



天主教培聖中學

Pui Shing Catholic Secondary School

校訊
2013-2014
第二期

地址：香港新界元朗天水圍天河路9號
傳真：(852)2445 2018

電話：(852)2445 0800
電郵：info@puishing.edu.hk

網址：www.puishing.hk

學習全方位 校內活動展繽紛

校外足跡處處

羅定山區學校探訪之旅

公民教育組於2014年3月8至12日安排26位中三及中四級學生參加廣東羅定山區服務團，並由四位老師協助帶領。學習活動包括探訪農村家庭、訪問莘塘鎮中心學校、墩仔廣達基金小學、新沖小學、觀摩新農村建設、農務體驗及當地考察歷史建築等。

交流活動中，最重要的部分是學生到達墩仔小學進行義教英文課堂活動，並且親身到訪位於鎮內偏遠地區的新沖小學，體驗中國農村同學上學難的苦況。同學更親身到訪當地農民民居，了解在羅定地區在大力發展教育及經濟後對當地居民帶來的改變。

每天完成學習及服務行程之外，也需要進行反思討論及完成特定學習手冊，這些活動加深了學生對廣東省羅定市農村貧困問題及當地扶貧工作。在此感謝協辦機構中國燭光教育基金的支持、莘塘鎮中心學校郭彤校長，梁主任及墩仔廣達基金小學陳校長的熱情接待。



培聖老師與梁主任及陳校長留影



同學與山區兒童進行英文互動課



郭彤校長介紹當地教育情況

領隊老師：許燕珊老師、洪昭隆老師
駱潔瑜老師、羅文湛老師

學生義工名單如下：

5C 02	陳鉅星	3A 10	林家希
4F 05	方卓傑	3A 15	李梓熙
4F 10	李俊杰	3A 16	李芷蕎
4F 11	梁敬勇	3A 21	顏倩頤
4F 13	潘錦宗	3A 29	黃紫瑩
4F 17	袁家明	3B 24	岑煥儀
4E 02	程慧怡	3B 33	葉文意
4E 03	張孝謙	3B 11	黎晴天
4E 11	沈智恆	3C 15	劉嫻嫻
4E 14	吳迪鴻	3C 22	杜詠心
4E 16	譚茵潞	3D 11	李旻謙
4E 20	楊俊傑	3E 10	梁艾琳
		3E 13	曹宏灝



到訪羅定學宮，感受當地重視教育的傳統

學生感言摘錄

羅定的孩子雖然生活窮困，但知足常樂，不需要物質來滿足自己，像文具、書本等小小的禮物，已經是他們快樂的來源。——4F 梁敬勇

當地的小學生從小至大也要自力更新，部分更要步行個多小時才能回校，令我感到這裡的人都很堅強。——3D 吳子謙

在羅定之行，我看到了當地學生熱愛學習的生活態度，令我知道出生於大城市是幸福的，而且這一種幸福是得來不易，要好好珍惜。——5C 陳鉅星

在墩仔小學義教之後，我發現當地學生不單止非常主動，而且教他們朗讀生字的時候，他們聲音鏗鏘有力，令我體會到他們對學習的熱愛和重視。——4E 沈智恆

看見那些孩子的笑臉和對學習的熱愛，讓我也不自覺地笑了出來，他們的純真和堅強感動了我。——3C 杜詠心



到山區農村體驗務農工作



活動後和小學生合照

中文科

中文攤位遊戲日

中文科於3月11日全方位學習日於排球場舉行中文攤位遊戲活動。攤位內容包括成語、量詞及正字等語文知識，同學除可參與攤位遊戲外，更可競猜燈謎。同學在當天積極的參與活動，不少同學更獲得大獎，滿載而歸。



中三級語文常識問答比賽

本校中文科於3月12日舉辦中三級語文常識問答比賽，比賽分為必答、搶答及台下問答三個回答，考問同學有關中國文化、語文等知識，同學反應熱烈，以下為得獎名單：

冠軍 3A 亞軍 3E 季軍 3B



中一、二級閱讀共享活動

閱讀推廣組於第二學期全方位學習日舉辦閱讀共享活動，讓中一、二級同學透過閱讀不同種類電子書，作小組匯報，並與其他組別分享閱讀心得。同學在過程中能分享閱讀課外書的樂趣和心得，並能訓練思考、語言表達等能力，可謂獲益良多。



地理科

為鞏固學生對所學課題的知識、應用所學知識於現實環境、增加他們對地理科的興趣及培養對環境保育的關注，地理科於第二學期的全方位學習及活動日特為中四及中五修讀地理的同學舉辦前往米埔自然保護區及西貢海下灣海岸公園的實地考察活動。

中四級地理科米埔——「后海灣規劃師」之旅

中四地理組的同學於3月10日前往米埔自然保護區，認識濕地的生態及探討城市可持續發展的重要性。當日雖然寒風凜凜，但都不減同學對觀賞雀鳥的熱情，尤其是看到難得一見的瀕危物種——黑臉琵鷺。同學經過一天的考察，亦有不同的體會：

學生心聲：

在這次考察活動中，令我認識米埔自然保護區的歷史和重要性、人類對自然環境的影響，讓我明白每個人都有責任去盡力保護大自然。——4C 張文詩

今天的活動不但令我們親身體驗大自然給我們身心舒暢的感覺，透過小組討論活動，也增加了我們對自然保護區的認識與興趣，也加強了我們對自然保護區可持續發展的關注。——4C 黎詠欣

中五級地理科海下灣——「海岸生態學家」之旅

中五地理組的同學於3月11日前往海下灣海岸公園，同學當日搖身一變成為海岸生態學家，探究潮間帶的環境，了解在岩岸、沙灘及紅樹林中居住的生物如何適應生境，認識香港的生物多樣性。

同學表現積極投入，在岩岸上尋螺踪；在沙灘上計算物種的多樣性；在玻璃船上觀看珊瑚、水母及魚群，同學透過這次活動能更深入認識海岸的生態系統、其面對的威脅及保育方法。

學生心聲：

我明白到現時的人類活動如過度捕漁等對海洋生態的影響。另外，珊瑚白化不再是單單一個名詞，而是現今珊瑚真的面對死亡的威脅，這些情景完整呈現在我們眼前，令我明白事態嚴重，亦讓我學懂珍惜和保護環境。——5A 黃靖茹

這次地理考察能給予我一個真正的機會，體驗真實的海岸，能真正觸摸海岸的生物，還有感受真正的海洋生態，切實感受到人類和海洋是息息相關的。——5B 張佩怡



數學科



數學競技遊戲日

本校數學科於首兩學期的全方位學習日中，分別為中一及中二級學生舉辦多項數學活動。是次全方位學習日共設四個遊戲：圈套、拈棋子、衝鋒陷陣、撲克牌正負數加法，各遊戲分置於四個課室內，參加者以分組對戰形式進行，並由高年級同學擔當裁判。是次活動的目的在於強化同學的解難能力，在對戰的過程中促進同學間的團體合作精神，更重要是提升同學學習數學的興趣。

物理及體育科

中三級物理科 「夜幕星空」活動

為配合新高中課程，本學年中三級物理課已採用新的自編教材，內容包括物質的粒子觀、熱傳遞、宇宙的本質及探究研習。在「宇宙的本質」的課題中，要求同學認識在宇宙中不同的星體，學習使用星圖觀星及明白星體在宇宙在運行所牽涉的物理定律。

為使中三級同學鞏固有關課題的學習，物理科於第二學期全方位活動日舉辦「夜幕星空」活動。同學可以在活動中，親身體驗天球的轉動及認識瑰麗星空中不同的星體。



中四級及中五級體育科及物理科「高速運動錄像分析短跑運動」

體育科及物理科於第二學期全方位學習及活動日聯合舉辦跨科學習活動——「高速運動錄像分析短跑運動」，對象為中四及中五級選修體育科及物理科的同學。

是次活動中，物理科同學拍攝體育科同學在運動場上短跑的片段，其後運用高速運動錄像分析軟件從短跑運動錄像中擷取數據，畫出位移——時間關係線圖、速度——時間關係線圖及加速度——時間關係線圖，從而分析短跑選手的運動情況。最後，將有關報告交予體育科同學作檢視。

物理科同學可在過程中學以致用，嘗試運用牛頓力學分析短跑中不同階段的運動。體育科同學透過錄像分析軟件製作出的數據及運動線圖，加上物理科同學報告，有助瞭解自己的短跑表現，有利策劃日後的訓練，提升運動的水準。



物理科「使用高速運動錄像 (HDMVA) 軟件分析運動」課程

物理科於第二學期全方位學習及活動日舉辦「使用高速運動錄像 (HDMVA) 軟件分析運動」課程，對象為中四及中五級選修物理科的同學。課程中，導師教授 HDMVA 電腦軟件使用，希望同學透過拍攝在實驗中物件的運動後，能運用此軟件協助分析不同的運動情況。

本課程導師為李廷謙校友及白鈞宇校友，兩位校友於 2011 年畢業，現時於香港理工大學分別修讀建築工程及管理學（榮譽）理學士課程及電機工程（榮譽）工學士課程。



宗教科

長者義工服務

宗教科於 3 月 12 日邀請了博愛陳平長者中心的長者到校參觀和玩遊戲，當日同學與長者練毛巾操、玩估歌仔、估大小及音樂傳球，而長者更為同學表演，大家都十分愉快，透過活動，同學亦能體會到施比受更有福的道理。



天主教信仰生活營

天主教同學會與宗教科於 3 月 10-11 日帶領 33 位同學到曹公潭戶外康樂營參加兩日一夜的信仰營，主題為「跟你做個 FRIEND」，首先同學在早上於學校作不同形式的互相認識遊戲，然後到營地後更學習欣賞自己，我們天以「生命線」的遊戲，讓他們更認識耶穌。



通識科

通識科米埔考察之旅

本校 5A 及 5B 班同學於第二次全方位學習日中參加由世界自然基金會舉辦，教育局贊助的淡水及濕地中學教育項目，透過米埔自然保護區內的米埔訪客中心、野生生物教育中心、觀鳥屋、浮橋及鄰近魚塘，探討拉姆薩爾濕地及鄰近地區的不同土地用途，及瞭解其歷史轉變和不同的土地用途的衝突，增進學生對人類與土地關係的認識，並了解香港土地規劃的機制。



綜合科學科

海洋公園聰明八爪班課程

為增加同學對生物多樣性的認識及對野外生物的保育意識，綜合科學科帶領中一級同學參加海洋公園聰明八爪班課程。課程包括海豚生活寫真和極地之旅，課程中同學可近距離觀察海豚和極地生物——海獅、海象及海豹，以認識牠們的習性，並透過個案研究引發同學關注野生動物保育的情況。



日文科

日文科大帽山賞櫻生態之旅

為使中四及中五級學習日文的同學體驗日本傳統文化，日文科鄭老師特舉辦「櫻花生態之旅」。眾師生於 3 月 10 日齊往大帽山扶輪公園觀賞 40 棵櫻花樹，一嘗日本的賞櫻傳統文化，細賞櫻花的美態。賞櫻完畢後，師生還一起去雷公田農場及野外燒烤，增進師生之情。



學科活動

通識科

Samsung Solve For Tomorrow 智創綠色未來全港學界環保創意比賽 最高參與率學校獎項及中學組最後二十強

公民教育組及通識教育科參加由三星香港主辦，主題為「智創綠色未來」的創意科技比賽。本校中五級 5B 班劉珮珊、蕭天嘉、黃念全同學在數千份參賽作品中脫穎而出，以《拯救廚餘行動》為題，入圍最後二十強。除了可以晉身總決賽之外，更獲贈四千五元現金及 Galaxy Note 10.1 平板電腦以作嘉許。另外，本校亦因參與同學人數眾多，得到最高參與率學校獎項，本校師生將會得到價值五萬元的電子器材以鼓勵同學推動環保科技項目。



通識科海洋大考查

美麗的珊瑚、清澈碧綠的海水、魚群在水中暢泳……聽來像旅遊廣告，但大約 200 年前，香港很可能就是這個樣子。雖然現在香港摩天大樓林立，是一個石屎森林，但其實香港部分的海洋環境仍然完好無缺。

十二月三日當天，同學到達海下灣海洋生物中心，透過量度海洋的物理特徵、認識珊瑚群落及棲居其中的海洋生物等，學生親身進行水質實驗及乘坐玻璃底船考察珊瑚。讓學生從不同角度認識海洋環境，了解各種海洋保育議題。



聯校通識學生論壇之環境保護論壇

為培養學生對珍惜資源及保護環境的使命感，本校通識教育科及公民教育組於十二月十四日與香港電台教育網站 eTV online「通識網」協辦兩場「聯校通識學生論壇之環境保護論壇」的系列活動。

講座主題分別為「電子廢物」及「能源」。嘉賓包括香港浸會大學生物系鍾姍姍博士，世界綠色組織的創辦人兼行政總裁余遠聘博士及香港城市大學能源與環境學院特約教授曹志華博士等。同時本校中四級何洛堤、杜巧瑤、陳嘉怡、陳志清及譚若菁同學更代表學校出席學生論壇比賽。在一系列活動期間，本校學生表現積極，更藉此機會向一眾嘉賓發問環境保育相關問題，令同學獲益良多。



出席論壇時，同學表現積極



同學們與環境局局長黃錦星合照

中文學會

中文學會平等共融標語創作及徵文比賽

「人人也平等，歧視不容忍。」——初中組總冠軍 3A 陳政廉

「多元文化顯不同，和諧社會創共融。」——高中組總冠軍 5C 廖子澄

由中文學會及公民教育組合辦的「平等共融」標語創作及徵文比賽，目的是透過不同的活動，推廣平等共融的精神，所有作品分別於十二月及二月份完成評審，各獎項已於早會頒發。以下是各優勝者名單：

「標語創作比賽」

中一級

冠軍	亞軍	季軍	優異獎	優異獎
1A 鄧詠沂	1A 林海嵐	1C 馬樂兒	1A 郭梓浩	1A 關穎心

中二級

冠軍	亞軍	季軍	優異獎	優異獎
2C 張文康	2C 歐陽民軒	2A 張浩榮	2D 王宇軒	2D 孔慧怡

中三級

冠軍	亞軍	季軍	優異獎	優異獎
3A 陳政廉	3B 鄧智謙	3B 陳俊達	3B 岑煥儀	3B 劉詠雯

中四級

冠軍	亞軍	季軍	優異獎	優異獎
4C 林毅樺	4A 陳嘉怡	4A 文海樺	4A 鄭浩賢	4B 朱敬希

中五級

冠軍	亞軍	季軍	優異獎	優異獎
5C 廖子澄	5B 黃嘉晴	5B 張佩怡	5C 陳美兒	5A 袁子健

中六級

冠軍	亞軍	季軍	優異獎	優異獎
6B 伍卓賢	6C 陳俊達	6D 李子進	6D 黃秀賢	6B 鄧慧琳

徵文比賽

中一級

冠軍	亞軍	季軍
1A 黃子怡	1A 施佳伶	1A 郭梓浩

中二級

冠軍	亞軍	季軍
2A 冼允希	2A 李泳詩	2B 黎智穎

中三級

冠軍	亞軍	季軍
3B 岑煥儀	3B 施凱頤	3E 梁艾琳

中四級

冠軍	亞軍	季軍
4B 李嘉偉	4C 繆子妍	4A 何俊研

中五級

冠軍	亞軍	季軍
5A 邱曉宇	5D 黃天祐	5B 黃嘉晴

中六級

冠軍	亞軍	季軍
6B 區靜雯	6D 黃秀賢	6D 盧家欣



English Department

Inter-school S.6 Oral Practice

In order to familiarize students with HKDSE speaking examination, the school held an inter-school oral practice with Yuen Long Catholic Secondary School on 8th January, 2014. With the experience of the public exam setting, students could benefit from teachers' constructive feedback. It is hoped that the practice can prepare students for the exam.



English Builder Prize-giving (First Term) 2013-14

To acknowledge students with outstanding performance of the online English Builder exercise in the first term, the service provider, the English Department awarded them certificates and food coupons. Congratulations to all the award winners. The results are as follows:

	Champion	1st runner-up	2nd runner-up
Secondary 1	1A Li Chun Hin	1C Yeung Cho Leung	1B Kwok Wan Lok
Secondary 2	2A Ng Ka Chun	2A Liu Chun Hei	2B Lai Yee Man
Secondary 3	3A Alex Lau Peace 3A Kong Kai Yau	3A Lo Pak Wa	



English Week

The second English week this year was held from 4th to 8th November, 2014. This year, our students experienced a little Australian culture. Once again we turned the English Corner into a kitchen and made a type of Australian confection, called chocolate crackles, which is largely popular at parties, Christmas and school fetes. Our students were delighted to try their hand at making the chocolate coconut sweet. It was a great success as more than 40 students took the initiative to sign up and attend the activity!

At the same time as the chocolate crackle making activity, there was a screening of the colourful and fun animation, "Turbo". It is about an ordinary garden snail whose dream was to become the fastest snail in the world.



65th Hong Kong Schools Speech Festival (2013-2014)

A total number of 8 students joined the solo verse speaking in the 65th Hong Kong Schools Speech Festival. All of them got the Certificate of Merit. By participating in this competition, students could increase their confidence in using English. The list of participants is as follows:

1A Cheung Wai Nam	1A Leung Cheuk Him	1A Li Chun Hin
1B Cheung Yu Ling	1B Ip Wai Yee Elaine	1B Lam Ka Pan
3B Sy Hoi Yee	4B Fung Tsz Shan	

IREAD 閱讀計劃嘉許

2013-2014 年度第 2 學期 明報網上閱讀 iREAD 得獎班別

各級表現最佳班別

中一 1E
中二 2B
中三 3B
中四 4B
中五 5A
中六 6A



2013-2014 年度第 2 學期明報網上閱讀 iREAD 得獎同學名單

級別	名次	班別	得獎同學	級別	名次	班別	得獎同學
中一	冠軍	1B	郭昫樂	中四	冠軍	4C	繆子妍
	亞軍	1B	伍思璇		亞軍	4A	李祉允
	季軍	1E	陳汶軒		季軍	4B	陳安兒
中二	冠軍	2C	席昊依	中五	冠軍	5A	陳慧
	亞軍	2B	何蕊潼		亞軍	5E	盧樂
	季軍	2B	陳詠詩		季軍	5A	鄧偉業
中三	冠軍	2B	巫逢興	中六	冠軍	6B	蘇立婷
	亞軍	3B	陳曉穎		亞軍	6A	駱曉彤
	季軍	3A	阮正善		季軍	6B	吳奕能
		3B	蘇嘉熙				

中三級閱讀共享活動

中三級閱讀共享活動

閱讀推廣組為推動同學閱讀不同種類書籍，培養閱讀習慣及自學能力，於第一學期全方位學習日舉辦閱讀共享活動，讓中三級同學透過閱讀不同種類電子書，作小組匯報，並與其他組別分享閱讀心得，過程中能擴闊同學的視野，並提升同學閱讀課外書的興趣。



旅遊與款待科

參觀酒店設施 學習餐桌禮儀 同學積極為投身酒店與款待業裝備自己

有志投身於旅遊與款待行業的同學，除了具備課本知識，更要「多看、多聽、多感受」，爭取行內的實戰經驗。本校旅遊與款待科於本年一月，分別為中四及中五級選修本科的同學安排了「餐桌禮儀暨酒店參觀」活動，讓同學藉此了解本港酒店的運作情況，以及學習西方餐桌禮儀，積極裝備自己。

活動當天，同學參觀了位於荃灣的悅來酒店，除了參觀酒店的商務套房、商務樓層、住客設施及極具特色的四間餐廳，例如以「足球」為主題的酒吧，更於酒店的西餐廳內化身為一眾「紳士淑女」，享用了一頓豐富的西式午餐。席間同學不但學習到品嚐紅酒的技巧、使用刀叉的次序、進食沙律時的正確方法等，更品嚐了不少新鮮的美食，如刺身、牛扒、大蝦等，同學們都吃得津津有味，更同聲表示獲益良多。



同學全神貫注地學習品嚐紅酒



同學參觀酒店大堂，了解酒店的實際運作情況



同學細心聆聽酒店負責人員的介紹



同學開心地品嚐美食

中三中英文演講比賽

本校中英文科於 2013 年 12 月 5 日舉辦中三級中英文演講比賽，中三級同學先被分成 10 組進行初賽，各組表現最佳的一位同學進入決賽。各參賽者及觀賽同學均積極投入，並能通過比賽訓練演講技巧，可謂獲益良多。以下是得獎同學名單：

中文科

冠軍 3A 張嘉文
亞軍 3A 黃紫瑩 3A 江啟祐
優異獎 3B 梁幃程 3B 羅晉樂

英文科

冠軍 3B 黎詠芝
亞軍 3B 劉昊燁 3B 廖潮鏗
優異獎 3A 蕭曉嵐 3D 施君婷



物理科

「創新能源項目」設計比賽——參觀「中電綠適天地」

本校 4 位同學 4A 鄧嘉明、4A 何洛堤、4A 杜志傑、4C 盧贊峯於早前參加由香港工程師學會電機工程部及中華電力有限公司主辦的「創新能源項目」設計比賽。經甄選後，4 位同學的申請被接納，並獲邀請於 2013 年 12 月 7 日參觀「中電綠適天地」活動，以增加同學對「節約用電」的認識。



「創新能源項目」設計比賽——參觀「機電工程署總部」

本校同學 4A 鄧嘉明、4A 杜志傑、4C 盧贊峯早前參加由香港工程師學會電機工程部及中華電力有限公司主辦的「創新能源項目」設計比賽。他們獲邀於 2013 年 11 月 23 日參觀機電工程署總部活動，以增加同學對「創新能源」的認識。

2013-2014 中學生天文暨環境教育野外考察課程

本校中四級物理組於 2014 年 1 月 10—11 日參加中學生天文暨環境教育野外考察課程。在活動中，同學有機會體驗不同款式的天文器材，學習如何在夜空中辨認星座，了解各星座的由來，感受到天文學的趣味。晚上，同學能在遠離光污染的地點欣賞壯麗的夜空，實在是難能可貴的經驗。



天比高設計比賽

物理及天文學會舉辦《天比高設計比賽》，參賽隊伍可利用 100 支飲管、10 個紙杯和 1 卷膠紙搭建一座高樓大廈。參賽者須於 100 分鐘內完成作品，建築物不單要承受 3 卷膠紙的重量，還要鬥高才能取勝。得獎名單如下：

獎項	組員		
冠軍	1D 陳振維	1D 利卓然	1D 文子強
亞軍	3A 林焯良	3A 羅晉樂	3D 盧梓軒
季軍	2A 李紫琪	3A 江嘉量	3A 顏倩頤





火箭炸蛋

物理及天文學會舉辦「火箭炸蛋」比賽，參賽隊伍要利用水火箭把雞蛋和降落傘送上高空，然後雞蛋隨降落傘打開而緩緩降落在地上，雞蛋降落後須保持完整，而雞蛋停留在空中時間最長者為勝。得獎名單如下：

獎項	組員	成績
冠軍	3A 莊浩文 3A 林焯良 3C 陳嘉顯 3C 陳偉杰 3D 陳嘉浩	2.285 秒
亞軍	3C 徐永樂 5A 郭家輝 5A 羅冠軍 5E 盧志成	1.525 秒
季軍	1D 陳振維 1D 利卓然 1D 文子強 1D 黃智維	1.155 秒

學生培育

接待武漢市武鋼實驗中學交流團

本校於1月23日接待武漢市武鋼實驗中學交流團。當日得到全體老師、不同各科目協助統籌，開放課堂予同學參觀，並在校園大使的陪同下，一同參觀校園。武漢的同學在午飯時間與更與培聖同學共膳，大家在輕鬆愉快的環境中間談學習和校園生活點滴，一起度過美好的上午。



本校中三級同學參與元朗區議會環保大使計劃

公民教育組有幸獲元朗區議會邀請，參與2014年度元朗區環保大使計劃，並提名共七位中三級同學擔任環保大使，包括3A林家希、黃志權、馬沛盛、李梓熙、3B葉文意、黎晴天及3C陳藝庭，於校內及社區推動環保工作。學生已於一月十九日出席「元朗區綠色生活啟動禮」，並得到「熱心參與學校獎」作嘉許。



升學及就業輔導——走訪職場

二零一四年一月二十三日，升學及就業輔導組與香港聖公會聖馬提亞綜合服務中心合辦了「走訪職場」活動，由中四級班主任及中心社工帶領中四級同學走訪職場，包括遊戲橘子數位科技股份有限公司、Canon pro solution hub、天水圍消防局、入境事務處及鴻福堂集團有限公司。是次活動有助同學了解不同行業的入職要求、現況、晉升機會等，讓同學了解更多職業資訊，為生涯規劃作好準備。

當天，我們很高興邀得翁世銘校友回校與同學分享他的專業，翁校友現職攝影師，更被譽為香港 Top 15 婚禮攝影師，他以過來人的身份向同學道出如何入職、工作情況、工作喜悅等，令有志入職的同學獲益良多。

二零一四年三月六日是走訪職場嘉許禮，當天各班同學向其他同學匯報走訪不同機構的情況，分享內容包括走訪機構地點、當日行程、入職條件和職位種類、相片分享和組員感想等等。



參觀「非常學坊」—— 〈踏上彩虹路〉教育及職業博覽

二零一四年二月二十八日，升學及就業輔導組的吳家偉老師及何玉娟老師帶領同學，參觀香港遊樂場協會和教育局合辦的「非常學坊」——〈踏上彩虹路〉教育及職業博覽。提供即場招聘/面試、職業/課程內容介紹、諮詢及個別輔導攤位外，亦有「趣味體驗攤位」，引入小遊戲、示範及講解等（如髮型設計示範、美容化妝示範、時裝設計表演等），讓參加者透過親身參與，對有關課程或行業更多體驗及認識。參展攤位亦非常多元化，包括飲食業、零售業、機場及航空業、服務行業、設計學院、美容化妝學院、職訓練局等約20個單位。以上活動有助同學了解不同行業情況、出路及主流中學以外的升學途徑、課程內容、收生準則及畢業生出路等。大會亦於不同時段安排三場座談會，以互動方式為參加者作經驗分享。參與同學表達是次活動能夠了解更多的升學及就業資訊，值得向其他同學推介。



參觀聖母無原罪主教座堂

宗教德育組於2013年12月3日邀請了主教座堂的導賞團隊為同學們介紹座堂的歷史和建築特色。



環保樂活嘉年華

環保樂活嘉年華由保良局天澤職業服務中心主辦，本校宗教德育組於2014年1月11日和2月22日在天澤邨舉行，本校6名同學設計了一個廢物分類的攤位遊戲，讓市民認識更多的廢物分類的知識。

中三級義工服務學習

宗教德育組於十月開始正式展開服務學習課，3A、3B同學於2013年11月6日帶領保良局天澤工場及宿舍的智障人士到沙田香港文化博物館參觀，而3C同學則陪同新界婦孺福利會屈柏下紀念老人中心的長者到健康長者農場作體驗參觀。另外，3D、3E同學則分別於二零一四年一月八日到天華村服務設施大樓與公公婆婆一同活動；3E的同學到聖公會聖馬提亞綜合服務中心服務長者，各同學也在這四節服務課及實踐課中學習到應愛我們身邊的弱勢社會，只要出一分力，已讓受惠對象帶來快樂。



中六級生前死後體驗營

中六生前死後探索體驗營於一月份進行，同學在參觀棺材店、壽衣店和文武廟後，前往葵涌火葬場參與撒灰儀式，並在挪亞方舟進行生死體驗和反思活動。今次的活動更受明報記者採訪本校有關生死教育的情況，希望成為其他學校的借鏡。

學生感言

在花園中，一個小朋友的墓碑讓我留下深刻的印象，她只生存了短短兩年，讓我感受到生命的短暫，要更多珍惜身邊人和事。
——6B 李文詩

十分感謝亡者願意捐出骨灰，讓我們可以親身體會撒灰的儀式。
——6B 梁芷瑩

生命是一個讓我們經歷人生的過程，雖然死亡是必然的，但怎樣活得精彩才是更重要。
——6D 盧家欣

在花園中的每個離世者都讓我了解生命的可貴，令我非常感觸，明白到生命只得一次，必須珍惜生命。
——6F 馮婉珊



中六畢業祈禱會

中六畢業祈禱會於2014年1月24日在聖葉理諾堂舉行，讓畢業班同學和老師一同在祈禱當中感謝天主的帶領。

牛潭尾新春長者家居清潔義工活動

宗教德育組於2014年1月25日15名同學在元朗牛潭尾村為長者清潔村公所和休憩設施，並送贈新年禮物和與長者共享茶點。



共融全接觸體驗之旅

共融全接觸體驗之旅於2014年1月18日在元朗商會小學舉行，本校有10名同學聯同天澤職業訓練中心的學員一同參與活動。活動旨在透過播放訪問片段和設計攤位遊戲，讓市民大眾對智障學員在工作上遇上的困難能有進一步的認識，本校同學更獲頒攤位遊戲設計亞軍。



多才多藝展繽紛

多才多藝展繽紛由聯課活動組及宗教德育組協辦，於一月和二月放學後舉行小食、手繪、魔術、摺紙和 breaking 跳舞班，讓同學接觸和培養不同的興趣，同時共享快樂的時光。



家長心靈教育工作坊

宗教德育組及 SEN 組於 2014 年 2 月 28 日舉行家長心靈教育工作坊，並邀請香港中文大學香港教育研究所「心靈教育——學與教的終極關懷」計劃的導師協辦，帶領家長在進行簡單體操和分享中，抒發在日常生活中的壓力，以洗滌心靈。

新春嘉年華

新春嘉年華由宗教德育組、聯課活動組、家教會、SEN 專責小組和聖公會聖馬提亞綜合服務合辦，於 2014 年 2 月 17 日至 18 日在排球場舉行，為同學舉辦多個小食攤位、手繪、舞蹈和魔術表演等。



學生會中六歡送會

學生會於二零一四年一月二十四日舉行了中六歡送會。我們邀請了所有任教和曾教授這一屆中六同學的老師拍攝了一段短片，分享他們對同學一些鼓勵的說話。部分老師亦即場分享，為中六的同學帶來歡笑。另外，我們也為中六同學提供聚餐及即場音樂表演，令他們能與老師有一個聊天、拍照留念的空間，令他們的中學生活留下精彩、令人懷念的一刻。



年宵活動

「如意小馬屋」喻意馬屋雖小，人材濟濟，一本萬利，吉祥如意。

今年培聖一共五十位同學（主要為中四學生）參加了由花旗集團主辦的「成功在望獎勵計劃——創業致富」。由十月份開始進行了四個月的課堂，學習營商技巧，透過實踐創業活動，提升應變能力及營商經驗。我們希望透過此活動培養學生有正確的理財觀念和投資技巧、明白儲蓄及投資的重要性，培養他們的創業精神、實踐夢想、發展團隊精神和創意潛能。

透過計劃營商策略和一系列的活動，他們以組別形式（分為三組）各自寫成了計劃書並向各組別和評審進行匯報及計劃分享。最後由「小馬屋」勝出，展開了「搞年宵」新的一頁。

整個活動的策劃、資金籌備、攤位競投、「入貨」、定價、運輸、銷售、生意經營、賬目計算等都主要是由同學親力親為，一手包辦。當然，所遇到的困難實在是很多……一連多天「日間上課，晚間『擺檔』」，身體總會帶著疲累，但同學最後都能夠完成整個活動，並把所有「貨」都順利賣出，這實在是一個成功的經驗！希望同學永遠不忘這次「年宵」當中，大家在元朗工業區年宵市場瘋狂銷售的情景和氣氛（特別是年廿九和年三十晚），因為這一切都是能豐富人生的經歷。



CEO 的分享

首先，很感謝老師邀請我參加這個年宵活動。在這個活動中我學會了很多的事情，亦自覺有不少的成長，其中一點就是學習到處理事情要從不同的角度分析問題。

活動期間，我發現事前的計畫是可以與現實有很大的出入，要面對的困難亦不少。尤其在貨品買入、人手、經營、相處、時間分配、意見分歧等等的問題，都是在這個活動中經歷及體會得到的，但是經過一班同學的努力及在老師的鼓勵支持，終於都順利地完成了！我也相信透過此活動，其他同學在這個年宵活動也有不少得益。最後，多謝各位在年宵活動期間支持及鼓勵我們的老師及校友和花旗集團的 Ivy 姐姐。

—— 4A 鄧嘉明



學生會便服日

二月十四日是西方的情人節，亦是今年的年宵佳節。學生會於當日進行了一個特別的便服日，為學校更換冷氣機進行籌款。雖然，當日正值中六級同學的溫習週，他們不用回校，但中一至中五級共有 521 名學生參與，籌得超過一萬元的款項。今次活動之成功，實在有賴校長，各位老師（特別是穿校服授課的幾位）和同學的支持。這項活動也充分表現出「培聖人」團結的精神，我們眾志成城，為學校更換冷氣機付出一分力。



甄選禮

經過一年半的慕道班課程，今年本校有一位候洗者和一位領堅振的同學，他們於 2014 年 3 月 9 日進行入門聖事之一的甄選禮，並會於稍後日子參加三次考核溥油禮和入門聖事才可正式成為天主教徒，我們在此為他們送上祝福。



中五級職場專才分享日

二零一四年三月七日，升學及就業輔導組與香港聖公會聖馬提亞綜合服務中心合辦了「職場專才分享」活動，當日有救護員、新娘化妝師到校為5B、5C班同學分享行業的入職要求、現況、晉升機會等，讓同學了解更多職業資訊，為生涯規劃作好準備。新娘化妝師還即席為同學示範化妝技巧，過程中同學反應非常熱烈。



中一、二級進行清潔課室行動

公民教育組於2014年1月安排中一、二級進行清潔課室活動。學生在班主任指示及協助下投入清潔班房活動，同學除負責清潔個人枱椅及儲物櫃外，更分工協助清潔老師枱椅、白版、門窗、掃地、拖地；每班更派出幾位班代表為中一樓層特別室服務。完成清潔工作後，同學完成反思工作紙檢視今天的成果，並簽署「減費、惜物」約章，承諾為環境整潔及環保工作出一分力。



小記者園地

培聖舍際歌唱比賽 演出聲色藝俱全

本年度培聖歌唱比賽在12月20日舉行，活動地點位於屯門大會堂。除了獨唱、合唱及混合唱外，還有舍長及學生會成員的舞蹈表演，最後，洪昭隆老師更與學生的樂隊作壓軸演出表演。

在開始之前，參賽者和表演者在後台用心練習。參演者大部份都表現緊張，小部份則心情輕鬆，更在後台聆聽音樂放鬆心情，跟朋友開玩笑。

首先出場的是舍長舞蹈表演，另外學生會 core 亦特別排練了一支舞蹈，他們表演月球漫步，博得觀眾的熱烈掌聲！他們表演後接受我們的訪問，表示表演時壓力不大，能享受過程。

混合唱組合 seven 因造型突出，一出場就引來尖叫聲，加上他們表演了有幾首熱門的歌例如：barbarbar、fantastic baby 等，將現場氣氛推向最高點。

參賽者表演後，大部分的參賽者都對自己的演出表示滿意。去年勇奪冠軍的中五級許悠美同學被視為今屆比賽大熱門，不少人預計她能再度奪獎，可惜今年未能如願，原因也許是因為去年她唱英文歌一鳴驚人，但今年改唱普通話歌，令高音位較難準確唱出，結果失落冠軍寶座，而是次比賽的冠軍榮銜由辜永豪奪得；合唱組冠軍為冼璋樂及鄧曉康；混合唱冠軍為蘇東生及邱志峰；全場總冠軍則由至舍奪得。

比賽結束後，有參賽同學說想將台上美好難忘的一刻停頓，相信無論是參賽者及台下的觀眾，都同樣享受是次比賽，難怪同學都帶著興奮的心情離開會場，迎接悠長假期。



洪昭隆老師跟學生合作演出，令人驚喜



同學演出後爭相在後台跟冼萬勝副校長及嘉賓合照留念

小記者計劃

採訪小組：2A 張翠琳 2A 陳璟畋 2B 黃淑君 2C 馮梓晴

負責老師：周子嘉老師

英雄榜

第二屆新視野專題研習報告比賽 本校初中及高中同學皆脫穎而出



同學與一眾評審合照

公民教育組及通識教育科參加由香港教育圖書主辦的「第二屆新視野專題研習報告比賽」。本校兩組同學在百多份參賽作品中脫穎而出，獲獎同學已於 2014 年 2 月 22 日出席香港青年會舉行的頒獎禮及分享會，除了展示比賽成果之外，更獲贈五千元等值的獎金及獎品以嘉許同學的成績，並同時接受一眾評審的訓勉。得獎資料如下：

高中組非文字報告最佳報告獎

從何東花園探討政府對保育私人物業的不足之處

6B 區靜雯

指導老師：任顯瑩老師、洪昭隆老師



高級組非文字報告最佳報告獎

初中組文字報告冠軍

探討快餐店的食物來源和食物安全——以「麥當勞」為研究對象

5A 邱曉宇、4A 李祉允

4B 馮梓珊、陳安兒、黃家寶、4C 龔婉婷。

指導老師：洪昭隆老師



初中組文字報告冠軍

港島童軍毅行 2014 扶輪公開組 50 公里比賽

突破源自心中的一團火 童軍導師的勉語

帶領這個旅團已經踏入第四個年頭，四年來團內人事不斷變動，不同的成員、領袖進出、更替，幸而無阻這一班學生的成長。他們由一班對童軍運動毫無概念的新人，晉升至現在的小隊隊長、團隊長，甚至深資童軍。由從前的少不經事的小朋友，至現今囊括不同大小的比賽獎項，更出戰 2014 年全港嘉頓頓錦標賽，成為全港最頂尖的十五隊童軍旅之一。他們成就了一個又一個他人眼中的「傳奇」，造就了一個接一個的「不可能」。他們這些突破不單單靠我們領袖的指導，其中不只有我們的經濟資助、時間及心力的付出，更重要的是他們自己的決心，是他們每個人心中的那一團火。他們燃燒自己的青春，從學習、失敗、反思中不斷成長，他們獲得的不只是獎項，更是做人處世的技巧，更是做人的一份自尊、自信。

獎項並不代表終結，訓練、比賽都是為了讓他們明白做人做事要勇於承擔，從不應該為他人而參賽，而是對自己的要求、鍛煉，以提昇自己為目標。現在，他們印證了諺語——Nothing is IMPOSSIBLE，希望他們往後能繼續成長，創造他們的豐盛人生。作為領袖，比賽獲獎只是副產品，他們的成長才是令我們真正自豪的地方。

——童軍導師周哲、吳嘉駒



同學感言摘要：

這次 50 公里毅行比賽不但帶給我們獎項，更是一段極難忘的回憶，由彼此不太熟悉至團結一致，過程中有笑有淚。大家一起經歷過沮喪，一起經歷過歡笑。我們由衷感謝我們的教練及導師，他們的支持、教導，使我們不停進步。訓練雖艱苦、費時、耗力，但同樣換來豐碩的成果。

——3B 鄧智謙

我們這次奪得 50 公里毅行的亞軍，要感謝我們的教練周 SIR 和吳 SIR，更包括為我們作後盾的支援同學，這次成果是大家努力得來的。50 公里的路程漫長，但疲倦時，我們回憶起訓練時的血與汗，便咬緊牙關堅持下去，正如周 sir 所講：「只要有意志，凡事都可克服！」

——2C 張文康、2E 譚俊賢



冠軍：5B 梁嘉耀
5C 謝啟賢
3A 謝啟智
2B 張榮然

亞軍：3B 鄧智謙
2C 張文康
2E 譚俊賢
1C 謝晉暉

支援同學：5A 何軒樂 1E 陳禕民
3B 黎詠芝 1C 鄧慧圓
3B 林泳彤
2C 高極生

新界地域童軍支部技能錦標賽 2013 亞軍

這次能夠打入全港嘉爾頓錦標賽，當中的訓練過程是笑中帶淚。成功的路上有着一班好友、教練、老師和校方的支持和鼓勵，令我們不會感到孤單。我們十分感激所有支持我們的人，雖然訓練是辛苦的，但辛苦過後，換來的都是珍貴的回憶。我確信——若肯付出，必有收穫。
—— 3A 謝啟智

我們能打入新界地域賽，不單是努力集訓的成果，更是周sir、伍sir以及兩位吳sir的支持，他們的付出成就了今天的我們。雖然這次未能奪冠，但這次比賽經驗令我們都成長了，我深信及後在嘉爾頓比賽中我們能打敗其他勁旅，取得全港總冠軍。
—— 3B 林泳彤



參與同學：
5A 何軒樂
5A 湯紫婷
5C 謝啟賢
3B 黎詠芝
3B 林泳彤
3B 鄧智謙
2B 張榮然

支援同學：
5B 梁嘉耀
5C 陳美兒
3A 謝啟智
2E 譚俊賢
2C 張文康
2C 高極生

第六十五屆香港學校朗誦節 獲獎記錄

參與比賽 / 活動	學生姓名 班別 學號	獎項
中學五年級女子散文獨誦 (普通話)	陳慧 5A(5)	優良獎狀
中學二年級男子詩詞獨誦 (粵語)	陳焯熙 2A(1)	優良獎狀
中學一年級男子詩詞獨誦 (粵語)	麥少康 1E(17)	良好獎狀
中學五年級女子散文獨誦 (粵語)	陳曉琳 5A(2)	優良獎狀
	黃靖茹 5A(23)	優良獎狀
中學四年級女子詩詞獨誦 (粵語)	林靖滸 4E(7)	優良獎狀
中學三年級女子詩詞獨誦 (粵語)	施凱頤 3B(24)	良好獎狀
中學二年級男子散文獨誦 (粵語)	張顯熹 2C(8)	良好獎狀
	陳卓億 2C(2)	優良獎狀
中學四年級女子散文獨誦 (粵語)	陳麗萍 4A(5)	優良獎狀
	歐曉慶 4B(23)	良好獎狀
中學二年級女子詩詞獨誦 (粵語)	鄭芷晴 2A(5)	優良獎狀
	張佩淇 2A(8)	良好獎狀
	李詠欣 2A(20)	優良獎狀