  
Form 2: 2A  
Form 3: 3B



*Our Vice-principal, Mr Yuen, presented prizes to the class representatives: 1A, 2A and 3B (from left to right).*

## Film Outreach Programme—Post screening session

20 students from 4A and 4B joined a programme held by the U.S. Consulate General in Hong Kong. The students watched a movie about American culture and had a discussion with the representative.



## Teen Time (RTHK)



4A Chau Chi Chung, 4A Cheng Shun Hei, 4A Cheung Ming Ho, 4A Tang Chi Hang and 4B Sit Tsan Leung joined a radio recording "Teen Time" with RTHK on the topic "People That We Admire". This was the first time that they did the radio recording at a radio station and they did a great job.

To listen to their performance, you can go to the link below:  
[http://podcast.rthk.hk/podcast/item\\_epi.php?pid=617&lang=en-US&id=134453](http://podcast.rthk.hk/podcast/item_epi.php?pid=617&lang=en-US&id=134453)

## S.3 Inter-class Speaking Competition

The English Department and the English Society have organized a Form 3 inter-class English speaking competition. Participants gave a 2-minute presentation based on a topic. All the participants did a good job in the competition.

The following are the winners in the competition.

The champion: 3B Choi Yuan Ga Yan. She also won the "Most Popular Vote" from the English Society members.

The second runner-up: 3B Cheung Tin Yan

The first runner-up: 3B Chan Wai Chung



# 中文科

## NAC 及 NCS 音樂劇

我校 NAC 及 NCS 專責小組於 3 月 21 日中一級週會舉辦音樂劇活動，參與音樂劇表演班的同學除有機會於校內表演外，更有機會參與公開演出。同學的演繹甚為精采，表現積極投入，場面熱鬧。



## NCS 課後輔導班

我校 NAC 及 NCS 專責小組開辦 NCS 課後輔導班，協助初中非華語同學提升中文水平。



## 中國語文及人文學科週

中文科及人文學科於一月二十五至三十一日合辦「中國語文及人文學科週」。中文科活動包括中山國史文化考察團、論語劇場、不普通的郊外遊、攤位遊戲及迎春接福寫揮春活動。今年各老師及同學熱心參與各項活動，盛況依舊，更讓人期待下年度的中國語文及人文學科週。



## 普通話演講比賽

我校於上學年開辦普通話才藝班，目標是培訓同學參與各項普通話比賽。8 位同學包括 2B 黃思穎、陳家慧、牛俊傑、符廣榮、4B 王若瑄、張芸嘉、5B 余美雪、葉展怡於 3 月 23 日參與普通話演講比賽，各人均榮獲良好獎項，成績令人鼓舞。





## 中二級講故事比賽

中文學會於3月27日舉辦中二級講故事比賽，主題為「孝順」，是次活動的宗旨除提升同學表達技巧外，更希望宏揚孝道的傳統精神。以下為獲獎同學名單：

冠軍：2A 黃富盈  
亞軍：2C 徐雅姿  
季軍：2B 何俊傑  
優異獎：2C 梁瑋軒、2B 黃曉嵐



## 中三級即席專題演講比賽

中文學會於三月十三日舉辦中三級即席專題演講比賽，一眾參賽同學發揮得淋漓盡致，務求令評判留下深刻印象及贏得台下同學的熱烈掌聲。以下為得獎同學名單：

冠軍：3B 黃智麗  
亞軍：3B 黎子瑋  
季軍：3A 劉子元  
優異獎：3E 劉漢文、3B 曾逸豪



## 2019 全港青少年徵文比賽

「香港，我的家」校內賽得獎名單

高中組

冠軍：5B(30) 余美雪  
亞軍：5A(15) 李雪瑩  
季軍：4B(23) 王若瑄

初中組

冠軍：1B(19) 施馨怡  
亞軍：3B(7) 張天恩  
季軍：3B(31) 張裕婷  
優異：1B(2) 張樂兒、3B(28) 吳依娜

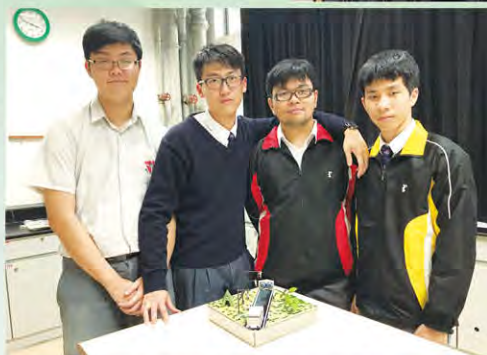


# STEM

## 港鐵 MTR STEM 創未來計劃

我校參加了港鐵 MTR STEM 創未來計劃，並於2019年2月27日參與了「STEM @ MTR」到校講座，對象為STEM學會會員、中四及中五選修物理科的同學。港鐵講者以數學及物理理論解釋列車車廂外部及內部的設計，並引用解難的工具如心智圖，以助學生找出問題及解決方法，讓同學加深認識STEM在日常生活中的實際應用。

我校派出八位同學，包括5B 陳力行、5B 張文威、5B 詹焯然、5B 施棉西、4B 劉荔勤、4B 梁滌言、4B 梁詠琳及4E 潘建晞參加「STEM創未來」挑戰比賽，同學需運用micro:bit製作模型，而物料須使用回收物料，善用創意及科技技能，解決現實生活上的問題。



培聖中四隊成員及參賽作品：智能回收器

培聖中五隊成員及參賽作品：節能路燈

## 地理活動多姿彩

### 礦物探索工作坊

為增加同學對地質的知識，地理組於 12 月舉辦了礦物探索工作坊，讓人文學科學會會員及地理科組員認識不同礦物，了解岩石性質及特性。同學在是次工作坊表現投入，利用不同工具測試岩石的性質，活動輕鬆又有趣味。



同學認真測試中



同學利用不同工具研究礦物的特性

### 走過香港二疊紀園

我校中四地理組學生於 12 月 15 日到馬屎洲地質公園進行地質考察。馬屎洲地質資源豐富，學生能應用在學校所學的學科知識親自辨認岩脈入侵、褶曲、斷裂、差異侵蝕、連島沙洲、各類沉積岩（頁岩、砂岩等）等地貌。

### 馬屎洲地質公園



### 文憑試書地為本考察 (FBQ) 培訓——深水埗舊區探究活動

為提升同學「實地考察為本」的問題作答技巧，地理組於 12 月 16 日，安排中五及中六級修讀地理的同學到深水埗舊區進行城市考察，同學透過活動可使用不同的儀器蒐集數據，亦透過街頭訪問搜集資料。完成活動後，地理組進行了問卷調查，結果顯示大部分同學對是次活動都感滿意，超過九成的同學都認同透過考察活動可加深對城市問題及市區更新方案的認識，學會更多有關地圖閱讀的作答技巧。



同學將蒐集的數據分析，並進行匯報

同學認真測試中



研習深水埗屋邨居住環境及樓宇質素



用心聆聽導師講解，跳出課室在戶外中研習城市問題



學會使用地圖定位



完成一天辛苦的考察，來一張大合照

## 香港地質公園活動——地質講座「香港地形」

地理組邀請香港地質公園職員於一月份到訪學校舉辦地質講座，主題為「香港地形」，讓同學對香港聯合國教科文組織地質公園的特色、獨特的地質景觀、岩石知識以及自然生態和人文歷史等有更多了解，從而更懂得欣賞和愛惜我們的自然環境。

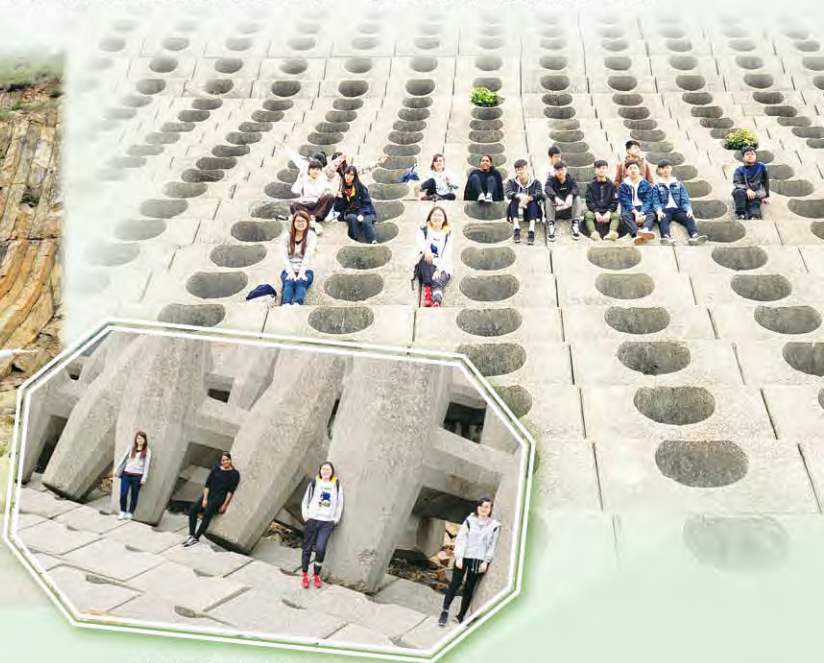


## 驚嘆六角柱岩石之美——西貢萬宜水庫岩柱群考察

中五級地理組及 4 位中三同學於 2 月 25 日參加西貢萬宜水庫岩柱群考察。同學透過生態導賞，加深對萬宜水庫六角柱岩石及褶曲地貌的認識，對火山岩有更深入的了解，培養欣賞大自然的態度。



大家來模仿岩石被褶曲的形態



錨形石的地理之友

## 烏溪沙沙灘執垃圾 齊來為海洋出一分力

我校地理組及生態巴士帶同 16 位中四的學生，於 3 月 30 日（星期六）下午一同來到烏溪沙沙灘，老師及學生齊齊清理石灘垃圾。在是次活動前，學生並不留意沙灘上的垃圾在數量及種類竟如此之多，而且在清理的過程中，學生拾獲的垃圾種類繁多，除了一般的膠樽、膠袋、煙頭外，最多的竟然是玻璃。是次活動讓同學體會到人類不斷對大自然所造成的破壞及海洋正面臨的重大危機，並明白要肩負起愛護環境、服務社區的責任。



全線大搜查，一件垃圾都不漏



石灘上有很多小型垃圾，如玻璃碎、膠粒等



收集完垃圾後要將垃圾分類及紀錄



接著是磅重

完成任務來一張大合照

# 物理科

## 夜幕星空

物理科於 2019 年 3 月 22 日舉辦「夜幕星空」活動，這個活動今年已踏入第十一個年頭，旨在透過數碼立體星象館演示天球概念，如地球四季、行星運動、黃道十二宮等，讓同學親身體驗天球的轉動及享受星空的瑰麗。本部分已修訂為物理科中三級必修學習課程。



## 可觀高中天文課程

我校中五級選修物理科同學於 2019 年 1 月 18 日參加由可觀自然教育中心暨天文館舉辦之高中天文課程。在課程中，同學有機會實習操作使用望遠鏡及進行太陽觀察，了解到恆星活動的實況。



同學實習操作使用望遠鏡及進行太陽觀察。



同學透過製作望遠鏡模型學習望遠鏡的放大原理。

# 旅款科

## 旅款科餐桌禮儀工作坊及酒店參觀活動

為增進同學對本地款待業的認識，旅遊與款待科安排中四級共 19 位選修本科同學於 1 月 31 日下午到荃灣悅來酒店參加餐桌禮儀及酒店營運工作坊。

是次活動邀得旅遊服務培訓中心的專業導師進行講解，為同學介紹餐桌禮儀的基本概念、餐桌佈置和用餐時須注意事項等，並於當天午膳進行實踐及體驗。同時，也邀請到悅來酒店人事部主任講解酒店組織、就業情況及入職要求等資訊，讓學生更了解酒店業的情況，幫助他們訂立的升學及就業的方向。

活動期間，同學參觀不同類型的房間，包括雙人房、家庭房和行政套房等，了解酒店對客房的定價政策及所提供的設施和服務。更難得的是，同學獲安排參觀專為商務客人而設的行政樓層和商務中心，從訪談中得以進一步認識酒店業的多元化服務和市場競爭策略。同學在這次活動中皆表示獲益良多，尤對本地酒店服務業能有更深入的認識。

是次活動未能探訪會計部、布草房、市場推廣部等酒店後勤部門，期望將來籌辦有關活動可予以安排，讓同學能更深入認識有關部門員工的日常職責和工作。



人事部主任介紹酒店的組織及工作



行政樓層的服務增進同學對商務酒店的認識



導師與同學分享酒店的工作經驗



同學學習餐桌禮儀



同學參觀宴會廳設施

# 通識科

## 通識學術週

通識學術週已於四月八日至十一日順利舉行。是次活動邀請了不同的機構、政府部門的人員到校作「專家講座」、話劇表演、互動遊戲及展板展示。此外，為增進同學對本地歷史和文化保育的認識，通識教育科聯同中國歷史科合辦大澳歷史文化考察之旅，讓同學親身到場體驗有東方威尼斯美譽的大澳，認識當地的歷史及文化保育概況。通識週的活動讓同學從不同的範疇和角度了解現今香港，以至全球的發展情況，提升同學對通識教育科學習內容上的認識，並擴闊他們的視野。

一如既往，為了鼓勵及表揚同學在上學期通識教育科優異的表現，特此給予「最優秀表現」及「最佳進步」兩個學科獎項，得獎名單如下：

### 「最優秀表現」

初中：  
1A 何浩文  
2B 黃曉嵐

高中：  
4B 王若瑄  
5A 吳珮瑜

### 「最佳進步」

初中：  
2B 張定康

高中：  
5B 林軾然



長者生活百科分享——透過小組分享的形式，長者向同學分享他們的人生閱歷。



「青熱解毒」話劇——透過話劇的形式，與同學互動，宣揚禁毒訊息。



屋宇處攤位遊戲  
同學十分投入，希望能夠贏取屋宇處人員模型公仔。



屋宇處講座  
屋宇處人員向同學講解樓宇安全的重要



規劃處外展車  
同學在車上的遊戲了解香港的發展及規劃及規劃



規劃處專家講座  
邀得洪水橋發展項目工程師為中五的同學講解洪水橋、元朗等地方未來的規劃及發展



規劃處  
展板展示洪水橋、元朗等地方未來的規劃及發展



同學認識大澳蝦醬的製作工藝

同學在棚屋內與屋主交流分享

專業導遊分享大澳歷史文化的點滴

# 宗教及德育視窗

## 「在港世青」活動

這次活動於 2019 年 1 月 26 日假高主教書院舉行。以「實信青年、承祿貴言」作為主題，希望青年實踐和分享信仰，並以實際行動——愛、關心、包容，以及團體精神實踐信仰。我校共有 7 位同學參加活動。透過遊戲、關心社區行動和分享等環節，推動學生以實際行動回應天主的聖言。當日同學更到中環等地區探訪外傭和少數族裔等群體，然後再作個人感受分享。同學都表示是次活動很有意義，期望能多參與愛德服務，幫助身邊有需要的人。



## 基督小先鋒領袖訓練計劃



為回應教區的「實·信·青年年」，天主教教育事務處於 2019 年 1 月 19 日及 1 月 26 日舉辦了「YPC 原力覺醒」主題活動，我們學校共有 12 位同學參加。他們接受訓練，認識到個人有不同的能力，又學習帶領小組及其他活動的技巧。於第二次活動日，學員要帶領來自十多間小學的基督小先鋒進行活動，分成六個環節進行，當日活動以祈禱會作結束，我校同學積極投入帶領小學生進行活動，獲大會及小學師生讚賞。

## 心靈大使培育計劃



新一屆心靈大使培育計劃已於 2019 年 2 月間進行了為期 5 節的訓練。當中透過課堂及營會，讓同學先認識自己的情緒，然後學習不同的覺察練習，如覺察呼吸、覺察進食等，最後學習帶領覺察練習的技巧。計劃亦提供機會讓同學將所學到的技巧實踐出來，同學要完成最少兩次的實習，才能在學校的會帶領其他同學。

## 中二級心靈教育課

宗教德育組於3月份開展了中二級心靈教育課，由宗教德育組統籌，由中二級班主任負責講授，於週會時段進行課堂。透過兩節的課堂，讓同學學習情緒與自己的關係，從內心學習認識自己。活動內容包括：水沉澱、電影欣賞、覺察呼吸、經絡操等，每節課堂完結前，同學都會填寫心靈扎記，將該堂的學習經驗記錄下來作鞏固。



## 中三級心靈教育課

我校於2月份開展了中三級心靈教育課，透過三節的課堂，讓同學學習自處，從而認識與感受內在的自己。活動內容包括：聽聽自己的聲音、靜默呼吸、覺察進食等，每節課堂完結前，學生都會填寫心靈扎記，記錄自己的得著。



## 中六級畢業祈禱會

中六級畢業祈禱會已於2019年2月1日舉行，由校監李志源神父主禮，是次祈禱會邀請全體老師出席。祈禱會的主題為「發揮所長 讓我們成為地鹽世光」，希望同學能發揮天主賜予每人的潛能，活出有意義的人生，並能成為地鹽世光。李神父以自己的經歷鼓勵同學在中六畢業後，亦要不斷進修，開放自己，讓自己人生更豐盛。完結後，隨即進行「與校長有個約會」的環節，同學聆聽校長及畢業生分享、回顧成長片段和致送紀念品予中六同學。



# 新界西北天主教中學聯校活動 Running Saint

新界西北區有很多昔日傳教士寶貴的足跡，有見及此，宗教組與新界西北天主教中學於3月30日舉行了名為「Running Saint」的聯校活動，藉以讓學生認識以艇傳教的傳教士來港宣教的經驗與我們生活的關係。是次活動我校共有7位同學參加。同學以隊伍的形式走訪昔日傳教士曾留下足跡的地方，了解他們傳教和當時生活的困難，希望同學能從活動中學習到傳教士刻苦宣教的精神，並活用於信仰團體中。同學都表示期望下次再參與類似的聯校活動。



## 四旬期服務培訓及義工服務 認識南亞裔族群的生活文化

四旬期服務培訓及義工服務於2019年4月間進行。是次活動讓同學了解本港南亞裔族群所面對的生活困境，通過培訓及服務，實踐愛德。當中通過培訓，同學能認識有關南亞裔族群的生活文化，包括衣著及食物等。其後，進一步學習有關日常生活的用語，以理解南亞裔族群於本地生活的言語障礙，如認字及溝通等困難。另外，由兩位南亞裔義工帶領同學進行活動及分享，更能營造共融、和諧的氣氛。是次活動亦提供機會讓同學嘗試帶領一次區內認識南亞裔族群之旅，親身體驗南亞裔族群的生活，將所學到的知識及技巧實踐出來。

## 復活節祈禱會

復活節祈禱會已於2019年4月12日舉行，由包天浩神父主禮。這次祈禱會主題為「你們悔改 信從福音吧」，希望同學可以學習到教會慶祝復活節的真正意義，是在於天主先愛了我們，並派自己獨生愛子到世界上為所有人赦罪而被釘在十字架上，因此復活節對每一個人都是重要的。是次祈禱會特意準備耶穌被釘十字架的聖相，作為送給同學的復活節禮物，希望同學可以好好記著復活節的意義。





# 我校同學參與利瑪竇音樂劇導賞會及欣賞會



我校同學於 3 月 29 日參與《利瑪竇音樂劇》，並於 4 月 24 日欣賞這個音樂劇。

《利瑪竇音樂劇》由劉松仁以及導演杜琪峯共同策劃，由香港男歌手王梓軒拍夥新加坡女歌手陳潔儀主演；執行導演為綠葉劇團的黃俊達。此外，《利瑪竇》的顧問團隊陣容除了有資深劇場工作者鄧樹榮外，更有政界人物劉千石、設計師李永銓、曹誠淵任舞蹈總監、鄭國江填詞等。整個《利瑪竇》製作班底橫跨劇場、影視、政治等不同專業領域，可說是前所未有的組合！

《利瑪竇》故事講述意大利神父利瑪竇明朝來到中國傳教的經歷，如何在中西文化衝突中嘗試第三條路——中西文化相融。比起將西方價值硬塞給中國人，他選擇學習漢語，了解、吸收中國文化，和士大夫、平民交往，再與中國人交流其豐富的學識，文學、科學、禮儀、哲學以及宗教論說等。利瑪竇被視為歷史上的一名傳奇人物，美國雜誌《生活》曾將他評為公元第二千年內（1000 年— 1999 年），最有影響力的百名人物之一員。

本身為天主教徒的劉松仁，在專訪中憶述首次執導音樂劇的經驗，他先坦承影視出身的自己，起初覺得難以勝任《利瑪竇》製作，「我根本都唔係舞台嘅」，需要用更多時間、更謙卑的態度去參與。他發現：「越謙卑，得著越多……全心全意讓這作品成為經典。」

根據天主教媒體《天亞社》報道，《利瑪竇》的誕生，其實是源於音樂劇的神師恩保德（ Giampietro ）神父一個情意結。這位來自意大利的神父表示，六十多年前還未來到中國，讀到利瑪竇的事跡，已深深被打動。神父希望透過音樂劇與別人分享，宣揚文化交談。恩保德神父在專訪影片中，亦指希望讓更多人了解利瑪竇，強調這是「真人真事」、「歷史」，看看利瑪竇可否成為「新的人類」、「新的希望」。



## 第二次捐血活動

歷年由我校與香港紅十字會輸血服務中心合辦的捐血活動都獲同學和教職員熱烈響應，充份發揮我校熱心助人、服務社會的精神。本年度第二次捐血活動已於四月二十六日舉行。紅十字會在我校圖書館設立捐血中心及登記處，是次活動共有 52 位學生報名參加，實際成功捐血的師生人數有 45 人。師生踴躍參加，以行動支持需要接受輸血治療的病人。



# 綠色校園

## 拯救剩食 社區實踐

在生活中，同學經常會有面對剩食的經驗。所謂剩食是在食物生產的過程中，因為外觀、生產過剩或時效問題而被棄置的食物。如剛過期的罐頭麵包、菜頭菜尾或超市落架的食物等。特別是有標明食用有限期的包裝食物，當它在商店中公開發售，一旦食物接近甚至超過了銷售時間和限期，就只有被遺棄的命運。

我校今年與地區社福機構「天水圍社區發展網絡」合作，以「回收剩食，減少浪費」為題，舉辦食物分享大使活動，組織同學到附近街市、超市及麵包店回收剩食。食物經分類和初步處理後，再分派天水圍社區內的基層家庭或獨居長者手中。

活動不單止可以推進環保，更實踐青少年對社區的關愛和長幼共融精神；同時亦讓學生從消費者角度作出省思，更進一步探討食物回收與社區扶貧的關係，一舉兩得。當中有 13 位同學更積極付出晚間時間，參與義工時數超過十小時，獲得機構表揚。



本年度獲表揚的義工名單如下：

### 傑出義工獎

4B 陳尚興  
4E 張俊堅  
4E 譚詩睿  
2A 岑永昭

### 良好表現獎

4B 黃盈盈  
4B 陳俊傑  
4B 陳弘天  
4B 劉子豪  
4B 陳浩杰  
4B 張芸嘉  
4B 王若瑄  
4B 潘慶南  
4E 周恆



## 面向公眾 分享環保心得

2A 班陳羚珊同學及 2B 班黃曉晴同學與伍億浩老師早前參加了由香港青年協會主辦的環保基金「低碳廚房」分享會。他們代表我校出席公眾分享活動，介紹我校環保及惜食的措施，並從中分享我校如何加強公眾對「低碳飲食」及環保生活的關注。



## 第三次班際節能及回收檢視比賽

本年度第三次班際節能及回收檢視比賽已於 20/3/2019-22/3/2019 期間舉行。檢視項目包括中一級及中二級自備水樽檢視、班房節能及回收的項目工作。是次活動期望能確保資源運用及回收正確，並提升校內師生的環保意識和責任感。在此感謝各師生一同參與，督促各班的環境作出進一步改善。優秀班別表現如下：

### 第三次班際節能及回收檢視比賽

#### 傑出表現班別：

1D, 2B, 2D, 2E, 3A, 3B, 4A, 4B, 5A, 5B, 5C

#### 優良表現班別：

1B, 5E

### 中一級及中二級自備水樽檢視比賽

#### 傑出表現班別：

1A, 1D



## Canon 麥兜環保專題講座

我校參與 Canon 麥兜環保專題講座，並邀請麥兜與環保組織講者分享環保訊息。講座同時配合有獎互動遊戲，讓同學輕鬆有趣地學習環保知識，正面灌輸學生正確的環保概念。



## 清潔課室行動

公民教育組於 2019 年一至四月期間，已安排中二、中三至中五各級進行清潔課室活動。各班同學在班主任指示及協助下投入清潔班房活動，同學除清潔個人枱椅及課室儲物櫃外，更分工協助清潔老師枱椅、白板、大門、窗框、掃地、拖地等工作。完成清潔工作後，同學完成反思工作紙，檢視當天的活動成果，並簽署承諾，實踐「惜物減廢」的生活原則。



# 藝術遊蹤

## 結合即興戲劇及競技比賽

## Theatresports (即興劇場運動) 發揮學生藝術才能

Theatresports (即興劇場運動) 不受環境、人數、年齡、性別、模式等所限制；在何時、何地，隨意拿一些道具或服飾等即能「即興創作」，進行競技比賽或表演。

藝術領域發展組早前邀請基督教香港信義會社會服務部於週會時間為中五級同學認識及參與。Theatresports (即興劇場運動) 期望同學透過遊戲，深化舞台表演技巧及知識之餘，也可增強創意，啟發思考，並從中培養人與人之間的溝通和聆聽，以積極的態度面對人生。加上，Theatresports 強調正面，任何色情、暴力、粗口及歧視均不能在即興故事中發生，鼓勵同學以積極、正面的態度發展劇情，提倡「Never Say No」、「Never Give Up」的訊息，亦鼓勵同學多考慮別人的需要及能力。



來自信義會的社工正在示範



來自信義會的社工正在介紹甚麼是  
Theatresports (即興劇場運動)

## 透過趣味的戲劇演出 加深對中華文化的了解

相信不少學生曾聽過「三十六計，走為上計。」這句話，到底什麼是三十六計呢？其實，「三十六計」是中國古代珍貴的文化遺產，總結了中國歷史上無數次打仗的經驗。

我校中四級同學到禮堂觀賞本地專業劇團 7A 班劇團演出「用三十六計看中國歷史故事」。透過戲劇演出及問答環節，讓同學更深入了解中國歷史故事及成語典故，提高同學對中華文化的了解。



演員正在扮演「三十六計」中的歷史人物



透過戲劇演出學習中華文化

# 運用藝術創作 作為表達情緒的工具 展開培聖人的「情緒轉化之旅」

青少年在面對學業、家庭及朋輩的壓力與日俱增，礙於環境、生活或性格的影響下，往往不敢宣之於口，將問題隱藏於心中，推一步影響自己的情緒，有時甚至向身邊的朋友及家人發洩，影響朋輩及親子關係。

藝術領域發展組與學校社工及明愛感創中心合作，於19/1開始為中二級學生舉辦為期六節的「情緒轉化之旅」小組及於28/2舉行「舞動身心」壓力舒緩工作坊。期望同學能透過創意藝術治療 (Creative Arts Therapy) 及表達藝術治療 (Expressive Art Therapy)，運用藝術創作作為工具，進一步了解和表達自己的情緒和想法；增加自我覺察能力，並建立嶄新的角度和方法來面對問題，促進個人成長。



中二級學生舉辦為期六節的「情緒轉化之旅」小組

## 幫助學生深化藝術學習成果 推廣培聖校本「綜合藝術課」

校本「綜合藝術課」課程是以音樂、視藝、多媒體製作及戲劇的校本「綜合藝術課」（試行），透過跨藝術科目及組別的合作，以表達性 (Expressive) 的方式來展示其學習成果。

本學年為校本「綜合藝術課」課程試行推廣的第二階段，此階段會以中二及中三的其中一班的同學作先導體驗及總結學習成果，觀察同學的反應、課堂互動及測試評核的可信度。中二2B班同學已於14/12完成，課程會歷時一個學期，本課程以舞蹈及音樂作為平台，透過各形體動作的創作，輔以音樂的節奏，並引入標準化的學習評估量表及多樣性的學習成果分享，有關同學亦會於香港藝術節期間前往文化中心欣賞正式的表演，以便深化學習成果。



2B班同學與導師拍照留念



3C班同學正在為多媒體作品籌備拍攝工作

中三3C班同學已於上學期在視藝課完成教授製作不同戲服的時裝及人物形象設計工作坊，介紹教授設計基本理論、解釋時裝設計由概念至製成品的過程、教授 Theme Board、Mood Board 及工業繪圖等創意時裝繪圖技巧；同時有關作品已於小食部的藝閣展台上展出，進一步以圖文方式作解析，加深同學的認識，下學期將會完成拍攝及錄像工作坊及音效及後期製作課程。



同學互相練習



導師正在教授不同的舞蹈技巧



同學正在集體排練中

## 提升對藝術的興趣探索 展示培聖人的藝術才能

為提升對藝術的興趣探索 (Exploration) 及加強美感學習經驗經歷 (Experience)，我校於二月二十四日的家長日，假學校禮堂、二樓藝廊及小食部小舞台舉行一年一度的學生藝術作品展。

透過與視覺藝術科合作，展出我校同學優秀作品，特別是選修高中視藝科的畢業作。欣賞藝術的活動，不但令獲選參展的同學獲得成就感，也同時讓修讀視藝科的同學一嘗策劃展覽的經驗。當天，我們亦誠邀 SEN 組的咖啡及拉花班同學為欣賞作品展的家長品嚐即席沖製的咖啡、花茶及即製曲奇。



中五級同學與自己作品合照



培聖人的藝術作品展



同學正在填寫藝術作品評賞工作紙



同學正與老師分享自己創作的藝術品



中六級選修視藝的時裝設計畢業作品

## 「培聖音樂園地」 培訓校內演藝人才

音樂科透過舉辦「培聖音樂園地」，讓同學積極參與校內外的藝術活動，發展藝術才華和創意，並期望他們能主動推廣並與人分享藝術的樂趣，讓其他同學能夠認識藝術教育的好處。第一次的音樂會邀請了 6A 班謝晉暉同學以小提琴表，第二次的則是夏威夷小吉他 - Ukulele 的演出。夏威夷小吉他——Ukulele 演出的隊伍則是首次在校公開演出，表演的學員是透過參與本年度首辦的「音樂體驗課程」學習有關樂器的原理及彈奏技巧的，這是他們初登台板的寶貴經驗。



同學正在作夏威夷小吉他表演



同學正在自彈自唱呢



夏威夷小吉他隊與音樂老師及導師合照



6A 班謝晉暉同學正在演奏小提琴

Exhibition on  
**HONG KONG**  
Past and Present

# 學生果園

## 香港今昔攝影展覽

公民教育組、視覺藝術科、歷史科及校園小記者參與由城市大學主辦的香港今昔攝影展，已於2019年4月18日起至4月23日假香港文化中心作公开展出。參展同學名單如下：

4B 王若瑄	4B 張栢澧
4B 黃盈盈	4B 陳俊傑
4E 陳梓俊	5A 黃詠藍
6A 林艷滴	6A 陳焯傑

### 《For Good》

姓名：林艷滴  
班別：6A 創作年份：2019  
尺寸：336X437mm  
作品解說：港新界區和港島區是兩個發展速度不同的地區，風貌自然也就各有特色，明明身處於香港，卻可以看到截然不同的景觀。燈火璀璨、高樓聳立的市中心就是新時代的代表；而正在發展的新界，卻保留了一份懷舊平淡的生活風格。今日的香港和昔日的香港，仍然存在於此。

### 《憧憬》

姓名：陳焯傑  
班別：6A 創作年份：2019  
尺寸：336X437mm  
作品解說：透過繁忙的街道下感受今昔事物的特點和轉變。如作品中的天空是如此美麗，倘若人們只低頭留意着手中的一片小螢幕，便不能欣賞自然的美景。如今大多數人都視手機為重，相反不是更應該感受當下，把身邊的所見所聞親身體會，利用眼睛的快門截成影像，於腦海中拼接成人生的走馬燈。

### 檀香

作者姓名：陳梓俊  
班別：4E 創作年份：2018  
尺寸：336X437mm  
作品解說：對老人來說，燒檀香是中國傳統，亦代表一份的祝福，祈求長壽健康。中國用香的歷史悠久，幾乎家家戶戶都有用香。其中的「檀香」，自古以來就被視為名貴的香料。

### 傳給下一代的故事

作者姓名：張栢澧  
班別：4B 創作年份：2018  
尺寸：336X437mm

作品解說：此圖於元朗屏山文物徑的鄧氏宗祠裏所影，右方正是那多年歷史，有濃厚的中式建築，而這建築都被村屋所包圍，那些新建築不斷落成，不知不覺間被遺忘，因為位置實在很偏僻。經過多年日月的洗禮，又飽受摧殘，但仍屹立不倒 每逢大時大節村民都會來慶祝。

### 城中小亭

作者姓名：王若瑄  
班別：4B 創作年份：2019  
尺寸：336X437mm

作品解說：有人說一個城市的建築便是那個城市的代名詞。我想，香港便是如此，它的建築如同它的文化一樣中西合璧。高聳入雲的摩天大樓其下，還有這嬌小雅致的古亭，一切融入得巧妙，像水墨丹青畫上不可或缺的朱紅，旁人皆看醉了。

### 驚濤拍岸

作者姓名：黃盈盈  
班別：4B 創作年份：2018  
尺寸：336X437mm

作品解說：早上，香港在昔日的海旁平靜的土地，現在香港有一座座高樓大廈，兩者合併形成獨特的美景。比較了香港過去和現在，過去曾是較慢發展的地方，現在也有已成為旅客遊覽之地。



## 天水圍之美

作者姓名：陳俊傑

班別：4B 創作年份：2019

尺寸：336X437mm

作品解說：天水圍以前只是一魚塘，但是現在天水圍有着莫大改變，隨着香港不斷發展，幾乎每一戶人的窗外都有一個美麗的風景。



## 中西交融

作者姓名：黃詠藍

班別：5A 創作年份：2019

尺寸：336X437mm

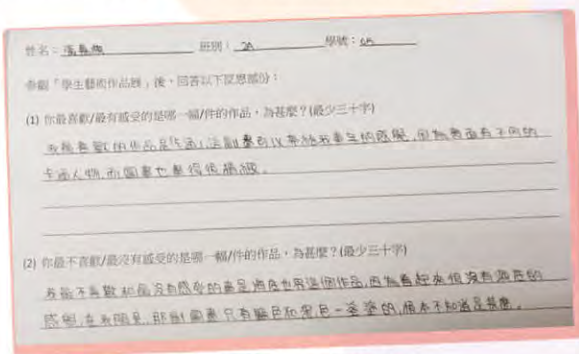
作品解說：香港油麻地警署的外觀是香港在被英國佔領時所建設的，也見證着西式文化引入的建築。

# 欣賞同儕藝術作品 提升藝術評賞能力

為提升對藝術的興趣探索 (Exploration) 及加強美感學習經驗經歷 (Experience)，中二級同學亦於週會時間分批前往禮堂參觀我校學生在視藝科創作的優秀作品，特別是選修高中視藝科的畢業作品。

參觀的同學透過填寫「藝術作品評賞」，以便讓他們學習如何評鑑及提升美感經歷。最後，視覺藝術科及藝術領域組合共選取了四位優秀作品獲獎，以作鼓勵。獲獎的同學包括 2A 班張嘉棋同學、2B 班伍仲恩同學、2C 班文浩朝同學、2D 班鄭煥賢同學及 2E 班歐陽巧嵐同學。

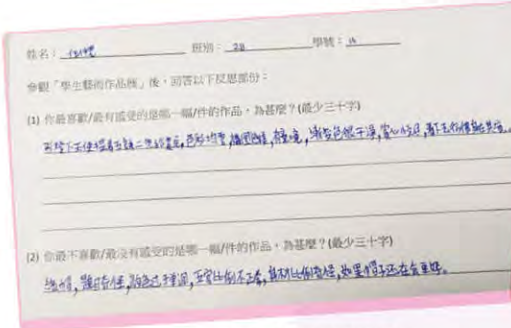
2A 班張嘉棋同學在藝術評賞中最喜歡的作品是「卡通」，因為帶給童年的感覺，而且作品繪劃也精緻；2B 班伍仲恩同學在藝術評賞中最喜歡的作品是「彩燈下天使」因為提著五餅二魚的農民，構圖優美及有意境；2C 班文浩朝同學最喜歡作品是「日本建築」，顏色的強烈對比色吸引，並學習日本建築的分別；2D 班鄭煥賢同學最喜歡的作品是「動漫人物」，因為動漫包含著漫畫同插畫的題材，十分全面；最後 2E 班歐陽巧嵐同學最喜歡的作品是「和服」，因為它的顏色及設計吸引。



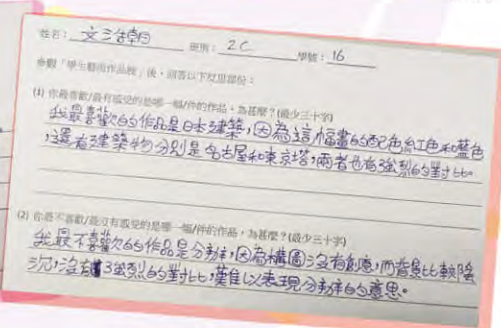
2A 班張嘉棋同學的作品



校長與獲獎同學合照



2B 班伍仲恩同學的作品



2C 班文浩朝同學的作品



同學正在填寫藝術作品評賞工作紙



# 英雄榜

## "Speak-out, Act-up" Improvised Drama Competition

6 students (1C Lan Tsz Shing, 3A Fung Yi Kei, 3A Hidayat Bayu Febrian, 3A Sham Po Ying, 3A Wong Chun Him and 3B Leung Yee Man) took part in the improvised English drama.

Our students won the Third Prize in the competition. And 3A Hidayat Bayu Febrian won the "Best Language" award.



## 航空學行業探索及 STEM 活動「夢飛行」大賽 飛行距離獲亞軍

航空學行業探索及 STEM 活動「夢飛行」大賽於 2019 年 1 月 25 日進行，由屯門 IVE 工程主辦。我校學生 5B 張文威、詹焯然、郭一彥及施棉西組隊參賽。

比賽主要包括「設計、製作及飛行」，參賽者須要運用航空學知識及流體力學原理，即時利用大會提供的材料設計飛機及完成製品，並進行最遠飛行距離比賽。最後，我校之隊伍的飛行距離成績獲得亞軍。同學透過比賽增加對航空業的認知和興趣，將來有機會在航空業一展所長。



## THEi 建築科技與工程生涯規劃體驗 「手工模型飛機飛行」比賽及校園就業博覽會 我校隊伍於「著陸準度比賽項目」和「創意比賽項目」獲亞軍

「手工模型飛機飛行」比賽於 2019 年 4 月 25 日進行，由香港高等教育科技學院 (THEi) 主辦，我校 12 名同學分別組成 3 隊參賽。

比賽以飛機工程的科學原理為主題，參賽者於飛機設計原理講座汲取知識，然後以輕木材製作模型飛機作競技。最後，我校同學 5B 施棉西、4A 鄭淳禧、4A 周志聰和 4B 葉焯烽的隊伍於「著陸準度比賽項目」和「創意比賽項目」均獲得亞軍。

同學於比賽後出席校園就業博覽會，來自工程界別的公司為同學提供行業交流，增加同學對專業工程領域的了解，藉此發掘職業志向。



左起：葉焯烽，吳家偉老師，頒獎嘉賓，周志聰，施棉西，鄭淳禧

## 15名高中同學本年度獲公益少年團中學組高級章(紫章)

「公益少年團」是香港教育局舉辦的大型學生團體獎勵計劃，計劃本著「認識、關懷、服務」的口號和宗旨，進一步為全港中、小學生提供更多認識和服務社會的機會。我校參與的同學擔任校內環保大使及公民大使，於校內向同學推廣公民教育及環境教育相關的工作。當中15名高中同學因表現出色，於本年度獲得中學組高級章(紫章)。獲獎同學已於2018年3月4日由伍億浩老師帶領出席頒獎禮，展示參與活動的成果。

學生名單如下：

林景輝	4A-15	劉子豪	4A-17
黃海楠	4A-29	陳俊傑	4B-01
陳弘天	4B-04	劉荔勤	4B-13
李建韜	4B-18	潘慶南	4B-19
黃盈盈	4B-24	葉煜烽	4B-25
陳啟匡	4C-03	陳敬杰	4C-04
蘇國嵐	4D-13	周恆	4E-08
林瑋鳴	6E-09		



## 中三級陳偉聰同學與中五級余梓軒同學 獲 Biology Literacy Award 2018-2019 優異獎

十四名中三至五級修讀生物科同學參加由香港數理學會主辦之生物素養競賽「Biology Literacy Award 2018-2019」，除所有同學均獲頒發積極參與獎狀外，中三級陳偉聰同學與中五級余梓軒同學獲得優異獎。在此恭喜獲獎同學，希望他們繼續努力鑽研更多生物學之知識。



## 香港電台「第十三屆傳媒初體驗計劃」中學組八強

我校通識教育科及公民教育組參加由香港電台教育電視 eTVonline 主辦的「第十三屆傳媒初體驗計劃」。本年度活動主題是「跨代共融」，計劃讓同學透過親身體驗傳媒工作及參與議題相關的活動，增加對相關議題的認識，希望能讓參與同學了解跨代共融對社會的重要性，鼓勵同學主動了解長者需要，消除隔代偏見。我校同學以時事新聞採訪及報道形式，製作認識跨代共融的影片，並於中學組入圍最後八強。

學生名單：4A(17) 劉子豪、4B(1) 陳俊傑、4B(12) 林泳晶、4B(13) 劉荔勤及 4B(24) 黃盈盈  
指導老師：黃雅媚老師、洪昭隆老師



製作團隊在頒獎典禮留影



同學接受香港電台採訪，  
分享活動感受



同學採訪長者生活感受



同學參與模擬採訪日

# 70th Hong Kong Schools Speech Festival

## 第 70 屆香港學校朗誦節

### English Speech

10 students took part in the 70th Hong Kong Schools Speech Festival (English Speech) this year. They got satisfactory results: 1 student was awarded the First Place and one was awarded the Second Place. The following are the results of our students' performance:

Category	Class	Name	Award
Solo Verse Speaking	2D	Ifra Amin	First Place
	2A	Leung Sze Yiu	Second Place
	1A	Ng Lai Lam	Certificate of Merit
	1E	Lo Yuk Shing, Anthony	Certificate of Merit
	2A	Chan Man Him, Alvin	Certificate of Merit
	2E	Man Ka Lok	Certificate of Merit
	4E	Chan Lok Yee, Joyce	Certificate of Merit
	5E	Tang Lok Heng	Certificate of Merit
Public Speaking Solo	3A	Limbu Udip	Certificate of Merit
	3B	Choi Yuan Ga Yan	Certificate of Merit



### 中文朗誦項目

第 70 屆學校朗誦節圓滿結束，參與學生所獲獎項包括 17 項優良獎狀及 13 項良好獎狀，以下為參與校際朗誦節（中文項目）同學及所獲獎項名單：

參與項目	班別	姓名	所獲獎項
粵語詩詞獨誦	1A	許靖晞	良好獎狀
普通話散文獨誦	1D	張詠瑩	良好獎狀
	2B	莊秀樺	優良獎狀
	2B	黃悅燕	優良獎狀
	2C	徐雅姿	良好獎狀
	3B	陳曉桐	良好獎狀
	3B	伍嘉敏	優良獎狀
	3B	張天恩	優良獎狀
	3B	吳依娜	優良獎狀
粵語詩詞獨誦	3B	吳映彤	良好獎狀
	3B	胡寶星	優良獎狀
	3B	梁依汶	優良獎狀
	3B	楊家瑤	良好獎狀
	3B	伍嘉敏	優良獎狀
	3B	陳曉桐	良好獎狀

參與項目	班別	姓名	所獲獎項
普通話詩詞獨誦	3B	張裕婷	優良獎狀
粵語詩詞獨誦	3B	劉曉彤	良好獎狀
	3B	劉曉欣	良好獎狀
粵語散文獨誦	3B	黃帥森	良好獎狀
粵語歌詞獨誦	3C	文慧琪	優良獎狀
粵語歌詞獨誦	3C	羅焯如	優良獎狀
粵語散文獨誦	5B	鄧嘉升	優良獎狀
	5B	胡樂瑤	良好獎狀
	5B	鄧凱莉	優良獎狀
	5B	梁浩賢	優良獎狀
粵語二人朗誦	5B	李嘉穎	良好獎狀
	5B	張芷盈	良好獎狀
粵語散文獨誦	6A	陳焯傑	優良獎狀
	6A	謝晉暉	優良獎狀
	6A	黃樂珩	優良獎狀

## 第十六屆中學基建模型創作比賽 獲最佳外觀獎——亞軍

為了提高同學對工程學系的興趣和認知，我校派出四位學生，包括 4B 張芸嘉、張詠傑、洪智健及周俊芊參加由 IVE 工程學科聯同香港建造商會及港大工程學院合辦的第十六屆中學基建模型創作比賽。

各參賽隊伍需利用大會提供的木條和膠水，建造一座能荷重的基建模型，然後接受重力考驗，測試橋樑的承載力。我校順利通過初賽荷重測試，並在 FACEBOOK 獲得九百多個 LIKE，成功入圍競逐最佳外觀獎。決賽當日經評判團評分後，我校一隊獲得最佳外觀獎——亞軍，並獲得總值 3,000 港元的書券，以茲鼓勵。

同學透過比賽除了能增加對橋樑設計和建造方面的知識外，還可體會到團隊合作和鍥而不捨的精神。



# 童軍勇敢不怕難 屢創佳績拾級上 勇奪 2019 年全港嘉爾頓錦標賽殿軍

我校童軍（元朗西第 30 旅）的隊員參加了由香港童軍總會舉辦的「全港嘉爾頓錦標賽」，出賽隊員分別有 3C 田加希、2A 鄧樂煊、2C 梁璋軒、2C 蕭曉淇。他們於 2019 年 3 月 24 日（野外挑戰日）及 4 月 20-21 日（固定露營比賽）參賽，今屆競爭激烈，對手十分強勁，但是他們都不負眾望，順利完成所有比賽，並在比賽中榮獲殿軍，其中更勇奪先鋒工程單項比賽冠軍。

「全港嘉爾頓錦標賽」（Hong Kong Carlton Trophy Competition）自 1951 年創立，為童軍支部最高水平之技能比賽，冠軍隊伍則被譽為童軍支部的最佳小隊。比賽旨在以童軍精神和誓詞規律為本，透過各項比賽來考驗隊員的技能和小組合作精神，並提升學生的能力和拓闊眼界，也對同學的個人成長及課外活動學習生涯有莫大裨益。

得到以上驕人的成績，實是依賴童軍領袖及同學的努力訓練的成果。寄望下一屆也能獲得優異的成績，並將技能和團體合作精神傳承下去。



榮獲總成功殿軍及單項比賽—先鋒工程冠軍



比賽隊員在野外挑戰日其中一項比賽是原野烹飪，隊員互相合作和溝通，希望能夠獲得好成績。



固定露營比賽—晚餐評分，隊員在規定的時間內完成「四鎰一湯」，並展示予評判試味。

## 走出地區 突破自我 成功奪得香港童軍總會新界地域童軍支部 技能錦標賽亞軍向全港夢進發

我校童軍（元朗西第 30 旅）的隊員參加了由香港童軍總會新界地域舉辦的童軍支部技能錦標賽，出賽隊員分別有 3C 田加希、2A 鄧樂煊、2C 梁璋軒、2C 蕭曉淇。是次比賽，除考核各童軍的技能外，亦培訓其刻苦忍耐精神，以及處事變通能力。他們於 2018 年 9 月 30 日（野外挑戰日）及 10 月 13-14 日（固定露營比賽）參賽，並在比賽中榮獲新界地域童軍支部技能錦標賽亞軍，其中更獲得急救、先鋒工程兩個單項比賽冠軍。

除了得到以上驕人的成績外，我校童軍更能獲得香港童軍總會全港嘉爾頓錦標賽的參賽資格，與全港一眾童軍精英一較高下，機會難得。



在香港童軍總會新界地域童軍支部技能錦標賽榮獲總亞軍



香港童軍總會新界地域童軍支部技能錦標賽中榮獲單項比賽—急救冠軍



固定露營比賽 營地建設



固定露營比賽 午餐準備



固定露營比賽 先鋒工程



新界地域總監黃邦銓先生頒發參賽證書

### 編委會成員名單

顧問老師：麥菊韻老師 周子嘉老師

總編輯：周俊芊同學

- 責任編輯：
- 焦點：周俊芊同學
  - 人物點與面：周俊芊同學
  - 學科透視：王若瑄同學
  - 宗教及德育視窗：張芸嘉同學
  - 綠色校園：梁詠琳同學
  - 藝術游蹤：潘慶南同學
  - 學生果園：潘慶南同學
  - 英雄榜：譚穎恩同學



綠色機構



綠色學校獎



香港環境卓越大獎  
Hong Kong Awards for Environmental Excellence

環境卓越