



天主教培聖中學

Pui Shing Catholic Secondary School

校訊
2014-2015
第三期

地址：香港新界元朗天水圍天河路 9 號

電話：(852) 2445 0800

傳真：(852) 2445 2018

電郵：info@puishing.edu.hk

網址：www.puishing.hk

培聖學生境外交流 服務學習擴充視野 貴州生活體驗及文化生態考察團

為配合本校宗教德育組「愛德精神」及通識教育科「擴闊學生視野」的理念，本校於 2015 年 3 月 17 日至 3 月 21 日（第二次全方位學習日）期間，進行了五天的跨科組合辦的「貴州生活體驗及文化生態考察團」。

是次考察團由本校四位老師帶領，合共 38 位學生在牛角井小學及新馳小學進行義工及扶貧服務，學生不但能從中了解中國山區貧困農村學校的教學模式，也親身目睹貧苦學生的生活情況，希望透過是次體驗，讓他們更加珍惜學習機會，同時透過服務及探訪活動，彰顯本校「愛德服務精神」。



在這五天行程中，學生到訪貴陽市、甲秀樓、天龍古鎮及青岩古鎮，讓學生可以親身體驗及考察古代貴州建築及規劃的完整性，而且可以認識國家歷史和文化最新發展。此外，透過黃果樹瀑布生態考察，學生更認識「喀斯特地貌」的獨特自然生態景觀，明白兩地生態歷史的異同和旅遊發展的成果。

考察活動結束後，學生透過實地考察及扶貧活動獲得的學習經歷，將之帶回學校與同學分享。同學透過早會時段的匯報及分享，讓全校師生加深了解當地的經濟發展、民族共融之道、文化習俗、建築歷史及社會民生情況，同時亦能抒發這五天的生活體驗中所感受到的師生情。而負責老師謝雪貞老師、羅浩倫老師、葉維舜老師、胡念恩老師以及協助老師文麗述老師、黃振邦老師及麥翠儀老師都認為是次貴州生活體驗及文化生態考察團對學生的成長幫助甚大，日後會考慮再次舉辦類似的活動。



學生心聲摘錄

今天我們到紫雲縣的牛角井小學探訪。當地的小朋友因貧窮的關係，甚至沒有足夠的清水和空間去清洗雙手。這些我們一向認為是最基本的生活要求，原來對這些小朋友來說是遙不可及的，這使我更加珍惜現有一切。

—— 5E 李建聰

首先，我要感謝學校給予極佳的機會，讓我體驗外地的習俗及生活文化。我們在這次貴州旅程中，得到很多在香港這樣的大城市中，永遠沒辦法體驗的經歷。在香港，我們並不會有機會於城市看見如花海般的油菜花田，壯觀的黃果樹大瀑布、梯田等自然景觀。

在香港這石屎森林裏，或許我們的目標是追求各種的物質享受，或許是最新型號的手機或衣物，但我們這一代，更應該抽出時間去感受自然生態，在這美麗的貴陽市裡，我感受到大自然的氣息。

這次旅程中，有一個時刻令我十分難忘，就是探訪當地小學時，我看見小朋友在玩遊戲所露出的笑容，對比我們這些城市人，我們在得到豐富物質時可能只會高興一下，甚至覺得是應份的，但他們玩的遊戲是如此簡單，卻令他們露出真摯、純潔的笑臉，這是我們生活在城市的孩子難以明白的。

最後，我希望同學可好好反思，現今所得到的物質享受是不是最重要？

—— 4A 葉文意

在這五天的行程中，我和組員到了兩間山區小學教小朋友做小手工。雖然義教的時間有限，但我和組員都盡力教導他們摺紙、摺星星和扭氣球，我十分欣賞組員的投入和耐心。

—— 3A 李紫琪

我和當地學生交流時，其中一名女同學告訴我，她只想上課，不想玩遊戲。這使我十分慚愧，更令我更加珍惜在培聖求學的日子。

—— 4A 江啓祐



雖然我的普通話不太好，但仍努力和當地小朋友談話，並和組員一同教他們畫畫，我更被他們真摯的笑容所感染。

—— 5D 吳震濠

我和組員在新馳小學教小朋友摺小星星及飛機，他們都很積極地參與。在過程中，我察覺到小學生的衣服很髒，手掌上有泥跡、衣服不整潔、頸部和臉上有點傷痕，但我也樂意去教，我心想這些不值錢紙張都可以為他們帶來快樂，而香港的年輕人卻以最新型的電視、電腦、手機和不斷購物等作快樂的來源。

這是一個很好的反思機會，讓我們思考真正的快樂是否一定要在乎物質的豐裕與否呢？請大家也細想吧！

—— 5E 程慧怡

在這次貴州之旅中，我認識了一班新的團員，大家很開心地去教山區的小朋友唱歌，我覺得很感動。他們的的笑容及專心的樣子令我畢生難忘。此外，我發現貴州的經濟發展並不是我想像中的那麼落後。在這個旅程我見識了許多風土人情，我感到非常新奇和有趣，假如再有這些活動，我一定會參加。

—— 4E 黎己正

當我抵達貴州，我就被眼前的景色吸引住了。我發現這裡有很多高山，很多地方都有花田，我頓時被一片又一片黃澄澄的花田迷倒了。而且貴州內還有很多地方還未被開發，我很喜歡這種純樸自然的感覺。

此外，貴州裏有很多古色古香的地方和建築物，如地標之一的甲秀樓，我很喜歡遊覽這歷史古蹟。而我最大體會是貴州的小朋友大多很貧苦，令我明白到身在香港的我們其實是很幸福的。

—— 2C 黃溢義



體驗賽車學環保——東莞、肇慶交流團

由綜合科學科及公民教育組舉辦的「體驗賽車學環保——東莞、肇慶交流團」已於3月17至19日順利完成。是次交流的目的是為了讓學生認識國內汽車工業發展及汽車與環保關係之概況、提升對機械和科技的認識及興趣、了解國內賽車道概況、認識國內學生學習情況及與國內學生作交流。



同學於林則徐雕塑前留影

三天的行程中，學生參觀了虎門林則徐紀念館、廣汽豐田車廠、綠道——東莞松山湖、市集等；除此之外，我們也到訪東莞黃江第一中學，讓兩地學生互相學習交流，相信我校學生獲益不淺。除此之外，老師也與當地官員共進午膳，彼此分享學校及社區發展。另外，學生也到訪了肇慶國際賽車場，除

加深了解賽車場上的基本守則、汽車機械、車手追求夢想的經歷及親身體驗在賽道上奔馳的快感外，也提昇了他們對「賽車」與「環保」間關係的認識。如採用環保輪胎（輪胎物料由橘子油與天然橡膠結合）、全合成機油和選用較輕物料製作車架等等……旨在減低汽車耗油量以減少CO2及其他污染物之排放，達致賽車也能環保之概念。

為使全校同學也能了解是次交流的情況和得著，有份參與交流團的學生須分組在早會匯報學習成果，介紹行程內容及分享當中的感想和得著，同學也設計了壁報板，於學校門口展示，以圖片及文字方式分享所見、所聞、所學、所得。

以「賽車」學「環保」這概念獨特新穎，當地傳媒機構黃江新聞及香港新城電台（新城數碼生活台——「原來生活好快樂」）均邀請我校老師、同學及 Evolution Club 主席黃先生和副主席陳先生接受訪問。

黃江新聞 (00:30-02:48) :

<http://hj.sun0769.com/videoplay.asp?id=1717>

新城數碼生活台 - 「原來生活好快樂」 :

(第一部分 - 05:55-29:51)

http://metroradio.com.hk/MLD/Archive/wmpopup_archive.asp?http://testmp3.http.akamai-trials.com/MLD/20150401/MLD_201504010800.mp3

(第二部分 06:00-29:51)

http://metroradio.com.hk/MLD/Archive/wmpopup_archive.asp?http://testmp3.http.akamai-trials.com/MLD/20150401/MLD_201504010830.mp3



到新城電台接受訪問，分享交流團的所見所聞



要上賽車了，很緊張啊！



同學與黃江中學同學打成一片，交換微信！



同學接受黃江電視訪問



賽車也可以 CHOK 啊！



齊學習賽車與環保



賽車手 Billy Lo 介紹賽車安全裝備



讓我們自拍吧！



與黃江第一中學師生大合照



遊覽東莞松山湖，認識國內環保建設

總括而言，這次交流不論在動態靜態方面都實在讓學生獲益不少，機會也是難能可貴。

在此特別鳴謝東莞黃江第一中學、教育局境外遊津貼、教育局初中學生交流資助計劃「赤子心·中國心」津貼、賽馬會全方位學習基金津貼、Evolution Club (Hong Kong)、天時利汽車有限公司，讓是次交流團得以順利完成。

廣州歷史經濟發展與升學考察交流

升學及就業輔導組、公民教育組及歷史科，於2015年3月17日至3月19日合辦了為期三日的廣州歷史經濟發展與升學考察交流團。

是次活動由何玉娟老師、洪昭隆老師、陳凱欣老師、蕭琬恩老師、李智傑老師及李耀文老師帶領中四及中五級學生到廣州參觀大學及歷史文物，分別參觀暨南大學、廣州大學城及廣州中醫藥大學，找尋香港以外的升學路徑，同學除了解學校環境與課程外，也有機會與當地學生交流。

此外，同學還參觀了豐田車廠、廣州書城，陳家祠，南越王墓博物館，上下九商業步行街及廣東省博物館，讓同學更加了解中國古代歷史及文化。



廣東韶關山區服務團

公民教育組於 2015 年 3 月 27 至 31 日安排 20 位中二至中四級學生參加廣東韶關山區服務團，並由兩位老師協助帶領。學習活動包括探訪農村家庭、訪問南雄市實驗學校及陂頭小學、丹霞山地質考察及參觀當地歷史建築等。



交流活動中，最重要的部分是學生到當地兩所小學義教英文，同時體驗中國農村同學上學艱難的苦況。同學更親身到訪當地農民民居，了解在山區在大力發展教育及經濟後，對當地居民帶來的改變，加深學生對廣東省的認識。學生每天除了完成學習及服務行程之外，亦需進行反思討論及完成特定學習手冊。在此感謝協辦機構中國燭光教育基金的支持、實驗中學陳香校長的熱情接待。

領隊老師：任顯瑩老師、洪昭隆老師



綠色校園專頁

「第綠梯隊」第二擊 膠樽減廢在旺角

長春社自 2011 年起籌辦「第綠梯隊」計劃，並於校園及社區完成多項環保倡導行動。計劃目的為培訓一班中四至中五級熱心於環保的學生成為未來綠色領袖，強化他們的低碳的意識及活動組織能力，透過不同的環保倡導行動提昇大眾的減碳意識。

本校由地理科推薦及訓練的「第綠梯隊」，成員包括 4A 黎晴天、廖潮鏗、李梓熙及吳浩賢同學，本校亦與荃灣官立中學合作，於 4 月 18 日在旺角街頭宣傳及鼓勵市民減少使用膠樽，並建議再用膠樽的各項方法，並獲得一眾市民，特別是小朋友的支持和參與。在此感謝地理科袁施琪老師及一眾義工同學的努力推廣，期望減碳意識得以傳播，為環保出一分力。



Captain Green 著綠校園計劃



公民教育組及通識教育科老師帶領同學參加由環保促進會所舉辦的「著綠校園計劃暨環保隊長 Captain Green」之環保隊長考察活動，並於五月九日聯校分享會暨頒獎禮活動，透過簡報展示及分享他們於計劃中的得著，並與其他學校的分享經驗，讓會眾進一步認識處理廢物的各種方法，從而在日常生活中實踐環保。同時，本校全體 4A 班同學亦於當天被委任為 Captain Green，希望他們繼續為環境保護出一分力。

培聖有機小農夫計劃開展

為進一步加強綠色環保校園的概念，加深同學對大自然的認識。本校在四月開始開展「培聖小農夫」計劃，在學校新設的玻璃種植屋外，建立有機園圃，提供讓同學生體驗耕種的機會，希望他們從中理解有機生活的意義及重要性，把這個重要的環保理念，如萌芽的幼苗般不斷傳承。

本計劃得到天水圍區農夫家驅先生的協助，在他的指導下，在校內建立一個有機園圃，從鬆泥、播種、移苗到澆水，全部都由學生親自動手，務求令他們真正認識耕種的工序，當起一個真正的「有機小農夫」。是次計劃得全球倫理計劃支持及由科學學會、SEN 專責小組協助推行，在此感謝師生的共同努力，並期望他日能得豐盛的收穫。



校友專訊

祝賀校友林顥達成績卓越

校友林顥達於 2012 年代表香港分別參加亞洲物理奧林匹克及國際物理奧林匹克比賽，比賽成績卓越，兩項國際比賽均奪得金牌，其後以尖子計劃破格獲香港科技大學錄取，供讀理學士課程。

於 2012 至 2015 年期間，林校友於香港科技大學就讀有卓越表現，以下是獲得的獎項及獎學金：

Dean's List
 Paul and May Chu Undergraduate Research Award
 Champion of Mr Armin and Mrs Lillian Kitchell Undergraduate Research Award
 HKSAR Government Scholarship
 Cheung On Tak Foundation Scholarship
 Paul Ching Wu Chu Scholarship

林校友成績卓越，只花了三年時間便完成四年大學課程，他即將前往加拿大 Perimeter Institute 參加 Perimeter Scholars International Program，繼續進修物理學碩士課程。本校師生熱烈祝賀林校友獲獎，並祝願林校友學有所成，將來可以回饋社會。



學科活動

中文科



中一及中二級班際講故事比賽

由中文學會主辦的「中一及中二級班際講故事比賽」已於三月二十五日圓滿結束。中一及中二級的演講主題分別是「孝順」及「友情」，各得獎名單如下：

中一級

冠軍：1B 鄧凱莉、向曉盈

亞軍：1A 邱鈺婷、黃諾瑤

季軍：1B 梁浩賢、鄧浩賢

中二級

冠軍：2C 朱善為

亞軍：2B 鄭羽伶、曾勝龍 / 2E 王永翔、曹璧瑩

季軍：2A 謝晉暉



中三及中四級班際「環保校園」演講比賽

由公民教育組及中文學會合辦的「中三及中四級班際『環保校園』演講比賽」已於四月二十九日圓滿結束。各得獎名單如下：

中三級

冠軍：3A 鄧詠楠

亞軍：3A 林心妍

季軍：3B 吳子軒

中四級

冠軍：4E 梁艾琳

亞軍：4A 葉文意

季軍：4A 黎晴天



English Department

2nd English Week

The English and Home Economics departments teamed up during the second English week to collaboratively promote and raise awareness about healthy living. With a view to improving students' language skills and to provide them with the knowledge of eating healthy, fun game booths were set up in the school playground. With a stamp redemption system in place, students were encouraged to take part in all the games which included Boom Boom Balloon, Build a hamburger, Fruit and Vegetable card matching, Bingo, Guess Who and Twister. Having collected a minimum of at least 3 stamps, students were entitled to go to the juice bar to "order" from the English Ambassadors, their preferred fresh fruit juice from the menu in English, of course. A wide variety of freshly squeezed juices were available to the happy customers, courtesy of the Home Economics Department.



Movie Screening

A screening of the action movie, "The Maze Runner" was organized in the school hall during lunchtime. It proved to be a very popular movie, with students waiting eagerly with anticipation outside the hall, even before doors were opened to them.



Speak Out Act Up Improvised Drama Competition

This is the 6th year our English Drama team participated in the Speak Out Act Up Improvised Drama Competition conducted by Net Section, EDB. This year our students performed two improvised plays with an imaginary props, 'The pot plant' and 'the wedding dress'. All our members including Cheung Ka Man, Carmen (4A), Lai Wing Chi, Dora (4A), Chan Hiu Wing, Ancalina (4B), Sy Hoi Yee (4B), Lee Chun Hin, Kian (2A) and Tse Chun Fai, David (2A) put a lot of effort into the preparations for the competition and they all agreed they gained much experience and fun throughout the competition.

We are delighted that Chan Hiu Wing, Ancalina from 4B was awarded the "Act Up! Superstar Award", which recognized her excellent acting skill.



English Builder Prize-giving (Second Term) 2014 - 15

To acknowledge students with outstanding performance of the online English Builder exercise in the second term, the English Department awarded certificates and McDonald's coupons to them. The results are as follows:



	Secondary 1	Secondary 2	Secondary 3
Champion:	1A Ishah Amin	2A Li Chun Hin	3E Man Hoi Ching
1st runner-up:	1E Wong Yiu Ting	2A Cheung Ching Sum	3B Lai Yee Man
2nd runner-up:	1A Ng Ka Yan	2B Kwok Wan Lok	3C Cheung Ho Wing



《愛滋·我知》互動教育劇

本校通識教育科邀請了「心劇場」於2015年3月12日(星期四)高中週會中為中四級學生演出《愛滋·我知》互動教育劇。是次短劇透過愛滋病帶菌者的真實個案，讓同學從公共衛生及個人成長單元方面，了解愛滋病感染及預防的知識，並培養對愛滋病感染者的正確態度，從而達致以關愛為本的愛滋病教育。

另一方面，學生均能踴躍參與其中，並能以多角度思考愛滋病這爭議性議題。在此感謝黃雅媚老師、謝雪貞老師及中四級各班主任幫忙。



欣賞荷蘭國家芭蕾舞團《仙履奇緣》

2015年3月12日香港文化中心大劇院，欣透過芭蕾舞舞台劇，學生對經典故事及舞台製作表現濃厚興趣，如舞台幻化成童話世界，璀璨的水晶吊燈及華麗奪目的舞衣，讓學生在非物質生活層面獲得心靈及精神滿足。

是次活動，學生不但能學習詮釋劇中灰姑娘、後母及王子等人物角色的心理狀況，讓他們反思社會不同議題中，各持分者之間的價值觀及立場。

整體學生表現非常投入，藉此感謝彭振輝老師、羅浩倫老師、文寶欣老師、陳凱欣老師、蕭婉恩老師及謝雪貞老師的幫助。



電機模型設計比賽 2015

香港工程師學會電機分部將舉辦一項以初中生為對象的電機模型設計比賽。為提高年青一代對電機工程，環境保護及可再生能源的認識，本校物理科共推薦了中三級學生 3B 區子軍、張榮然、施斌峰及方子源參賽。

每支參賽隊伍獲派發比賽專用摩打。每隊需自行設計及製造水力發電機模型參賽。學生在製作過程中學習設計、繪圖、電鑽、焊接、組裝等技術，並於5月3日向評判介紹作品。雖然今次比賽未能獲獎，不過學生均能吸收到寶貴的經驗和知識。



物理科

Discover E 工程師工作坊

物理科和資訊及通訊科技科推薦學生參加由香港青年協會聯同美國麻省理工學院媒體實驗室 (MIT Media Lab) 合辦的創意科藝工程計劃，並於2015年3月18日舉辦 Discover E 工程師工作坊，對象為中二級同學。

當日工程師先向本校同學先分享有關工程師這職業的資訊，讓同學可以從不同的角度加深對工程專業的認識。其後，進行實踐及挑戰——滑翔機創作，讓同學一嘗工程師的研發的歷程。當日，中二同學均能投入活動當中，反應也十分熱烈。

環保太陽能越野車製作比賽

物理及天文學會舉辦《環保太陽能越野車製作比賽》，參賽隊伍須利用提供的材料自行製作越野車，以在提供的障礙路軌上走得最遠及最快者為勝。得獎名單如下：

獎項	組員	成績
冠軍	2B 鄧璋璋 19	735 cm; 8.02 cm s ⁻¹
亞軍	2B 岑澤榆 17 2B 鄧益廣 21	615 cm; 7.15 cm s ⁻¹
季軍	4B 羅晉樂 11	440 cm; 4.02 cm s ⁻¹



地理科

中五地理組兩日一夜實地考察課程 探究長洲可持續發展的可行性

為提升學生的地理知識及活學活用的技能，本校中五級地理組於3月9日至10日期間，參與明愛陳震夏郊野學園所舉辦的兩日一夜實地考察課程。課程內容主要讓學生研習長洲的可持續發展情況及海岸環境。學生在短短兩日的課程中，便能接觸不同量度環境污染的儀器、在實驗室內進行水質污染的分析、利用GPS（全球定位系統）及GIS（地理訊息系統）紀錄及編製考察地點的路線，並將日常在校內課堂所學到的知識加以應用，探討長洲發展的可持續性及長洲海岸環境的形成。



參觀屯門環保園 提升環保意識

本校地理組於4月25日帶同中四共十位學生參觀屯門環保園。學生除了參觀園內的訪客中心，加深對資源回收及循環再用的認識外，也參觀了回收家庭電器的「聖雅各福群會綠色家電環保園」及回收塑膠的「仁愛堂環保園塑膠資源再生中心」，藉此了解家電和塑膠的回收及拆解分類的方法。

是次活動不單能提高學生對固體廢物處理的認識，讓他們深切體會香港垃圾問題的嚴重性，也同時令同學反思自己在「減廢回收」這課題上可擔當的角色。



海星灣執垃圾 齊來為海洋出一分力

本校地理組及「生態巴士」帶同20位中四的學生，於3月14日（星期六）下午一同來到烏溪沙海星灣，老師及學生齊齊清理沙灘垃圾。在是次活動前，學生並沒有注意到沙灘垃圾的問題，但今次來到海星灣，看見沙灘上的垃圾，都表示驚訝。在清理的過程中，學生拾獲的垃圾種類很多，除了一般的膠樽、膠袋、煙頭外，還有魚網、建築廢料及拖鞋！活動讓學生體會到人類不斷對大自然的破壞及海洋面臨的重大危機，希望這次活動之後，學生能肩負起愛護環境、服務社區的責任。



生物科

本校學生參加由香港數理學會主辦之生物奧林匹克比賽

十名中五、六級修讀生物科學生參加由香港數理學會主辦之生物奧林匹克比賽，除所有同學均獲頒發積極參與獎狀外，中六級辜永仁同學還獲得二等獎而中五級李祉允同學獲得優異獎。在此恭賀各獲獎同學，希望他們繼續努力鑽研更多生物學知識。



化學科

參觀衡力化學廢料處理有限公司

中三及中五級化學科同學於第二學期全方位學習日參觀了衡力化學廢料處理有限公司，了解香港各類化學廢料的處理流程及方法，同時亦安排同學參觀不同的實驗室、焚化爐及廠房的控制中心，而且更與現職實驗室技術員交流，讓學生更了解實驗室的工作環境、入職條件及待遇等，讓他們在知識及就業資訊方面有進一步的認識。



大西北「綠色寶藏圖」—— 特色景點大募集比賽 本校奪最佳短片報告獎

為鞏固旅遊與款待科的學習成果，並增加學生對新界西區旅遊業發展的認識，本校七名中五級選修旅遊與款待科同學共分為兩組，參加了由仁愛堂及綠色生活館主辦的「大西北『綠色寶藏圖』——特色景點大募集比賽」。是次比賽要求學生製作短片介紹屯門、天水圍及元朗區中有歷史文化、自然生態、綠色生活等特色的景點，帶出可持續旅遊的重要性。

經過遴選後，我校兩組學生均入圍決賽，經面試後終由 5B 梁嘉欣、5B 馮梓珊、5B 黃愛詩及 5C 陳麗萍同學製作的短片「大西北『綠色寶藏圖』——元朗舊墟」奪得中學短片組的「最佳短片報告獎」，同學將出席 5 月 30 日舉行的頒獎禮。在此感謝旅遊與款待科黃振邦老師提供寶貴的意見、任顯瑩老師的指導及通識教育科洪昭隆老師的協助。

兩組同學的參賽短片，已上載 www.youtube.com，各位可於網上瀏覽兩段精彩的參賽短片，共享同學的心血結晶。作品網址如下：

參賽同學	作品名稱	網址
5B 梁嘉欣 5B 馮梓珊 5B 黃愛詩 5C 陳麗萍	「大西北『綠色寶藏圖』——元朗舊墟」	https://www.youtube.com/watch?v=3ueXAsYr3hs
5A 陳嘉怡 5B 陳志清 5B 譚若菁	「大西北『綠色寶藏圖』——下白泥之旅」	https://www.youtube.com/watch?v=DZRN_vF6-Lc



下白泥



元朗舊墟

學生培育

升學及就業輔導

中三級及中四級生涯規劃課

升學及就業輔導組於 2015 年 3 月至 4 月期間分別為中三級及中四級舉辦多次生涯規劃課，讓學生了解自己的興趣、能力、性格，並進行綜合分析與權衡，為自己的生涯規劃作好準備。



中三級高中選修課程介紹講座

升學及就業輔導組與學務組於 2015 年 1 月 21 日、1 月 28 日及 2 月 4 日舉辦中三級高中選修課程介紹講座，由本校選修科的科任老師講解新高中課程，讓學生了解各個選修科目的課程特色，為未來的選科作好準備。



中三級職場實地考察

升學及就業輔導組於 3 月 18 日與學友社合辦職場實地考察活動，帶領中三級學生分別參觀建造業議會、香港公開大學李嘉誠專業進修學院、旺角維景酒店及富豪九龍酒店。透過是次活動，學生可了解相關行業的最新資訊，從而幫助學生對將來升學與就業作選擇。





青年學院體驗日

升學及就業輔導組於 2015 年 3 月 19 日帶領中三級同學前往天水圍青年學院，參加青年學院體驗日，當日由青年學院的導師為學生講解學院課程、入讀條件及升學出路等資訊，最後還帶領同學參觀院校環境和設施。

韓東大學到訪本校

韓東大學位於韓國浦項，大學國際部提供全英語授課課程。國際部代表於 5 月 4 日到訪本校，並與廿多位同學會面。大學代表向同學介紹韓東大學的特色、課程內容、收生程序和住宿資料。同學除踴躍發問外，亦主動陪同代表參觀並介紹本校設施。



至正義工服務大使計劃

為了鼓勵同學能積極生活，透過朋輩義工的師徒關係發揮正能量，包括「正向思維、跨越困境、目標在望、常存感恩、回饋社會」。輔導組與明愛學校社工部合作，推行「至正義工服務大使計劃」，以加強學生的溝通技巧，也能自我認識，學習組織活動和增強歸屬感，對人對己也有裨益。

本計劃旨在學校推動人與人之間互相體諒和關懷的精神，建立一個共融和諧有希望的校園。活動為一整年的培訓課程，如午間活動（以舒緩壓力為主題的「心晴行動」）、校園壓力 GO GO GO（校園定向及調查本校各同學壓力的「心情・心晴話你知」活動），義工培訓——組織及服務日營、推廣關愛校園文化的「校園和諧日」攤位遊戲活動及迎接各中一學生的「關愛校園大傳送」活動等，以為學校建立一套有效率及持續的學長培訓計劃。



「心晴加油站」- 心理健康活動
4月30日



「心晴加油站」- 心意卡活動 11月6日



「心晴加油站」- 拋出彩虹活動 1月22日



「心晴加油站」拼出
心情活動 1月29日



「心晴加油站」- 急口令活動 1月8日



校園壓力 GO GO GO（校園定向）
4月21日及 4月25日



心情・心晴話你知
11月9至12日



校園和諧日（攤位遊戲）
3月23日至25日



義工培訓——組織及服務日營 11月17日



關愛校園大傳送（中一迎新）10月16日

「塗鴉——繪出健康校園 2014—15」計劃

為了加深同學對健康生活、個人成長及面對挑戰等方面的認識，並引導他們為自己訂立短期至中期的個人目標，本校輔導組與教育局訓育及輔導組合作，推行「塗鴉——繪出健康校園 2014—15」計劃，十位中二同學透過五節塗鴉課堂、相關成長小組及工作坊的活動，學習塗鴉技巧，並了解吸食精神毒品的禍害及健康人生的重要性。本計劃由二零一四年十月開始，至二零一五年四月結束，同學們在導師指導下，完成了大型木板塗鴉製作，作品將於六月一日教育局聯校作品展覽暨分享會作展覽之用。



中二級心靈教育

經過中二級老師努力裝備自己及共同備課後，中二級心靈教育課終於在 5 月 5 日正式開展。第一堂老師以一個載了泥土的杯子做一個小實驗，讓同學觀察杯中的泥加了水，攪均後有什麼發現。這個活動的目的是希望啟發學生聯想到自己的內心及情緒。最後，班主任教導同學以呼吸方法覺察自己的身體，了解自己的情緒。



中二級班主任心靈教育共同備課

為準備中二級心靈教育課，中二級班主任聯同中文大學心靈教育團隊共同備課，學習和體驗不同的修習方法，商討課節安排，希望能讓同學從安靜中接觸和認識自己。

天主教同學會 — 四旬期籌款

為響應四旬期籌款活動，天主教同學會於 2015 年 3 月 10 日舉行小組聚會，為新春嘉年華準備小食作義賣之用。



校友張樂賢先生魔術表演

宗教德育組和聯課活動組邀請校友張樂賢先生於 2015 年 4 月 28 日表演魔術，除讓同學能有更多機會接觸魔術表演外，更希望能藉此鼓勵同學好好發揮自己的「塔冷通」，善用天主賜予我們不同的才能。

復活節祈禱會

復活節祈禱會於 2015 年 3 月 27 日在聖葉理諾堂舉行，主題是「愛的追隨——與貧窮者為伍」，透過這次祈禱會，我們期望同學能向主耶穌基督學習，關愛身邊的弱小，並與他們同行。



新春嘉年華 為校園添歡笑

新春嘉年華由宗教德育組、聯課活動組、輔導組、SEN 專責小組和家教會合辦，於 2015 年 3 月 10 日至 11 日在排球場舉行，這次活動為同學準備了多個小食、化妝美甲、紙黏土手工和魔術表演攤位，同學都樂在其中，為校園增添歡樂的氣氛。



聯校學生心靈大使培育活動

為推動校內的心靈教育發展，本校有七位同學參加由香港中文大學「心靈教育—學與教的終極關懷」計劃舉辦的聯校學生心靈大使計劃，接受為期四個月的培育。

培育課

本校的心靈教育大使自三月中起便定期到中文大學參與培育課，認識不同的修習活動和學習帶領技巧，並與其他教區學校的學生交流和分享。

訪校活動

中文大學心靈教育團隊於 2015 年 4 月 28 日到本校進行訪校活動，與心靈教育大使作中期檢討和分享。



第二次捐血日活動

第二次捐血日活動已於 3 月 16 日圓滿結束。當日活動我們一共有 46 位成功捐血者，是次活動得以完成，實有賴同學及老師的積極參與，希望這份熱心助人的精神能長存培聖人的心中。

第四屆舍際戲劇比賽

第四屆舍際戲劇比賽已經四月十七日在屯門大會堂舉行。聯課活動組舉辦舍際戲劇比賽的目的，除了讓學生透過參與比賽，增加對舍的歸屬感和投入感外，更希望學生可以在真實的劇院環境下，學習和體驗真正的舞台經驗。

除了台前一班演員可以在舞台演出外，台後的工作人員包括燈光、音響、道具、化妝及服裝等，都可以學到專業的舞台知識、舞台術語，還可以使用專業的後台設施，這些都是難得的經驗。

八位舍長在籌備過程中，學會許多籌辦活動的知識及實踐的機會，雖然付出了不少汗水和淚水。



善舍 — 最佳演員獎 何志熙 (4A-6)

我可以獲得最佳演員獎，首先我要感謝兩位至舍舍長，如果沒有他們幫助，整套話劇就會不成事，因為兩位舍長一直幫助我們排戲，又在排戲的時候指出我們要改進的地方，令我們在表演時完全沒有怯場，甚至使我們的演技變得更加精湛，所以我十分感激兩位舍長的付出。

除此之外，我亦都要多謝一同演出的演員以及幕後的工作人員，他們的付出令整套話劇生色不少。

在過程中，我最難忘的是在表演期間，遇上技術性的問題，例如突然收音不良、開關燈光的時機不合等等。幸好舍長曾經說過：「站在台上，就要隨機應變。」憑著信心和演員之間的默契，技術上的問題並未影響我們的發揮。

最後，我在這次舍際話劇中，我明白到表演話劇並非一件易事。由收到劇本到要記熟台詞，再一起圍讀，直到最後上台的一刻，都必須一絲不苟，否則就只會浪費大家的時間和心血。

至舍 — 最佳演員獎 周玉茹 (5B-6)

回想演出前幾個月，我向舍長自薦做演員，因為這是我中學生涯中最後一次能在台上表演，我希望能藉此機會在戲劇方面畫上一個完美的句號。

回想復活節假期，我們每天都努力地排練，雖然過程辛苦，但途中亦有歡樂的時光，例如演員忘記對白時會自創對白，令緊張的氣氛變得輕鬆。

在排練的過程中，最重要是感謝兩位舍長的幫忙，因為如果沒有他們的推動，我並不會獲得「最佳演員」的獎項，我一直沒有想過「皇后」一角能獲獎，我自問演技不及其他人，但我當日已用盡全力去演出，可能評判們看到我這點，所以讓我獲獎。

我在此特別感謝全部台前幕後的付出，讓比賽得以順利舉行。最後，我亦感謝觀眾們耐心欣賞「善舍」的《黑天使的誘惑》！



明舍 — 最佳演員獎 劉麗霞 (5C-20)

在這次的舍際話劇比賽中，我們由創作劇本到演出，用了差不多五個月的時間。起初在創作劇本的時候，我們也遇上了很多問題。期間，舍員都有很多不同的意見提出，我們也會接納別人的意見，集思廣益。在創作當中也遇到了很多有趣事，例如在劇本加入一些比較惹笑的情節時，我們都會捧腹大笑。

比賽前一星期是復活節假期，有很多台前幕後也未能配合時間回校，因此很多地方未能做到理想的效果，我也擔心排戲的進度會否太慢，幸好，最終我們也能趕上進度，使演出當日非常順利。雖然在演出期間發生了一些音響問題，但一眾演員還是很專業地配合，後台也很順利地搬動所有道具，令我非常安心。而得知我舍獲獎的那一刻，我非常感動，對於得到同學的認同，我們都感到非常高興，而我也非常感謝各台前幕後的團結，讓明舍的話劇能順利演出。

德舍 — 最佳演員獎 陳志清 (5B-1)

對於能夠參與今年的舍際戲劇，我十分開心。在這一屆的舍際戲劇中，我作出了新嘗試，就是飾演一個九歲的小男孩，起初我接觸這個角色時，我無法掌握角色所需要的性格特徵，而且亦不敢放膽去演繹這個角色，因為我怕演繹得太孩子氣會被人取笑。但幸好得到老師的幫助和舍員的鼓勵，令我掌握到角色的要求和性格特徵，亦令我更有自信去演出。

當然在這個排練過程中，我們亦遇上了不少的困難，例如我們對劇本都各有意見，因此令我們出現爭執，但在最後亦得到舍導師的開導，令問題得以解決。而我們這次能成功演出實有賴幕後人員的汗水和時間，演員間的互信和支持，還有舍員間的幫助和鼓勵。在此，我衷心感謝大家的努力和付出！



本校公益少年團團員獲頒發獎章

公益少年團是一個服務性的團體，宗旨是希望訓練同學「認識、關懷和服務社會」。本年度，學校為公益少年團成員安排一系列的活動，包括日常學校回收及統計、環保導賞、環保為公益活動、社區考察等，希望團員能達至關愛社區的目標。當他們完成一項服務後，會得到一分的積分作為鼓勵，當積分累積至某個級數，將獲教育局頒發不同的獎章以作鼓勵。本年度公益少年團成員當中，有 24 位獲發黃色的「中學基本章」，有 20 位獲發「綠色中學初級章」，而獲大會頒發「橙色中中學級章」的團員亦有 9 位，以下是獲獎章的團員資料：

獲發中學基本級章的同學名單：

1B 文俊朗
2D 夏正興
3B 張翠琳 黃淑君
3C 盧均樂 黃正森 馮梓晴
3D 黃瑞鵬 陳俊宏 王宇軒 何廷楷 何康正 林璿鳴 倪林宇
4A 江啟祐 黎晴天 黃志權 馬沛承 葉文意 岑煥儀 劉詠雯
林家希 陳藝庭 李梓熙

獲發中學初級章的同學名單：

3B 張翠琳 黃淑君
3C 馮梓晴 黃正森 盧均樂
3D 王宇軒 林璿鳴 倪林宇 何廷楷 陳俊宏
4A 劉詠雯 林家希 陳藝庭 李梓熙 黎晴天 黃志權 馬沛承 葉文意 岑煥儀 江啟祐

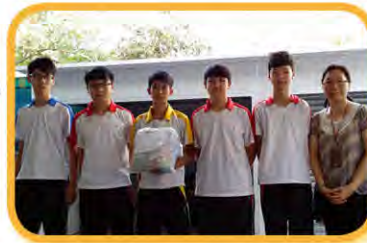
獲發中學中級章的同學名單：

4A 馬沛承 葉文意 陳藝庭 李梓熙 黎晴天 岑煥儀 劉詠雯 林家希 江啟祐



中三級班際足球比賽

為增加中三級同學的歸屬感及凝聚力，特意舉辦中三級班際足球比賽，讓一眾中三級熱衷足球的健兒能在足球場上大展拳腳，是次賽事橫跨數週，於午膳時份在校外的小型足球場舉行，吸引不少同學前往觀摩打氣。最後，3A 及 3B 班勢均力敵，須以互射十二碼決定勝負，3A 以一球之差力壓 3B 班，取得是次比賽的冠軍。



3A 班取得勝利



3B 班獲亞軍

羊年年宵在歡樂的氣氛中圓滿結束

一年一度的年宵活動已經於一月二十四至二十九日舉行，今年負責同學以中四及中五同學為主。他們早在十月開始接受培訓，並隨即開始撰寫計劃書、招股籌集資金、攤位競投及選購貨品等工作。在過程中，同學邊學邊做，當然會遇到不少挑戰和困難。期間得到不少師長、同學的鼓勵和幫助，並在培聖校友會的注資下，最終能排除萬難，順利完成。以下是兩位負責同學的感想和得著：



在經過年宵活動過後，我學到了很多東西，其中的團結精神，每一個人都很盡責地去做他們的職位，就連老師也掙脫自己老師的身份，協助我們銷售和統計的工作，不知不覺間我們就培養了合作精神。

另外，我們每一位成員都能準時到達年宵攤位，而且很賣力地叫賣直至結束，充分表現出我們對活動的熱誠和責任感。

我最大的得著是可以在這段期間，汲取了營商的經驗和可以認識到這一班朋友。

——陳民峻 (5A)

經過這次的年宵活動，令我學習到與別人相處的技巧及如何好好分配時間，同時也令我學習到不少銷售技巧，可謂獲益良多。雖然我們有很多不足之處，但是我們都一一克服了，如在分配工作的過程中，的確難以滿足所有組員，但大家都願意去付出及包容。在這個過程中我學到如何跟別人好好溝通，我相信對日後待人處事有莫大助益。

在這一次的活動中，我認為我們最成功的地方是每一位組員都能夠投入，用心去完成這次的活動。我認為在一個團隊中，團結是十分重要的，所謂「團結就是力量」。大家都願意付出時間，令我們在入貨等過程中都十分順利，並得到老師及同學踴躍支持，最後所有貨品能夠成功賣出。

——陳藝婷 (4A)

本校奪得第九屆 DV 頭青年社會觀察行動 「社區·人情·味」短片比賽冠軍

通識教育科與公民教育組合製影片《天天有衣食》，參與由新青年論壇及公民教育委員會主辦的短片比賽。比賽期望透過短片拍攝比賽，吸引一群有志於關心社會，又熱衷於短片拍攝的年青人，共同探討不同的社會議題，為社會發聲。同時推廣不同的拍攝技巧，希望能透過活動增加青年接觸 DV 製作的機會，從而促進 DV 製作在青年間普及化。

本校的參賽學生透過親身參與社區的剩食回收計劃，體會天水圍區內的剩食情況及了解到社區基層人士需求。期望透過影片，提升公眾對環保及貧富懸殊問題的關注。最終作品得到評審團的一致肯定，榮獲中學組冠軍，更獲主辦單位邀請，於四月份假灣仔動漫基地舉行首映禮及公眾展覽。

得獎同學名單：4A 葉文意、陳藝庭、林家希、岑煥儀、黎晴天、馬沛承、黎詠芝、劉詠雯



本校榮獲全港 「保障私隱中學生『私隱檔案』新聞攝製比賽」 初級組及高級組優異獎

「關注私隱運動」是香港個人資料私隱專員公署與其他亞太區私隱機構成員合辦的年度大型推廣活動，今年參與地區包括澳洲、加拿大、澳門、墨西哥、新西蘭、韓國及美國。香港的「關注私隱運動 2015」主題是「保障個人資料私穩」，提醒公眾避免在網上泄露個人資料而招致不必要的滋擾和損害。

為響應以上運動，本校公民教育組推薦初中及高中各十七位學生參加由香港個人資料私隱專員公署及星島雜誌集團有限公司合辦「保障私隱中學生『私隱檔案』新聞攝製比賽」，除了擔任保障私隱學生大使，於校內向同學推廣保障私隱的訊息外，同學於專題研習比賽表現出色，以「分數陷阱」及「社交網絡私隱」為題，在芸芸一百一十多隊參賽隊伍當中脫穎而出，分別獲得初級組及高級組優異獎。

獲獎同學已於 2015 年 5 月 3 日出席頒獎禮及分享會，除了展示比賽成果之外，更獲贈一千元書券以嘉許同學的成績，並同時接受個人資料私隱專員蔣任宏的訓勉。

比賽資料如下：

高中組：4A 林家希、陳藝庭、劉詠雯、陳政廉、黎晴天、馬沛承

初中組：2B 劉心怡、曾勝龍、梁艾琪、葉慧怡、譚穎彤

協助：2B 覃健邦、鄭羽伶、社工陳姑娘

指導老師：洪昭隆老師、任韻瑩老師及公民教育組



同學與個人資料私隱專員蔣任宏合照



同學與個人資料私隱專員蔣任宏向合照



初中組：「社交網絡私隱」



高中組：「分數陷阱」

本校獲頒「咪咗嘢校園減廢」積極參與嘉許狀

本校一向推廣環境教育不遺餘力，全體師生亦積極參與校內外的環保工作。本年度，本校參加環境運動委員會、環境保護署、教育局舉辦的學校回收教育活動「咪咗嘢校園減廢大獎」，並獲得「積極參與嘉許狀」。公益少年團代表與老師已於2015年4月10日到香港會議展覽中心出席「區區減廢咪咗嘢」高峰會及頒獎禮，接受主辦單位的嘉許。



同學與環運會林超英主席合照



與環境局局長黃錦星一起宣誓節約減廢

培聖閃避球隊獲初中組季軍

培聖的閃避球隊於2015年5月4日參與了由中國香港閃避球總會主辦「2014-2015全港中學學界閃避球錦標賽（新界西區）」，並獲得初中組的季軍。十一名隊員中有十名為中一級同學，他們都是首次參與閃避球賽事，相信今次得獎定能建立他們的信心，更努力參與訓練，以迎接下一次的比賽的來臨。

以下是出賽名單：

向曉盈 (1B)、麥焯楷 (1C)、劉懷謙 (1C)、
梁建弘 (1D)、曾淦泉 (1D)、黃浩文 (1D)、
蔡尚諺 (1E)、劉志鋒 (1E)、羅樂軒 (1E)、
黃耀霆 (1E)、曾志隆 (2D)

