

明道1978

2025



浸信會呂明才中學

BAPTIST LUI MING CHOI SECONDARY SCHOOL

# 明道

浸信會呂明才中學校刊  
School Magazine of BLMCSS

第四十七期  
Vol.47

二零二五年七月  
July 2025

非賣品  
Not for Sale



學習社群 創建未來 僕人領袖 走在前沿

A SCHOOL FOR TOMORROW SERVANT LEADERS ON THE CUTTING EDGE



# 目錄 Contents

## 校長序言

### Principal's Foreword

P.5

## 揚帆啟航

### The Adventure Begins

#### A. 主禮嘉賓簡歷

##### Profile of Officiating Guest

P.7

#### B. 畢業班名單

##### Graduate List

P.8

#### C. 畢業班獲獎名單

##### Graduating Class Award List

P.10

#### D. 畢業班嘉許名單

##### Graduating Class Merit List

P.11

#### E. 畢業班生活照

##### Graduating Class Photos

P.12

#### F. 上年度畢業禮盛況

##### Recap of Speech Day 2023 / 2024

P.14

#### G. 上年度中學文憑考試成績

##### HKDSE Statistical Report 2023 / 2024

P.15

## 青蔥歲月

### Youthful Years

#### A. 傑出學生簡介及傑出學生分享

##### Outstanding Students and their Sharing

P.17

#### B. 本年度課外活動一覽表

##### List of Extra-curricular Activities

P.23

#### C. 本年度校外活動獲獎名單及上年度補遺

##### External Awards and Supplementary List of 2023 / 2024

P.24

#### D. 上年度獲獎學生名單

##### List of Student Award Recipients 2023 / 2024

P.36

#### E. 學生分享

##### Students' Sharing

P.39

## 樂耕滿園

### Sowing Seeds for the School

#### A. 學生會幹事名單及報告

##### Student Union Committee and Reports

P.56

#### B. 校友會幹事名單及報告

##### Alumni Association Committee and Reports

P.57

#### C. 家長會幹事名單及報告

##### Parents Association Committee and Reports

P.57

#### D. 教職員工近況

##### Recent Happenings of Teachers and Staff

P.60

#### E. 老師分享

##### Teachers' Sharing

P.61

#### F. 全體教職員工照片

##### Staff Photo

P.76

## 恩典年歲

### Graceful Years

#### A. 行政及管理

##### Administrative Affairs

P.79

#### B. 教學事務

##### Academic Affairs

P.88

#### C. 學生事務

##### Student Affairs

P.116

## 翹首新天

### Forging Ahead

P.131



P.8



P.14



P.42



P.52



P.138

# 校長序言



# 校長序言

## 各位

位柏社畢業班的同學，恭喜你們邁向人生新一階段！



溫家傑校長

願你們如「柏」樹，耐寒長青，即使面對嚴冬，也不凋零，生命有一種「不屈的韌性」。在面對壓力或挑戰時，願你們內心也有柏樹般的沉穩；在瞬息萬變的環境中，願你們扎根成長，展現出人人推崇的「抗逆力」(resilience)。柏樹雖生長緩慢，但壽命極長，是陵墓與寺廟的常見樹種，寓意「超越時間」的智慧。這是否也提醒你們：在速成的時代，智者必須守住耐心與毅力，實踐「長期主義」，如荀子所說：「不積跬步，無以至千里」。

你們身上或多或少有柏樹的特質。在經歷了學

業、活動與生活紀律的多重歷練，你們以堅韌與沉穩為自己的人生奠定堅實的基石。願你們在未來的路上，繼續秉持這種不屈不撓的精神，為自己譜寫美好的人生篇章。

在校的同學：願你們也善用時光，學效師兄師姐美好的特質。今年是學校發展計劃新周期的第二年，計劃主題為「身怡寧·志篤學·心懷天下」。這不僅是學校發展的標竿，更是對每位呂中學子的勉勵。

健康校園是我們的關注事項之一。我們在情意及社交問卷中發現，你們的體能鍛煉分數遠低於全港常模，這值得我們反思並以行動加以改善。

體能鍛煉不但有益於身體，更是心理、社交與精神健康的基石。但甚麼是鍛煉？「鍛」是金石相擊的火花（瞬間碰撞的刺激），「煉」則是文火慢熬的沉澱（長期適應）。體能鍛煉需要刻意刺激啟動，建立習慣，長期刻苦堅持。運動能釋放內啡肽，舒緩壓力，提升情緒穩定性，我們都耳熟能詳；有氧運動促進腦源性神經營養因子（BDNF）的分泌，改善記憶力與專注力；高強度間歇訓練（HIIT）更有助於提升對壓力的適應能力，甚至達到正念冥想的效果；參與團體運動不僅能夠促進人際交流，還能創造支持性社交網絡，營造正能量循環。但你可曾把所知道的付諸行動？還是，我們只不過是知識收藏者，卻用各種的原因推卸實踐的必要？

各位同學，你們獲賦予追求「全人健康」(Holistic Health) 的本能和自由。希望你們能以堅韌的精神，刻意鍛煉，持之以恆，從身體到心靈，全面成長，並以健康、活力促進自身的發展，成為具備國際視野與社會責任感的領袖。

回顧過去一年，我們見證了呂中人在多方面的突破與成長，這些成績正是你們努力與堅持的成果。

戲劇學會在香港學校戲劇節中以《碼頭》延續佳績，榮獲多項大獎；女子籃球隊升上第一組別（D1）後，以全勝姿態奪冠，展現了呂中人在體育上的突破；設計與科技學會於美國 ROBOFEET 國際機械人大賽中勇奪亞軍，並榮獲最受歡迎獎與大學獎學金；物理資優校隊首次參加香港青年物理學家競賽即奪得銀獎；呂耿卓和呂詹梓進分別於多項拼字比賽和象棋比賽中屢獲殊榮，讓我們為之驕傲。此外，鄺施愛和 2D 張世成分別在「第 20 屆世界中學生運動會」田徑項目和「2024 泰國青少年羽毛球國際系列賽」U19 混合雙打中取得佳績。這些成就不僅僅是榮譽，更是你們努力付出、自我突破、積極奮發換來的生命閃光點。我深深感恩能見證你們的成長，這些經歷與成績將成為你們人生旅程中一筆珍貴的財富，甚願更多呂中人有這樣的特質，嚐到它為人生帶來的甜。

最後，願每一位呂中人都一起努力，繼續在學業、體能與心靈上全面發展，邁向更美好的未來！如《路加福音》22 章 28 節所言：「耶穌的智慧和身量，並神和人喜愛他的心，都一齊增長。」



# 揚帆啟航

靠岸生活了六年，你認識了許多朋友，甚或找到了莫逆之交。不論如何，大家一起走過了那些日子，心懷感恩。揚帆啟航，當你航向天涯海角，別忘記如許的人和事；當你乘風而去，我們的祝福和想念也相隨。

## 第四十二屆柏社畢業禮 主禮嘉賓

香港特別行政區政府行政會議成員  
精神健康諮詢委員會主席  
基督教靈實協會行政總裁

林正財醫生 SBS, JP



### 嘉賓簡歷

林正財醫生是一名兒科及社會醫學醫生，現任基督教靈實協會行政總裁。

林醫生了解本地公共衛生政策，投入相關服務多年，並擔任多個法定和諮詢機構的成員。林醫生現為香港特別行政區政府行政會議成員。在出任精神健康諮詢委員會主席前，他曾於安老事務委員會服務近二十年，曾為該委員會的主席。

現時他分別擔任碳中和及可持續發展委員會主席、健康護理及保健業訓練委員會主席、行業培訓諮詢委員會（安老服務業）主席及廉政公署事宜投訴委員會主席。

林醫生亦擔任基層醫療委員會非官方委員、綠色科技及金融發展委員會成員，銀髮經濟顧問小組成員及香港房屋協會成員，就不同政策向政府提供意見。

林醫生於二零零二及二零一九年分別榮獲香港特別行政區政府頒授「太平紳士」及「銀紫荊星章」勳銜。在二零一八年，林醫生除獲嶺南大學頒授榮譽院士銜外，也獲 Ageing Asia 頒發全球最具影響養老業者大獎（特殊表彰獎），以及黃金時代基金會智齡世代大獎，以表彰其對香港社會所作的傑出貢獻，以及在全球人口老化政策上的影響力。





釋義：

【名詞】柏科植物的總稱。常綠喬木。性耐寒，葉小、鱗形，紋理細密，是上好材質。有扁柏、側柏、檜柏、羅漢柏等數種。

【名詞】姓。



柏社

2019 - 2025

因為耶和華你的神常在你營中行走，要救護你，將仇敵交給你，所以你的管理當聖潔，免得祂見你那裏有污穢，就離開你。申 23：14



# 2025



2025，作鹽作光，持守正道上柏臺。

# 2019



2019，載欣載奔，陶養性情覽日月。

## 二零二四至二五年度畢業班學生名單

6A			6B		6C		6D		6E		6F	
陳芷悠 陳金喜 周曉懿 江曉妍 劉恩婷 劉曉琳 吳映璇 徐希彤 黃嘉敏 鄭梓翹 章志睿 高耀霖 向梓朗	葉晉顯 邱楚雄 劉浩嵐 梁璟生 麥珈煒 潘力鳴 曾碩晞 尹雋傑 胡德謙 葉城濤 嚴毅東 周啟諾	陳寶怡 陳霽霖 陳恩昕 張雅婷 馮樂言 梁詠霖 李靜怡 李嵐霖 李以心 吳睿君 鮑可玥 謝明心	黃珈妍 余樂恩 鍾明玥 陳頌衡 鄭肇晞 張博行 莊世銘 許智桁 吳立橋 吳諾謙 謝朗	陳詠茵 陳思瑤 鄭祉悠 張婧妍 簡杏而 鄭施愛 吳冰雁 吳若晴 楊曉君 翁穎琳 陳廣泰 蔡尚言 蔡恩祈	關研理 鄺振邦 羅淳謙 梁兆謙 潘承希 蕭安生 王灝林 黃敬熙 黃遠城 黃鏞豐 胡善博 楊諾和 嚴煥陞	陳曦怡 方韻晴 湯詠欣 鄧晴希 鄧晞好 鄧悅靈 徐子晴 陳家浩	鄭子溢 馮正韜 李詒然 呂俊廷 黃駱騫 黃躍信 葉柏希	鄭懿倫 何穎欣 羅琬珊 吳煥宜 吳思敏 魏嘉希 黃恩桐 陳諾峰	鍾浩天 何瑞銘 何德培 莫傲翔 蒙駿熙 唐守念 黃栢珩 邱均然	蔡沁穎 陳煥彤 鄧詠文 趙愛文 李康柔 梁嘉呈 駱灝欣 顏謙兒 施穎彤	胡昊晴 丘悠 楊璧瑩 葉心盈 陳藝丰 侯智豪 高璞文 鄧栢軒 楊鈞昊	

## 二零二四至二五年度畢業班學生獲獎名單

操行優異獎	陳芷悠 徐希彤 黃嘉敏 馮樂言 梁詠霖 吳睿君 謝明心 余樂恩 謝朗 陳思瑤 簡杏而 鄭施愛 楊曉君 陳廣泰 楊璧瑩 鄧栢軒
學科優異獎	中國語文：陳思瑤（兼中國歷史及公民與社會發展科） 英國語文：楊璧瑩（兼中國文學及世界歷史） 數學：曾碩晞 數學（延伸部份單元一）：鄭祉悠 數學（延伸部份單元二）：章志睿 公民與社會發展科：鄭肇晞（兼地理及資訊及通訊科技） 物理：鄭梓翹（兼資訊及通訊科技） 化學：劉浩嵐 生物：陳芷悠 企業、會計及財務概論（會計選修）： 企業、會計及財務概論（商業管理選修）： 唐守念（兼獲商科學科獎學金） 馮樂言（兼獲商科學科獎學金） 經濟：周曉懿（兼獲謝浚偉獎學金） 視覺藝術：葉心盈
服務優異獎	<b>風紀員</b> 江曉妍（兼班會職員） 吳映璇 鄭梓翹 謝明心 謝朗 <b>班長</b> 陳芷悠（兼活動） 麥珈煒（兼資訊科技員） 吳立橋 陳思瑤 關研理（兼班會職員） 鄧悅靈 黃躍信 黃恩桐 陳諾峰 蔡沁穎 鄧栢軒 <b>班會職員</b> 黃嘉敏（兼圖書館管理員） 邱楚雄（兼級社職員） 曾碩晞（兼資訊科技員） 梁詠霖 吳睿君（兼活動） 鮑可玥 黃珈妍 鍾明玥（兼級社職員） 陳詠茵 鄭祉悠 翁穎琳 羅淳謙（兼級社職員） 楊諾和（兼級社職員） 陳曦怡 方韻晴 鄧晞好（兼活動） 鄭子溢（兼活動及圖書館管理員） 呂俊廷（兼級社職員） 鄭懿倫 羅琬珊 吳煒宜（兼級社職員） 魏嘉希 顏謙兒（兼級社職員） 楊璧瑩（兼活動及級社職員） <b>班內資訊科技員</b> 胡德謙 吳諾謙 蔡恩祈（兼資訊科技員） 鄺振邦 黃敬熙 馮正韜 高璞文 <b>圖書館管理員</b> <b>資訊科技員</b> 胡善博 徐子晴 徐希彤 陳廣泰（兼活動） 蔡尚言 莫傲翔 <b>活動</b> 周曉懿 陳頌衡 鄭肇晞 鄭施愛 蕭安生 趙愛文 李康柔 楊鈞昊
校友會獎學金	吳睿君 吳煒宜 楊鈞昊



## 代表學校參賽三年至五年 / 六年嘉許名單

項目	班別	姓名	獎章	項目	班別	姓名	獎章	項目	班別	姓名	獎章
合唱團	6A	吳映璇	6 年	籃球	6A	邱楚雄	3-5 年	戲劇	6A	陳芷悠	3-5 年
	6A	高耀霖	3-5 年		6B	陳恩昕	6 年		6A	黃嘉敏	3-5 年
	6A	麥珈煥	3-5 年		6B	莊世銘	3-5 年		6B	黃珈妍	3-5 年
	6B	謝朗	3-5 年		6C	鄭施愛	3-5 年		6E	魏嘉希	3-5 年
	6C	陳思瑤	6 年		6D	葉柏希	3-5 年		6E	羅琬珊	3-5 年
	6C	胡善博	3-5 年		6D	李詒然	3-5 年		6F	楊璧瑩	3-5 年
	6F	鄧栢軒	3-5 年		6E	黃栢珩	3-5 年		6F	趙愛文	3-5 年
管樂團	6A	吳映璇	3-5 年	足球	6A	葉城濤	3-5 年	爵士舞	6A	徐希彤	3-5 年
	6A	章志睿	3-5 年		6B	陳頌衡	6 年		6B	鍾明玥	3-5 年
中樂團	6B	陳寶怡	3-5 年		6B	吳立橋	3-5 年		6B	余樂恩	3-5 年
	6C	陳思瑤	3-5 年		6C	嚴峻陞	3-5 年		6C	楊曉君	3-5 年
	6D	鄧悅靈	3-5 年		6D	鄭子溢	6 年		6E	魏嘉希	3-5 年
越野/長跑	6A	邱楚雄	3-5 年	羽毛球	6A	邱楚雄	6 年	西方舞	6D	鄧晞妤	3-5 年
	6C	嚴峻陞	3-5 年		6B	謝明心	3-5 年	數學比賽	6A	高耀霖	3-5 年
田徑	6A	邱楚雄	3-5 年		6B	張雅婷	6 年		6A	梁璟生	3-5 年
	6B	陳恩昕	3-5 年		6B	許智桁	3-5 年		6A	邱楚雄	3-5 年
	6C	鄭施愛	3-5 年		6C	鄭施愛	6 年		6A	曾碩晞	3-5 年
	6C	嚴峻陞	3-5 年		6D	鄧晞妤	3-5 年	橋牌學會	6A	陳芷悠	3-5 年
	6C	吳冰雁	3-5 年		6F	李康柔	6 年		6A	黃嘉敏	3-5 年
游泳	6A	邱楚雄	6 年	排球	6A	周曉懿	6 年	朗誦(中)	6A	陳金喜	3-5 年
	6A	陳金喜	3-5 年		6A	向梓朗	6 年		6A	邱楚雄	3-5 年
	6A	葉晉顯	3-5 年		6B	吳睿君	6 年		6A	劉恩婷	3-5 年
	6A	高耀霖	3-5 年		6B	李嵐霖	3-5 年	朗誦(英)	6A	陳金喜	3-5 年
	6B	梁詠霖	3-5 年		6C	吳若晴	6 年		6A	邱楚雄	3-5 年
	6C	黃敬熙	3-5 年		6D	黃躍信	6 年		6B	謝明心	3-5 年
	6C	蕭安生	6 年		6D	黃駱騫	3-5 年	辯論隊(中)	6B	陳霈霖	3-5 年
	6C	黃鏞灃	3-5 年		6D	呂俊廷	3-5 年		6B	黃珈妍	3-5 年
	6E	黃恩桐	3-5 年		6E	吳煒宜	6 年		6C	簡杏而	3-5 年
	6F	鄧栢軒	3-5 年	乒乓球	6A	江曉妍	6 年	編程小組	6A	鄭梓翹	3-5 年
					6A	高耀霖	6 年		6A	麥珈煥	3-5 年
					6A	徐希彤	6 年		6C	黃敬熙	3-5 年
					6D	陳家浩	6 年				
					6F	高璞文	6 年				
					6F	楊鈞昊	3-5 年				
				D.T. 比賽	6C	陳廣泰	6 年				













主禮嘉賓袁國勇教授致訓辭



主禮嘉賓合照



主禮嘉賓袁國勇教授頒發明道獎予鄭施愛同學



嘉賓呂淑琪女士頒發操行優異獎



校董呂元信先生頒發榮休紀念獎座予梁惠玲主任



校董李樹甘博士頒發香港浸信會聯會傑出學生獎



嘉賓蘇家輝牧師頒發沙田浸信會獎學金予葉皓正同學



畢業班代表徐小雅同學致謝辭

## 二零二四年香港中學文憑考試成績

- 一、達學位入學要求百份比：90.7 %  
 二、達副學位入學要求百份比：99.2 %  
 三、各科達 2 級、5 級或以上百份比

科目	2 級或以上百份比		5 級或以上百份比	
	本校	全港	本校	全港
中國語文	100	90.7	32.5	10.6
英國語文	99.2	81.2	41.5	9.6
數學	100	82.5	41.9	16.0
數學延伸部份單元一	94.4	86.6	27.8	29.8
數學延伸部份單元二	95.5	92.3	54.5	36.8
公民與社會發展科	100	93.7	N.A.	N.A.
物理	100	89.9	71.4	28.2
化學	100	87.1	47.5	26.4
生物	100	91.4	39.3	20.0
中國歷史	100	90.9	35.3	13.1
世界歷史	100	94.2	31.3	13.9
中國文學	100	87.7	33.3	13.6
地理	100	89.3	31.0	11.8
經濟	100	86.5	35.1	17.5
企業、會計及財務概論（會計選修）	100	90.9	0.0	14.6
企業、會計及財務概論（商業管理選修）	100	89.6	26.7	7.5
資訊及通訊科技	100	85.5	53.3	12.7
視覺藝術	100	85.9	44.4	6.8
音樂	100	98.7	100	26.9

### 鄭祖澤校長紀念獎學金

為表揚及感謝鄭祖澤校長在過往的日子盡心盡力帶領呂中，呂明才基金會家族成員呂元信先生於二零一二年特別為退休的鄭校長設立「鄭祖澤校長獎學金」，亦藉此機會獎勵在香港中學文憑試中獲取卓越成績的同學。鄭校長已於二零二三年安息主懷，本獎學金更名為「鄭祖澤校長紀念獎學金」。

得獎者	2024 年度香港中學文憑試成績	升讀院校及課程
陳晞澄	考獲六科 5**，一科 5*	香港中文大學 內外全科醫學士課程——環球醫學領袖培訓專修組別
徐小雅	考獲四科 5**，兩科 5*	新加坡國立大學 工商管理學士（榮譽）課程

### 魏凌霜教育基金獎學金

為紀念魏凌霜老師積極的人生態度及對教育的熱誠，「亦師亦友」計劃資深導師梁振剛先生及其妻秦麗珍博士提議設立「魏凌霜教育基金」，並捐贈港幣三十五萬。基金其後亦得到家長、校友及各方友好人士捐助。魏老師一向對推動英語教育不遺餘力，故本基金藉此機會頒發獎學金予香港中學文憑試英國語文科取得 5\*\* 的同學。

本年度得獎者：  
陳樂澄、吳婉瑩

### 呂智麗醫生醫護獎學金

「呂智麗醫生醫護獎學金」由呂智麗醫生於二零二二年捐獻設立，旨在鼓勵本校學生修讀本地醫護相關課程，並投身香港特別行政區或中國內地醫護行業。此獎學金會資助獲獎學生全額或部分學費，學生若保持良好學業成績，可於相關課程常規修業期內按年續領獎學金。

本年度得獎者：  
陳晞澄、吳婉瑩、勞顯晴、鍾尚賢、吳芷蕎



# 青蔥歲月

歲月無聲，但可著色。在校園內與友人促膝長談，跑跑跳跳，為班、社、團隊、學校揮灑汗水，交織一首又一首的青春舞曲，那不是別人的歌，是用自己青春譜奏的樂章。



## 傑出學生獎 (兼獲林承毅獎學金)



5D 陳婁嫻

陳婁嫻品學兼優，且具領袖才能。作為中文學會主席及歷史學會副主席，她積極籌辦各類文史活動；在風紀隊擔任領導角色，由隊長遷任至副總隊長；入圍「香港200」領袖計劃，又策劃青協義工活動。其學術表現尤為亮眼，去年獲中文、歷史及中國文學三項學科獎，初中以來於各類徵文比賽中多次獲獎，文章亦屢見於《香港中學生文藝月刊》等雜誌，筆耕不輟。婁嫻亦有志弘揚中華文化與基督福音。她主動參選「傑出學生文化大使」及「菁莪中華文化學生大使」，又擔任聯校文學講座司儀，協助推廣中華文化。她連續兩年擔任學生團契職員，更以其擅長的文字創作，於基督徒中學生雜誌以文章宣揚福音，作鹽作光。

從學術到活動，從信仰到服務，婁嫻知行合一，委身成為僕人領袖，堪稱學子楷模。

## 呂中所贈最寶貴的禮物——勇氣

5D 陳婁嫻

### 得

知道自己獲選傑出學生時，我幾乎是欣喜若狂。未曾想過，一個曾經那麼害羞內向的女孩，竟能這樣自信獨立，更有幸獲得這殊榮。除了感謝神保守帶領外，我也想感謝自己在成長路途中，勇敢踏出的每一步。

猶記得中三的自己是個害羞內向的女孩，不喜社交，安靜寡言，在群眾裏總是被遺忘的那一個。直至中四得蒙信任擔任風紀隊隊長，我開始從不同的職務上了解與他人溝通合作的重要性。我開始打開封閉的內心，主動與風紀隊隊員交談，關心他們的困難，讓隊員感受到團隊的溫暖。直至那時，我才開始相信，即使曾如我這般封閉的人，也能建立親和力與他人合作。

到了中五，我有幸擔任風紀隊副總隊長以及中文學會主席，亦與同學老師共同籌組新建的歷史學會，擔任副主席一職。從這些團隊裏，我學習與不同年級的同學溝通相處，亦明白一個領袖需要做的，並非居高臨下地指指點點，而是與團隊共同進退，在當中承擔觀察與協調的角色。實際上，我認為不受頭銜束縛，以實際行動代替無用的高談闊論，更能凝聚一個團隊，發揮大家的能力。

成長的路自然也非一帆風順，箇中不乏令人挫敗的時刻。升上高中以來，我一直嘗試參與不同寫作比賽與選舉計劃，筆耕不斷，同時投遞了一份又一份申請表格與參選文章，但部分不幸落敗。然而從反覆的嘗試中，我漸漸體會到自己能擁有面對失敗的勇氣亦是幸事。一個能直面自身失敗並好好調整心態的人，才能在逆境開拓新的可能。故此我更積極地參與校外活動，包括學生大使和領袖計劃，又向不同刊物投稿，力求精進自身，裝備自己之餘，亦將目光放得更遠、更廣，而非沉溺在過去的失敗中越起不前。

若問我一個不曾後悔的抉擇，我會說是選擇入讀呂中。呂中溫暖有愛的學校環境、溫柔而循循善誘的師長和給予無盡支持的同學，都令我在愛裏茁壯成長。有賴師長信任與支持，我得到擔任領袖的珍貴機會，更有勇氣在學業上不

懈求精。感謝在我經歷自我懷疑時給予肯定的同學，令我重新帶着自信前行。

如今，我才明白傑出並非一紙證書或滿屋獎盃。反之，傑出是願意帶着勇氣，在成長中一路披荊斬棘，直待柳暗花明又一村。而這份勇氣，則是我在呂中五年來得到最寶貴的禮物。

「他對我說：『我的恩典夠你用的，因為我的能力是在人的軟弱上顯得完全。』所以，我更喜歡誇自己的軟弱，好叫基督的能力覆庇我。」——哥林多後書12:9



## 傑出領導才能獎

(兼獲張志儉校監獎學金)



5B 鍾睿傑

鍾睿傑今年擔任地理學會主席、公民學會副主席、中五級社主席等，在策劃和執行各崗位的活動時表現出色。他處事成熟可靠，與各項目的負責老師保持緊密溝通，主動匯報工作進度，表現盡責，一絲不苟，效率極高。他細心規劃每個活動的工作，包括聯絡外界機構、撰寫電郵、收集參加者資料等。他也能賦權予學會成員，發揮團隊精神，是一位出色的領袖。睿傑能平衡學業、活動和校外課程，值得欣賞，更是朋輩的榜樣。

## 團隊是一碗叉燒飯

5B 鍾睿傑



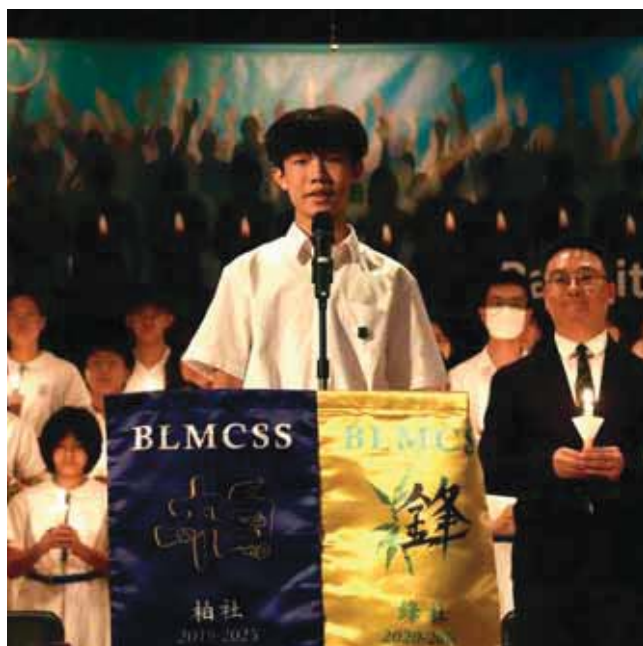
燒飯，是我的老師常常用作比喻的食物，他說：「一碟叉燒飯的主角不是叉燒，而是不起眼的飯，因為白飯才是真正填飽你肚子的食物。」而我對團隊的了解，與這「叉燒飯理論」的概念不謀而合。

為甚麼我說團隊就是一碟叉燒飯？只吃叉燒，略嫌太鹹，只吃白飯，又難免太乏味，結合一起，剛好。叉燒固然是讓人垂涎三尺，如領袖這個角色是大多數人仰慕的，但沒有了白飯，如領袖沒有了隊員，他還算是領袖嗎？無可否認，隊員才是一個團隊的核心，領袖只是一個輔助角色。

就好比僕人領袖的精神，把發展的重心放在隊員身上，而非非利益和成果，其特質包括時刻傾聽隊員的意見、具同理心、擁有團隊上的遠見等，不但能提升團隊中的「軟實力」，更影響整個團隊的成長，甚或激發隊員的潛能，從而更易達成最終的團隊目標，領袖不過為團隊添上了凝聚力、感染力而已。

要製作一碟美味的叉燒飯，白飯不能夠乾硬，領導其中一環便是拉近隊員之間的關係。每年新組成的幹事會，幹事們難免因陌生的環境而感到拘謹，不妨先花十分鐘讓所有人認識彼此，達到「破冰」之效，藉此加強隊員們的歸屬感，當有了歸屬感，隊員很自然會為這個團隊負上責任，投入團隊的事務當中，就像飯粒成團黏在一起，成為共同體。我所負責的地理學會和公民學會主力舉辦外出活動，其籌備程序比校內活動更為繁複，當中包括數不盡的大小事，大至預訂旅遊巴士、規劃路線行程、擬定集合及解散事宜等，小至宣傳工作、收錢收通告、製作人名表等行政事務，把一個繁複的程序拆分成很多個簡單的細項，把「蛋糕」分配給每位幹事，便能輕易處理大量工作。

在一個團隊中，每位隊員也有各方面的優勝之處，若能集思廣益，



大部分難題將迎刃而解。就如今年度商議公民學會年度活動計劃，幹事集思廣益之效成功為學會帶來新奇的活動，包括首次舉辦復古電車導賞團和麵粉公仔工作坊，為學會在本年度畫上完滿的句號。人盡皆知的黯然銷魂飯，是「叉燒飯的革命」，一個新名字再加上荷包蛋，便能賣給顧客「貴廿蚊」的價錢，團隊就是需要這樣的創新。

學會月復月、年復年地運作，就好像美味的叉燒飯，能馳名各方，其技藝承傳也極其重要。我記得傳燈禮中提及：提攜師弟师妹，發揮自治精神，時刻培育學會內的後人，縱觀整個學會未來的發展方向，發揮最大的效用。

再次感激路途上認同我的校長、老師和同學，好讓我這件「叉燒」尋找到自己的價值。



## 傑出社群服務獎



5D 楊紫琳

楊紫琳為紅十字會青年團總隊長，表現稱職，具責任心。她多年來不斷參與各種義工服務，服務超過150小時，其熱誠和努力令人留下深刻印象。她亦積極參與籌備不同類型的活動，讓各年級的會員也能盡展才能，服務他人。紫琳又會帶領會員參與各項比賽，更主動向其他會員分享經驗，值得欣賞。紫琳能同時兼顧學業和校內及校外活動，是團內其他會員及前輩的榜樣。

## 只屬於我的心路歷程

5D 楊紫琳

**回** 想半個月前的英文課上，生涯規劃工作紙要求按重要性排列人生的七件事，其中一項便是社區服務，當時我思考許久。社區服務在我心中，到底該放在甚麼位置呢？

我托着頭，不禁回憶起參加義工服務的始末。

為何我會與社區服務結下緣份？答案很簡單，身為紅十字會的一員，義工注定成為我中學生涯不可或缺的一部分。

中三那年，疫情稍緩，我第一次將服務帶出校園，參與從零策劃的服務計劃：向寶血村兒童推廣減壓方法。我跟着紅十字會的師兄姐一同撰寫計劃書、在服務日與小朋友玩遊戲和做手工，看見他們慢慢打開心扉，活動完結時流露的不捨與笑容，最單純的滿足和成功感油然而生。

升高中後，翻着紀錄服務時數的小冊子，我內心暗暗立志，誓要累積最多的服務時數，拿下傑出社群服務獎！為此，我開始主動報名各種義工活動，踏上了儲服務時數之路。

但「數字」背後的付出遠非易事。去年暑假，我參加了醫院暑期義工活動，為期二十天，朝九晚五，重覆着相似的文書工作。義工服務彷彿成為了「上班拍卡」，每天都在無聊之中等待時光流逝，只為取得最後的服務時數。

漸漸地，我似乎在這條路上迷失了，義工服務變成了「為做而做」。可被目標驅使，我選擇繼續跋涉於這條漫漫長路上。

在路途上，那些不期而遇的人，悄然重塑了我對義工的理解。

有的是服務對象。總說服務是雙向，的確如此，在義工幫助他人的

同時，也會獲益。我在定期採訪中認識了一位伯伯，他因年輕時的意外導致後半生都須在輪椅上度過。本以為他會因此消沉，沒想到他依然以樂觀的心態生活，更是對自己的生活充滿要求：既會精進興趣，又會教導他人。本應是我去陪伴伯伯消遣時光，卻反從他豁達的人生觀中獲益良多。尤其對比容易半途而廢的我，他的堅持更顯珍貴。

有的是義工導師。每次採訪後的分享環節，我總會先聚焦自身不足，卻忽略欣賞自己的優點。直到某日黃昏，金燦的夕陽灑落在屋邨裏的長椅上，導師以過往經歷，鼓勵我要對自己有信心，別看低自己。他的話語深深打動着我，至今鐫刻心間。義工導師是我們的指導者，總是無私地付出自己寶貴的時間，用自身的經驗幫助、教導我們，亦是我們的學習榜樣、志同道合的夥伴。

很感恩在社區服務上相遇的一事一物一人，他們總是在不知不覺間影響、感染、教導着我，滋潤我的成長，擴闊我的世界，豐富我的生命。

原來，這便是我所發現做義工的價值。

原來，這便是我堅持繼續做義工的原因。

原來，這便是我做義工所獲得的益處。

每個人在社區服務中的得着與感悟皆不同，但能否獲得，取決於你是否願意踏出第一步。每個人

做義工的理由亦不同，任何一個原因，都可以是你開始的理由，無須是高尚或偉大的，可以是單純地想幫助人、累積經驗，也可以是帶着目的，希望賺取服務時數。因為我堅信，任何身份的人，只要親身實踐，就能發掘到社區服務中獨屬自己的意義。

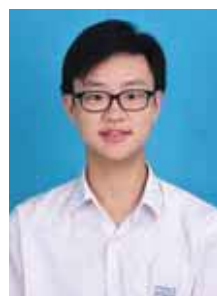
此時此刻，我知道工作紙上的社區服務應放在哪個位置了。人生有着各種各樣精彩且重要的事，但無可否認地，義工服務佔了我中學生涯的一大部分，若果沒有它，也不會有現在的我。

這是我參與社區服務後的所思所想。

衷心祝願你也能尋獲屬於自己的那份得着！



## 傑出才藝獎



4A 伍世麒

伍世麒為「設計與科技學會」主席，積極推動校內外創科活動，初中已參與不同機械人及創意比賽，屢獲殊榮，如獲得「綠色科技創意大賽」亞軍、「世界機械人大賽」未來工程師項目亞軍及「愛者樂設計比賽」獎學金。他今年在「ROBOFEST 機械人香港區賽」獲醫療發明項目冠軍，並於美國勇奪世界亞軍和最受歡迎獎，獲美國勞倫斯理工大學頒發獎學金，以表揚其於設計及建構方面的傑出成就。



4D 李雪晴

李雪晴是中四級最積極參與各項視覺藝術活動的視覺藝術科學生。本年度，她被選為香港藝術發展局校園藝術大使，負責在校內宣傳藝術活動。她參與日本高知縣いの町紙の博物館和紙明信片繪畫比賽、第二屆大灣區粵劇繪畫創作大賽、香港故宮文化博物館珍品的故事——手製繪本創作比賽、2025 年度春季馬來西亞國際藝術網絡大賽《靜物／花卉類》，均獲得獎項。



5C 劉悅菲

劉悅菲熱愛彈奏古箏，曾參與學校中樂團。悅菲於第26屆香港校際音樂節中國樂器獎學金決賽獲得亞軍，並分別於「敦煌·五洲琴韻」第十五屆國際古箏比賽、第五屆粵港澳大灣區青少年藝術展演古箏類獲得金獎、第二屆采樂杯古箏精英展演全國邀請賽獲得特金獎，足證琴藝非凡。



5D 劉倩珩

劉倩珩在舞蹈、音樂、視覺藝術均有卓越成績。倩珩為爵士舞學會主席，與同學在第21屆校際舞蹈節爵士舞（群舞）高中組獲甲級獎。她亦是合唱團成員，於校際音樂節獲聲樂小組外文歌曲混聲中學組季軍。她在視覺藝術創作方面也有佳績，今年參加 Good Morning Class 第四屆肖像畫繪畫比賽 2024 獲冠軍。



## 傑出運動員獎（兼獲鄭祖澤校長傑出運動員獎學金）



3B 張高森

張高森自小展現過人運動天賦，接觸競賽單車後如魚得水，屢創佳績。他不僅在公路賽和凱琳賽中表現突出，去年更隨隊遠赴荷蘭及比利時集訓，與歐洲頂尖青年選手交流，並在分站賽事中勇奪第九名，實力備受肯定。張同學在單車運動上的成就非凡，彰顯了他對夢想的執着與不懈努力。他將目光投向亞洲錦標賽，期待成績更上一層樓。



5C 蔣欣喬

蔣欣喬在游泳項目中表現卓越，屢創佳績。本年度校內水運會，她獨攬三金，勇奪女子甲組個人全場總冠軍。在學界賽事中，蔣同學亦勢不可擋，五十米自由泳及二百米個人四式皆奪冠，展現其兼具爆發力與耐力的實力。



5D 張世成

張世成為香港青年羽毛球隊代表，在2024全港青少年羽毛球錦標賽中勇奪男雙冠軍，展現過人實力。經歷多項海內外賽事的磨練，張同學在國際青少年賽男雙項目脫穎而出，獲得季軍佳績，實力備受肯定，更獲晉升至香港成人隊。世成不僅球技精湛，在體能和心理素質上亦有所成長。他努力兼顧運動和學業發展，實為運動員模範。



5F 吳喬朗

吳喬朗在田徑比賽表現優秀，於校內陸運會奪得跳遠冠軍、三級跳冠軍並打破學校紀錄；在沙田及西貢區中學校際田徑賽奪得跳遠季軍、三級跳冠軍。他更成功進入全港學界精英田徑（團體）比賽2024-2025，於男子三級跳項目獲得第六名，成績優異。他又參加香港青少年田徑分齡賽2025，在系列賽4男子U18跳遠比賽獲得季軍。喬朗堅持訓練及參加比賽，尋求突破，值得欣賞。



6C 吳冰雁

吳冰雁為越野長跑及田徑隊隊員，一直堅持跆拳道訓練，刻苦勤奮，並於公開比賽中屢獲佳績。她在2024香港跆拳道黑帶賽女子青少年組別46-49kg、2024 Australian Open World Taekwondo-G-2 (Kyorugi) -46kg junior division、2024 WT President's Cup-Oceania-World Taekwondo-G-2 (Kyorugi) -46kg junior division均奪得冠軍。The 7th Heroes Taekwondo International Championship (Kyorugi) Female junior division 44-46kg 獲季軍，成績驕人。



6C 鄭施愛

鄭施愛為羽毛球及田徑隊主力隊員，專注於標槍訓練，勤奮積極。她在公民田徑錦標賽第4站奪得女子青年乙組標槍冠軍，以50.36米破大會紀錄，並刷新香港U18紀錄；在全港學界精英田徑（團體）比賽標槍項目獲得冠軍，並打破大會紀錄；在沙田及西貢區中學學界田徑比賽中標槍項目獲得冠軍，並打破大會紀錄，鐵餅項目獲得季軍，成績驕人。

## 林文珊中華文化獎學金

為鼓勵學生積極參與中國語文科校外比賽，家長林文珊女士於二零二三年設立「林文珊中華文化獎學金」，獎勵獲取佳績的同學。

二零二四至二零二五年度 獲獎名單	1A 何君兒 1A 黎子怡 1C 石愷翹 1D 黃傲晴 1D 廖晨澤 1E 馮朗希 2A 梁靖悠 2B 區馨文 2B 周思淇 2C 黃勺旂 3B 朱海晰 3C 陳樂謙 4A 滿恩俊 4B 梁天行 4E 冼凱悅 4F 冼子喬 5D 陳焯嫻
二零二三至二零二四年度 獲獎名單（補遺）	1A 詹梓進 1D 區馨文 1D 梁靖悠 2C 陳庭軒 2D 向慧珍 3A 冼子喬 3B 冼凱悅 3D 鍾穎彤 3E 許凱嵐 4C 高天愛 4C 楊凱博 5D 胡正謙 5A 潘力鳴

## 校外傑出學生及獎學金名單

得獎者	獎項 / 獎學金	
23-24 6A 蔡淇安	領展大學生獎學金 2024	獲獎
23-24 6B 郭思延		
6B 鄭肇晞	尤德爵士紀念基金高中學生獎 2024/25	獲獎
6F 楊璧瑩		
6F 楊璧瑩	第二十屆沙田區傑出學生（高中組）	獲獎
5A 韓采桐	哈佛圖書獎 2025	獲獎
5C 楊凱博		獲獎
5F 鄭馨兒		獲獎
4A 陳 靜	普林斯頓大學圖書獎 2025	獲獎
得獎者	獎項 / 獎學金（補遺） （2024 年 6 月至 8 月獲頒獎項）	
23-24 6B 郭思延	香港特別行政區政府教育局「準英語教師獎學金」	獲獎
23-24 6B 徐小雅	香港特別行政區政府教育局「香港卓越獎學金計劃 2024/25」	獲獎



哈佛圖書獎 2025



## 二零二四年至二零二五年度課外活動一覽表

編號	項目	導師
甲	學術	
A1	中文學會	葉惠珊、陳瑞嫻、蔡淑榕、張學霖、孫德懋
A2	英文學會	徐志軒、黎芊晴、蘇靖彤、李妍
A3	數學學會	林鳳薇、林子栢、高淑賢
A4	中史學會	李賽琴、陳敏茹
A5	地理學會	韓國銘、郭慧貞
A6	科學學會	楊達明、莫少偉
A7	生物學會	鄭濤雅、梁定勤
A19	數學比賽訓練班	羅梓泓、李穎茵、高淑賢、余嶺君校友、溫敬謙校友、蔡義滔校友
A20	普通話學會(雅言社)	黎健、張佩儀
A23	經濟及商科學會	奧梁慧妍、溫兆微、郭慧貞
A24	中文辯論校隊	鄺紫盈、陳子峰、馬嘉琳小姐、葉子灝校友
A24b	英文辯論學會	Iain Melville
A32	物理比賽訓練班	溫家傑校長、梁嘉希校友
A33	日文學會	鄧嘉豪
A34	編程小組	黃君臨、何孝禮、祈心茹
A35	翻譯小組	鄺穎欣
A39	日文班	鄧嘉豪、廖倩雯、校外導師
A40	韓文學會	蘇靖彤
A41	公民教育學會	簡永東、鄺紫盈
A42	英文雜誌	Iain Melville
A43	歷史學會	曹震安、林子慧
A44	拼字遊戲校隊	鄧碧雲、李妍
A45	數學建模班	李穎茵、林子栢、陳栢希、溫敬謙校友
A46	綠色環保組	顏紹熙、陳嘉雯
乙	體育	
B2a	籃球校隊(男子)	蔡偉鋒、羅梓泓、張偉業先生、黃澤禧先生
B2b	籃球校隊(女子)	蔡偉鋒、鄒健樂校友
B3	足球校隊	陳栢希、李仁俊、鍾嘉源先生
B4a	排球校隊(男子)	王穎欣、麥子謙校友
B4b	排球校隊(女子)	彭凱鋸、陳紹康先生
B5	羽毛球校隊	彭凱鋸、程嘉慶、洪昱煌先生、林倩盈小姐
B6	乒乓球校隊	簡永東、蕭潔英小姐、卓廷欣校友
B8	田徑校隊(男女)	王穎欣、蔡偉鋒
B9	游泳校隊(男女)	王穎欣、彭凱鋸
B10	越野及長跑隊(男女)	王穎欣、蔡偉鋒、吳嘉諾先生
B13a	籃球訓練班(男子)	蔡偉鋒、羅梓泓、張偉業先生、黃澤禧先生
B13b	籃球訓練班(女子)	蔡偉鋒、鄒健樂校友
B14a	排球訓練班(男子)	王穎欣、麥子謙校友
B14b	排球訓練班(女子)	彭凱鋸、陳紹康先生
B16	乒乓球訓練班	簡永東、蕭潔英小姐
B18	手球訓練班(女子)	王穎欣、吳紹棠先生
B22	射箭校隊	王穎欣、莫雲開先生、莫匡堯校友
B23	射箭訓練班	王穎欣、莫雲開先生、莫匡堯校友
B24	越野及長跑訓練班(男女)	王穎欣、蔡偉鋒、吳嘉諾先生
丙	藝術	
C1	音樂學會	阮詠恩
C2b	混聲合唱團	阮詠恩
C4	管弦樂團	阮詠恩、陳文謙先生、王知珩女士

編號	項目	導師
丙	藝術	
C5	中樂團	阮詠恩、邱君琳小姐
C8	獨唱及二重唱	阮詠恩
C32b	圓號(法國號)班	阮詠恩、校外導師
C32c	大提琴班	阮詠恩、校外導師
C32e	長笛班	阮詠恩、胡文傑先生
C32j	雙簧管班	阮詠恩、校外導師
C32k	低音銅管	阮詠恩、薛偉諾先生
C32m	電子樂隊班	阮詠恩、黃煒傑先生
C32n	敲擊樂班及爵士鼓班	阮詠恩、莊穎哲小姐
C32p	單簧管班	阮詠恩、校外導師
C33a	中國笛子班	阮詠恩、邱君琳小姐
C33b	琵琶班	阮詠恩、校外導師
C33c	二胡班	阮詠恩、校外導師
C33e	中阮班	阮詠恩、校外導師
C34	中文朗誦	劉燕虹、孫德懋、林文珊女士
C35	英語朗誦	鄧碧雲、黎芊晴、李妍
C36	設計與科技學會	李家明、張泰洛
C37a	美術學會	霍瑞棠、鍾栢熹、胡子敏校友、龐穎希校友、藝術家何達鴻、藝術家陶啟安、藝術家蕭競聰
C38	攝影學會	鍾栢熹、吳詠研
C39	戲劇學會	陳穎思
C40	中國舞學會	周鳳美、美諾諦詩舞蹈工作坊導師
C41	西方舞學會	周鳳美
C42	爵士舞學會	周鳳美、吳曼花小姐
C46	拉丁舞學會	周鳳美、劉紫金小姐
丁	文娛	
D2	家政學會	Eva Li
D8	橋牌會	江國洪
D9	棋藝會	何孝禮、鄧嘉豪
戊	服務	
E1	男童軍	楊達明、顏紹熙
E2	女童軍	羅嘉瑩、林子慧
E3	紅十字會	林子栢、祈心茹、何靖希校友、陳緯孜校友、伍家稔校友、石沛怡校友
E4	公益少年團	簡永東、鄺紫盈
E5a	成長小組	徐雁冰
E5b	成長小組(飛躍行動)	郭賢偉、謝荻苓、蔡偉鋒
E6	朋輩支援計劃	古敏儀、林子栢、黃嘉欣、周鳳美、黃嘉琦社工
E7	舞台支援組	陳穎思、吳詠研
E9	圖書館管理員	劉燕群
E10	風紀隊	張盛智、郭賢偉、陳栢希
E11	學生會	溫兆微、韓國銘、郭慧貞
E12	資訊科技員	顏紹熙
E13	升學及就業學會	鄺紫盈、藍秋蘭、李懿婷
E14	大衛團契	李凱盈、江國洪、陳敏茹、許穎嫻、孫慧珊、張泰洛、曹震安、徐志軒、李家明、羅梓泓、蔡偉鋒、黃君臨、張學霖
E17	義工隊	梁淑玲、謝荻苓、蔡淑榕、高玉珍社工
E25	校園電視台	陳天德、吳詠研
E28	香港青年獎勵計劃	楊達明、何孝禮
E29	關愛大使	陳嘉茵、黃嘉欣、利子亮、高玉珍社工、黃嘉琦社工
E31	呂中學生大使	黎健、張佩儀

# 二零二四至二零二五年度校外活動獲獎名單

得獎者	(A) 學術	獎項 / 成績
	中文	
5D 陳焯嫻	香港中華文化促進中心 主辦 2024-2025 中國中學生作文大賽（香港賽區）	銅獎（高中組）
2C 黃勺旂	香港浸會大學 主辦 第十三屆大學文學獎	少年作家獎
1A 何君兒	中國青少年語言文化學會 主辦 2024-2025 全國青少年語文知識大賽 「菁英盃」現場作文比賽（香港賽區） （中學一至三年級 初賽）	一等獎
1C 石愷翹		二等獎
1D 黃傲晴		二等獎
4F 冼子喬	同上（中學四至六年級 初賽）	三等獎
1D 廖晨澤	沙田民政事務署 主辦 2024-2025 「我的沙田精神」徵文比賽（初中組）	優異獎
4A 盧曉柔	香港西區扶輪社、香港教育工作者聯會 合辦 第二十一屆全港中學「兩文三語」菁英大比拼	複賽入圍
	英文	
4A 莫承軒	香港青年協會 主辦 香港青年作家獎 2025	入圍
2E 周可靜		榮譽提名
2B 任一諾		榮譽提名
4A 莫承軒	VDO English、CHINADAILY 合辦 「21 世紀杯」全國英語演講比賽	二等獎
3C 黃天悅		二等獎
1A 祝 好		二等獎
	Hong Kong Scrabble Players Association 主辦	
3C 黃天悅、3D 陳澤添、 3E 耿 卓、1A 耿 悅	第九屆沙田學界英文拼字大賽（2025）中學組	亞軍
3E 耿 卓		季軍
3D 陳澤添		全場最佳新手獎
1A 耿 悅		最佳玩家
3C 黃天悅	第七屆聯校新手拼字比賽（2024-2025）	最佳新手獎
3E 耿 卓	2024 年校際拼字比賽（中學組 - 練習賽）	最佳玩家
	2025 年香港拼字錦標賽	冠軍
	2025 年東亞拼字遊戲錦標賽（京都）	亞軍
	數學	
3B 高韋弦、3C 蕭溢朗、 3D 陳澤添、3E 高樂城、 3E 胡彥鵬	香港教育局、香港中文大學數學系 合辦 中學生數學建模比賽 2024/25	佳作獎
5A 鄭開陽	教育局數學教育組、 香港教育大學數學與資訊科技學系 合辦 第四十二屆香港數學競賽	三等獎
5B 林梓傑		三等獎
5A 韓采桐		優異獎
3D 陳澤添	保良局及香港數理教育學會 合辦 第二十七屆香港青少年數學精英選拔賽	二等獎
3D 丁栢然		二等獎
3E 胡彥鵬		三等獎
2B 李智仁、1B 黃諾希、 1E 杜育兆、1E 鄭開銘	教育局及香港教育工作者聯會 合辦 第十五屆香港中學數學創意解難比賽	銅獎



1E 杜育兆	亞洲國際數學奧林匹克聯合會、香港數學奧林匹克協會 合辦 2025 亞洲國際數學奧林匹克公開賽初賽	金獎
2E 謝俊鋒		銀獎
1A 祝 好		銀獎
1A 張凌睿		銀獎
2A 賴雋希		銅獎
2E 于 皓		銅獎
1A 何君兒		銅獎
1A 冼楚瑜		銅獎
1A 鍾天朗		銅獎
1E 杜育兆	同上（晉級賽）	金獎
2E 謝俊鋒		銀獎
1A 祝 好		銅獎
1A 鍾天朗		銅獎
1A 張凌睿		銅獎
1C 陳岷鍵	香港數學奧林匹克協會 主辦 「華夏盃」全國數學奧林匹克邀請賽 2025 初賽	一等獎
1E 杜育兆		一等獎
1E 鄭開銘		一等獎
2E 謝俊鋒		一等獎
1A 祝 好		二等獎
2A 賴雋希		二等獎
2E 于 皓		二等獎
1A 何君兒		三等獎
1A 張凌睿		三等獎
1D 李嘉興		三等獎
2E 高展揚		三等獎
1E 杜育兆	同上（晉級賽）	特等獎
1C 陳岷鍵		一等獎
2E 謝俊鋒		二等獎
1A 祝 好		二等獎
1A 張凌睿		二等獎
2E 于 皓		三等獎
1A 何君兒		三等獎
1E 杜育兆	香港數學奧林匹克協會 協辦 數學無疆界國際賽初賽 2025	金獎
2E 謝俊鋒		銀獎
1E 杜育兆	Global Olympiads Academy 主辦 全球少年數學能力測試 2025	銀獎
科學		
5A 李晴真、5A 顏穎彤、 5A 沈子雯、5A 郭以謙、 5A 蕭晉斐、5A 王嘉傑、 5B 余悅希、5B 吳廷徽、 5C 陸雋熹、5C 楊凱博、 5D 駱天晴、5F 劉心延、 5F 鄭翊亨	美國麻省理工學院 主辦 國際遺傳工程機器設計競賽 2024	金獎
4A 朱海瑋、4A 方宇迪、 4A 李嘉希、4B 陳正晞、 4B 陳凱程	香港資優教育學苑 主辦 香港青年物理學家競賽 2025	銀獎

6A 嚴毅東	教育局、香港資優教育學苑 合辦 國際生物奧林匹克—香港區比賽 2024	金獎及冠軍
6A 劉浩嵐		銅獎
6A 黃嘉敏		優異獎
6A 尹雋傑		優異獎
6A 陳芷悠、6A 黃嘉敏、 6A 劉浩嵐、6A 尹雋傑、 6A 嚴毅東		團隊表現優異獎 (全港第七名)
4A 關子沺	教育局、香港資優教育學會、香港科技大學 合辦 2025 香港物理奧林匹克	二等獎
3D 陳澤添		二等獎
4A 李嘉希		三等獎
4A 林子渝		優異獎
4A 李逸晞		優異獎
本校		學校最佳表現獎 (全港第九名)
4A 關子沺、4A 李嘉希	聖言中學 主辦 聖言中學物理奧林匹克 2025	優異
5A 莫梓言、5A 蕭晉斐、 5C 楊凱博、5F 鄭馨兒	香港數理教育學會、皇家生物學會香港分會、 香港教育大學及香港大學 合辦 生物學素養競賽 2024/2025 (5-8 分鐘匯報比賽)	季軍
5F 鄭馨兒	同上 (個人賽)	一等獎
5A 沈子雯		二等獎
5A 莫梓言		二等獎
5A 蕭晉斐		二等獎
5C 楊凱博		二等獎
5C 黃逸軒		優異獎
5F 葉穎心		優異獎
5A 高浩霖		積極參與
電腦		
6A 鄭梓翹	香港電腦教育學會、香港特別行政區政府教育局 合辦 香港電腦奧林匹克競賽 2024/25	銅獎
5A 鄭開陽		優異獎
5A 葉睿哲、5A 謝珈晉、 5B 黎若海、5F 黃海盈、 5F 姚樂盈	通訊事務管理局辦公室 主辦 5G 校園應用創作比賽 2024	優異獎
設計與科技		
4A 伍世麒、4F 陳亨羽、 3E 李昊栩	美國勞倫斯理工大學 主辦 2025 ROBOFEST 國際機械人大賽 醫療應用發明大賽 (高級組)	亞軍 及 最受歡迎獎
1D 陳舜朗、1D 葉鎮榮、 1D 廖晨澤	香港機械人學院 主辦 2025 ROBOFEST 香港區選拔賽 機械人相撲比賽 (高級組)	金獎 及 優秀設計獎
2D 黃奕誠、1A 林睿熙、 1E 鄭開銘		金獎
1B 曾俊桑、1B 童稀樂、 1B 黃迪信		金獎
2A 鄭逸豐、2A 王智健、 2C 陳展鷹		銀獎
4A 莫承軒、4B 鍾柏昇、 4E 曾朗陶、1E 許奕軒	同上 (機械人挑戰賽：高級組)	亞軍
2A 陸子霖、2C 葉晉森、 2C 吳恩霖、2D 胡嘉信、 2E 于 皓		金獎



4A 陳靜、4A 伍世麒、 4B 丁煒晴、4F 陳亨羽、 3E 李昊栩	同上（醫療應用發明大賽：高級組）	冠軍
3A 張亦希、3D 陳朗謙、 2B 劉穎蕎、2D 廖雅瑩、 2E 黃靖茹	同上（機械人創意賽：高級組）	亞軍
4A 陳靜、4A 伍世麒、 4B 丁煒晴、4B 李嘉慧、 4F 陳亨羽、4F 郭琇彥、 3E 李昊栩	香港理工大學 主辦 「第五屆生物醫學工程創意競賽」之「愛・創耆樂」設計大賽	冠軍
3B 盧昊昇、3C 雷鈞涵、 3E 黃柏瑜、1B 姜聰、 1B 黎朗晴、1B 童稀樂	香港機械奧運會 主辦 2025 機械人（足球比賽）	冠軍
2C 吳恩霖、2D 胡嘉信、 1D 馬芊嫻、1E 許奕軒		季軍
4A 戴楚謙	同上（機械人十二碼射球比賽）	亞軍
2E 于皓		季軍
3A 張亦希、3A 鄧俊恒、 3D 陳朗謙、3E 黃彥鈞	亞洲機械人聯盟 主辦 香港工程挑戰賽 2025 初中組	體育精神獎
其他		
3D 李芷凝	學友社 主辦 第三十三屆全港中學生十大新聞選舉新聞評述比賽 初中組（中文）	季軍
3E 李凱蓓		優異
本校	金閱閣校園版 主辦 港澳數碼閱讀獎勵計劃 2024-2025 （中學校際盃）	卓越獎
4D 陳俊皓	同上 （閱讀之星 中學組）	優異
1B 黃諾希		優異
1D 江程煜		優異
得獎者	(B) 體育	獎項 / 成績
	香港學界體育聯會 主辦（沙田及西貢區）	
男甲	游泳	第五名
男乙		第八名
男丙		第八名
女甲		第六名
女乙		殿軍
女丙		季軍
男甲	越野	季軍
男乙		第六名
女甲		第七名
女乙		第五名
女丙		殿軍
男甲	田徑	第八名
女乙		第六名
男甲	籃球 （第一組別）	第五名
男丙		第五名
女乙		冠軍
女甲	排球 （第一組別）	第六名
女丙		第三名
男子高級組	足球（第二組別）	季軍

男甲	羽毛球	八強
男乙		十六強
女甲		八強
女乙		八強
男甲	乒乓球	八強
男乙		冠軍
男丙		八強
女甲		八強
女丙		冠軍
男甲	長跑	季軍
男乙		第六名
女甲		第八名
女乙		殿軍
女丙		殿軍
男甲	射箭（全新界）	第五名
女乙		第六名
男子組	全年總錦標	第八名
女子組		第六名
	個人 / 接力項目	
	游泳	
5C 蔣欣喬	女甲 50 米自由泳	冠軍
	女甲 200 米個人四式	冠軍
4C 潘栢同	女乙 100 米背泳	殿軍
	女乙 50 米背泳	殿軍
1C 何穎宜	女丙 100 米胸泳	冠軍
	女丙 200 米胸泳	亞軍
1E 詹汶錡	女丙 200 米個人四式	亞軍
	女丙 100 米背泳	季軍
5B 吳廷徽、5C 陳溢謙、 5C 鍾栢唏、4D 陳溢朗	男甲 4x50 米自由泳接力	殿軍
4A 馬灝暘、4D 羅浩霖、 3A 容浚、3D 周海銘	男乙 4x50 米自由泳接力	亞軍
2B 冼宥行、1B 黎朗晴、 1C 呂思諾、1E 梁柏賢	男丙 4x50 米四式接力	殿軍
6B 梁詠霖、6E 黃恩桐、 5B 顏穎彤、5C 蔣欣喬	女甲 4x50 米自由泳接力	殿軍
4C 徐奕筠、4C 侯任希、 4D 陳心弦、1E 林巧桐	女乙 4x50 米自由泳接力	季軍
4C 陳麗琪、4C 潘栢同、 3A 蕭亦嵐、3B 胡綽嵐	女乙 4x50 米四式接力	殿軍
1C 何穎宜、1C 謝靜琪、 1E 詹汶錡、1E 溫珈澄	女丙 4x50 米四式接力	亞軍
田徑		
6C 鄭施愛	女甲標槍	冠軍（破大會紀錄）
	女甲鐵餅	季軍
5F 葉芷茵	女甲跳高	冠軍
4B 丁煒晴	女乙鐵餅	季軍
5F 吳喬朗	男甲三級跳	冠軍
	男甲跳遠	殿軍
5C 陳溢謙	男甲 5000 米	殿軍



4A 黃諾行	男乙 400 米	殿軍
4A 黃諾行、4D 馮建熹、 3A 謝耀楠、3D 何栢洪	男乙 4x400 米接力	殿軍
4A 黃諾行	男乙 400 米	殿軍
	越野	
5C 陳溢謙	男甲個人	亞軍
2B 張宇軒	男丙個人	第十名
	長跑	
5C 陳溢謙	男甲個人	第十名
4E 黃 昕	女乙個人	第十名
	全港 / 新界項目	
6C 鄭施愛	國際中學生體育聯合會 主辦 第 20 屆世界中學生運動會 田徑女子標槍	季軍
	中國田徑協會 主辦 2025 全國青年 (U20) 田徑錦標賽 女子標槍	第六 (破香港 U20 紀錄)
	公民體育會 主辦 公民田徑錦標賽第 4 站 (女子青年乙組標槍)	冠軍 (破香港 U18 紀錄)
	屈臣氏田徑會 主辦 周年大賽 2024 (女子 U18 標槍)	冠軍 (破大會紀錄)
	中國香港學界體育聯合會 主辦 全港學界精英田徑 (團體) 比賽 2024 - 2025 (女子標槍)	冠軍 (破大會紀錄)
	中國香港田徑總會 主辦 香港田徑系列賽 2025 (系列賽一 - 女子公開組標槍)	冠軍
	同上 (系列賽四 - 女子公開組標槍)	冠軍
	屈臣氏田徑會 主辦 香港青少年田徑分齡賽 2025 (一) (女子 U20 標槍)	冠軍
6C 吳冰雁	世界跆拳道聯盟、Australian Taekwondo 合辦 2024 年國際跆拳道大洋洲主席盃 (46kg 初級組)	冠軍
	同上 2024 年澳洲跆拳道國際錦標賽 (46kg 初級組)	冠軍
	中國香港跆拳道協會 主辦 香港跆拳道黑帶賽 2024 (女子青少年組別 - 49kg)	冠軍
	中國香港跆拳道協會 主辦 第七屆 Heroes 跆拳道國際錦標賽 2024 (46kg 初級組)	季軍
5D 張世成	荷蘭羽毛球協會 主辦 2025 荷蘭青年羽毛球國際賽 (U19 男子雙打)	第五名
	2024 泰國青少年國際系列賽 (U19 混合雙打)	季軍
	中國香港羽毛球總會 主辦 2024 全港青少年羽毛球錦標賽 (08 - 09 年組男子雙打)	冠軍
5F 葉芷茵	屈臣氏田徑會 主辦 香港青少年田徑分齡賽 2025 (系列賽一 - 女子 U18 跳高)	亞軍
	同上 (系列賽一 - 女子 U18 跳高)	季軍
5F 吳喬朗	香港學屆體育聯合會 2024-2025 年度全港學界精英田徑 (團體) 比賽 (男子三級跳)	第六名
	屈臣氏田徑會 主辦 香港青少年田徑分齡賽 2025 系列賽四 (男子 U18 跳遠)	季軍
3A 蕭亦嵐	中國香港三項鐵人總會主辦 2024 年 亞洲三項鐵人 U15 及少年錦標賽暨香港亞洲盃 (三項鐵人 2, 女子少年組 2)	季軍
	中國香港三項鐵人總會主辦 2024 年水陸兩項鐵人聯賽獎 Discovery Distance 女子 2010 組	季軍

3A 張亦希	北區青年發展及公民教育委員會、北區民政事務處及北區射藝會 合辦 慶祝國慶 75 周年 北區青少年室外射箭公開賽青少年男子丙組	冠軍
3B 張高森	中國香港單車總會 主辦 2025 香港國際場地盃暨第十五屆全國運動會場地自行車測試賽 男子少年記分賽	季軍
	Tissot 主辦 2024 UCI 國家盃場地單車賽 (中國香港) 男子青年記分賽	季軍
	中國香港單車總會 主辦 全港場地單車賽 第二回合凱琳賽	亞軍
	GP Begrafenisondermeming en 1.17.3 男子 U17	第九名
	國際自行車聯盟 主辦 2024 總排名 - 男子 U17	第二十四名
2D 陳晞庭	中國香港足毬總會 主辦 2025 香港學界足毬賽中學組 男子個人控毬賽 (初級組)	冠軍
	中國香港足毬總會 主辦 2024 全港青年足毬比賽雙人賽 (中學男子初級組)	亞軍
	中國香港足毬總會 主辦 2025 香港足毬分齡賽 (U15 - 男子雙人賽)	季軍
1D 曾詠瞳	香港武術聯合會、精武體育會、香港沙田體育會 合辦 第十九屆香港國際武術節 (海外女子 F4 組別規定南拳)	亞軍
	同上 (個人武舞組別個人中華武龍)	亞軍
	香港武術聯合會、精武體育會、香港沙田體育會 合辦 第二十屆香港國際武術節 (F05 器械組別中華武龍)	冠軍
	同上 (F05 拳術組別初級南拳)	冠軍
得獎者	( C ) 藝術	獎項
	香港學校音樂及朗誦協會 主辦 第七十六屆香港學校朗誦節 (中文朗誦)	
3C 陳樂謙	詩詞獨誦 (中三男子粵語組)	冠軍
2A 梁靖悠	詩詞獨誦 (中二女子粵語組)	冠軍
4A 滿恩俊、4B 梁天行	二人朗誦 (中四男子粵語組)	亞軍
2B 區馨文	散文獨誦 (中二女子粵語組)	亞軍
2B 周思淇	詩詞獨誦 (中一二女子普通話組)	亞軍
	散文獨誦 (中一二女子普通話組)	亞軍
1A 黎子怡	詩詞獨誦 (中一二女子普通話組)	亞軍
4E 冼凱悅	詩詞獨誦 (中四女子粵語組)	季軍
3B 朱海晰	詩詞獨誦 (中三四女子普通話組)	季軍
1E 馮朗希	詩詞獨誦 (中一男子粵語組)	季軍
香港學校音樂及朗誦協會 主辦 第七十六屆香港學校朗誦節 (英文朗誦)		
2E 向悅菲	詩詞獨誦 (中二女子非公開組)	冠軍
1A 黃梓淳	個人公開演講	冠軍
6B 謝明心	莎士比亞獨白 (15 歲或以上非公開組)	亞軍
2A 梁靖悠	詩詞獨誦 (中二女子非公開組)	亞軍
1E 馮朗希	詩詞獨誦 (中一男子非公開組)	亞軍
1D 馬芊嫻、1D 林清榆	二人戲劇對話 (中一非公開組)	亞軍
4A 莫承軒	詩詞獨誦 (中四男子非公開組)	季軍
4E 冼凱悅	詩詞獨誦 (中四女子非公開組)	季軍
1B 張愷翹	詩詞獨誦 (中一男子非公開組)	季軍



1B 支睿麒	詩詞獨誦（中一男子非公開組）	季軍
（主辦機構同上）第七十七屆香港學校校際音樂節		
3E 梁正平	小號獨奏（中學初級組）	冠軍
4C 謝洛慰	分級鋼琴獨奏（八級）	亞軍
4A 葉承希	分級鋼琴獨奏（八級）	季軍
2A 林晞悅	分級鋼琴獨奏（八級）	季軍
2E 黎信之	分級鋼琴獨奏（三級）	季軍
4E 冼凱悅	聲樂獨唱 - 外文歌曲 - 女聲 （中學 16 歲或以下）	季軍
混聲合唱團	中學合唱團 - 中文 - 混聲 （第二組別 高級組）	季軍
聲樂小組	聲樂小組 - 外文歌曲 - 混聲 （中學 鋼琴伴奏）	季軍
香港聯校音樂協會 主辦 2025 聯校音樂大賽		
中樂團	中學小組合奏（中樂）	金獎
弦樂團	中學小組合奏（弦樂）	金獎
管樂團	管樂團（中學組）	銀獎
混聲合唱團	中學合唱團 - 挑戰組	銀獎
其他音樂賽項		
混聲合唱團	香港合唱新力量 主辦 香港校際合唱節 中學合唱團（高級組）	銀獎
學校管弦樂團	康樂及文化事務署音樂事務處 主辦 2024 香港青年音樂匯演 （中學管弦樂團）	銀獎
5C 劉悅菲	香港中外文化藝術交流協會、上海民族樂器一廠有限公司 合辦 「敦煌・五洲琴韻」 第十五屆國際古箏比賽	金獎
	廣東省粵港澳合作促進會、香港音樂家協會 合辦 第五屆粵港澳大灣區青少年藝術展演 2024 古箏類	
香港學界舞蹈協會 主辦 第六十一屆校際舞蹈節		
4D 吳旨途、4E 黃愷藍	爵士舞（雙人舞）高中：動態	甲級獎
爵士舞蹈組	爵士舞（群舞）高中：一齊振作	甲級獎
爵士舞蹈組	爵士舞（群舞）初中：籃球氣氛	甲級獎
1A 冼楚瑜	中國舞（獨舞）：一花一劍	甲級獎
中國舞蹈組	中國舞（群舞）：花瑤女	甲級獎
西方舞蹈組	西方舞（群舞）：匈牙利舞	甲級獎
4D 張仲欣	爵士舞（獨舞）：勁舞	乙級獎
4D 鍾穎	爵士舞（獨舞）：夢遊	乙級獎
4C 陳麗琪、4F 蘇安雅	拉丁舞：查查查	乙級獎

	戲劇	
4C 徐奕筠	教育局 主辦 2024/25 香港學校戲劇節 (廣東話組) 劇目：碼頭	傑出劇本獎
4C 鍾 澄		傑出劇本獎
1A 洪景熙		傑出演員獎
1E 胡 迪		傑出演員獎
3B 陳晞彤		傑出演員獎
3B 廖宏信		傑出演員獎
3B 姚焯豐		傑出演員獎
3D 馮樂知		傑出演員獎
3D 孫 信		傑出演員獎
3E 譚曉賢		傑出演員獎
4E 冼凱悅		傑出演員獎
戲劇學會		評判推介演出獎
		傑出舞台效果獎
		傑出合作獎
	視覺藝術	
4D 羅芷鈴	中國兒童中心 主辦 第二十九屆全國中小學生繪畫書法作品（香港賽區）比賽	二等獎
	南華早報 主辦 2024/25 年度南華早報年度傑出學生選舉 視覺藝術	入圍獎
	香港青年協會 主辦 2024 徐悲鴻盃國際青少年兒童美術比賽	優異獎
4A 葉承希	香港藝術發展局 主辦 2025 校園藝術大使計劃	校園藝術大使（視覺藝術）
4D 李雪晴		校園藝術大使（視覺藝術）
5E 陳 琲		校園藝術大使（視覺藝術）
4A 葉承希	安省中國美術會 主辦 2024 年度國際兒童繪畫比賽	銀獎
4D 羅芷鈴		銅獎
4A 葉承希	雅趣聚緣藝術基金會 主辦 第二屆大灣區粵劇繪畫創作大賽 2024/25	獲獎
4D 李雪晴		獲獎
4D 羅芷鈴		獲獎
4C 侯任希	香港教育局 主辦 香港故宮文化博物館珍品的故事 - 手製繪本創作比賽 2024/25	優異獎
4D 李雪晴		優異獎
4A 葉承希		入圍獎
4C 鍾 澄		入圍獎
4C 錢滢伊		入圍獎
4E 黃 昕		入圍獎
4F 彭穎晞		入圍獎
6D 陳曦怡		入圍獎
3C 黃天悅	香港教育局 主辦 學生視覺藝術作品展 2024/25	入圍獎
6E 鄭懿倫		嘉許狀
4A 葉承希		審查委員獎勵獎
4D 李雪晴	「いの町紙の博物館」 主辦 第十八屆和紙明信片繪畫比賽	以內町大獎
4D 李雪晴		以內町大獎
4D 李雪晴	IFAM Global 主辦 2025 年度（春季）馬來西亞國際藝術網絡大賽（植物花卉類）	入圍獎
4A 葉承希	香港品質保證局 主辦 第十七屆「理想家園徵文、攝影、短片、繪畫及海報設計比賽」	海報設計比賽初級組優異獎
4C 侯任希		海報設計比賽初級組入圍獎
6E 鄭懿倫	香港當代藝術學院 主辦 當代中學生繪畫比賽 2024	優異獎
6B 黃珈妍		特別榮譽獎



2B 陳愷柔	香港青少年服務處 主辦 「依時能源・燃動正能量」填色及繪畫比賽 2024（中學及大專組）	入圍獎
3A 陳在思	中國人壽（海外）主辦「國壽小畫家」繪畫比賽	銀獎
	香港青年藝術協會 主辦 藝術家的隨身布袋 — 青少年兒童年度繪畫大賽 2024	殿軍
2A 陳加悅	香港培道中學 主辦 培道第一屆創意花鈕設計（全港中學）邀請賽	亞軍
4D 羅芷鈴		殿軍
2B 陳愷柔		殿軍
4D 羅嘉敏		良好獎
5C 梁證恩	Good Morning Class 主辦 第四屆肖像畫繪畫比賽 2024	銀獎
5D 劉倩珩		銀獎
5D 張慧琦		銅獎
4C 鍾 澄	愛滋寧養服務協會 主辦 面具設計比賽 2024 - 2025	優異獎
4C 徐奕筠		入圍獎
4C 徐奕筠	藝鴿 主辦 藝鴿真空吸塑攝影 Challenge	現場觀眾投票獎
4B 何俊彥		美學組「票王之作」
1D 黃思朗	愛護動物協會 主辦 寵物守護者 填色比賽（中學組）	金獎
1A 陳祉語		亞軍 及 最佳色彩大獎
1D 林睿晴		銀獎
1A 林敬軒	香港海洋公園保育基金 主辦 保護海洋動物 填色比賽（中學組）	金獎
1D 溫珈文		金獎
1D 黃希瞳		冠軍 及 最專業作品大獎
1D 馬芊嫻		亞軍 及 最佳色彩大獎
1D 林清榆		銀獎
1D 郭素靈		銀獎
得獎者	（D）文娛及其他	獎項
5D 楊紫琳	香港紅十字會 主辦 香港紅十字會傑出青年會員選舉 2024	優異
	香港紅十字會 主辦 2024 - 2025 年度新界東總部青年急救比賽	模擬場景賽最佳隊長
6A 陳芷悠	亞太區橋牌聯會 主辦 第二十五屆亞太盃青年橋牌錦標賽 （26 歲以下女子組）	亞軍
4A 梁 濤、4A 劉承亮	中國香港橋牌協會 主辦 香港中學橋牌聯賽（雙人國際序分賽 1）	冠軍
4A 方宇迪、4A 李嘉希	同上（雙人國際序分賽 2）	亞軍
4A 方宇迪、4A 李嘉希、 4A 梁 濤、2D 劉天曦、 2E 伍子悠	中國香港橋牌協會 主辦 香港中學師生橋牌賽 2025	冠軍
2E 詹梓進	大灣區青年發展促進會 主辦 「全港中小學人工智能象棋對戰大賽」（中學組）	亞軍
	荃灣民政事務署、荃灣區議會、荃灣各界慶祝國慶籌委會 合辦 荃灣各界慶祝中華人民共和國成立七十五周年國慶盃中國象棋賽 2024 （公開組）	亞軍
	九龍總商會 主辦 九龍總商會杯全港學界中國象棋大賽 （中學組）	亞軍
	兒童學習能力及心智發展協會、香港棋藝青訓學院 合辦 第十四屆「小棋聖盃」全港學界棋藝大賽中國象棋（初中組）	季軍

得獎者 (23-24 班別)	(E) 補遺 (2024 年 6 至 8 月獲頒獎項)	獎項
中文		
5F 陳煒彤	香港城市大學 主辦「城市文學獎」2024 (中學組 - 散文組)	冠軍
5F 梁嘉呈	同上 (中學組 - 微型小說組)	推薦獎
5F 楊璧瑩	同上 (中學組 - 小說組)	推薦獎
科學		
6A 鄭柏希	第八屆歐洲物理奧林匹克	金獎
電腦		
5C 黃敬熙	資訊科技教育領袖協會、思科網絡學院 (香港及澳門) 合辦 第二十屆港澳青少年網路技能大賽 2024	金獎
5A 麥珈煒		銀獎
5A 向梓朗		優異
5B 莊世銘		優異
5C 關研理		優異
2E 陳悅之、2E 方曉悠、 2E 何思錡、2E 盧泳雯	香港互聯網註冊管理有限公司、SEED Foundation 合辦 數碼宇宙守護者 IG Reels 創作比賽	優異獎
設計與科技		
3D 陳康萃、3E 伍世麒、 2D 李昊栩	世界奧林匹克機械人競賽委會 主辦 國際奧林匹亞機器人大賽 香港區選拔賽 2024 (未來工程師 初中組)	亞軍
2C 陳朗謙、2D 張亦希、 1A 劉穎蕎、1C 吳恩霖、 1E 黃靖茹、1E 于皓	同上 (未來新創家 初中組)	季軍
2D 李昊栩、1A 劉穎蕎、 1D 葉晉森、1E 黃靖茹、 1E 黃奕誠	香港中文大學 主辦 綠色科技創意大賽 2024 中學組	亞軍 及 最受歡迎設計獎
3A 陳凱程、3C 歐澤豪、 3D 陳雋庭、3D 王奕同	STEM 教育卓師工作室 主辦 香港機械人盛會 2024	季軍
(D) 文娛及其他		
5A 江曉妍、5A 徐希彤、 5A 章志睿、5A 梁璟生	香港日本語教育研究會 主辦 「小組研究項目獎」	獲獎





# 社際龍虎榜成績（二零二四至二零二五年度）

冠：5分    亞：3分    季：2分    殿：1分

項目	紅社	黃社	藍社	綠社
水運會（男子）	亞	冠	殿	季
水運會（女子）	季	冠	亞	殿
陸運會（男甲）	冠	亞	季	殿
陸運會（男乙）	殿	冠	亞	季
陸運會（男丙）	冠	亞	季	殿
陸運會（女甲）	季	亞	冠	殿
陸運會（女乙）	亞	冠	殿	季
陸運會（女丙）	殿	冠	季	亞
籃球（男子）	冠	季	亞	殿
籃球（女子）	冠	亞	殿	季
足球	季	冠	殿	亞
排球（男子）	季	冠	殿	亞
排球（女子）	冠	亞	殿	季
羽毛球	冠	殿	亞	季
乒乓球	冠	亞	季	殿
桌上遊戲	冠	亞	季	殿
辯論	冠	亞	-	季
總分	63	60	33	30
總成績	冠	亞	季	殿

## 附：近二十年總成績

年度	冠	亞	季	殿
03-04	紅	綠	黃	藍
04-05	黃	藍	紅	綠
05-06	黃	綠	紅	藍
06-07	綠	黃	藍	紅
07-08	黃	藍	綠	紅
08-09	綠	黃	藍	紅
09-10	綠	黃	藍	紅
10-11	藍	黃	綠	紅
11-12	紅	黃	藍、綠	/
12-13	紅	綠	藍	黃

年度	冠	亞	季	殿
13-14	綠	紅	藍	黃
14-15	綠	藍	紅	黃
15-16	紅	綠	藍	黃
16-17	綠	紅	藍	黃
17-18	紅	綠	藍	黃
18-19	綠	藍	紅	黃
19-20	紅	綠	藍	黃
21-22	藍	紅	綠	黃
22-23	黃	紅	藍	綠
23-24	紅	黃	藍	綠

\*20-21 因 Covid-19 疫情暫停

# 二零二三至二四年度學生獲獎名單

## 操行優異獎

中一：陳映霖	李永喆	吳心柔	鄧心然	張偉偉
伍子悠	羅冠喬	吳子彬	陳愷柔	梁靖悠
周思淇				
中二：唐駿言	朱海晰	蔡汶恩	鄧俊恒	鍾嘉文
姚焯豐	何思錡	袁希瑜		
中三：王廷烽	陳靜	丁煒晴	李嘉慧	陳忠信
侯任希	李嘉希	葉承希		
中四：李晴真	郭以謙	陳焯煒	黃御峰	鄭馨兒
何漫之	葉正因			
中五：陳正悠	徐希彤	黃嘉敏	梁詠霖	吳睿君
謝明心	余樂恩	鄭肇晞	謝朗	陳思瑤
簡杏而	鄺施愛	楊曉君	陳廣泰	楊璧瑩
鄧栢軒				

## 學業優異獎（兼獲家長會獎學金）

中一：林雅妍	朱穎熙	黃梓賞	梁正晴	黎信之
鄭懿嘉	羅冠喬	劉天曦	伍子悠	陳愷柔
中二：梁靖悠	黃盼琳	周思淇	劉樂晞	黃彥頤
蔡忻希	李芷凝	黃彥鈞	蕭溢朗	郭梓瑩
楊詩琪	何泊軒	鍾嘉文	陳在思	張亦希
中三：黃天悅	向慧珍	盧泳雯	袁希瑜	陳悅之
梁天行	吳天恩	郭奕琳	周嫺暄	趙焯鈞
陳麗琪	郭琇彥	李芯汝	周懿雅	陳靜
陳忠信	鍾穎彤	葉承希	李嘉希	盧曉柔

## 學業進步獎（兼獲家長會進步獎學金）

中一：賴雋希	黃柏勤	林沛宜	范崇一	趙望文
譚真憲	歐汎沂	李季孺	古浩昇	于皓
中二：謝樂穎	黃柏瑜	陳照暄	蔡汶恩	林雪盈
姚焯豐	黃凱澄	廖宏信	林子晴	楊意霏
中三：陸芋好	黎諾謙	謝洛恩	羅嘉銘	楊樂天
張巧琳	鍾穎	張仲欣	羅浩霖	

## 英文學業進步獎（兼獲魏凌霜紀念獎學金）

中一：郭子晴	向悅菲	丁羽晴	高展揚
中二：方澤曦	洪溢熹	陳皓朗	陸威旭

承蒙家長、校友、社會人士等冠名設立學科獎學金，鼓勵學科成績優異同學精益求精，更上層樓。上述學科獎得主兼獲相關學科獎學金，包括：獲得科學科獎學金，兼獲劉信信科學科獎學金。獲得宗教科獎學金，兼獲黃碧茵宗教科獎學金。獲得經濟科獎學金，兼獲謝浚偉獎學金。獲得企業、會計及財務概論科學科獎，兼獲商科科學科獎學金。

## 學科優異獎

### 中一：

中國語文：周思淇（兼世界歷史、普通話及宗教）  
英國語文：任一諾  
數學：薛諾天  
科學：黃梓賞  
中國歷史：伍子悠  
地理：羅冠喬  
普通話：盧泳雯、馮欣寧  
家政：余倫緻  
設計與科技：姚佩妍、區馨文  
音樂：梁欣珉  
視覺藝術：陳愷柔

### 中二：

中國語文：盧泳雯（兼視覺藝術）  
英國語文：黃天悅  
數學：陳澤添  
科學：鍾嘉文  
中國歷史：楊詩琪  
世界歷史：蕭溢朗（兼地理）  
普通話：向慧珍（兼宗教）  
家政：何泊軒、梁卓然  
設計與科技：林羨雯  
音樂：蔡忻希

### 中三：

中國語文：陳靜  
英國語文：莫承軒  
數學：梁家鎬  
物理：陳忠信  
化學：周嫺暄（兼中國歷史、世界歷史及地理）  
生物：郭奕琳  
普通話：郭琇彥  
電腦：伍世麒  
家政：郭思譽、吳倚菲  
設計與科技：丁煒晴  
視覺藝術：侯任希  
音樂：李嘉希

### 中四：

中國語文：陳焯煒（兼世界歷史及中國文學）  
英國語文：韓采桐  
數學：謝珈晉（兼數學（延伸部份單元二）、鄭開陽（兼物理）  
數學（延伸部份單元一）：李凱揚（兼資訊及通訊科技）  
公民與社會發展科：楊凱博（兼地理）  
化學：莫梓言  
生物：鄭馨兒（兼中國歷史）  
經濟：蔡智立  
企業、會計及財務概論（商業管理選修）：李泓德  
企業、會計及財務概論（會計選修）：劉卓瞳  
視覺藝術：梁證恩

### 中五：

中國語文：陳煒彤  
英國語文：楊璧瑩（兼世界歷史及中國文學）  
數學：曾碩晞（兼數學（延伸部份單元二）  
數學（延伸部份單元一）：鄭祉悠  
公民與社會發展科：鄭肇晞（兼地理）  
物理：鄭梓翹（兼資訊及通訊科技）  
化學：劉浩嵐（兼生物）  
中國歷史：駱灝欣  
經濟：周曉懿  
企業、會計及財務概論（會計選修）：鮑可珩  
企業、會計及財務概論（商業管理選修）：馮樂言  
視覺藝術：鄭懿倫

## 服務優異獎

### ①風紀員

中三：李卓悠	陸芋好	冼子喬
方宇迪（兼班會職員兼活動）	吳倚菲	
王廷烽（兼班長）	陳靜	（兼活動）
李嘉慧（兼活動）	陳雋庭	
陳忠信（兼班內資訊科技員）	滿恩俊	
馮議祈	侯任希（兼活動）	李嘉希
中四：郭以謙（兼班長）	陳嘉煒（兼班長兼班會職員）	
陳奕希	陳焯煒（兼活動）	廖卓翹
黃海盈	葉正因	何漫之
中五：劉曉琳（兼班會職員）	吳映璇（兼活動）	
鄭梓翹（兼活動）	邱楚雄（兼班職員）	
陳霽霖（兼活動）	謝明心（兼活動）	
謝朗（兼活動）	楊曉君（兼班職員兼活動）	
楊諾和（兼班會職員及活動）	李康柔（兼活動）	



## ②班長

- 中一：李永喆（兼圖書館管理員） 吳心柔 張偉偉  
黃勺旂 羅冠喬 梁靖悠 陳匡有 周思淇  
中二：朱海晰 潘建臻 陳心悅 鄧俊恒（兼活動）  
黃天悅 張亦希 何思錡  
中三：梁天行 周楚芮 李泓進 何安喬 丁煒晴  
劉承亮 陳心弦 葉承希  
中四：李晴真（兼活動） 陳紀伶  
楊凱博 伍珈瑩 王中彥（兼班會職員及活動）  
李穎然 黃御峰 譚深憲（兼活動）  
鄭翊亨（兼活動） 麥珈煒（兼活動） 吳立橋  
中五：陳正悠（兼活動） 關研理（兼班會職員及社職員）  
陳思瑤（兼活動） 蔡沁穎 鄧栢軒

## ③班會職員

- 中一：曹敏莉 伍子悠 吳子彬 單焯翹  
中二：陳泳淇（兼級社職員） 趙信文 蔡汶恩  
容浚 楊凱晴 姚焯豐（兼級社職員及活動）  
黃凱澄 陳子樂 鍾立信  
孫信（兼圖書館管理員） 徐承澤  
中三：蘇思齊 關子泫 鍾澄（兼級社職員）  
何立晴（兼級社職員） 陳子悠 連凱琪  
余欣蔚 陳柏熙 程睿然 藍日朗（兼活動）

## 中四：

- 黃晉軒（兼學生會幹事） 王嘉傑  
吳家蔚（兼活動） 邱紫晴（兼活動） 梁證恩  
吳廷徽（兼社職員） 高天愛（兼活動）  
謝芷晴（兼學生會幹事、級社職員及活動）  
蔣欣喬（兼社職員）  
劉俊熙（兼級社職員、社職員及活動）

## 中五：

- 李風霖（兼活動） 吳睿君（兼活動） 鮑可珩  
蘇泳心（兼活動） 黃珈妍 鍾明珩（兼活動）  
翁穎琳（兼活動） 蔡恩祈（兼資訊科技員及活動）  
羅淳謙 嚴煥陸 鄧晞好（兼社職員及活動）  
鄧悅靈（兼活動） 楊喜晴（兼社職員） 馮正韜  
陳皚彤（兼活動） 胡昊晴 侯智豪  
楊鈞昊（兼活動）

## ④班內資訊科技員

- 中一：黃嘉俊 任一諾（兼活動）

## 中二：

- 高樂城 李曉揚 梁卓然 李昊桐 黃崇智  
中三：陳凱程（兼活動） 林宇涵 歐澤豪（兼活動）  
陳靖橋 伍世麒（兼活動）  
中四：李凱揚（兼活動） 蔡天穎（兼活動） 李泓德  
楊昌穎 葉崇曦 姚樂盈（兼活動）  
中五：曾碩晞（兼活動） 吳諾謙 鄭振邦  
黃敬熙（兼活動） 陳諾峰 莫傲翔（兼資訊科技員）  
高璞文

## ⑤班內福音統籌員

- 中二：饒世康  
中四：鄭恩禧（兼活動）

## ⑥圖書館管理員

- 中一：林晞悅 黃盼琳 馮凱瑩 簡曉晨 向慧珍  
中二：周子淇 鍾嘉文  
中三：彭穎晞 馮子軒 林可悅（兼活動） 陳康萃  
中四：許樂瑤 劉心延 鄧恩程 易詠琳  
中五：徐子晴 鄭子溢（兼活動） 梁嘉呈（兼活動）

## ⑦學生會幹事

- 中四：黎若海（兼活動） 歷潔睿（兼活動）  
中五：馮樂言（兼活動） 簡杏而（兼活動） 吳冰雁  
陳廣泰（兼資訊科技員及活動）  
李訟傑（兼社職員） 魏嘉希（兼活動）  
唐守念 楊璧瑩

## ⑧資訊科技員

- 中五：徐希彤（兼活動） 蔡尚言

## ⑨級社職員

- 中五：吳煒宜

## ⑩社職員

- 中四：李震軒（兼活動） 尚巧琳  
中五：陳恩昕 陳詠茵 鄺施愛（兼活動） 羅琬珊 黃栢珩

## ⑪活動

- 中一：葉子懿 黃奕誠  
中二：譚曉賢 黃彥鈞 曾令時 鄭雅絲 林羨雯  
中三：郭思譽 陳麗琪 郭曉悠 鄒子瑤 周懿雅  
徐奕筠 郭琇彥 鍾穎彤 何俊彥 馮建熹

## 中四：

- 盧海澄 吳梓澄 沈子雯 蔡朗晴 張子言  
謝珈晉 翁婉琳 鍾睿傑 陳溢謙 李卓然  
楊紫琳 林意行 劉倩珩 梁可 張慧琦  
陳瑋 袁浣潼 鄭馨兒 張瑞桐 黃麗盈  
中五：陳金喜 周曉懿 江曉妍 劉恩婷 章志睿  
高耀霖 葉晉顯 劉浩嵐 葉城濤 嚴婧東  
周啟諾 梁詠露 余樂恩 鄭肇晞 方韻晴  
吳若晴 蕭安生 黃遠城 胡善博 顏謙兒  
湯詠欣 何瑞銘 蒙駿熙 鄒詠文

## 明道獎

- 中四：張世成  
中五：鄭施愛

## 傑出學生獎（兼獲林承毅獎學金）

- 中五：鄭施愛

## 傑出領導才能獎（兼獲張志偉校監獎學金）

- 中五：楊璧瑩

## 傑出社群服務獎

- 中五：李嵐霖

## 傑出運動員獎（兼獲鄭祖澤校長傑出運動員獎學金）

- 中四：陳溢謙 張世成 葉正因 吳喬朗  
中五：鄭施愛 吳冰雁

## 傑出才藝獎

- 中五：陳芷悠 楊曉君 陳廣泰

## 沙田浸信會獎學金

- 中六：葉皓正

## 香港浸信會聯合傑出學生獎

- 中五：李嵐霖 鄺施愛 楊璧瑩

## 錦輝鄭祖澤校長紀念獎學金

- 中四：韓采桐  
中五：鄭肇晞

## 校友會獎學金

- 中六：薛焯騫 黃雅喬 丘柏希

# 校長嘉許名單及榮譽榜

本校由二零二三至二零二四年度開始設立校長嘉許名單（Principal's List）及榮譽榜（Honour Roll），以表揚學術成績優秀的學生。獲獎準則分別為全年總平均分高於八十分和七十五分，對象為中一至中三同學。二零二三至二零二四年度校長嘉許名單及榮譽榜分別授予 37 位及 80 位同學。

二零二三至二零二四年度校長嘉許名單 ( Principal's List )						
中一級	1A 朱穎熙	1C 劉天曦	中二級	2B 蕭溢朗	中三級	3A 吳天恩
	1A 郭子晴	1C 伍子悠		2C 鍾嘉文		3A 梁天行
	1A 劉穎蕎	1C 黃勺旂		2C 何泊斬		3B 周憫暄
	1A 林雅妍	1C 羅冠喬		2D 黃天悅		3D 陳 靜
	1A 黃梓質	1D 陳愷柔		2D 張亦希		3D 鍾穎彤
	1A 黃詠瞳	1D 梁靖悠		2E 陳悅之		3D 丁煒晴
	1A 黃嘉俊	1D 黃盼琳		2E 盧泳雯		3D 陳忠信
	1B 鄭懿嘉	1E 周思淇		2E 袁希瑜		3E 葉承希
	1B 梁芷晴	1E 梁晞澄				
	1B 黎信之	1E 黃彥頤				
		1E 劉樂晞				

二零二三至二零二四年度榮譽榜 ( Honour Roll )						
中一級	1A 陳映霖	1D 區馨文	中二級	2A 李芷凝	中三級	3A 樂 兒
	1A 關靖桐	1D 梁晴瑋		2A 蔡忻希		3A 郭奕琳
	1A 向悅菲	1D 梁煒殷		2A 黃彥鈞		3A 羅子穎
	1A 詹梓進	1D 丁灝霆		2B 陳心悅		3A 陸芋好
	1A 賴雋希	1E 梁欣珉		2B 蔡汶恩		3A 冼子喬
	1A 李永喆	1E 麥曉楠		2B 郭梓瑩		3A 關子沺
	1A 薛諾天	1E 蘇子淇		2B 楊詩琪		3A 黃晉翹
	1B 陳加悅	1E 黃蘊蓓		2B 高樂城		3B 陳麗琪
	1B 林晞悅	1E 于一卓		2B 彭崇銘		3B 趙竣鈞
	1B 吳心柔	1E 古浩昇		2B 鄧俊恒		3C 周懿雅
	1B 張子樂	1E 高展揚		2C 鄭雅蓀		3C 何安蕎
	1B 鄒瀚旻	1E 王聞達		2C 楊凱晴		3C 郭琇彥
	1B 李智仁	1E 于 皓		2C 陳在思		3C 李芯汝
	1C 周可靜			2C 丁栢然		3C 李逸晞
	1C 廖雅瑩			2C 姚焯豐		3D 劉承亮
	1C 鄧綽祈			2D 蕭亦嵐		3D 梁家鎬
	1C 丁羽晴			2D 向慧珍		3D 馬灝陽
	1C 章榮軒			2D 梁卓然		3D 滿恩俊
	1C 吳恩霖			2D 孫 信		3E 侯任希
	1C 單焯翹			2E 楊意霏		3E 盧曉柔
	1C 任一諾			2E 張頌朗		3E 朱海瑋
				2E 張湜林		3E 李嘉希
				2E 邱宇澤		3E 黃諾行

# Germany 9-Day Study Tour 2023 - 24

## An Eye-opening Journey to the Past and Present of Germany

6B Zhong Robin Mingyue

It has been a while since the day I set off to the airport with my luggage and passport in hand, sitting at the gate with my friends next to me, and talking about all the things we wished to do together for the next week. Honestly, I travel quite often, but traveling with so many of my friends and teachers is definitely an experience unlike any other.

To be frank, the program has caught my attention since the day it was announced. As an avid European history enthusiast and an individual filled with curiosity, I just had to go for the knowledge (and aesthetics!).

It's hard to describe, perhaps it was the weather, but from the moment we landed in Munich it was definitely giving off a wonderful vibe. I like focusing on the beauty of things, so the buildings there have especially caught my attention. Whether it is the Gothic-style Town Hall at Marienplatz, or the Frauenkirche, they have all been a pleasant delight to behold. The view while we were walking around the city was also stunning.

Another remarkable place is Augsburg, with its rich history in trade and water, features the Golden Hall in the town hall—everything I love about European architecture: lavish, strictly detailed, and filled with paintings! I do have an interest in religion although I don't have one, I enjoy learning about the behaviors of the people who do, and mythologies in general. The paintings on the ceiling symbolize the four rivers of Augsburg as humans, with Augsburg the goddess, such designs were also found on the fountains of Augsburg, which I find quite amusing.



Probably because I'm a really big fan of lavish designs covered in gold and paintings on the ceilings, Ludwigsburg palace made me have daydreams about living there. Honestly, the Rococo style hallways, the sculptures, the ceiling design with an optical illusion, is more than enough for me to fall in love immediately. It would be a dream come true to watch a play at the palace theater, or honestly just sitting for hours in a random corner in a random room would be enough, a feast to my eyes I would say. Unfortunately I was hoping to see more of the garden, but regardless of that, it is still one of my favorite places during this trip.

Speaking of architecture, of course I would never forget about the Monastery and Palace Bebenhausen. The designs and the references to religion on the walls were perfect, striking a great balance between beauty and solemnity. You can see the long history it has gone through just by looking at the walls and walking around the area, as if it had taken me back in time. I especially loved the garden in the center of the monastery. I guess it would be a great place for me to just sit there for an entire afternoon, I mean, that's what the monks did back in 1189.

As I mentioned, of course I don't only focus on the aesthetics of the places we've been to. I've always been keen to learn about history. Since I have studied WW2 history in quite some detail both in Hong Kong and in the US (for fun), stepping foot into a real concentration camp in Dachau has definitely made me feel more emotions than before. There was a heavy sense of sorrow, even though the war ended long ago. Seeing it with my own eyes really brought me a mix of feelings. Those in the camp were living under drastic conditions, and there was no sign of hope to be seen anywhere. The large crematorium served as a killing facility where victims were deceptively offered a "shower" and then poisoned to death. It's very heartbreaking to hear about the experiences inside the concentration





camp, I really can't imagine the devastation and abuse they had gone through, before being absolutely erased from existence (unless you had brought a suitcase in with your name, and was kept well until now).

The ZGMA museum also showcased a lot of items from WW2, the uniforms of Nazis, their propaganda, their personal items... and more. What really aroused my interest was the Hitler Youth, where children were taught from a very young age about the Nazi's ideals and beliefs and were brainwashed into supporting their Führer without question, it's sad to see how innocent children were forced to comply with a set of morals that were extreme and cruel, but unfortunately, children are the easiest to manipulate, I guess that's why the Nazi's were so successful in doing so much evil.

Besides WW2 history, I've also learned a lot about the history of technology and science on this trip. The Deutsches museum, one of the largest science and technology museums in the world showcased the development of items in different industries from over a century ago. As Germany has always been known to have some of the best technologies in the world for many years, it was still very surprising to see so much stuff that we still use now being created decades ago. The Porsche and BMW museum have also been quite interesting, although I don't know much about cars, they had top tier engines and high quality designs that make me want to own one as well, and I'm a bit more interested in cars now.

In conclusion, I enjoy the contrast between prosperity and devastation, tradition and technology. It has really helped each place stand out from the previous ones, very memorable. I hope that other places would also conserve their history in such a way, whether it's buildings, items, or even war, each of them holds a story from before, and I hope more and more people can learn about history, whether it's good or bad, you can still find the beauty in those stories.

## What I Have Learnt From This Memorable Trip

5A Yau Sing Kiu Galaxy

In this fruitful 9-day trip to Germany, we visited historical monuments, museums, as well as small but charming towns located in the suburbs. Here, I'd like to share a few remarkable places I visited, things I learnt, and how I feel.

One of the most unforgettable places I visited was the Dachau Concentration Camp in Munich. Everything that happened from before World War II to after World War II was all presented to visitors monumentally, in photos and exhibition boards with historical documents and precise descriptions in words. I got to know the lives of prisoners in the camp, like the horrible way they were killed without dignity instead of getting paid after working.



What hit me hard was seeing photos of starving, skinny people with their bones showing under the skin, not to mention the burnt, naked dead bodies that were stacked and abandoned just in the middle of the road in the camp. Everything that had sounded like untouchable stories was right in front of my eyes, truly portrayed. The rulers of Germany during that period really made a big mistake by mass-murdering thousands and thousands of people in an inhumane way, creating broken families and traumas.

Of course, as history tells us, these monsters had their consequences. Therefore, after visiting the camp, I truly understood why people always say, "We shouldn't make the same mistakes people made before." As long as human beings remember things that happened in concentration camps, I am sure there won't be things so inhumane happening anymore. Moreover, now I think that "Nazi party" and "concentration camps" are nothing to joke about, because of the horrible historical facts I learned in the camp.

There were also things that were less heavy and fun to learn. At the BMW and the Porsche Museum, I got to know a lot more about cars—both old ones and new ones—the companies' developments, and how they managed to do business and expand. It felt great seeing cool and old-fashioned cars there.

In city tours (or town tours) in Karlsruhe, Rothenburg, and Munich, I saw grand churches (mostly Catholic), some with the popular Gothic style prevalent in Europe, featuring pointed arches and stained glass windows. It's harder to find those kinds of buildings in Hong Kong, but they are everywhere in Germany. You get to immerse yourself in the beauty of the buildings surrounding you. This is definitely a special experience.

Apart from that, each building has its own history. It is fun connecting the history of architecture to the history I learnt at school. Again, things that seemed kind of imaginary during history lessons were all in front of my eyes, so I am definitely stunned.

To wrap up, I would say the trip changed my view on history and let me experience things and views I have never been able to experience before. It's definitely a trip I will never forget!

# iGEM2024 Paris Jamboree Competition

## My Journey Towards Medicine

5B Yu Yuet Hei

**P**articipating in iGEM has been the best decision I have ever made, enriching my academic year in countless ways. Over a year of preparation, involving more than 40 team members and extensive travel, iGEM provided me with opportunities I could not have imagined.

First and foremost, iGEM enabled me to explore topics beyond traditional textbooks. My project, which focused on treating non-small cell lung cancer with KAPI and Cordyceps, was incredibly rewarding. Engaging with KRAS and PDEDelta interactions and conducting wet lab testing would have been impossible without this experience. As a secondary school student, I gained hands-on experience in intricate lab procedures, creating lasting memories of conducting cell cultures and cytotoxicity tests with my peers. The exhilaration of observing my first well-grown cell plate is a moment I will cherish. Insightful interviews with experts, particularly with Professor Mok, expanded my understanding of lung cancer and instilled inspiring life values.

In terms of personal growth, iGEM honed my attention to detail through various educational activities. I learned to consider the needs of diverse students when designing materials, and organizing these initiatives built my confidence. Interacting with professors and students from different backgrounds significantly enhanced my public speaking skills and nurtured valuable soft skills.

Lastly, attending the Grand Jamboree in Paris was awe-inspiring. Witnessing individuals from diverse backgrounds unite for a common purpose was profound. Engaging in conversations with peers from various nations exposed me to innovative ideas and fresh perspectives.

In conclusion, iGEM has enriched my academic year while fostering personal growth and global connections. It is truly the most valuable and memorable competition I have ever participated in.

## Not Only "iGEM", But Also "WeGEM"

5C Yeung Hoi Pok

**A**s the team leader of this year's LMC iGEM team, I have truly come to appreciate the critical role that efficient and effective communication strategies play within our team throughout the year. Misunderstandings occasionally arose due to a lack of awareness about each other's tasks, which sometimes led to duplicated efforts stemming from insufficient communication. Additionally, managing a team of over 10 members made it clear that strong communication among team members was indispensable to prevent chaos. Furthermore, we occasionally faced delays in the transmission of information between the six schools that comprised our joint-school team. All of these experiences underscore the fact that effective communication strategies are vital to the success of any team.

In addition to understanding the importance of communication strategies, I also learned the significance of inclusivity within our society. In late July, we organized the 'Inclusive Community Workshop' for deaf students and individuals with disabilities. Recognizing that disadvantaged groups often have limited learning opportunities, we aimed to share knowledge related to synthetic biology with them through this workshop. When participants shared the obstacles they faced in their daily school lives, it prompted me to reflect on a pressing question: Are we providing enough support for them to achieve social equity? Social equity means ensuring that all individuals, regardless of their background, have equal rights to enjoy similar outcomes in society. This commitment to fostering social equity in education has left a profound impact on our initiative.

Lastly, I would like to express my heartfelt appreciation to all the team members, teachers, students, instructors, professors, and doctors who supported us throughout this year. Without each and every one of them, achieving the gold medal and being nominated as one of the global top five in modeling and education would not have been possible. This honor truly belongs to everyone who has contributed to our project!



# Circuits, Courage, and Cross-Cultural Wisdom: A Robotics Odyssey in America

4F Chan Ting Yu

**M**y 9-day journey to the U.S.—a blend of robotics competition and cultural exploration—left me awestruck, humbled, and eager to share the unforgettable lessons I learnt.

The trip began with a grueling 12-hour time difference and my first encounter with jet lag. As my biology teacher had warned, the long flight left my legs swollen—a vivid lesson in blood circulation. Exhausted yet exhilarated for the coming challenge, we dove into last-minute preparations. Technical glitches in our robot's programming tested our nerves, but teamwork prevailed.

The competition's pinnacle was presenting our project to the judges: a single chance to showcase months of hard work! Holding my breath, I delivered flawlessly—a moment of pride I will forever cherish.



From Cha Lau to the U.S.

Between rounds, we explored other teams' innovations. Among them, Taiwan's "Mars Boys" stood out with wheelchairs tailored to diverse needs, such as voice-controlled models for users with limb differences and sensor-equipped hat accessories for the visually impaired. For me, their empathy-driven designs redefined what technology should achieve.

Beyond the competition, museum visits broadened my horizons. The Michigan Flight Museum mesmerized me with World War II aircraft—steel giants that once dodged bullets midair. Equally inspiring was an exhibition honouring women who engineered planes and bombs during the Cold War, a testament to five million unsung heroines.

This trip was more than a contest; it was a portal to global perspectives. If I were invited again, I'd say "yes" without hesitation. Robotics, I've learned, is not just circuits and code—it's a bridge connecting cultures, histories, and human stories.



ROBOFEST World Championship 2025 USA



# 廣州中醫藥探索之旅

## 大開眼界

2A 梁靖悠

### 中

醫一直以來在我心裏只有調養身體或預防疾病的作用。我小時候每次生病，只會到西醫診所看醫生，根本不可能接觸到中醫藥文化。近年來，當大家想強身健體時，會看到西醫保健的選擇也實在不少，這讓我不禁反思：中醫的存在價值是甚麼？

我很感恩擁有這次參與的機會，方知自己的眼界是多麼狹窄。整個行程讓我最深刻的，不得不提參觀廣州中醫院。那裏環境寬敞，資源充足，簡直讓我大開眼界，頓時發現原來內地的中醫業已經發展得這麼完善，中醫也是「能醫百病」了。同時亦見識到中醫藥如何結合科技，幫助我們更快、更精準地治療大大小小的疾病。

在潘護士長的講座中，她展示了中醫的威力。原來單靠一隻耳朵的穴位，就能夠解決很多疑難雜症：治好長年累月的失眠，診斷出被人誤判為抑鬱症的腦癌患者等。

經過這次「薪火相傳：廣州中醫藥探索之旅」的活動，不但加深了我對中醫藥文化的認識，還顛覆了我對中醫的既定印象，深刻地感受到中醫藥的博大精深。現在，我會主動觀察、認識中醫藥治療方法，以及親身嘗試中藥。

## 現代化的中醫藥發展

3A 容浚

### 中

醫在我心目中有崇高的地位，他們能讓身邊不起眼的植物，變為能治百病的藥物。但是有人卻說中醫沒有科學根據、不可靠和治癒太費時。

這次的探索之旅大大加深了我對中醫的認識。參觀廣東省中醫院大學城醫院，讓我了解到智能藥房如何運作。這個概念很新穎，智能藥房能讓病人看完病立刻回家，藥物會由醫院代煎，稍後以速遞形式送到病人手中。這方法節省了病人不少時間，也減少了自行煎藥可能出錯的機會。內地中醫院也提供住院服務，其中有些房間設有一廳一房，目的是令病人身心放鬆，有利於治病。

是次旅程令我大開眼界，認識到中醫的治療手法不僅靠藥物，也要從病人的生活習慣及居住環境入手治病。





# 首爾社區服務義工團

## 美麗首爾

△ 吳倚菲

## 復

活節期間，我參加了意義非凡的首爾義工交流團，體驗了當地文化，得到一次「跳出課室」的學習旅程。

義工服務包括到社區廚房準備膳食、清潔狗場，以及到漢江公園了解可持續生態保育，過程中讓我重新思考「付出」的意義。在社區廚房服務時，我們深切感受到當地人民的熱情和細心。雖然語言不通，但無阻交流，各人默默付出，彼此尊重、互相協助。我明白到付出的時間及體力皆有意義，亦體會到「施比受更為有福」的道理，得到心靈上真正的滿足！我十分珍惜這個千載難逢的機會，希望繼續以尊重、敬佩的心學習與服務。

旅遊巴每天在城市中穿梭，沿途的景象閃爍眼前。短短七天，豐富的經歷除了拓闊我的視野，亦能讓我窺見韓國繁華城市的一角，看見晨運的居民，令人感到愜意舒適。美好的社區是共同構建的，每個地方總有辛勞耕耘的身影和溫暖的人情味。

我會好好收藏這七天所有美好的記憶及一切感受，懷着感恩的心，靜待下一次旅程！

## 素顏首爾

△ 余欣蔚

## 韓

國的環保理念滲透到生活的每個細節中，小至一根牙籤，大至垃圾焚化系統、城市規劃和生態保育。韓國施行嚴謹的垃圾分類，每頓飯的廚餘均會加以改造，做成牲畜飼料，故食客用膳後不能把牙籤放在餐桌上，以免與廚餘混合。麻浦資源回收設施更以先進的技術過濾垃圾焚燒過程產生的污染物，令排放的二噁英濃度低於排放標準十倍。

清溪川原為重工業區，污染嚴重，韓國政府決心清理河道，澄澈的清溪川得以再現人前。我從漢江公園的橋上看見一尾尾魚兒在河中暢游，看到河床清晰的紋理，更能走到漢江岸邊窺探水獺的安樂窩。想到此地如斯繁華，卻仍為小生物留下生存空間，不禁佩服當地保育有功。其實，動物亦有權利享受幸福生活，人類追求發展時，也有責任保護自然。

我們到社區廚房和狗場做義工，我負責洗碗。雖然工作辛苦，但為了讓長者飽餐一頓，為了讓狗狗使用乾淨的食盤和便盤，我由衷地認為辛苦是值得的。義工服務應建立在理解、同情及尊重弱勢社群之上，我們除了樂意付出，更要從受助人的角度出發，不能自以為是。正如創建社區廚房的牧師，他曾與天橋底的窮人同住，親身體驗受助者的處境，一同經歷每天只可以吃即食麵，面黃肌瘦、營養不良的日子。當他終於吃上一口白米飯，隨即感動落淚，明白人最需要的是有營養的糧食，便創立社區廚房提供米飯及豐富菜式，其委身精神令人動容。

總而言之，此行豐富了我對韓國的認識，也使我對環境保育及義工服務反思更深。



潔淨的青溪川



在社區廚房協助

# 瀬戸内國際藝術祭藝術之旅

## What I have learnt from Japan Excursion

4A Fang Yudi

**D**uring this Easter holiday, my fellow schoolmates and I embarked on this spectacular journey to Takamatsu to attend the Setouchi Triennale.

In this seven-day adventure, I broadened my horizons and deepened my understanding of Japan's unique customs and culture. Additionally, I enhanced my appreciation for art, design, and craftsmanship. Moreover, I have made magnificent progress in getting along with my schoolmates.

In terms of Japan's unique customs and culture, I tried many local foods including tempura, sukiyaki, sashimi, and many more. Japan's architecture techniques also left me in awe. When we visited the Kotohira-gu Shrine, I was stunned by the exquisite details of the wood carvings and the overall design of the shrines. All of this revealed the culture of ancient Japan. It was a memorable experience.

Regarding my knowledge of art, design, and craftsmanship, we visited many art sites at the Setouchi Triennale, such as the large pumpkin sculptures by Yayoi Kusama, the Teshima Art Museum, and the Yokai Art Museum in Shodoshima. These museums exhibit numerous artworks by various artists worldwide, including masterpieces such as oil paintings by Claude Monet. Inside the Takamatsu Art Museum, I encountered the masterpiece of fine line pen artist Edward Gorey. I really appreciate his style of drawing and the way the museum presents his artworks. My favorite piece is his illustrations for *The Hapless Child*, a tragedy describing the life of a little girl. His art style inspired me to incorporate fine line pen elements into my own works. From this trip, I gained a deeper understanding of different drawing styles and deepened my passion for art.

When enjoying life, time flies. Right now, I am sitting on the plane to Hong Kong. Over the past few days, I had a marvelous time with everyone in Takamatsu. I wholeheartedly recommend this study tour to everyone; I am sure you will have a wonderful time in Japan!





# 七天瀨戶內國際藝術祭

4B 莫海晴、5C 梁證恩、5D 楊紫琳、  
5D 劉倩珩、5D 張慧琦、5E 陳琲、  
5E 鄭心怡、5E 施淑文、5E 歷潔睿、  
5F 尚巧琳

## 七

天的藝術之旅，我們不但學習到藝術家如何透過島的地形放置作品，欣賞到日本建築師多個設計品，親身感受了設計與環境的契合互動，更看見日本人的美，實在令人難忘。

栗林公園的溪水無比清澈，每走幾步便看見鯉魚在河中暢遊，閒適自在。景色薰人，我們在公園遇到友善的商店老闆娘，感受到日本人的和善和熱情。

金刀比羅宮秀麗的景色也引人眼目。隨風飄動的翠綠色樹葉、散落滿地的櫻花、古舊而充滿歷史氣息的鳥居與石柱，即使是角落裏的青苔，都美得令人驚嘆。

高松市美術館摩登的設計別樹一幟，天花板的的水泥與木材運用，呈現了一種現代和傳統相融的氛圍。映入眼簾的是一張雙頭狐狸形狀的椅子，可愛別緻。最讓人印象深刻的，是小川信治的畫作《秋千》(The Swing)。這幅作品以原作 Fragonard 的《秋千》為參考，去除畫面中的人物，創作了一幅全新的畫作，細緻創新，讓人驚嘆。

四國村的木橋和茅屋展現了日本歷史的雄偉，鬱金香花海更是美不勝收。在居上鳥屋，我們看見瀨戶內海與藍天相互映襯，青山白水映入眼簾，十分漂亮。

在豐島參與瀨戶內國際藝術祭也教人難忘。由西澤立衛設計的豐島美術館，裏面是沒有牆和柱，連展品都沒有的水滴型空間，參觀者必須赤腳進入。陽光與風透過屋頂上的兩個大洞照射進來，室外的鳥鳴聲、風聲，甚至自己的呼吸聲都被放大。這兩個半圓的建築象徵着母親懷孕時期的肚子，孕育着生命。西班牙藝術家組合 Lieke & Pons 創作，有六個籃框的籃球架也是饒有趣味，作品展示了自由打球和隨便投籃的意念，讓人盡情投入其中，當中人人平等，沒有輸贏。

地中博物館的展品莫奈的《睡蓮》，如夢似幻，彷彿帶了我們進入了他那靜謐的花園。杉本博司奇特的《時之迴廊》：草間彌生的兩個超大南瓜是色彩的狂歡，圓滾滾的造型少不了要拍照留念；李禹煥美術館巨大的拱門，彷彿在邀請我們進入一個藝術的殿堂。

到了二十四瞳電影村，四周的風景很美。我們試了不同的日本古代遊玩方式，如竹馬和轎。參觀小豆島現代美術館，看了 Mr. Doodle 和村上隆先生的作品。又去了電影《魔女宅急便》曾取景的地方——小豆島橄欖公園。

七天的藝術之旅，除了大飽眼福，更體會了藝術的深廣，美於滋養心靈的重要性。



# 2024 香港青少年軍事夏令營

## 千錘百鍊始成鋼

方宇迪

**每** 天清晨六點正，哨子聲準時響起。我們迅速穿上前一晚準備好的軍裝，穿過吵鬧的走廊衝向操場，在清晨第一縷陽光下集合，進行點名和早操。

正值七月，太陽剛從東方升起，操場卻已猶如一個悶熱的烤爐。短短十分鐘的站立，我已汗流浹背，下意識地伸手抹了一把汗。「你出列！誰讓你亂動？」班長嚴厲的聲音迴盪在整個操場上。我連忙把手放下，向班長承認錯誤。從那以後，即使汗水流進眼睛，我也紋絲不動。班長的嚴格要求讓我明白了遵守紀律的重要性；訓練的艱苦更讓我體會到軍人吃苦耐勞的精神。這些經歷，在未來的學習和生活中，將會成為我寶貴的財富。

在軍訓期間，令我印象最深刻的是緊急集合的學習與演練。我們需要學習如何用兩根繩子將被褥繫成一個背包，並按照要求將運動鞋綁在被褥後面。如果無法在規定時間內完成，或者繩結不夠緊，就要重新開始，直至全員達標，我們才能入睡。限時綁繩結是我的弱項，前三次測試我都以失敗告終，但我並沒有氣餒，最終比首次快了兩分鐘，順利通過測試。第二天的演練中，我們迅速穿衣，綁好被褥，

快速趕往操場集合。

最終，全體學員都在限時內完成集合，大家的努力終於獲得回報。一張張疲憊的臉龐終於綻放出燦爛的笑容。通過緊急集合的學習與演練，我深刻體會到軍人訓練的高標準與嚴要求。軍人為了保家衛國肩負重任、身負使命，這讓我對他們肅然起敬！

透過學習軍事知識，我對國防和安全有了更深的理解，並意識到作為一名公民的責任與義務；軍營的艱苦生活讓我更加珍惜當下的舒適生活；軍事化的訓練讓我養成了自律、守時等良好習慣。此外，夏令營還讓我結識了來自不同學校的朋友，一起體驗軍營集體生活的歡樂。

短暫而充實的夏令營已經結束，軍營生活將是我人生一段獨一無二的歷練。



上：左二為方宇迪  
下：左一為方宇迪  
(中國中央電視台國防軍事頻道截圖)







## Innovative Technology Learning

### 2025 Azure AI Service x Python x Data Science Course

4A Lo Hiu Yau

I joined the 2025 Azure AI Service x Python x Data Science Course and learned a variety of useful skills and knowledge. The teacher guided us step by step, making the lessons manageable even for those not very confident in coding. The course combines Python coding with AI, enabling us to complete more tasks efficiently. For example, we used Azure's change point detector and matplotlib to transform data into different charts for analysis. This method is more convenient and precise than traditional ways of showing data trends.

To me, this course has broadened my horizons. I now understand better the connection between AI and coding, and how we can harness AI's power to simplify coding tasks. Beyond AI, the course exposed us to real-life programming applications. For instance, I had the chance to write code for practical projects, such as building a library system for borrowing and returning books. This helped me understand how such systems really work and gave me the confidence to build one myself.

All in all, this course offers an excellent opportunity to explore AI and Python, giving a glimpse of university-level AI and coding courses and helping you discover whether you are truly interested in these fields.

4C Fan Bless

This course allowed me to experiment freely with Python while being guided by an experienced mentor, creating a great learning environment for beginner programmers. The challenges were well balanced — not too difficult to cause frustration but engaging enough to keep me motivated. Through the course, I learned to use Python to visualize large data sets in multiple ways and integrate Artificial Intelligence to better sort and analyze data, revealing new insights. I also learned about classes and how to use them to create a user login system, despite being a novice coder.

I highly recommend this course to amateur coders who want to improve their skills and learn what Python can do. Overall, I learned a lot and greatly enjoyed my experience.





## Robotic Training Course

1A Zhu Elizabeth

**F**irst, I would like to thank Mr. Lee and Mr. Cheung for allowing me to participate. Training for the World Robot Olympiad has been a rewarding and meaningful experience, teaching me much about teamwork and communication.

When I was first asked to form a team, I invited my two closest friends, who happily agreed. We built the first version of our robot in two training sessions. During the early sessions, one friend was often left out, and we all noticed this. After a conversation, we learned she no longer had time for the project and introduced a friend to replace her.

In the following weeks, we rebuilt the robot multiple times because the original design wasn't sturdy enough. Disagreements about whether to rebuild again caused tension, and eventually, the team shrank to two members.

This experience taught me a lot about team management. Finally, I wish our team the best of luck in the WRO!

## STEM Day

3A Tang Chun Hang

**L**ast year, all F2 students participated in an air cushion boat competition, where we designed and built our own boats and raced against other teams on an obstacle-filled track. This event significantly enhanced my skills in robotics, problem-solving, and teamwork.

During the design and construction phases, I learned basic engineering principles such as lightness and propulsion, which are essential for making an effective hovercraft.

Programming the hovercraft was another important part of the competition. I gained hands-on coding experience using a controller to navigate the craft through obstacles efficiently. This helped me understand how coding is a vital part of robotics.

Moreover, the competition strengthened our teamwork and communication skills. Working with my peers taught me the importance of sharing and listening to ideas. We faced challenges like a malfunctioning motor and design flaws, but solved them quickly through teamwork. Overall, the hovercraft competition was a valuable experience that prepared me well for future robotics and engineering projects.



# 「期義之呂」義工服務 「踏上期義之呂」義工 服務之我思

5C 陸雋熹

## 常

言道：「學校是社會的縮影」。我們六位中五同學組成「期義之呂」，參加女青舉辦的「V-ideas 青年義遊新體驗 2025」，籌劃一個名為「踏上期義之呂」的活動，以校園作為基地回饋社會。我們邀請校內不同組織和學會一同舉辦多個攤位活動，為社區上有需要的群體提供義工服務，讓他們體驗簡單而珍貴的樂趣。這活動既讓同學體驗做義工的快樂，又為社會做出貢獻，與社區同樂，擁抱快樂人生。

我們團隊命名為「期義之呂」，其中的含義如下：

期：我們對此次活動的期待。

義：為有需要的群體提供義工服務。

呂：我們「呂中人」共同參加這個有意義的旅程。

我們還設計了吉祥物「Covey」和「Ah Bee」，牛象徵慷慨，蜜蜂象徵團隊合作與貢獻社會。希望透過這些吉祥物，加強活動的宣傳，提升同學及社會對於義工活動的意識。

在這次活動中，我深刻體會到團隊合作的重要性。每位成員在不同的崗位上發揮着各自的專長，從策劃到執行，無不展現出團隊的凝聚力。尤其在

面對突發情況時，例如某些攤位的物資不足，團隊迅速調整分工，互相支援，確保活動能順利進行。這種靈活的應變能力，讓我感受到良好的團隊合作不僅能解決問題，更能提升整體的工作效率。

此外，我也認識到義工服務的深遠意義。義工的付出並非單向，而是雙向的互動過程。在幫助他人的同時，義工自身也在成長，獲得了寶貴的經驗和情感回報。許多參加者表示，透過各式攤位活動，他們不僅度過歡樂的周末，更感受到社區的溫暖。而我亦看到許多義工在活動後露出滿足的笑容，這不僅是對他們付出的肯定，也是對社會有貢獻的一種自豪感。這使我更加堅信，義工服務不僅可以改善他人的生活，也能豐富自己的心靈。

雖然活動取得了良好的成效，但仍有許多值得反思的地方。首先，在宣傳方面，我們的努力仍顯不足。雖然參與人數達到了221人，但未來應考慮更全面的宣傳策略。我們可以利用學校網站、在街上派傳單等多種渠道，讓更多人了解活動的意義和內容。這樣不僅能吸引更多的參與者，也能提高社區對義工活動的認識和重視。其次，在活動內容的設計上，我們需要更加細緻地考慮參與者的需求。例如，部分活動對於某些年齡層或身體狀況的參加者來說，可能會造成疲勞。因此，我們未來應更加注重活動的多樣性和適切性，確保每位參與者都能在舒適的環境中享受活動的樂趣。

最後，這次活動讓我深刻體會到反思的重要性。活動結束後，我們進行了全面的回顧和討論。這不僅幫助我們總結經驗，還促使我們在未來的活動中不斷改進。透過反思，我們能夠識別出哪些做法有效，哪些需要調整，這對於長期提升活動的質

素至關重要。總的來說，這次活動不僅讓我獲益良多，也讓我對團隊合作、社會責任和義工服務有了更深入的理解。我希望在未來的活動中，能夠繼續與大家攜手共進，創造更多美好的回憶，為社區帶來更多的正能量。



期義之呂團隊：團結互助，服務社群



檢出健康站：進行簡單健康檢查，促進健康



# 藝術・聲音・時間——駐校藝術家計劃及展覽

4D 李雪晴

## 藝

術到底是甚麼？記錄聲音算是藝術嗎？一段長時間的調查、記錄又是藝術嗎？

作為中四的VVA人，十分有幸能於本學年認識不同藝術家，接觸各種媒介，參觀不同展覽，甚至能安排自己的作品成為其中的展品。

那麼回到正題，甚麼是藝術？

其中一位駐校藝術家——王梓健 Peter 在學期中為我們舉辦聲音工作坊，他先帶我們外出錄取聲音素材，再教我們用塑膠瓶制成一個簡單的喇叭，最後在 Imaginar 設置展覽。而在整個過程中最為有趣的是錄取素材的部份：我們拿着一部手提錄音器，附近任何聲音也會被紀錄下來。要收錄自己想到的聲音，就需要耐心的等待——等待路人經過的腳步聲，等待雀鳥啁啾的叫聲，等待紅綠燈的嘀嗒聲……記得 Peter 曾告訴我，要造出一件好的作品就需要等待。也許是五分鐘、兩小時、五日、十年……甚至是半段人生。

「其實呢個世界真係好唔公平，點解無得揀自己想聽嘅聲？到底我其實鍾唔鍾意聲音？」跟 Peter 聊天時他這樣說。

環境聲音有太多不可控的因素，而我們也不能

只去錄下「某一種」聲音。尤其在香港這彈丸之地，要得到這效果可謂妄想。在他的展覽中，有些作品他只提取了部分聲音，亦有些是完整的一段錄音。香港，是個生活節奏急速的城市，來得快去得快。一切都在轉變，一切都在消失。也許在這個如此繁忙而急速的地方，只有聲音能夠把這日新月異的世界記錄下來。

除了參加工作坊，十一月時我們也前往香港兆基創意書院參觀楊秀卓老師的展覽——「病有我」。楊老師在許久以前就開始關注香港患有情緒病的青少年，也收藏了不少報導情緒病的剪報。是次展覽並非只和情緒病有關，透過作品，楊老師也想帶出人與人之間的聯繫——人類本是群體動物，一直以來都靠着與別人的對話生存，而楊老師則是留意到人在群體社會中展現出的孤獨與困惑。

黑色的牆上，紊亂的思緒、雜亂的話語由一條條線連起——這就是患上情緒病的腦袋。如果你問他們在想甚麼，他們也答不上來，他們腦中一片混沌，思緒模糊不清，想法攪作一團。但這就是他們。「病有我」「我有病」，這些思想、想法依舊源於我。好的壞的，都是我。在這面牆上，掛着一個又一個的箱子，箱子內有藥丸、眼鏡。楊老師從箱子內拿出一個用過、已發黃，貌似被榨乾的掛耳茶包：「呢個茶包係咩呀？咪你地嘅嘢唔講，畀住畀住，個心咪變到好似呢個茶包咁囉。」

的確，人與人之間的聯繫就是由這裏開始隔斷。相信不只是他們，你、我也如此。

最後，很感激能夠在學校遇到願意為我們舉辦不少活動的霍老師和鍾老師。中四這學年參加的工作坊、參觀的展覽當然不止上述這些，我相信這些經歷能為我日後的創作帶來影響，使我做出令人思考、引起共鳴的作品。





# 駐校藝術家計劃及展覽

## 視覺藝術和我

AD 羅芷鈴

### 四

年前，我在升中面試時許了一個願：希望有一天我的作品也能在呂中展示。當時的情景雖然已漸漸淡忘，但我確實在無意之間踏上了這趟旅程。捫心自問，縱使我學習藝術十多年，可我並不算是一個很有藝術天賦的人。經過這一年的學習和經歷，我知道人外有人，天外有天。我在這些衝擊下被打碎，一個全新的、更好的自己要重新出發。

雖然讀視覺藝術的路途充滿險阻且漫長，但我從來沒有後悔過作出這個決定。學會準備及佈置展覽，跟不同的本地藝術家學習，和不同的人交流藝術心得，認識各種以前沒有接觸過的新媒介等，都是我在一這一年所獲得的經驗。我曾以美術學會的名義，與一眾義工於「期義之呂」中出一分力，以我們最擅長的事去回饋社會，亦協助呂中藝術節順利進行；在個人層面上，回顧今年的藝術旅途，我參加了林林總總的比賽，也獲得一些不錯的成績。今年七月，我將發表人生中第一套親手設計及製作的時尚華服，而且有幸入圍南華早報「年度學生成就獎——視覺藝術範疇」的最終十強，與香港各區名校競爭，望為我校爭光。這段時間，我當然會因為信心不足或即將面臨新的、未知的挑戰而感到緊張和不知所措，在創作和籌備比賽的過程中也遇到很多挫折。慶幸身邊一直有支持我的人，陪伴我度過難熬的時光，鼓勵我繼續大步向前，使我能咬緊牙關，即使困難重重也沒有放棄，堅持做到最好。這

些經歷使我在藝術旅途上踏出的每一步也更堅定，亦啟發了我更多的創作靈感，學會如何以自己所長回饋社會。

對我來說，藝術是宣洩、是感受、是表達，也是一個世界奧秘的載體。欣賞它需要發現美的視角和一場思想上的復興，連結即產生在眼睛與心靈之間。希望我能藉着我對藝術的熱愛和努力，發掘出一塊未知的陸地，用畫筆詮釋文明，構建自己的理想世界。藝術能夠帶來創造力、美感和愛，為人生帶來光明。藝術能夠引領我們找回自己內心的存在，這也是愛的本源。我希望我所理解和創作出的藝術能夠為這個社會帶來一些溫暖，照亮人們內心深處的黑暗；我亦希望自己一路以來所經歷的一切，撞的南牆最終能夠成為後輩們的參照，願我的來時路化作點點星火，點亮每一個熱愛藝術的孩子的心靈。

藝術，能夠拂去靈魂被世俗沾染的塵埃。藝術對於我而言已經不是單純的科目和愛好這麼簡單，而是我與這個世界連接的臍帶。透過靈魂與世間萬物對話，我知道人類是如此渺小。即使如此，我的畫筆依然會在這名為生命的畫紙上留下濃重的一筆，繪出歷久不衰的色彩。



# 從「零」到「舞台監督」 的成長歷程

藍日朗

## 在

四年的中學生涯裏，我曾以演員身份參與兩個在校製作的戲劇。去年，我萌生參與後台製作的想法，希望以助理舞台監督的身份參與今年的香港學校戲劇節。意想不到，我幸得陳穎思老師的邀請，成為今年戲劇節的舞台監督，與趙望文同學帶領整個舞台管理團隊演出。聽到這個消息後，我既興奮又緊張，但亦有些擔心，陷入自我懷疑。

我是一位缺乏自信的人，沒有任何後台或製作團隊的經驗，但是竟擔任如此重要的職位。當我對自己毫無信心時，幸得拍檔、顧問（過往兩年擔任舞台監督的鍾澄同學）以及陳老師的幫助，令我重拾信心。但後來不少對我的質疑，有人質疑我沒有能力擔任此崗位，我不甘心、心情低落，加上生活中各種壓力，最終情緒崩潰。最後，陳老師、同學給我支持，使我重新振作。

在排練期間，我學到了許多：團隊之間的溝通、表達能力、組織能力，更重要的是領導能力。透過這些經歷，我得以從不同角度理解整個舞台劇的運作，也很榮幸能擔任舞台的監督。三個月排練後，我發現自己更有自信，更清楚自己在做甚麼，也更有效地表達想法，下達指令時也比前更清晰。這一切都要感謝陳老師給予我這個機會。

後來，在學校的綜合藝術表演中，我在第一場表演前五分鐘不慎跌倒，疼痛非常，但仍告訴自己必須完成這次的演出。活動結束後，我才前往醫療室治療。當時許多人前來慰問，令我深受感動。第二場演出時，我因為傷患無法搬運物品，只能坐在輪椅上指揮各項工作。我很感謝顧問同學即時接下我的工作，確保演出順利。

最終，我們獲得了公演機會。當時，我十分渴望他人看見我的「成長與努力」，尤其能夠在專業場地演出。但因為傷患，我無法參與任何體力工作，便改由顧問同學代勞。初時我為此感到失落，但後來明白到「別人看見我的成長與努力」固然是好，但並非一定要在專業場地才能證明，每一次排練與演出都是成長的印記，更何況成長不一定要被看見，只要自己清楚這六個月以來的蛻變便足夠了」。

那場公演，也就是我們今年戲劇節的最後一次演出，很感恩自己仍能參與其中。起初，我認為自己能力很小，但後來想通：我已盡力而為。其實，受傷並非我所願，我能參與其中已是幸運。

歷經這六個月，我想感謝許多人：

當初推薦我、並相信我勝任的陳老師，她將我從低谷中拉回。

在旁支持我們的舞台監督顧問，她為我們解決困難、傾聽我的煩惱，並教導我如何成為領導者。

我的拍檔，總能理解我的需求，在我迷失或困惑時耐心解釋。

團隊中的每一位成員，願意信任我、依從指揮，並適時提供建議，每個人都有獨特的性格與長處，能與他們合力完成每場演出確是我的榮幸，也感謝他們對我的信任與支持。

我也要感謝身邊所有支持與鼓勵我的人。

最後，我要感謝自己——感謝那個過去缺乏自信卻仍勇敢嘗試、努力做好舞台監督的我；感謝當時沒有放棄，沒有因他人質疑而一蹶不振，最終重新出發的自己。



本年度舞台管理團隊全人



# 女子乙組籃球隊 奪冠之路

41B 李卓悠

**在** 那一刻，我們終於證明了自己。這是三年前的我們所渴望的，也是無法想像能夠觸及到的。

中一剛剛加入籃球隊時，我們來自不同學校、不同地區，大部分人連籃球這項運動都未曾真正接觸過，但大家都充滿熱誠，願意慢慢學習。可惜正值疫情，「恆常的訓練」變得不恆常，掌握「基本的籃球技術」只是紙上談兵，大家都未能打好基礎。我跟師姐和隊友的相處時間也不多，無法深入了解大家。

一年過後，訓練逐漸回復正常，隊友卻因各種原因陸續退隊。這或影響整個球隊的士氣，但選擇留下的人沒有因而變得懶散，繼續準時訓練。

二零二三年四月十七日

我們迎來中學生涯第一場學界比賽，有賴師姐一直的努力，我們屬於第一組別（D1）。然而，我們大部份隊員首次參與學界賽事，四場比賽連連落敗，最終逃離不了跌回第二組別（D2）的命運。在那一刻，我們每一位成員站在同一陣線，內心有了共同的目標，就是一定要重回D1的戰場。

二零二四年四月十九日

一年的時間讓我們能好好裝備自己，以迎接

D2的淘汰賽機制。每一場只要稍有失誤，便會與冠軍擦身而過。因此，我們認真對待每一場比賽，不敢鬆懈，靠着每一場比賽來強化、裝備自己，期望能有更好的成績。二零二四年四月十九日，我們終於成功站上冠軍賽的舞台，當初的玩笑忽然成真。對外人來說，雖然這只是小小的D2冠軍，但是那一刻的快樂真是難以言喻！

二零二五年四月三日

升上D1後，我們不斷懷疑自己的實力。即使去年的成功為大家打了一支強心針，但我們依然認為自己的實力遠遠不及D1水平。因此，我們加倍努力，視每一場比賽為最後一場比賽，珍視並把握每個晉級四強的機會。令我們最緊張的，就是對賽馬會體藝中學的四強賽。在那場比賽，我們無法拉遠與對手的距離，最終我隊僅僅以兩分險勝。其實，這樣的成績對剛剛升上D1的球隊來說，已算很不錯，目標已算達成了。但是，我們的目標遠遠不只於此。

今年四月三日，冠軍賽，隊內幾位成員身負傷患，依然希望下場為球隊出一分力。我們明白對手的技術比我們高超，但我們透過團隊合作、傳球準確、溝通良好，成功取勝。我們靠的從來不是單打獨鬥，而是每一個成員的合作，成就今天的冠軍。每一個成員對球隊都是很重要，缺一不可。

可能有人會說：「籃球隊只是學校的課外活動，幾年後誰會記得今天的榮耀？何必那麼辛苦、那麼認真地作賽？」但是，呂中女籃不但教會我們打籃球，更使我們明白團隊力量的強大。我們在訓練和比賽中互相提點，對隊友的錯誤直言不諱，清楚彼此的共同目標——打好每場比賽，不留遺憾。

我們代表學校參加學界比賽機會不多，只有六年時間，轉眼即逝。因此，我們更加珍惜每個為校爭光、與隊友並肩作戰的機會，認真預備比賽，抽空出席訓練。雖然過程辛苦、艱難，流下不少血汗淚，但我們永不放棄，搏盡無悔，一起為共同的目标努力。

最後，我們衷心感謝鄒教練、負責的老師及各位師姐，你們的辛勞成就了今天的我們。謝謝你們見證我們的成長。冠軍只是過眼雲煙，但奪冠路程所學、所經歷的每件事情，才是真正珍貴無比。

三年前我們所渴望的，已經不只是夢，是我們可以觸碰到的。





# 樂耕滿園

日出而作，日入而息，心田不易耕，耕者無聲無聞，精耕細作，靜待滿穗迎風。

## 學生會報告

一、第四十一屆學生會出版部於二零二四年七月完成製作《飛越呂中》，並派發予同學。

二、第四十一屆學生會福利部舊書買賣活動於二零二四年七月十六日完成舊課本售賣活動。

三、第四十一屆學生會外務部於二零二四年七月十六日舉行候選學生會內閣交流會，共有三個內閣派代表出席。

四、第四十二屆學生會代表會於二零二四年九月四日成立。選出SE梁煒研擔任主席，4A鍾穎彤擔任文書。代表會於十月十日通過學生會全年活動計劃及財政預算，並從上屆盈餘撥捐5000元作學生會助學金及將2938元撥入學生會基金。

五、第四十二屆學生會幹事會選舉於二零二四年九月三十日舉行，總投票率76.4%，由候選內閣Elysian當選。並於十月七日早會舉行交職典禮，由新任主席5A吳梓澄帶領全體幹事宣誓就職。

六、外務部於二零二四年十一月向友校發出上任信，並於十二月二十日聯同友校舉行聯校聖誕舞會，共36位同學出席是次活動。

七、活動部分別於二零二四年十月三十一日及十二月十九日舉辦便服日，為奧比斯及本校籌款。十一月二十日舉行「斷線小恐龍比賽」。另於二零二四年十月三十一日、十一月十八日及二零二五年二月二十四日、四月二十三日舉行了午間音樂廣播活動，讓同學傳遞心意。二零二五年一月四日參與學校舉辦的Maker Faire，以攤位遊戲形式介紹學生會的歷史及架構。二月二十一日於校內舉行偵探遊戲。

## 第四十二屆學生會幹事會名單



主席	5A	吳梓澄
副主席	5B	吳家蔚
文書	5E	李穎然
財政	5B	謝銘軒
學術部主席	5A	張子言
福利部主席	4C	鍾澄
福利部副主席	3A	盧泳雯
外務部主席	4D	鍾穎
活動部主席	4A	陳雋庭
創作部主席	5D	劉倩珩
創作部副主席	5D	楊紫琳
出版部主席	4E	鄒子瑤
出版部副主席	3E	張頌朗
顧問老師	溫兆微	韓國銘 郭慧貞

八、福利部逢星期一、三及四放學時間進行文具售賣。二零二四年十月至十一月為同學安排訂購計算機、文憑試收音機及考試卷。二零二四年十一月十四日透過Google Maps上載電子版福利地圖供同學使用。二零二五年一月七日完成學生相拍攝服務。三月二十七日放學時進行「送你一點甜」活動，為同學打氣。

九、出版部分別於二零二四年十一月二十五日及二零二五年四月八日出版校內刊物《LMegaC》，介紹新老師、校內新設施、地標及藝術展品。

十、學術部於二零二五年二月十三日與美術學會合辦「鎖匙扣製作工作坊」。二月二十五日舉辦「名人講座」，邀請歌手周殷廷先生分享。三月二十日與家政學會合辦「曲奇製作工作坊」。

十一、創作部於十月十八日完成壁報設計，並將意見箱內的回應表及午間音樂台的留言展示於壁報，供同學參閱。二零二五年一月十五及十六日舉行寫揮春活動。

十二、二零二五年三月十八日舉行第三次班代表會議，會上通過第四十二屆學生會幹事會中期工作及財政報告。

## 校友會報告

一、網上發放校友通訊《浸呂之友》。

二、每年十一月首個星期六為本校「校友日」，今年校友日於二零二四年十一月二日舉行，為「煒社」畢業四十周年、「昕社」畢業三十周年、「芊社」畢業二十周年及「純社」畢業十周年重聚日。

三、校友日當天邀請校友回校參與各種球類比賽，晚上老師與近300名校友在校聚餐，或燒烤、或火鍋，期間互相分享別後生活。

四、今年為校友會三年一度的選舉年，校友共選出六位校友會幹事。

## 第九屆校友會幹事會名單



主席：鍾秉澍（永）  
副主席：何潤棠（暉）  
文書：黃玉嫻（信）  
財政、司庫：盧志明（銘）  
幹事：薛焯騫（緯）、丘柏希（緯）  
顧問老師：林鳳薇主任、黎芊晴老師



校友會網站

五、隨着時日增長，校友和母校的關係越見密切，校友或回母校任教，或作課外活動導師，或擔任周會講座及典禮嘉賓、講員，一方面參與培育師弟妹的工作，一方面表達對母校的關愛和支持。此外，在公餘或課餘，很多校友經常回校探訪老師，或抽空參與母校的大型活動及典禮，亦有作短期代課、監考或協助校務處工作，盡顯呂中情濃。

## 家長會報告

一、一般會務

本會蒙家長會及家長團契工作小組協助推動會務，使學校與家長建立更緊密的關係，讓彼此明白家校合作是促進學校、家長和學生一起成長的最好方法。家長會及家長團契工作小組成員包括：

組長：周鳳美老師

組員：郭賢偉副校長、陳嘉茵老師、劉燕虹老師、

劉燕群老師

① 暑假期間，本會分別於二零二四年七月十六日和八月三日進行校服義賣，分別籌得\$17507和\$4015。此舉能使舊校服免於浪費，為環保出一分力，也能減輕家長開支，同時為學校助學基金籌款，可謂一舉多得。

② 本會第35屆幹事會幹事選舉於二零二四年十月十四日順利完成，由何鴻德先生當選主席一職。十月二十五日為本校家長晚會，於禮堂舉行「第35屆家長會幹事就職禮暨會員大會」，敦請曾潔雯教授作專題演講，題目為「快樂家庭」，出席人數超過800人。

③ 本會主席何鴻德先生及林竹敏女士被選為本校第十二屆法團校董會家長校董，代表家長參與法團校董會之事務。（附註：家長校董為兩年一任）

④ 本會主席何鴻德先生和幹事李于蓉女士代表出席沙田區家長教師會聯會會議，使本會家長有更多機會接觸區內外不同的學校，從而更瞭解區內外的教育問題及需要。

⑤ 本年度家長會籌募所得之經費為\$71700，感激家長的鼎力支持。

⑥ 本會出版《呂中家書》，今年主題為「快樂家庭」。



## 第三十五屆家長會幹事會名單



主 席	： 何鴻德先生
第 一 副 主 席	： 詹麗花女士
第 二 副 主 席	： 周昭蓮女士
文 書	： 張雯燦女士
財 政	： 林雅欣女士
聯 絡	： 曾艷紅女士、林芳女士
呂 中 家 書	： 張翠珊女士、林竹敏女士
家 長 會 網 頁	： 黃勝利先生
沙田區家長教師會聯會代表	： 李于蓉女士、何鴻德先生
特 邀 顧 問	： 林植強前副校長、李炎明先生、 劉舜卿女士、余榮輝先生、李子榮先生、 黃子球先生、崔鳳鳴女士、鄭惠玲女士、 黃愛玲女士、容柏堅先生、劉美娟女士、 鄭錦文先生、盧佩敏女士、林文珊女士、 黃漢忠先生、廖雪梅女士、孫淑嫻女士

## 二、家長教育

- ① 二零二四年八月二十四日舉辦「中一家長迎新日」，由溫家傑校長主講「家長如何適應子女進入初中生活」，提示家長有效的管教方式。
- ② 十月四日舉辦「中一家長座談會」，由資深社工張惠貞女士主講「當孩子升上中一時」，分享有關中一同學的成长情況，並提示家長有效的管教方式。
- ③ 本年舉辦四次親子溝通工作坊，初中於十月五日及十月十九日舉行；高中則於二零二五年三月二十二日及三月二十九日舉行。由陳鳳英醫生以視像會議形式主講「精神健康、家庭安康」，望能幫助家長明白子女成長需要，並且改善家庭關係。
- ④ 二月十一日舉辦中一至中三「家長專題講座」，由突破機構輔導中心資深社工及心理輔導員鄧啓峯先生主講「機不離手」。三月十五日及三月二十二日突破機構輔導中心為本校舉辦兩次家長工作坊，主題為「如何與

青少年溝通」，讓家長可以互相分享，學習如何處理孩子沉溺上網的問題，並提升親子溝通技巧。

⑤ 上學期共舉辦四個家長興趣班，包括：美容化妝班、普通話拼音班、環保利是封飾物班及七彩琉璃卷甜品班。下學期共舉辦五個家長興趣班，包括：中醫食療保健班、手機掛繩編織班、粉彩齊齊畫、檸檬茶蠟燭DIY班及果凍花蠟燭DIY班。

⑥ 二月八日及二月九日由郭廣輝先生主持正向教育家長工作坊「溫和堅定的正向教養家長練習組」，以小組分享、案例分享、體驗式學習及角色扮演學習等形式，幫助家長學習正向教養態度。

⑦ 四月十一日與教務組及升學就業輔導組合辦中三級「認識新高中學科」網上家長講座。

⑧ 五月九日舉辦中四及中五級家長晚會，主題為「如何一起走過高中的日子」，由學友社學生輔導顧問吳寶城助理校長及升學就業輔導組藍秋蘭老師分享升讀本港及海外大學的重要資訊。

⑨ 五月二十三日舉辦「家校合作交流會」，由校長、副校長及家長會幹事帶領參加者探討子女在學校的學習問題及了解學校近年的發展路向，讓家長與校方坦誠交流。



家長會網站

### 三、家長活動

① 家長義工在中秋節前指導初中關愛大使製作冰皮月餅，送贈教職員工及初中同學。二零二四年九月十二日製作紅豆沙湯圓予全校師生品嚐。

② 九月二十一日於演藝廳舉行一年一度的「家長網絡義工迎新會」，有70多位家長和老師參加。

③ 十一月十六日，本會於浸信會聯會主辦的「第30屆步行籌款」籌得\$38700，以支持浸信會聯會在福音、教育、青年等方面的事工。

④ 家長網絡組有義工205位，二零二四年十月至二零二五年一月有24位家長協助代課，共代43節。一月二十一至二十四日，有8位家長義工協助學校舉辦精神健康周活動。

⑤ 十二月十六日家政科主任 Dr. Eva Li 邀請家長與學生一同製作聖誕薑餅，除了送贈全校教職員，也送給浸信會愛羣社會服務處沙田長者日間護理中心的長者，在這普世歡騰的日子，讓長者感受呂中學生的關愛及祝福。

⑥ 二零二五年一月四日家長會幹事及家長義工於「呂中資訊日」舉行小食義賣，參與人數約60人，為學校助學基金籌得\$8701.9。

⑦ 一月十五日中午六模擬考試，二月二十日中午六派發模擬考試成績期間，家長義工製作蘋果雪梨糖水及送贈小食為中六學生打氣，並於三月十二日，為同學預備「夢幻星空冰粉」。

⑧ 二月十五日舉辦「家長會35周年盆菜宴暨新春團拜」。當晚筵開20席，參與人數近200人。當中包括：家長會顧問、歷屆家長會幹事、家長義工、教職員工、工友、家長及學生。當晚有學生表演武術、西方舞、拉丁舞、爵士舞，

也有現任家長會幹事、老師及工友獻唱和抽獎活動。在享用美味盆菜之餘，參加者更可欣賞昔日家長會活動的珍貴照片。

⑨ 三月二十二日舉辦「親子新春大旅行」，行程包括欣賞大澳漁村的特色高腳棚屋、參加茶粿工作坊、享用海鮮粵菜，是次活動有120人參加。

⑩ 三月二十九日與浸信會呂明才小學家長會合辦「親子免費看電影家庭同樂日」，觀看電影《哪吒之魔童鬧海》，有260位家長、老師和學生參加。

⑪ 本年家長會早會分享：上學期於二零二四年十一月二十五日舉行，由幹事張雯樑女士分享成長經歷及閱讀心得。下學期於二零二五年五月二十七日，由周鳳美老師以「回顧家長會歷史」為題，為學生及老師送上真摯的祝福與鼓勵。兩次早會分享後，家長會都為教職員及工友送上愛心糖水，在繁忙的教務中為他們打氣。





## 家長團契報告

家長團契逢星期一上午九時半至十一時半在校史室舉行，今年主題為「陪伴・成長・同見證」。在神的陪伴下，與大家一同學習，一同分享，互相支持，互相鼓勵，一起見證神的恩典和彼此的成長。今年我們繼續安排多姿多采的活動，例如「愛筵聚餐」，由家長製作健康精美的團拜大餐，一同分享美味；「仙樂飄飄」邀請聲樂導師與家長在音樂及歌聲中讚美神。加上其他不同主題的周會和活動，讓大家一起與神親近，經歷神的恩典和祝福。家長團契每次聚會平均有80多人出席。



家長團契網站首頁

## 老師近況



張泰洛老師的小公主——心悅

## 十年服務獎



姚淑儀小姐、陳栢希老師、李逸軒先生



# 離別・呂中情濃

周鳳美老師

## 我

在1900年完成學業，看到呂中的招聘廣告，寄出了我人生中唯一的求職信。四十五分鐘的面試，呂中第一任校長陳建熊先生向我介紹呂中四大教育理念：福音、學業、課外活動和訓輔，至今也記憶猶新。在呂中，一晃便三十五年，期間，我遇到不少好人好事，令我感受到這個地方與別不同。

還記得剛到呂中時，面對全新的環境，我極不適應。然而，同事讓我感受到家的溫暖，主動關心我，邀請我一起吃午飯，甚至教導我如何出卷和教學。這些關心和支助，讓我在艱難時刻不感孤單，激勵我繼續前行。

我擔任了三十年的中一班主任，陪伴着一個又一個中一學生適應新的學習環境，和他們一起體驗多姿多彩的中學生活。在眾多的課外活動中，我特別喜歡新春嘉年華和跳蚤市場，讓全校師生、家長及工友聚首一堂，收集物資，傾力叫賣，慷慨解囊。義賣所籌得的款項，在復活節期間藉親子探訪團，贈予內地的學校和老人院。我有幸參與其中，深刻體會到「呂中情」的力量。我們過去十年所探望的內地年輕人，因為我們的支助，生活質素有所改善，能實現自己的夢想和人生。許多當年獲得支助的年輕人，現在已經成家立室，有了自己的事業，或成為幼稚園老師、小學老師，或當上醫生、護士。他們的成就告訴我們，每一份付出也能改變生命；而他們的改變，正是我們共同努力的動力。

我很感恩能創立「朋輩支援計劃」，鼓勵學兄學姐照顧中一新生，分享個人成長經驗，以助

他們適應中學生活。許多同學因為曾獲關心，願意接棒成為新的朋輩學長，讓「呂中情」得以延續。我也感恩關愛大使在每班協助班主任和老師，關心同學。「呂中情」就是體現在人與人之間的關懷和互助。

回想過往，我要感謝上帝讓我遇上三位校長。陳建熊校長教曉我，老師工作是做教「師」，不是做教「書」，提醒我要以生命影響生命，實踐基督教化教育。鄭祖澤校長贈我「呂中金牌班主任」這個稱號，又稱我是一條「鯰魚」，認為有我的地方就有朝氣。現任的溫家傑校長很愛學生，對教育很有熱誠。他曾經分享做人要有三種動力元素：一、Mission 一、Passion 二、Vision。我自問每樣也有一點，衷心感謝他們對我的提醒、勉勵和讚許。

在呂中的歲月裏，從未婚到結婚再到生孩子，我經歷了許多高低起伏。特別是在第二個孩子出生後，迎來起伏不定難以控制的情緒。同事的關心讓我深感珍貴，在放學後輪流來探望我，這些具體的行動讓我在黑暗的日子裏感受到光明，成為我走出陰霾的力量。

這些年的教學生涯中，與同事相處時，大家的工作方式有所不同，難免會有磨擦和不開心的情緒。但我很感恩，不少同事願意聆聽我的故事，為我祈禱，給予輔導。他們有的已經退休，有的已經移居他方，但我們依舊保持聯絡，互相關心。這份友情彌足珍貴。

不得不提，我多年來參與家長會，看見家長無私奉獻，從不計較付出，同心完成家長會各項事務。我非常慶幸能認識這些思想正面、態度積極的家長幹事及義工，十分享受與他們相處和合作。

每當談到「呂中情」，我也會感到不捨，同時

又感受到無比的溫暖。呂中帶給我太多美好的回憶，我為着能在這裏工作並建立這份深厚的情感衷心感謝神。三十五年快將過去，我要告別這個充滿回憶的地方。我希望將這份愛傳遞下去，希望日後能幫助更多的學生和家庭。讓我們一起努力攜手前行，靠着神的恩典和力量，延續「呂中情」！

最後，我當然要感謝上帝一直帶領我，與我同行，又常常叫我在祂眼中蒙恩，工作順利；又賜我老公仔智偉哥愛錫我，孩子們天樂、天進支持我！我要再次衷心感謝在這「呂程」中出現過的每一位校長、副校長、老師、職員、工友、家長和學生，感謝你們滋潤我的人生，使我的生命更豐盛。願上帝在呂中繼續成就祂的旨意！



# 獲祝福的我們

張巧慧老師

**能** 在本學年於浸信會呂明才中學做半職英文老師，我深信全是神的帶領及恩典。

在呂中短短的日子裏，深深感受到學生也獲神祝福。我所處的教員室位於地下樓層，當我在午間時段或放學後走過地下走廊時，都會看到學生於乒乓球室、操場上，參與着不同類型的課外活動。有的享受着學術比賽的挑戰，有的享受着沖咖啡、服侍同學的滿足感，有的享受着一起挑選特價品時的熱鬧……就在這五米走廊，我見證着呂中多姿多彩的校園生活所帶給學生的寶貴體驗，及最重要的一可貴的友誼。

在課程設計上，呂中也提供了學生可發揮創意的平台。我評核中二級 Script Dubbing 及中二級 Drama Video 時，看着獨一無二的學生，創作及扮演着不同的角色，以聲線、動作和表情演繹着有趣的點子，我不禁由衷地笑了出來。每一個學生都十分可愛，而所有成品都反映着他們對學習的認真。我心想：做事認真，又有活力、創意及青春的他們，他日會有一番甚麼的作為呢？

至於呂中工作夥伴間的關係，也是我非常欣賞的。在教師團契和教師退修營中，

各人真誠坦白地分享着；學校不同大大小小的活動，背後那種群策群力的精神，好比一支管弦樂隊，演奏着動人的樂章。不同的樂器，以自己獨特的聲音，透過彼此聆聽，彼此配合，和其他樂器合奏起來。那種和諧，叫人感動。

但願我這個後加入的樂器，也能令這首樂章更優美。

## 呂中記

孫德懋老師

### 承

蒙上帝恩典，讓我可以來到呂中工作。在我讀中學時，教員室一直是神秘的地方，大門緊鎖，老師須拍卡進入，並要確保學生不能進入。窗戶掛上鐵欄，只能透過外面的電話與老師聯絡，而只有兩部電話，在小息、午飯和放學時間，必定大排長龍。有時，還打不通，只能無了期地等，心急如焚。

來到呂中後，原來教員室可以是門常開的（當然，備卷期間是學生止步的），學生不必致電老師，老師也不用顧忌學生能否進來。對我而言，呂中的一切都是新鮮的。

閒來無事，來到圖書館，令我驚豔的是一間中學圖書館有大學中文系的用書，反觀我母校是沒有的，心想這間學校的中文非常強。除此之外，中文科有自己的學生優秀作文集——《青苗》，令同學的優秀

作品可公諸同好，也給學生一個肯定。這也是呂中獨有的。

每學期考試後，我便負責輸入各級學生的長文佳作，製成示例，以令學生在對卷的時候有所參考。輸入佳作時，自然地進入學生的世界，失而復得的珍貴友誼、紅筆的意義、回到那一刻的行動、診所眾生的反思等等。我對學生的創意、深刻的立意感到驚嘆。我覺若非池中物，咫尺蛟龍雲雨。你們的中文水平實在扎實。

最後，願祝君如此山水，滔滔岌岌風雲起！



## 善假於物

張學霖老師

**中**六最後上課天，一位中六學生忽然來找我合照，還給我一張手寫卡片。當時我沒反應過來，畢竟初來報到，幾乎只認識自己任教的三班學生，對眼前之人沒有絲毫印象。稀里糊塗地合照後，細讀卡片，始知箇中緣由。

學生時期，我可謂《青苗》的小股東，每年都投稿兩三篇文章。這位學生居然讀過我的文章，因而記得我，儘管那時我們互不相識，甚至不曾身處同一時空的校園裏。這位學生特別提到兩篇文章，翻查記錄發現，其中一篇撰於2016年，一年後修訂並投稿，2018年見刊，距今已經超過六年。誰會想到，這篇文章會在六年後，迎來它在初生的年日裏不曾得到的迴響呢？

文字可引起共鳴——理論固然不假。但这是我首次意識到自己的文字具有力量，具有直擊心靈的力量。文字承載了我一個時期的所思所想，在收筆之際，如一艘小船開啟了在時間裏的航路。或許它會渡幾個人，或許它會覆沒於茫茫汪洋。我曾在岸邊執着地遠眺，但原來不打緊的，我無須在意它的未來。我只管放船便好。某一天，它會自己回來。

這是文字的力量。

早前，得知有一個學生深受友誼問題困擾。始悉此事時，未有對策，適逢周末，突發奇想，寫了一篇文章，談談我對友誼的看法，發布到任教班別的群組，以期給他帶來一點啟發。這篇文章由我中學獨自吃飯說起，大意是說我不依賴朋友這一層關係來維持我心中的小世界。與人的聯繫過多，煩惱亦隨之而來。

我不肯定本來的寫作對象有沒有閱讀這篇文章，倒是有另外幾位學生主動分享讀後感，有質疑的，有覺得奇異的，有心有戚戚焉的，有反思自身的。我很喜歡這種往湖裏丟石子的感覺。撿拾一顆喜歡的石子，輕輕地一丟，撲通一聲，炸出水花和圈圈漣漪。當我們疲於日常事務，思維的激蕩更顯美妙。

這是文字的力量。

每個人都知道多閱讀重要，然而現實卻有諸多困阻。學期初，我雄心壯志，打算每星期跟學生分享一篇好文章，以一張A4紙為限。持續到下學期，字數有限，印刷需時，紙張耗費等問題逐漸浮現。弱水三千，何忍只取一瓢飲？我開始思索，有沒有甚麼工具可讓我有系統地處理這件事呢？

於是，我用最近流行的A工具做了一個平台。

我想，我們可以一起看，看一點空想，看一點務實，看他人之生命，看月盈月缺。共讀的話，看甚麼都是好的。誠邀各位一起閱讀。

網址：<https://readtogether.repl.it/app/>  
(需要以呂中電郵註冊)

房間號碼：000000

這是我作為中文老師，可藉着文字發揮的、觸動心靈的力量。

# First year at BLMCSS

Ms Leung Ting Kan

**A**s I look back on my first year teaching Biology and Junior Science at BLMCSS, I am filled with gratitude for the experiences that have shaped my journey. This year has not only been about imparting knowledge but also about personal growth and building meaningful relationships with my students and colleagues.

From the outset, I was welcomed into a school community that embodies care, joy, and support. The environment is vibrant, filled with laughter and learning, which has made my transition smooth and enjoyable. The nurturing atmosphere encourages students to express themselves openly, fostering a sense of belonging that is vital for their development. One of the most rewarding aspects of my role has been interacting with my Biology students. Each day presents new opportunities to engage with their curious minds, and I have been consistently amazed by their enthusiasm for science. Whether it is during a lively discussion about the intricacies of cellular processes or hands-on experiments that spark their imaginations, I have learned to appreciate the unique perspectives each student brings to the classroom. This has not only enriched my teaching but has also deepened my understanding of the importance of student-centered learning.

Throughout this year, I have experienced incredible kindness from both my colleagues and students. My colleagues have been exceptionally supportive, offering guidance and sharing resources that have eased my transition into this demanding role. Their willingness to lend a helping hand—be it through collaborative lesson studies or simply sharing a cup of coffee during a hectic day—has made a significant difference. This sense of community has not only lightened my workload but has also fostered a sense of camaraderie that makes the challenges of our profession more manageable.

The kindness I have witnessed from my students has been equally heart-warming. I recall moments when a student offered to help a classmate who was struggling with a concept or when they expressed their appreciation for my efforts. These small gestures have reinforced my belief in the power of empathy and support in the classroom. It reminds me that education is not just about academic success; it is also about nurturing a culture of kindness and respect.

Balancing work and life has been a challenge, yet it has also been a catalyst for my growth. I have had to develop better time management skills and prioritize tasks effectively. In these moments of overwhelm, the kindness of my colleagues and the enthusiasm of my students have been sources of strength. Their support motivates me to push through the challenges and remain committed to my students' growth.

My students often remind me of why I chose this path; their eagerness to learn and grow fuels my motivation. I strive to create an environment where my students feel safe to ask questions, make mistakes, and learn from them. Moreover, I have witnessed remarkable growth among my students, which has been a source of immense pride.

As I look ahead to the coming year, I am excited about the possibilities for further growth—both for myself and for my students. My first year of teaching at BLMCSS has been a transformative journey. I have grown as an educator, learned the value of collaboration, and forged meaningful relationships with my students and colleagues. The kindness I have experienced from both groups has enriched my experience and reinforced the importance of empathy in education. I am grateful for the supportive environment of this school. I look forward to continuing this journey, nurturing the minds of my students and fostering their growth.



# Exploring Germany: A Precious Opportunity for Enrichment

Mr. Lee Yan Chun

**A**s one of the teachers-in-charge, I am really glad to have spent 9 meaningful and fruitful days in Germany with the 30 lovely participants. I am sure the trip has been an enriching experience that has opened their eyes in numerous ways. Our itinerary covered spots related to science and technology as well as history and culture, providing ample chances for students to broaden their horizons.

Visiting the Deutsches Museum was a highlight, as it showcased the incredible advancements in science and technology. Students were particularly fascinated by the exhibits on renewable energy and innovative engineering. The tours of BASF, BMW, and Porsche museums provided a deep dive into chemical engineering as well as the automotive industry's evolution and its impact on global transportation. Additionally, observing Augsburg's water management system illustrated Germany's commitment to sustainability and efficient resource management.



The historical aspect of the tour was both poignant and educational. A visit to the Dachau concentration camp served as a solemn reminder of the past and the importance of remembering history to prevent similar atrocities. Exploring the grandeur of historical sites, such as Ludwigsburg Palace and ZGMA War Museum, deepened students' understanding of Germany's complex historical narrative.

Students also made strides in their language and communication skills. Reading menus and attempting to pick up some German was a rewarding challenge. For instance, having seen the word in the menu (and actually ordering it) for more than 10 times within the week, students have learned the German word for apple juice (Apfelsaft). Making orders in a foreign language has also boosted their confidence in conversational settings.

Experiencing cultural differences was eye-opening to them. Outdoor dining, for example, came with its own set of challenges, like dealing with bugs! Visits to local supermarkets also highlighted the variations in shopping habits and product availability.

Finally, the university visit and alumni sharing sessions provided valuable insights into lifestyle choices and career planning. Engaging in conversations with alumni helped students reflect on their own aspirations and how to navigate their future career path.

All in all, this study tour to Germany was a transformative experience that enriched students' understanding of science, history, culture, and personal development. It is exactly through a tour like this that they gain new knowledge with a renewed sense of independence and curiosity about the world, which is what our school hopes to cultivate in them. For any of you reading this, students or parents, do remember to grasp the opportunity and enroll in study tours in the coming years!



北漢山前的恩平韓屋

## 首爾社區服務義工團 Anyeonhaseyo Seoulmate

蔡淑榕老師

一 零二五年四月十二至十八日，我和蘇靖彤老師帶領15位中三至中五的同學前往首爾，展開一次義工服務旅程。

### ① 社區廚房

該所社區廚房由一位牧師成立，每天為弱勢社群提供兩頓飯。同學協助備料切菜、派發飯菜、清理桌面、清洗餐具等工作。我走近負責切洋蔥絲的同學旁邊，不過十數秒，雙眼已感刺痛，他們邊旁的洋蔥絲早已堆積成山；流水線的盛餐區，我拿着空空的餐盤添上第一匙泡菜，最後一位男生接過盛滿飯菜沉甸甸的餐盤，舀上最後一勺湯；洗滌槽的水聲、碗筷碰撞聲不曾停歇，整整一個多小時。過程中，他們專注而安靜，沒有半聲抱怨，只有在完成工作後，才展露一點疲態。然而，他們的笑意更濃。

### ② 狗場

韓國政府在二零二四年初，宣布將於二零二七年正式禁止飼養、屠宰、分銷及出售食用狗。政策宣布後，大量肉狗非遭遺棄，便是面臨安樂死的命運。是次服務的狗場，所有狗隻皆來自肉狗市場，每隻體重達20-30公斤，標準的大型犬。然而，當同學進入狗房清理糞便及水迹時，牠們卻一聲不哼，不

是瑟縮於角落顫抖，便是不斷躲人類身後。牠們過去經歷了甚麼，可想而知。除了清理糞便及水迹，同學也要清理渠管的狗毛、清洗用具，加上聚集了數十隻大狗，味道實在非比尋常。面對這些「髒活」，他們卻是意氣高昂，一間接一間地清潔，沒有絲毫懈怠。同學當中，並非人人敢與巨大近距離接觸，但看見他們在不同崗位中傾盡己力，當下只覺他們各人都散發光彩，非常美麗。

### ③ 漢江公園

漢江公園自成一個生態系統。保育組織的代表帶領同學遊走岸邊，介紹不同物種及保育理念。返回起點時，空地上鋪展了一張巨大帆布，上面置滿不同類型的顏料及木牌。此次漢江公園的義工服務，並非清理垃圾，而是一次結合藝術元素的推廣工作。同學在木牌上畫上當地物種，過程滿載歡聲笑語。畫作完成後，他們便把木牌插在岸邊的土地，以藝術方式向將來的遊人介紹漢江公園珍貴的自然生態。

除了義工服務，行程中，同學亦到訪了現代汽車廠、資源回收廠、KBS電視台、星空圖書館、廣藏市場等地，體驗K-pop舞蹈、跆拳道，認識韓國的不同面貌。每位同學每天亦會上載一段隨筆，點點滴滴真摯動人。但願這趟旅程能成為他們生命中一次獨特的經歷，回到自己的土地後，亦能延續那份助人的精神，成為他人生命中的祝福。





在直島欣賞草間彌生的大南瓜

## 「瀨戶內國際藝術祭」的奇妙之旅

鍾栢熹老師

### 四

月中旬，我和霍老師、鄧老師帶着三十位充滿好奇心的同學，展開了一場探索藝術與自然的奇妙之旅，目的地是瀨戶內海的豐島、直島和小豆島。這次旅行不僅參觀了藝術作品，更是心靈的洗禮和思維的碰撞。

我們的第一站是豐島。這裏的風景如畫，碧海藍天讓人心情大好。豐島美術館的設計非常獨特，建築本身就是一件藝術品，與周圍的自然環境和諧共存。當我們走進美術館，映入眼簾的是一幅幅創意滿滿的作品，同學都深受吸引。工作坊中，同學拿起畫筆創作，挑戰自我，創造出各種充滿奇思妙想的作品。這時，大家的笑聲和討論聲交織，讓這個創作過程很有活力和樂趣。

接着，我們來到了被譽為藝術聖地的直島。直島的地中美術館是我們的重點行程，藝術家安藤忠雄設計的美術館和草間彌生的南瓜雕塑讓我們驚嘆不已。每一件作品都有自己的故事，學生在這裏不僅欣賞到藝術的美，還開始思考作品背後的意義。有的同學提出個人見解，表示藝術能引發情感共鳴，讓他們想到了生活中的種種感受。這樣的交流讓我們的討論更加熱烈，大家的創意火花在此刻交融。

在小豆島，我們參觀了《魔女宅急便》的場景，美麗的風景讓人彷彿置身於動畫世界。看到熟悉的場景，同學的眼睛裏閃着興奮的光芒，紛紛模仿琪琪的動作，拿起掃把，扮演起小魔女來，笑聲不斷。大家不僅感受到琪琪的勇氣與成長，還體會到了追尋夢想的美好。漫步在小鎮的街道上，欣賞着自然美景，交流着對動畫的感受，互相啟發着，每個人都感到無比興奮。

旅程中，同學們欣賞到世界級的藝術作品，更學會了如何將藝術與生活相結合。各人這次交流中找到自我表達的方式，更建立了深厚的友誼和團隊精神。

這次「瀨戶內國際藝術祭」之旅大大拓寬了我們的眼界，也滋養我們的心靈。希望未來能有更多機會一起探索藝術的無限可能，讓每一位學生都能在藝術的世界中找到自己的位置！這段充滿創意和探索的旅程，將會成為我們心中永遠美好的回憶。







# 中華文化周







70











## OLE Day











74

## 綜合藝術表演 V Show







75





## 職員合照



## 工友合照





## 全體教職員工合照



教養孩童，使他走當行的道，就是到老他也不偏離。 箴22:6



# 恩典年歲

從歲首到年終，大小事情滑過我們的生活，我們為它一一畫上句號，神為我們修繕每一個句號。

# 校務報告

## (甲) 行政事務 綜合報導

一、本校由浸信會聯會中小學及持續教育部管理，部長為李樹甘博士。法團校董會成員包括：校監張志儉博士、校董呂元信先生、李樹甘博士、梁志衡先生、吳卓穎博士、鄭融婷女士、伍凱怡博士、余惠賢醫生、何鏡明博士、溫家傑校長、家長校董何鴻德先生、教師校董顏紹熙副校長、黎健老師及校友校董高加信博士。

二、本學年教職員工共 105 位。包括校長、教師及教師助理共 79 位，行政主任、職員及技術人員 17 位及工友九位。

三、二零二四至二零二五年度全校學生共 871 人，中一至中三每級五班，另中四至中六每級六班，共 33 班。

四、本年度關注事項（五年學校發展計劃的第二年）

「塑造健康校園」：讓學生在身體、心理、社交和靈性上更健康，更強壯。

「建立學習社群」：培養學生想學、肯學、會學和能學；促進教師發展專業知識。

「確立服務型學校」：模造學生心懷天下，認識、關心並服務學校、社區、國家和世界。

五、中一人學活動

- ① 呂小及沙呂小家長講座  
二零二四年十一月二十二日舉辦浸信會呂明才小學及浸信會（沙田圍）呂明才小學家長講座。共有 290 位來自兩間小學的家長參加。
- ② 中學生活體驗日  
二零二四年十一月二十三日舉辦中學生活體驗日。招待來自 26 間小學，合共 329 位小六



新電子設備



汕頭市實驗學校師生來校交流

學生。

### ③ 呂中資訊日

二零二五年一月四日舉辦二零二五至二零二六呂中資訊日。活動包括兩場中一新生入學簡介會及開放校園，共接待接近 1300 位家長和學生。資訊日包括不同活動：學生大使帶領家長和學生參觀校舍，分享校園生活，並解答問題；Maker Faire 舉辦十多個攤位活動，體育科（箭藝體驗）、科學科、生物科、視藝科、家政科等舉辦不同學科活動；也有不同表演項目，如舞蹈表演、音樂表演等。

六、本校參與由香港中學校長會舉辦的《自主學習學校》約章計劃（第二期），為期兩年。承諾：

- ① 於校內持續推動及實踐自主學習；
  - ② 以自主學習為恆常的學與教工作，制定校本發展計劃及策略；
  - ③ 積極提升學校的教學領導和教師的持續專業發展，優化自主學習的學與教效能；
  - ④ 致力創造良好的校園學習環境，培養學生自主學習的態度及能力；
  - ⑤ 樂意與友校分享推動自主學習的經驗及成果，共建約章學校的自主學習社群。
- 七、新增或更新政策或重要措施
- ① 逢星期三為師生運動日，鼓勵師生穿着運動服上學，課間或放學後相約做運動。
  - ② 逢星期三開放籃球場和排球場，讓同學有充足空間進行球類活動。
  - ③ 延長午膳時間五分鐘，讓學生有充裕用膳時間。
  - ④ 為中六學生額外增加一節體育課，讓學生有足夠的身體活動，期間安排接觸新興運動項目，如匹克球及欖球。



## 慶典及活動

一、本年度水運會於二零二四年九月二十三日假馬鞍山泳池舉行，並敦請本校校監張志儉博士致辭及頒發獎項。

二、家校合作：十月二十五日為本校家長晚會，於禮堂舉行「第35屆家長會幹事就職禮暨會員大會」，敦請曾潔雯教授作專題演講，之後有分級專題講座或由班主任會見家長。

三、本年度運動會於十月二十八日至二十九日假沙田運動場舉行，並敦請巴黎殘疾人奧運羽毛球銀牌得主——香港輪椅羽毛球代表陳浩源先生致辭及頒發獎項。

四、十一月二日舉辦「職業輔導日」，邀請各行各業校友回校，與中五及中六同學分享寶貴的工作經驗，為升學及就業作準備。

五、十一月二日舉行「校友日」，近300名校友回母校重聚。今年為校友會三年一度的選舉年，校友共選出六位校友會幹事。

六、本學年共舉辦三次教師發展及培訓活動，包括大學聯招選科策略及輔導學生選科工作坊、成長思維模式及表達藝術治療、學生情緒輔導及壓力管理和舒緩技巧、教師舒緩工作坊。

七、二零二五年一月二十五日至二十七日為家長日，班主任與家長討論學生學業情況、在校及在家的表現。

八、五月二日舉行「OLE Day」，安排高中同學按興趣參加不同的藝術工作坊。

九、五月二日舉辦兩場呂中綜合藝術表演，內容包括詩詞朗誦、各式舞蹈表演、合唱團獻唱和中西樂團演奏。下午場有來自姊妹學校汕頭市實驗學校的九名師生到訪參觀，其中三名學生參與潮樂及書法同步表演、兩名學生帶來手風琴與鋼琴合奏、一名學生表演舞蹈，展現飛天優美的舞姿，令活動更添多樣文化色彩。兩場表演有校友及來自不同小學的師生和家長到校觀賞。

十、七月十一日於禮堂舉辦第廿屆（柏社）畢業典禮，敦請香港特別行政區政府行政會議成員、精神健康諮詢委員會主席及基督教靈實協會行政總裁林正財醫生、SBS、JP蒞臨訓勉及授憑。

## 學校發展計劃

一、塑造健康校園：讓學生在身體、心理、社交和靈性上變得更健康，更強壯。

① 生活教育組於二零二五年一月二十日至二十四日舉行「健康周」。透過一連串體驗活動，讓學生學習如何建立健康生活，內容包括健康睡眠、情緒和壓力管理。

② 為師生創造更多休息時間  
午膳時間增加五分鐘，為師生提供更充裕的休息時間，甚至有更多機會關注學生需要。

③ 推廣正向教育和成長思維  
透過生活教育組早會、周會、班主任課、班級經營以及課外活動，推廣正向教育元素，如感恩知足、發現自己性格強項、建立正向人際關係等。

i 體育科舉辦班際長跑龍虎榜，鼓勵學生自行練習，爭取更好成績。

ii 各級級社舉辦不同類型的班際活動，讓同學在學習之餘能放鬆心情，亦能同時增進班級的凝聚力，詳情請參考級社工作小組報告。

④ 建設綠化校園及康樂休閒設施

優化二樓公共空間，改建為藝術區「Imaginar」及休閒區「Chill Zone」，以增加學生與朋輩聚首的空間，讓同學身心靈更趨健康。於地下及

一樓增設健身單車，方便師生進行運動。家政科讓同學於一樓平台種植蔬菜，地下側廊設置魚菜共生設施，綠化校園並發展同學科研潛能。

⑤ 升學輔導師友計劃（Career Mentor Scheme）  
推行「升學輔導師友計劃」，由科任老師輔導中六學生於大學聯招選科，詳情請參考升學就業輔導組報告。

二、建立學習社群：培養學生想學、肯學、會學和能學；促進教師發展專業知識。

① 資優教育及才能發展

i 校本資優教育規劃  
a 採用教育局建議「三層架構推行模式」規劃及推行校本資優教育（第一層：校本全班式教學；第二層：校本抽離式計劃；第三層：校外支援）。

b 透過資優教育委員會支援校內各科組舉辦資優活動，並統籌校外資優計劃。

c 於學年初透過不同方法（包括學生的學術成績、比賽成就以及老師推薦）識別各學習領域中具潛能的學生，並建立資優人才庫。

d 為師生設立校本資優教育資訊網頁，提供校外資優課程和計劃、校外資優課程校本資助計劃及與資優教育相關之教師專業發展等資訊。

ii 校外資優課程

a 提名學生參加香港資優教育學苑（The Hong Kong Academy for Gifted Education, HKAGE）課程，詳情請參考資優教育委員會報告。

b 提名學生加入香港大學「菁英聚港大計劃」（Academy for the Talented），詳情請參考資優教育委員會報告。

- c 由資優教育委員會及各科老師推動學生參加不同院校和機構舉辦的資優課程、活動和大型比賽，詳情請參考各科組報告。
- d 為鼓勵具潛質的學生參加不同院校所舉辦的校外資優課程和活動，校方利用全方位學習津貼以及多元學習津貼，資助學生報讀相關課程的部份費用。
- iii 校本抽離式計劃
  - a 運用多元學習津貼推動並支援各科組舉辦校本抽離式拔尖及增潤課程和活動。各科舉辦抽離式資優活動可參閱各學科報告。
  - b 透過不同學會、服務團體、屬社和級社發掘和培育具領袖稟賦的學生，並藉籌辦活動提供機會讓他們發揮僕人領袖的精神。
- iv 校本全班式教學
  - a 於不同學科推廣學與教範式遷移，例如分組專題匯報、按能力分組討論、課堂前測等，並因應學科特色及學生學習情況而採用加速、加闊、加深的教學策略，配合分層及延伸課程及課業，以照顧校內資優生的學習需要。
  - b 持續透過各學科的自主學習協作課研深入探討課堂設計、教學內容、教材調適及教學技巧，共享教學策略及難處，以提升不同學習程度的學生的學習成效。
- c 加強學科課程中的資優元素
 

中文科與英文科提供強化口語和公開演講的訓練；數學科與理科重點增強學生建模和科學探究的能力；社會、人文及科技學科融合社會創新、STEAM和企業家精神於課程活動；藝術學科增加同學以表演和展覽方式展示藝術天賦之機會。詳情請參考各科組報告。

- v 肯定並表揚在學術和非學術領域中具有天賦的資優學生
  - a 透過不同媒體，如學校網頁及臉書，表揚學生在學科及學界比賽各方面的優異表現及成就，藉以提升學生的成就感和自信心，肯定學生的才華。
  - b 五月下旬的早會舉辦兩節頒獎典禮，分別表彰在學術和體藝方面獲得卓越表現及成就的學生。
  - c 在各個校際學科和課外活動比賽中獲獎的學生名單會在校刊《明道》中刊出，以資表揚。
  - d 設立校長嘉許名單 (Principal's List) 和榮譽榜 (Honour Roll) 以表揚學術成績優秀的學生。
- vi 教師發展
  - a 透過電郵定期向教師推廣由教育局和香港資優教育學苑提供的專業培訓課程和講座，以裝備教師辨識、評估和支援資優學生的知識和技能。
  - b 在校本資優教育的 Google Site 上定期更新資優教育學與教和教師培訓資訊，包括由教育局課程支援分部資優教育組每學年更新、刊製的《校本資優教育及人才庫資源冊》。
- ② 自主學習
  - i 本學年為自主學習協作課研的第四年。本學年常規化相關研究，所有學科均需參與，詳情請參考教學發展小組報告。
  - ii 二零二四年八月廿二至廿三日及九月四日舉行中一「自主學習學生工作坊（一）」：預習、「自主學習學生工作坊（二）」：小組學習及「自主學習學生工作坊（三）」：組間互學」，由溫家傑校長及何孝禮副校長帶領學生以自攜學習裝置進行自主學習，讓他們熟習分組，經歷小組學習，體驗小組互動，亦讓他們了解自主學習的好處和必要條件。
  - iii 中一至中三級班主任於九月為全班分組，方便科任老師於課堂進行分組學習活動。

- ③ 有效結合自攜學習裝置及教育軟件
  - i 本學年於中一至中三級全面推行自攜學習裝置計劃 (BYOD)，方便各科進行不同類型電子教學活動。例如透過自攜學習裝置進行翻轉課堂、網上問答、搜集資料、閱讀學習材料、戶外探究、進行虛擬實驗、數學繪圖、協作學習、搶答比賽、多媒體寫作等。校方亦在開學前為所有中一學生舉辦工作坊，介紹電子學習的理念，以及分享在學習上如何善用電子裝置。
  - ii 為協助老師進行電子教學，校方購買不同電子學習平台供老師使用。例如 LoLoNote、Nearpod 及 Kahoot!，亦舉辦工作坊作培訓及分享經驗。除此以外，因應全球資訊科技已進入人工智能 (AI) 世代，校方亦為老師舉辦不同 AI 工作坊。老師也積極參與外間的 AI 相關講座及工作坊等，以探討如何在學與教中善用 AI。



內容	科目
1. 使用 LoLoNote / Padlet / Nearpod 作課堂互動，或使用 Edpuzzle 作課前預習及自學。	中文、英文、數學、中史、企業、會計及財務概論、經濟、音樂、視覺藝術、物理
2. 使用 Kahoot! 進行搶答比賽以鞏固所學。	中文、數學、公民、經濟與社會、公民與社會發展、科學、物理、化學、生物、地理
3. 以 Google Forms 收集家課或多項選擇題答案，分析學習難點。	數學、地理、中史
4. 使用 Mentimeter 提升學生學習的興趣及增加互動。	聖經、音樂
5. 以 ReadToGather 閱讀分享平台，供學生課餘自學。	中文
6. 以 Desmos、GeoGebra 學習幾何及坐標幾何課題。	數學
7. 以 Data logger 及智能裝置進行實驗；以平板電腦進行虛擬實驗。	科學、物理、化學、生物
8. 中一級學習正確使用自攜學習裝置及各種軟件；中二級以平板電腦編寫程式；中三級學習在短片創作中以平板電腦進行拍攝及構思分鏡。 9. 中四及中五級使用 HKOI Online Judge / Grok Academy / Canvas 鞏固所學。	電腦
10. 在 Google Earth 搜尋與課題相關地形及城市特徵。	地理
11. 以 Youtube / IG / AI 參考或學習不同的繪描技巧；運用 Pinterest / Google Arts & Culture 搜尋圖像作為創作參考；高中視藝科使用 Procreate 電腦軟件創作 SBA 作品。	視覺藝術
12. 使用 Muse Score 提升學生學習的興趣及增加互動。	音樂
13. 學生拍攝上課時的練習情況，自我檢視。	體育

iii 以下為不同科目以自攜學習裝置進行教學活動的例子：

#### ④ 教師發展及專業學習社群

##### i 公開課

今年有 15 位老師參與香港中學校長會「自主學習節」公開課，詳情請參考教學發展小組報告。

##### ii 推動學校層面及學科層面的教學交流

##### a 學校層面

- 舉辦校內工作坊及帶領老師參與友校教師發展日，詳情請參考教學發展小組報告。

- 推介老師參與由教育局舉辦的工作坊。
- 推介老師參與由不同友校舉辦的觀課交流活動。

- 推介老師參與香港中學校長會「自主學習節」公開課。

- 鼓勵各學科進行科本同儕觀課交流，促進科本教學更新。鼓勵各科建立教學專業分享文化，並贈書券作為鼓勵。

- 建立 Point 平台，發放不同資訊科技工具的資料及新教學法。

##### b 學科層面

- 科組內進行同儕觀課、專業對話、教學反思、知識管理等，並以完善新教學策

iv 所有中一至中三學生和已成功申請參與自攜學習裝置計劃的學生，可在圖書館、創客教室 (Maker Lab)、有蓋操場、乒乓球室、地下 G08 室及二樓 Chill Zone 自由使用自攜電子裝置。學生亦可在校園其他地方，有老師在場情況下使用電子設備，促進自主學習。為支援有經濟需要的學生進行電子學習，校方申請優質教育基金，購買電腦供有需要的同學借用。

略為重點。

iii 建立以有效學與教策略為重之觀課文化

a 推行自主學習協作課研，協助同工完善教學策略，並增強專業協作。

b 在不同層面會議提醒同工按五年計劃進度試行新教學法，同工之間互相觀摩，促進交流。

c 在科主任及教師考績流程中，加入恆常措施，如觀課前會議及觀課後會議，以促進專業對話及教學反思。

d 使用更新後的觀課回饋表（包括自主學習項目）。

e 更新學生回饋表，新增使用英語教學成效的項目。

### ⑤ 培養閱讀習慣及享受閱讀樂趣

推行初中廣泛閱讀獎勵計劃、舉辦各類圖書館活動、舉辦綜合圖書展等，詳情請參考學校圖書館及閱讀推廣委員會報告。

### 三、確立服務型學校：模造學生心懷天下，認識、關心並服務學校、社區、國家和世界。

#### ① 社會創新項目

i 於中一公民、經濟與社會科課程引入社會創新專題，學生參與專題研習，並在課堂中匯報計劃和分享交流。二零二五年四月二十四日周會期間，舉行班際社會創新專題研習比賽。

ii 經濟科舉辦「呂中經濟台——經濟學影片製作工作坊」。中五同學以影音短片根據經濟學理論分析時事，並提出改善香港或國家經濟的可行方案，完成學習成果匯報比賽。

#### ② 國家安全教育及國民教育

i 各學科全面推行國民教育及國家安全教

育，於初中及高中依循「多重進路」及課堂內外互相配合的形式，在各學習領域、價值觀教育（包括德育、公民及國民教育）以及各類學習活動，自然連繫並有機結合國家安全教育的元素，從而加強學生認識法治和國情，明白維護國家安全的重要性，並提升國民身份認同感，並在各學科會議內檢討成效。

#### ③ 姊妹學校計劃

ii 「中華文化周」由九個科組合辦，詳情請參考「跨科組協作活動」報告。

i 本學年申請姊妹學校計劃津貼，計劃與姊妹學校教職員在學校行政及教學上交流，加深認識兩地文化，共同提升教育質素。本校去年與佛山暨大港澳子弟學校、廣州暨大港澳子弟學校、東莞暨大港澳子弟學校及汕頭市實驗學校結連為姊妹學校。

ii 二零二五年三月二十二日至三月二十三日由溫家傑校長及周鳳美老師帶領100位學生到訪汕頭市實驗學校參觀與交流，並於姊妹學校的30周年慶祝大會中表演舞蹈及武術，互相學習。

iii 二零二五年五月二日汕頭市實驗學校師生一行九人到訪本校參觀及交流，並參與本校綜合藝術表演。



師生籃球賽



## 國民教育委員會

一、國民教育委員會由校長領導，成員包括副校長、個人、社會及人文教育學習領域課程主管暨公民與社會發展科主任、公關及文獻組組長及家長會主席。成員包括：

組長：溫家傑校長

組員：顏紹熙副校長、何孝禮副校長、

郭賢偉副校長、簡永東老師、

黎健老師、家長何鴻德先生

二、按教育局要求，學校在二零二一至二零二三年啟動國家安全教育，在二零二二至二零二三學年全面實施。國家安全教育透過學校行政、人事管理及教職員培訓、學與教、學生輔導及支援、家校合作等範疇，推行與維護國家安全及國家安全教育相關事宜。

三、二零二五年六月十二日召開會議，完成檢視二零二四至二零二五年度國家安全教育計劃，並討論下學年各項安排及措施，完成二零二五至二零二六年度計劃。

四、於情意及社交表現評估套件問卷調查中，有關國民身份認同的項目，包括一、「責任、義務」；二、「自豪、愛護」；三、「國旗、國歌」；四、「成就」，均為116，即最高分數。

五、本年度國民教育各項安排及措施如下：

### ① 學校行政

i 根據教育局通函第11/2021號《國旗、國徽、國歌和區旗》，學校每天升降國旗，每星期早會期間由各學生制服隊伍進行一次升旗儀式，奏唱國歌。學校亦在各大型慶典活動，進行升國旗及奏唱國歌儀式。

ii 已更新並實施符合國安法之校舍管理機制及舉辦活動機制和程序，避免在學校出現

任何抵觸有關國家安全的言論或活動。

iii 已更新並實施符合國安法之圖書館購置書籍程序及周年書籍檢查。

iv 國民教育已納入學校五年發展計劃，並以讓學生認識、關心和服務國家為目標。學校、科組及教師各層面均以國民教育三個關鍵績效指標作為工作計劃的評估要點。

v 透過內部通告、指引、會議等不同渠道，使學校員工了解並熟悉國家安全法的立法背景、條文、重要性，以及政府傳播的相關信息。根據教育局不時發布或更新的指引，結合各個學校的具體情況，制定具體策略和應急措施。

vi 將特定條款納入採購程序的報價或招標文件中，以保障國家安全的利益。必要時，取消供應商的資格並終止合約。

### ② 人事管理及教職員培訓

i 已按教育局規定更新聘請機制及合約細則，包括要求新入職教師在基本法及國家安全法測試中獲合格成績。

ii 每年在第一次校務會議及新老師迎新活動提醒教職員工遵守國安法。

iii 已更新學校教職員工電子平台所有國安法相關之文件及指引，以便教師和職員隨時按需要參考及取用相關資料。

iv 於教師考績及培訓報告中引入國安教育、基本法教育、國情教育相關項目，以推動教師積極參與相關課程和培訓。

### ③ 學與教

i 根據教育局通函第6/2021號就國安教育、基本法教育、憲法日教育更新各科課程，並按教學規劃實施。

ii 檢視課程文件和教學計劃，並檢視相關課程的實施情況。

iii 內地交流考察團及姊妹學校計劃  
a 參與內地交流考察團，初中有8人，高中有134人。

b 參與內地姊妹學校計劃，與四所中學結為姊妹學校；今年共有兩次交流活動。

iv 舉行與國安及國民教育相關之全校性教育活動，詳情請參考各科組報告。

v 安排學生參與校際、全港性或全國性的國民教育活動或比賽，今年參與人數百分比為100%，詳情請參考各科組報告。

vi 學校透過多元化的方法及學習活動把國民教育的概念融入學習中，提升學生對國家安全的認識和國民身份認同，詳情請參考各科組報告。

vii 今年「中華文化周」由九個科組協作完成。

### ④ 學生輔導及支援

i 已就與國安法相關的學生紀律跟進事宜更新教師手冊及相關指引。以一貫學校輔導訓育精神處理涉及國安法相關的違規行為。

ii 二零二四年九月十七日在早會期間分享九一八事變與十四年抗戰等歷史事件。

iii 九月三十日國慶早會期間分享國家過去數十年的發展。

iv 二零二五年四月十一日「全民國家安全教育日」早會期間，進行有關文化安全、糧食安全、資源安全及人工智能安全的分享活動。此外，於前後一星期展示相關主題的展板。全校學生亦參與由教育局舉辦的2025《文明中華》網上挑戰賽。而本校榮獲教育局頒發的積極參與學校獎及沙田區

最積極參與學校獎。

v 「全港學界國家安全常識挑戰賽（2024/25）」：為了響應「國慶日」及提升學生對維護國家安全的意識，本校全體學生於二零二四年九月三十日至二零二四年十月八日期間參與由律政司、保安局、教育局及善德基金會合作舉辦的「全港學界國家安全常識挑戰賽（2024/25）」。

## ⑤ 學校合作

- i 每年第一份學校通告向家長發放國家安全教育的相關資訊，與家長會持續溝通以了解家長對學校國安教育措施的看法。處理學生違規行為時，與家長溝通及協調。
- ii 家長網絡義工一年四次學習和製作中國特色小食和甜品，並與全校師生分享。

## 教師發展委員會

一、教師發展委員會成員包括校長、副校長及教師團契小組負責人。透過教職員退修會和教師團契，聯絡及幫助教師在主裏彼此支持，亦透過教師發展日及各項校內外專業培訓課程和活動，讓教師能在專業範疇發展及有所成長。委員會亦積極在（一）教學發展、（二）個人、群性及事業發展和（三）學校發展推動專業知識管理，加強同事溝通交流，促進互信互助和知識管理，建立專業學習社群。成員包括：

組長：溫家傑校長  
組員：顏紹熙副校長、何孝禮副校長、郭賢偉副校長、劉燕群老師

二、於持份者問卷調查中，本年度教師對專業發展的觀感為4.0（最高分為5），高於香港常模3.6。

三、本年度的教師發展日安排如下：

① 二零二四年十二月三日與升學就業輔導組合辦教師發展日，詳情請參考升學就業輔導組報告。

② 二零二五年三月二十一日與生活教育組合辦教師發展日，詳情請參考生活教育組報告。

③ 二零二五年六月二日由香港基督教女青年會到校主辦「教師心靈忙·休點」工作坊，為教師提供訓練和指導，使教師能更好地識別和應對學生的心理健康，以及提昇教師的自我照顧，並學習提供適切的支持和輔導。當日分為兩節活動，第一節分兩組進行，分別以學生情緒輔導和壓力管理和舒緩技巧做主題；第二節為教師安排了不同的工作坊，包括體驗拉花、製作香水、生態瓶等。下午安排了各教師團契小組組聚，分享及回顧學年生活，既有感恩，也有挑戰，彼此守望。

## 四、協作教研及知識管理：

① 協作課研踏入第四年，本學年所有科目參與其中，參與教師有38人。當中有三科由校外教學顧問帶領，四科由校長帶領，四科由副校長帶領，其餘由該科科主任或副科主任帶領。共完成22個自主學習教案。

② 鼓勵各科建立教學專業分享文化，並贈書券作為鼓勵。

③ 邀請完成教育局專業進修課程和參與協作課研的教師在校刊《明道》中分享當中習得及啟示。

## 五、教師培訓：

① 根據教育局網上教師培訓記錄系統，今年本校教師的專業進修總培訓時數為5095.75小時，人均70.3小時。過往三年總培訓時數達150小時的教師佔整體百分之69。

② 所有新入職教師已於入職首兩年完成教育局

要求的所有進修課程及時數。

③ 所有教師均持有學位，當中54.8%擁碩士學位學歷，94.5%已完教育文憑課程。

④ 參與國民教育和STEAM教育相關的校外或到校專業發展活動的教師百分比分別為58.3%及42.8%。

⑤ 在特殊教育需要的專業培訓中（截至二零二四年九月十九日），完成基礎課程、高級課程、專題課程的教師百分比分別為46.9%、15.6%及15.61%。

⑥ 有七位教師成功完成教育局專業進修課程或

	課程／學習團	人數
1	支援有特殊教育需要學生：針對有注意力不足／過度活躍症的學生專題課程	1 位
2	支援有特殊教育需要學生：針對有精神病患的學生專題課程	1 位
3	教師專業進修課程證書（體育學與教之新發展範例）	1 位
4	新入職／現職／升職教師內地學習團	4 位



## 內地教師考察學習團，詳情如下： 教師團契小組

本組旨在促進同事在「基督化全人教育」宗旨下的靈命成長，建立教師團隊間的和諧關係。成員包括：

組長：劉燕群老師

組員：溫家傑校長、顏紹熙副校長、

曹震安老師、阮詠恩老師

一、教師團契小組透過教職員退修會和教師團契聚會，聯絡及幫助教師們能在主裏及校園內彼此支持及同工。

二、本年度教職員退修安排如下：

① 二零二四年八月二十日舉行教職員退修會，上午由戴浩輝牧師分享主題信息「成為一個更好的自己」，然後有教師團契小組分享、反思和彼此守望。下午有互相認識和團隊建立的活動和遊戲，使教職員團隊成為一個「更好的隊伍」。

② 十二月十九日至十二月二十日假西貢保良局賽馬會北潭涌渡假營進行教職員退修會，第一天晚上有分享會和小組活動，第二天由香港教育大學基督教信仰與發展中心岑樹基牧師分享信息，讓教職員再思考如何建立一個更好的事奉團隊。

三、本年度教師團契共有四次聚會，本年主題為「成為一個更好、更健康的自己」。透過訂立目標、運動、靈修及團隊活動，於各次聚會中彼此分享和建立，讓同事於小組中互相分享、鼓勵和支持。

## 校園發展及設施管理組

本組旨在規劃校園發展、美化校園、維護校園設

施，讓校園在各方面均配合教與學，以及為學生提供優良的學習環境。成員包括：

組長：顏紹熙副校長

組員：陳栢希老師、莫少偉老師、蔡偉鋒老師、黃君臨老師、張泰洛老師、Dr. Eva Li、張志聰先生、林明忠先生、李逸軒先生、李逸成先生、莫智文先生、伍施雅小姐、徐雯疆小姐

一、為全校重新鋪設無線網絡，並由Wi-Fi 5一舉提升至Wi-Fi 7，大大提升網絡速度及穩定性，並促進教與學的成效。

二、為中一及中二共十間課室安裝智能互動電視，增加不同教與學的可能性，更提升學習成效。同時亦為這十間課室購置新電腦，以配合教學之用。

三、繼去年完成第二期更換閉路電視系統後，第三期亦已於暑假期間完成，提升校園保安程度。

四、為禮堂安裝三面LED幕牆，大大提升舞台光影效果。

五、申請優質教育基金，購置流動電子學習工具，供有需要學生借用，以促進電子學習。

六、為配合學校「創新實驗室計劃」的不同電腦課程，本校為電腦室添購八部流動電腦，供學生於電腦課程中使用。

七、地下側廊設立魚菜共生系統，與外間機構合作進行種植方面的研究，發展同學科研潛能。

八、為部份課室更換投影設備，以滿足教學需要。

九、為所有實驗室更換空調設備。

十、為舊翼二樓設立學生會室；改建藝術區「Imaginar」，為同學提供展示作品的機會；改建休閒區「Chill Zone」，為同學增加活動空間，讓同學身心靈更趨健康。



Imaginar



- 十一、為老師購買不同軟件及電子教學平台，提升教與學素質。例如 Nearpod、Kahoot!、Padlet、Screencast、Adobe Creative suite、Zoom 等。
- 十二、將完成之暑期工程包括：
- ① 更換舊翼前後梯及二樓照明系統；
  - ② 重鋪舊翼所有洗手間電線；
  - ③ 重鋪有蓋操場及乒乓球室的電線，以及更換照明系統及風扇。



Chill Zone



禮堂三面 LED 幕牆



## (乙)教學事務

教學事務部統籌並協調全校課程及教學事務的工作。今年各組架構如下：



### 課程及教學組

一、二零二四年中學文憑試放榜，中六學生成績優異，90.7%的學生考獲入讀大學學位課程資格，獲5級或以上及獲4級或以上分別達40.3%及78.7%。取得4級或以上達80%的科目有九科，包括中國文學(100%)、音樂(100%)、物理(97.1%)、世界歷史(93.8%)、化學(84.7%)、中國歷史(82.4%)、生物(82.1%)、數學(82.1%)、英國語文(81.4%)。接近七成5或以上的學科包括：視覺藝術(77.8%)、學延伸部分單元一(77.2%)、地理(75.9%)、經濟(75.7%)。取得5級或以上達40%之科目有八科，包括音樂(100%)、物理(71.4%)、數學延伸部分單元一(54.5%)、資訊及通訊科技(53.3%)、化學(47.5%)、視覺藝術(44.4%)、數學(41.9%)、英國語文(41.5%)。

最佳成績為六科5\*\*及一科5\*。取得兩科5\*\*或以上／五科成績達30分，共14人。在大學聯合



中一午間講壇



中文學會活動

### 學科報告

#### 一、中文科

##### 塑造健康校園

閱讀方面，各級均設與精神健康或社交情緒相關的篇章，並設析述題，讓學生反思其取捨原因。寫作方面，中二級學期初安排寫作「給中一學生的信」，以過來人身分給學弟妹建議及鼓勵，建立關愛文化。高中實用文亦有以健康校園為主題

七、本年度各學科的報告如下：

六、本校參與「學生能力國際評估計劃」(PISA) 2025，就三個基礎範疇作評估，分別為科學能力、數學能力和閱讀能力。負責研究的香港大學隨機邀請本校中三及中四部份學生於二零二五年六月期間進行評估。

招生中，獲取錄學生達91.5%。

二、本校除了安排每位高中學生修讀三科甲類選修科目外，學生可在獲得學校批准的情況下，額外修讀應用學習或其他語言課程，課堂於周六進行。本年共有六位中四學生、四位中五學生及三位中六學生參加應用學習。11位中四學生、九位中五學生及12位中六學生參加其他語言課程(日文、韓文、法文及西班牙文)。

三、各學科學會組織成熟，學科活動由高年級學生透過學會來組織、策劃及推行，讓學生在課堂以外，仍能延續其學習及增加群體生活經驗。

四、本年度接待從意大利前來的一位交換生入讀中四C班，讓學生們開闊眼界及認識不同地方的文化。

五、本校積極參與大學之教學實習計劃，先後有三位學生到校實習或參與影子計劃，期間與本校老師彼此觀摩交流。三位學生分別來自香港中文大學物理系、香港教育大學人文學院、香港教育大學博文及社會科學學院。

的題目，各級命題寫作也有相關題目。說話方面，中一至中四均擬定與體育或睡眠相關的短講或討論題目，促使學生反思，交流意見。

## 建立學習社群

### ① 資優教育

i 中一至中五舉辦不同活動，給予學生公開演說的機會，亦可藉此發掘能言善道者：

a 中一、二舉辦午間講壇，分別於上下學期舉行。

b 中三舉辦即席專題演講比賽，已於一月下旬假演藝廳舉行。

c 中四繼續與公民科合作，於說話課協助訓練辯論比賽。

d 中五、六級設周會司儀，學生自由報名，由科任老師訓練。

### ② 自主學習

i 中一至中三，製作校本教材「中華經典導讀」研習手冊，鼓勵學生自學，增加學生的文化素養。

ii 各級於寫作教學上以學生作品為教材作賞析或互評，通過評鑒、比較等高階思維訓練，提升創作能力。

③ 教師發展（包括協作課研、知識管理、公開課、與校外教學組織聯繫）

i 中三級以議論文閱讀及寫作為題，由何世敏博士帶領推行協作課研。

ii 第一次科務會議期間邀得文憑試中文科閱讀卷試卷主席陳曙光博士主持教師發展，分享閱讀教學策略。

## 確立服務型學校

本科與其他科組於二零二五年二月十二至十八日合辦「中華文化周」，詳情請參考「跨科組協作活動」報告。



中文學會參觀金庸館



元宵燈會 - 彩繪油紙傘

## 校外活動

① 第76屆香港學校朗誦節共23人報名參加，13項粵語賽事，12項普通話賽事。今年由外聘導師林文珊女士負責訓練參賽學生。共十名學生獲得二個獎項，包括兩項冠軍、五項亞軍及三項季軍。

② 中國中學生作文大賽（香港賽區）今年總主題為「站在時間的河邊」，中三四全級參賽，初級組及高級組各推薦五名學生作品。SD陳婬嫻以作品《同度》進入全國複賽。

③ 共12名中三至中六學生於二零二四年九月二十一日出席由中華傳道會安柱中學主辦之「照亮靈魂的微光——黎紫書講座2024」。

④ 共八人參加全國青少年語文知識大賽「菁英盃」，1A何君兒獲一等獎，1C石愷翹及1D黃傲晴獲二等獎，1F冼子喬獲三等獎。

⑤ 已廖晨澤獲「我的沙田精神」徵文比賽初中組優異獎。

⑥ 共三人參加第21屆全港中學「兩文三語」菁英大比拼，初級組一人，高級組兩人。1A盧曉柔入圍複賽。

⑦ 分別有三人參加由香港浸會大學舉辦之第十三屆「大學文學獎」及「中學生中文文學寫作坊」。

⑧ 黃勺旂憑作品《家務難》榮獲「少年作家獎」。

⑨ 共8人參加由「一本讀書會」聯同「有益圖書俱樂部」主辦的第二屆全港中小學生中文寫作比賽「我為甚麼喜歡這一本書」。

⑩ 第三屆蒲公英聯校文學獎，本校於二零二五年二月八日借出禮堂舉辦高中組散文及小說兩場講座。徵文比賽則合共有12人參加四個組別。

## 校內活動

① 中六中文備試班今年導師為校友李書璇，共15



人報名，出席率近九成。

② 二零二四年十月二十三日中三四周會邀請作家葉曉文女士主講，講題為「尋花與尋牠：香港的花草動物與寫作」。

③ 二零二四年十一月二十一日中五六周會邀請作家劉偉成博士主講，講題為「望穿燈下黑：文學如何從生活出發」。

④ 中文學會今年共招收了34名會員，以「逐鹿」為主題，共安排四次活動。

⑤ 中一級集體閱讀陳志堅校長《紅豆糕的歲月》，並邀得作者於二零二五年二月十三日親臨本校，為中一學生舉行講座，分享創作及閱讀心得。

⑥ 今年將出版第3期《青苗》，作文主題是《差一點》，學生可根據主題再自擬題目；創意寫作題目是《——最後一小時》。

## 二、普通話科

### 塑造健康校園

安排適量分組活動及討論，讓學生分享與課題相關的生活內容，並進行簡單匯報，以期望學生在輕鬆的氛圍下練習說話。偶爾分組對賽，讓課堂氣氛活潑熱鬧。

### 創建學習社群

同工就教學方法、課題活動設計有分享及交流。又經常留意教育局或相關機構舉辦普通話教學講座及分享，並樂意出席活動，與同行交流經驗。

### 確立服務型學校

透過不同課題，包括環保、旅遊、飲食、風俗文化、少數民族等，讓學生了解不同地區的特色，或讓學生觀看短片或其他相關影音材料，以掌握國家概況，懂得欣賞國家發展，也了解世界情況。



English Week



元宵燈會 - 製作漆扇

## 三、English Language

### Healthy Campus

Topics on a healthy diet, exercise and sports and the building of self-image have been introduced to all forms. Module materials include all four skills: reading, writing, listening and speaking.

### Learning Community

#### 1. Gifted Education

This is the third year that Literature is integrated into the F.1 and F.2 curricula. The first unit "Poetry" aims to introduce students to the works of various poets such as Pablo Neruda and Carol Ann Duffy whilst instilling in them an appreciation for literary terminology and the concepts that underpin the study of literature. The next unit of work, novels, introduces students to a different literary genre whilst further developing their creative expression, usage, reading comprehension and literary analysis.

Site-based curriculum materials have been tailor-made for each unit of work and each unit of work is assessed using a comprehensive student-friendly

### 校內活動

邀請中三各班為「中華文化周」提供攤位活動，藉此介紹不同的中華文化元素，包括：彩繪油紙傘、製作中國結掛飾、製作漆扇、以活字印刷術製作卡片、以古文字書寫書籤。

rubric, culminating in an end-of-term examination. Continuous, authentic assessment and formative feedback are prioritized at every stage in the delivery of the curriculum.

2. Learning across the Curriculum is fully implemented in the junior forms to enhance students' learning motivation and encourage inter-departmental cooperation.
  - i. Reading across the Curriculum (RaC) is promoted from F.1 to F.3 throughout the year. Students are encouraged to read Language Across the Curriculum Readers (LAC Readers) and finish book reports to learn about Geography, History, Maths, and Science. Students are given total freedom to choose what books and subject materials they would like to read.
  - ii. F.2 students have to give a presentation to teach their classmates about the vocabulary related to Geography in English oral lessons. This activity not only builds students' confidence and brushes up their oral skills but also fosters their creativity and critical thinking skills, preparing them for Geography lessons.  
Their script-dubbing project has allowed them to incorporate skills that they have learned in ICT lessons into the English lessons.
  - iii. F.3 students collaboratively worked with their classmates to write drama scripts in the English drama lessons. While the script-writing process encouraged students' creativity, appreciating their peer's work could also help students develop a critical mind. Classes are conducted by both the Drama Teacher and English teachers. Their final products are then presented in the form of an inter-class competition.
3. Self-regulated learning  
To encourage students to be more aware of their learning, three to four SRL projects are introduced in F.1 and F.2 writing in the form of focus marking.

### Serving School

Elements of national security, global identity and serving the community have been integrated into all F.1 - 5 modules. These topics include IT security, sportsmanship, career planning, understanding different cultures, endangered animals in China and charity.

#### Open Competitions

- i. A total of 29 students participated in the 76th Hong Kong Speech Festival (English) in Solo Verse Speaking, Dramatic Duologue and Public Speaking. Our students did an excellent job under the guidance of our teachers. They were awarded 2 champions, 4 first runner-ups and 4 second runner-ups.
- ii. This year, BLMCSS's debating club has grown considerably with the addition of a junior team comprised entirely of form 1 students. Overall, in addition to more student helpers and auditors, our little club has now doubled in size. Both junior and senior teams continue to refine their debating prowess having already completed 4 HKSSDC rounds this year. The senior team has also continued to offer their support and guidance in mentoring our youngest members on their path to glory.
- iii. Scrabble  
The school team (members: Kang Yuet (1A), Tse Ching Ki (1C), Chan Chak Tim (3D) and Kang Cheuk (3E) ) won the runner-up award in the 9th Shatin Secondary Schools English Scrabble Competition (2025). Kang Cheuk (3E) achieved the overall individual third place, as well as the High Game Award and the Bingo Machine Award. Chan Chak Tim (3D) won the Best Newcomer Award. Kang Yuet (1A) was awarded the title of Best Player.



Kang Cheuk (3E) won the U14 Champion title at the Hong Kong Scrabble Challenge 2024 (4 Aug 2024) and the Hong Kong Team Champion title at the East Asian Scrabble Championship 2025 (in Kyoto, 5 Apr 2025).

Wong Tin Yuet (3C) won the Best Newcomer Award at the 7th Joint-School Scrabble Tournament for Novices (2024-2025).

- iv. Mok Shing Hin (4A) was shortlisted in the Fiction Group 4 category at the Hong Kong Young Writers Awards 2025 with the theme “New Tales of China’s Dinosaurs,” while Chow Ho Ching (2E) and Yum Yat Nok (2B) received honorable mentions for their works.

## Other School Activities

### 1. INK magazine

The editorial team has shown incredible enthusiasm and diligence this year in bringing student’s ideas to fruition. They have contributed countless hours and maintained their positivity and humor under the shadow of academic and ECA deadlines. In spite of it all, they are learning and having fun. What makes this year particularly memorable is the sheer number of contributions which, like our debating enrollment, has also doubled in size. It is encouraging to see so many students taking risks in sharing their work.

### 2. Toastmasters

New for this year, the English department pioneered a Toastmaster’s club; an International, nonprofit educational organization that builds confidence and teaches public speaking skills through a worldwide network of clubs that meet online and in person. Members prepare and deliver speeches, respond to impromptu questions, and give and receive constructive feedback. It is through this regular practice that members meet personal communication goals and increase their confidence in speaking in front of an audience. Founded in 1924, the organization is headquartered in Englewood, Colorado with approximately 270,000 members in more than 14,000 clubs in 150 countries.

So far, student feedback has been overwhelmingly positive as they strive to increase their confidence in speaking in front of an audience. Although challenging for some, it has been wonderful to see so many come out of their shells.

### 3. F.4 students attended an IELTS talk organized by the British Council.

### 4. Inter-class competitions were held for junior form students, including F.1 Storytelling Competition, F.2 Script-dubbing Competition and F.3 English Drama Presentation.

## 四、數學科

### 塑造健康校園

#### ① 課程

初中各級學生透過數據統計及分析，讓學生了解其作息及運動習慣，提升健康素養。

i 中二級學生運用 Google Forms 記錄睡眠時間、運動及飲食習慣、使用電子設備的時間、完成功課所需時間，以及壓力水平。全年共進行了兩次記錄，分別為開學第一周和下學期考試前一周。這些數據有助老師了解學生的身心健康，更讓學生檢視自己在不同時段的身體及精神健康狀況。

ii 中三級學生運用 Google Forms 記錄自己在聖誕節假期間的睡眠時間及運動習慣，同時搜集有關青少年對睡眠及運動的需求指標，以所得的數據學習集中趨勢並比較所得，從中分析全班學生的數據分佈及健康狀況。

### 建立學習社群

#### ① 資優教育

本科老師帶領學生參加校外數學比賽，例如恆隆數學獎、中學生數學建模比賽等，讓資優學生有更多機會探索課程外的知識，並與其他本地及國際精英學者交流，開闊視野。

#### ② 自主學習

各級老師以近年設計的自主學習單元為基礎，鞏固學生的自主學習能力。中四級老師則開展新一輪的自主學習課研，提高學生進階方程的學習效能。

#### ③ 人工智能

本科老師於部份課題允許學生使用人工智能求取答案，再與他們討論答案是否正確。老師亦讓學生設計數學問題去挑戰人工智能，研究雙方的答案是否一致。



數學周

#### ④ 教師發展

本科老師積極參與香港中學校長會公開課活動，與數學科同工交流教學心得。

### 確立服務型學校

#### ① 國民教育

i 對比中西數學家在數學方程證明上的異同，提升初中學生對中國歷代傑出數學家的認知，賞析中國傑出數學家的發現及貢獻，從而培養學生對國家文化傳統的情懷，例如：中二級認識畢氏定理在中國古代的證明方法、中三級學習魏晉時代數學家劉徽如何以「牟合方蓋」法計算球體的體積。

ii 對應各級的學習課題，給予學生相關的閱讀材料，建立良好公民意識，例如：中一級認識身分證號碼中的秘密，了解不同記數系統的應用。

### 校外活動

#### ① 數學科積極推薦學生參加以下數學比賽：

- i 2025 恆隆數學獎
- ii 中學生數學建模比賽 2024/25
- iii 第四十二屆香港數學競賽
- iv 第二十七屆香港青少年數學精英選拔賽
- v The Competition on the Mathematics of Information (CMI 2025)
- vi 「華夏盃」全國數學奧林匹克邀請賽 2024 (華南賽區) 晉級賽
- vii 粵港澳大灣區數學競賽預選賽 2025
- ② 3B 高韋弦、3C 蕭溢朗、3D 陳澤添、3E 高樂城及 3F 胡彥鵬於中學生數學建模比賽 2024/25 獲頒佳作獎 (Merit Award)。

### 校內活動

- ① 二零二五年三月十三日周會舉辦中一班際數學比賽。



② 香港電商協會副會長吳德川先生於二零二五年四月七日周會為中三學生主講「啟發未來——把握人工智能時代的工作機遇」。

③ 香港中文大學數學系鄭文銓博士於二零二五年四月八日周會為中五學生主講「Introduction to Combinatorics」。

④ 數學周期間舉辦中二班際數學比賽、中三班際數學比賽、Rummikub 比賽、數學遊蹤及數學攤位遊戲等。

## 五、公民、經濟與社會：公民教育：公民與社會發展 塑造健康校園

### ① 課程

i 中一級公民經濟與社會科教授自我理解與生活技能，讓學生對自我形象和人際關係有更深入的认识，學習規劃人生及有效管理情緒的技巧。

ii 中二級公民經濟與社會科教授跨越成長的挑戰，讓學生能培養正確的價值觀及提升自我管理的能力，以面對青少年時期的各種不良行為和引誘。

iii 中三級公民教育科教授青少年生理與精神健康，鼓勵學生關注其身體與精神健康。

iv 高中公民與社會發展科課程教授公共衛生，學生可從中了解個人對維持公共衛生的責任，例如：培養健康的生活習慣、注意個人及環境衛生等知識。

### 創建學習社群

#### ① 資優教育

i 本科老師帶領學生參加校外社區創新比賽，例如 2024 社區創新科技大賽及《Citiz 呈獻 IdeaPop! 2025》全港中學生初創計劃匯報比



電車歷史文化導賞團



中四級屏山文物徑考察

賽，讓資優學生有更多機會展示創意、探索創新科技與創業精神，並透過專業指導和實踐經驗，提升解難能力、團隊合作及社會責任感。

### ② 自主學習

i 在各級每個課題皆編寫校本筆記，讓學生藉着預習及各項學習活動建構知識，培養學生自主學習的能力。

③ 教師發展（包括協作課研、知識管理、公開課、與校外教學組織聯繫）

i 蔡偉鋒老師於下學期參與香港中學校長會自主學習節——公開課。

ii 中二級及中四級科任老師在下學期進行自主學習協作課研。

iii 共同備課節交流筆記內容理解、教學策略分享、課堂安排、評核安排等。

iv 科主任已加入公民與社會發展科聯校專業社群，了解最新公民科活動資訊，向學生推介合適的活動。

## 確立服務型學校

### ① 課程

i 中一級在常規課程外加入社會創新的專題研習活動，期望建立學生「開拓與創新精神」，培養學生積極主動和勇於承擔責任，並提出新穎的意念以解決社會問題，為社會創造價值。

ii 各級的課程設計中，深化學生對國家及香港政制、《憲法》與《基本法》、國家的象徵、國家安全、文化保育、中華文化等課題的理解，提升學生對國家的了解和認同感。

### 校外活動

① 學友社新聞評論比賽：推薦初中學生參與學友社第三十三屆全港中學生新聞評述比賽（初中中文組），

3D 李芷凝及3E 李凱蓓分別獲得初中組季軍及優異獎。

② 滙豐香港社區夥伴計劃——社區創新科技大賽 SMART Community Hackathon 2024... 一組共三名中學生參加此比賽，晉身20強。

③ 《Citi 呈獻 IdealPOP! 2025》全港中學生初創計劃匯報比賽：一組共四名中學生參加此比賽，晉身8強。

④ 2025 香港青少年軍事夏令營：推薦六名學生參與2025 香港青少年軍事夏令營。

⑤ 2025《文明中華》網上挑戰賽：配合「全民國家安全教育日」，本校中一至中五級於二零二五年四月十一日閱讀課時段，參與由教育局舉辦的2025《文明中華》網上挑戰賽，以提升學生對中華文化的認識。

⑥ 全港學界國家安全常識挑戰賽（2024/25）：為了響應「國慶日」及提升學生對維護國家安全的意識，本校全體學生於二零二四年九月三十日至二零二四年十月八日期間參與由律政司、保安局、教育局及善德基金會合作舉辦的「全港學界國家安全常識挑戰賽（2024/25）」。

### 校內活動

① 周會講座：本年度邀請港區全國政協委員黃錦輝教授於二零二四年十一月十二日中五周會時段為學生主講粵港澳大灣區創新科技及發展前瞻。另邀請香港恆生大學陳智傑教授及學生於二零二五年一月三日中四周會主講 ESG 講座。

② 電車歷史文化導賞團：20位學生於二零二五年二月八日參加由公民學會主辦電車歷史文化導賞團。

③ 沙田古建築導賞活動：25位學生於二零二五年二月十七日參與區內古建築導賞團，以配合中華文化周活動。



福音周

④ 中四級屏山文物徑考察：為提升學生對傳統建築特色、宗族觀念和本地歷史的認識，中四全級學生分別於二零二五年三月三十一日、四月一日及二日到屏山文物徑進行一次文化考察。

⑤ 麵粉公仔工作坊：為提升學生的中華傳統手工藝的認識，二位學生於二零二五年三月二十四日參與由公民學會舉辦的麵粉公仔工作坊。

⑥ 西營盤導賞團：為增加學生對本地文化的認識，二位學生於二零二五年四月五日參與由公民學會舉辦的西營盤導賞團。

⑦ 中一級班際社創比賽：二零二五年四月二十四日於周會時段進行中一級班際社創比賽，由五班各派出一組代表參與，選出本學年中一級最佳社創方案。

⑧ 中五級內地考察團：全級中五學生於二零二五年七月九至十日參與深圳經濟發展內地考察。

## 六、聖經科

本科除了是宗教教育的學科外，也包含價值教育的課程。本科着重培養學生多角度思維，讓學生思考信仰和生活的議題，又在課堂上通過討論，讓學生對一些價值判斷加以反思，藉以建立他們正確的價值觀。

### 塑造健康校園

① 初中課程教授主耶穌生平和舊約聖經人物言行，讓學生學習抵擋引誘的方法、選擇朋友之道、為人犧牲的精神、寬恕別人、知錯能改等的態度。

② 高中課程探討不同倫理的課題，讓學生反思自己跟父母、跟同性和異性朋友相處的態度，以及對生死的看法。

### 建立學習社群

① 自主學習  
i 推動自學，中三級加入分組匯報，藉以提升學生探究及自學能力。



## ② 教師發展

- i 鼓勵同工參與與學科有關的研習班，藉以提升教學專業。
- ii 中二級進行協作課研，課題為「參孫」。

## 確立服務型學校

本科強調價值教育，各級課程的重點均指向幫助學生認識上帝和認識自己，並在生活上實踐愛上帝（尤其是有信仰的學生）、愛別人和愛自己。

## 校內活動

二零二五年三月五日至十一日舉行福音周，推動學生參加福音周內各項活動。

## 校外活動

二零二四年四月二十四日、二十八及二十九日，中五全體學生先後前往九龍城香港華人基督教聯會華人基督教墳場進行考察。通過近距離接觸「死亡」，學生更立體地思考生命，反思個人面對生活應有的態度。

## 七、音樂科

### 塑造健康校園

- ① 於中三課程加入 Health and Music 的主題。

### 建立學習社群

- ① 本科根據學生的背景和能力，再配合本校的文化，設計教學材料，與時並進。
- ② 本科老師透過參與校外音樂活動，提升自身專業水平。
- ③ 推動自學，於課堂中加入小組討論，提升探究及自學能力。

## 確立服務型學校

- ① 音樂學會與學生會舉辦了兩場午間音樂會，學生踴躍參與。
- ② 弦樂團、管樂團、中樂團、學校合唱團學生，於本學年的綜合藝術表演中演出獲獎歌曲，與一眾校友和嘉賓分享比賽的成果。



2025 香港校際合唱節比賽



香港青年音樂匯演彩排

## 校外活動

- ③ 學校合唱團、弦樂團、中樂團和管樂團在二零二五年一月四日舉行的呂中資訊日，分別於禮堂及一樓平台公開演出。

- ① 合唱團、中樂團、弦樂團和管樂團在聯校音樂大賽 2025，分別獲得兩金兩銀的佳績。

- ② 第 7 屆校際音樂節賽事分為實體或錄像進行，學生共參加了 50 個項目。

- ③ 學校合唱團及聲樂小組於校際音樂節均獲得季軍。

- ④ 學校合唱團及管弦樂團分別首次參加香港校際合唱節及香港青年音樂匯演，均獲得銀獎。

- ⑤ 學校合唱團有 46 位學生於二零二五年六月二十八日至七月八日遠赴德國參與第 13 屆約翰·布拉姆斯國際合唱團比賽暨音樂節。

## 八、視覺藝術科

### 塑造健康校園

- ① 中二級學生參與由電影、報刊及物品管理辦事處舉辦的健康貼圖設計大賽，以貼圖宣傳健康的訊息。
- ② 中三級在現代水墨課程透過作品盡情抒發情感。
- ③ 中四級學生參與由 Poly U College of Professional and Continuing Education 舉辦的 JC Arts Tech Imagining Education，學生學習記錄生活環境的聲音，製作自己的擴音機，與同學分享自己的聲音。

### 建立學習社群

- ① 中一全級學生參與由設計及文化工作室舉辦的「賽馬會『敲敲記憶』藝術科技及文化教育計劃」，利用 AR 和 VR 軟件認識甚麼是建築和建築的風格。
- ② 二零二五年二月的公開課，分享中四級的產品設計課堂。
- ③ 中二級參與由社群藝術網絡舉辦的「英文方塊字書法教室」工作坊，學生除了學習藝術家徐冰的方塊字書法外，更學習了用文字設計軟件創作自己的書法字，並在香港藝術館展出作品。

## 確立服務型學校

- ① 中一至中五視覺藝術科學生均有參與呂中藝術節，作品展示於學校梯間牆壁以及二樓「Imaginar」。透過欣賞學生的藝術創作，讓學生更關心身邊人如何透過藝術，表達自己的想法。
- ② 中一級學生透過參與「賽馬會『敲敲記憶』藝術科技及文化教育計劃」，從建築中了解更多自己身處的地方的歷史故事。

## 校外活動

- ① 中六級於二零二四年九月參觀藝術家黃進曦的工作室。
- ② 中四、中五級於二零二四年十月參觀Fine Art Asia 2024。
- ③ 中四級於二零二四年十月參與藝術家楊秀卓創意藝術教學工作坊。
- ④ 中四級於二零二四年十一月參觀楊秀卓「病有我」展覽。
- ⑤ 中四級於二零二四年十一月參加M+主題二：「看見香港：隱於設計及建築的關係網絡」工作坊。
- ⑥ 中四、中五級於二零二四年十一月參觀M+「貝聿銘：人生如建築」展覽。
- ⑦ 中五級參加由Good Morning Class舉辦的第四屆肖像畫比賽。
- ⑧ 中四至六級參觀由HK Open Printshop舉辦的「從苦難見希望——黃新波木刻版畫上的現代中國」展覽。
- ⑨ 中四級兩位學生參與由Good Morning Class舉辦的Fashion Workshop。
- ⑩ 中四級參與由愛滋寧養服務協會舉辦的「向歧視說不！」面具設計比賽。
- ⑪ 中四級參與由教育局課程發展處藝術教育組及香港故宮文化博物館合辦「香港故宮文化博物館珍品的故事——手製繪本創作比賽（中學）2024/25」。
- ⑫ 美術學會二零二五年二月參與由Asia Art Archive舉



中四同學參觀楊秀卓「病有我」展覽



Dimension Plus 舉辦的「2024/25 學校巡迴示範」演出

辦的Thematic Workshop。

- ⑬ 中三至五級欣賞由HKMOA舉辦的「香港賽馬會呈獻系列：塞尚和雷諾阿的世界——法國橘園美術館及奧賽博物館珍藏展」。

- ⑭ 美術學會二零二五年四月欣賞由HKDI Gallery舉辦的Tonight with the Impressionists Paris 1874 - An immersive expedition in virtual reality。

- ⑮ 中四、中五級30位學生參與了「瀨戶內國際藝術祭藝術之旅」。

## 校內活動

- ① 二零二四年九月至十月美術學會學生參觀校友Pis Pong的工作坊及Side By Side展覽。

- ② 中四級參與由Poly U College of Professional and Continuing Education舉辦的JC Arts Tech Imagining Education。

- ③ 中三至五級欣賞由Dimension Plus舉辦的「2024/25 學校巡迴示範」演出。

- ④ 中四級參與2425駐校藝術家計劃，由藝術家John To帶領中四級學生各自完成一本插畫書，並於二樓「Imaginar」展出。

- ⑤ 中五級參與2425駐校藝術家計劃，由藝術家Benny To帶領中五級完成了一件陶瓷並於二樓「Imaginar」展出。

- ⑥ 中三級參與藝術家King Siu的設計思維工作坊。

- ⑦ 中二級參與由社群藝術網絡舉辦的「英文方塊字書法教室」工作坊，學生除了學習藝術家徐冰的方塊字書法外，更學習用文字設計軟件創作自己的書法字。

- ⑧ 中一級全級學生參與「賽馬會『敲敲記憶』藝術科技及文化教育計劃」，利用AR和VR軟件認識甚麼是建築和不同建築的風格。

- ⑨ 美術學會為學生提供不同藝術創作經驗，本年度有超過十次活動，以豐富學生學習藝術的經驗：



## 九、戲劇科

### 塑造健康校園

- i 美術學會及中四學生參與由校友 Mandy Woo 指導的陶瓷工作坊。
- ii 校友插畫家 Pris Pong 與美術學會合辦四堂插畫工作坊，在二樓「Imaginar」展出以動物為主題的作品。
- iii 二零二五年六月份參與 M+ 舉辦的工作坊。
- iv 美術學會亦積極參與校外比賽，希望有更多與其他學校交流的機會。

- ① 中一級：發掘身體作為「表演載體」的可能性。

- i 由身體出發——透過劇場遊戲和練習，增加學生對自己身體的認識，以提高其對身體的敏感度，進而用身體尋找專注力及學習與別人協作。

- ii 故事創作——學生從創作故事的基本元素出發，加入肢體動作、面部表情和舞台調度，創作故事並作四分鐘的默劇演出。每組共演出兩次，學生經歷仔細觀察、互相欣賞、反覆練習、反思、表達和協作。

- ② 中二級：認識「舞台」和「製作」。

學生透過參觀學校禮堂、舞台和後台，認識各製作團隊的工作和特性後，全班共同製作屬於他們的「小型製作」。老師按學生意願分組——演員、舞台管理、服裝（化妝）、佈景及道具、燈光、音響。學生得以嘗試及體會後台團隊也屬創作的一部分，尤其不太喜歡在幕前演出的學生，能享受另一種創作和表演。「小型製作」非常鼓勵學生發揮創意。

### 建立學習社群

- ① 中一級學生以小組形式，自行設計故事內容、選擇



燈光及音響隊長為演出作準備



觀賞《人生絮語》，演出後與金齡演出者交流

表達形式以作演出。演出後，觀眾、學生與演出組別根據該組演出之特點進行深入討論，觀眾和演員雙方互相學習。

- ② 中二級全班 16 人共同製作「小型製作」，訓練學生的高度協作能力。

- ③ 中二級有三周循與音樂科協作，讓學生共學，主題為「不怕犯錯」。

- ④ 中三級與英文科合作教授創意寫作，學生自編自導自演一個約五分鐘的短劇，以錄像方式記錄，在課堂展示成品，並由學生互選優勝者。優勝組別，經老師及戲劇學會學長指導後，於中三級周會，由舞台支援組配合燈光和音響效果，在禮堂舞台演出。

- ⑤ 老師定期觀賞舞台劇、舞蹈演出，參與音樂工作坊，及與戲劇和舞蹈教育工作者作交流。

### 確立服務型學校

- ① 學生在課堂中透過學習正確咬字的重要性和發音方法，認識廣東話的特色和中國文化裏的方言文化，學習尊重多元文化。

- ② 學生透過戲劇觀賞和觀後討論，認識表演藝術與世界的聯繫，對人性與文化有更深刻的體會。

### 校內活動

- ① 二零二四年十一月二十三日，戲劇學會幹事於中學生活體驗日在演藝廳進行劇場遊戲，讓到訪的小六學生體驗本校戲劇課堂。

- ② 二零二五年一月四日，戲劇學會於「呂中資訊日」在戲劇室作劇場及戲劇製作展覽，學會成員與來訪者介紹學會過往三年的演出和後台的製成品。

- ③ 三月二十四日，由五位戲劇學會幹事於早會演出，道出學生參與香港學校戲劇節參演劇目《碼頭》後的得着和成長。

- ④ 五月二日為綜合藝術表演，分下午及晚上兩場。戲劇學會重演香港學校戲劇節參演劇目《碼頭》。此

## 校外活動

外，各後台團隊如舞台管理組和舞台支援組為才藝表演提供後台、燈光及音響等技術支援。演出非常順利，各團隊能力均較去年提升。

### ① 戲劇學會參加由香港藝術學校主辦的2024/25 香港學校戲劇節，並於二零二五年三月四日於學校演藝廳以「三面台」形式演出，由評判到場評審。劇目《碼頭》，由籌備到演出，歷時八個月，主旨為「釋懷」。編、演、設計、舞台管理、後台各項技術執行等，均由學生擔當，台前幕後共有61名學生參與。演出所獲獎項如下：

- i 傑出劇本獎：4C 徐奕筠、4C 鍾澄
  - ii 傑出導演獎：陳穎思老師
  - iii 傑出演員獎：3D 孫信、3B 陳晞彤、3D 馮樂知、3B 廖宏信、4E 冼凱悅、3B 姚焯豐、3E 譚曉賢、1E 胡迪、1A 洪景熙
  - iv 傑出舞台效果獎
  - v 傑出合作獎
  - vi 評判推介演出獎
- 演出獲評判推介，蒙教育局邀請於二零二五年五月十五日於屯門大會堂演奏廳公開演出。
- ② 二零二四年十月五及六日，18位中一至中六學生到石硤尾賽馬會創意藝術中心黑盒劇場觀賞由 Arts Options 主辦並製作的「香港金齡藝術節」《人生絮語》。金齡人士以戲劇形式分享經歷，學生深受感動，完場後與製作單位及演出者交流，互相鼓勵。
- ③ 十月十九及二十日，14位學生到上環文娛中心黑盒劇場觀賞香港話劇團製作的《匙羹》。
- ④ 二零二五年三月三十日及四月六日，二位學生到石硤尾賽馬會創意藝術中心黑盒劇場觀賞阮韻珊製作的《從前明月光》。



《碼頭》製作團隊，同學初嚐「三面舞台」製作

## 十、家政科 Home Economics

### Healthy Campus

Each Home Economics lesson contains some information relating to different aspects of nutrition and healthy lifestyle. These topics are discussed with students as well as integrated into the practical cooking sessions. Where possible, fresh fruits and vegetables are included in the recipes which means the students have a chance to practise preparing and cooking with primary ingredients and can also try new tastes. Most recipes used in Home Economics lessons contain tailor-made nutritional label information which can serve as a basis for a discussion around nutritional content and health benefits of these recipes.

### Learning Community

Students working in teams of 3 to 5 are guided to progressively use their own initiative and work more independently. Wherever possible, opportunities are given to gifted students to work on a project that is appropriately challenging for them. All students in F2 and F3 evaluate their own performance in teamwork, time management, preparation, execution and their general attitude to learning during every lesson.

### Serving School

Where possible and appropriate, students help with school-wide activities (such as admission day or P6 experience day). Dishes related to national identity are prepared with students in each of the forms.



## 十一、設計與科技科

### 塑造健康校園

- ① 本科課程重點建基於知識、態度及技能三個核心元素。在技能方面包括工具及機器的運用，所以課程着重透過提醒學生操作器械的安全、工具的正确運用方法和使用姿勢、在適合的環境配戴護目鏡及口罩，以及使用油漆等化學物品的安全意識等，以培養學生的「健康和安全」素養。
- ② 本科老師注重學生在進行設計專題研習及參與比賽的正确態度，特別是與學生合作及相處方面，學習不同的社交技巧，和良好管理情緒的方法。
- ③ 在中一級的其中一個專項習作，學生透過「Rube Goldberg Machine」的設計思維模式，設計一個讓人能「按時起床」的創意裝置。
- ④ 在中二級的機器人蠕蟲專項習作中，學生設計並製作一個機器人蠕蟲，並讓它來跟班上其他組別進行機器人「拔河」和「賽跑」比賽。
- ⑤ 在中三級的機器人專項習作中，學生設計並製作一輛能自動運動的機器車，讓它跟班上其他組別進行機器人「網球」比賽。

### 建立學習社群

- ① 本年度本科於中一至中三積極推動STEAM學習，整合科學、科技、工程及數學等各元素於設計習作，並培養學生的解難能力和創客(Maker)精神。
- ② 本科課程以解難設計為主軸，加入各科技及設計要素，並以小組專題研習形式，引導學生自主和協作學習，用創意和科技去解決與生活息息相關的問題。
- ③ 本年度本科於中一級的電腦控制課題引入自主學習元素，使學生透過自學、互學、共學及導學等方式，學習在設計時所需的工程考量及以人為本的精神。
- ④ 鼓勵學生於設計比賽時運用人工智能及物聯網等，以這些技術解決日常生活遇到的難題。
- ⑤ 鼓勵學生參與本地或國際創新科技比賽及活動。比



ROBOFEST 香港賽區



香港工程挑戰賽 2025

- ⑥ 賽分開競技類別和設計解難兩種類別。在競技類別中，學生按照比賽的特定要求設計和製作機器人，完成任務取得分數。在設計解難的類別中，學生自行發掘生活中的難題，以機械、微電腦、人工智能和編程等技巧，設計和製作作品解決生活中的難題。在創客教室提供與設計和技術相關的書籍和材料，並鼓勵學生閱讀。
  - ⑦ 本科老師為學生設計教學材料及專題研習工作紙，並常與同工互相觀課，交流教學安排。
  - ⑧ 本科老師於本年度參加了由行政長官卓越教學獎老師成立的「卓師工作室」組織的專業發展活動。除此之外，本年度安排友校老師參觀本校「創客教室」，一起分享STEAM場所的設計及運用經驗。老師透過參與課研和教研的工作，不但提升專業水平和素養，更可與其他教育同工交流實踐經驗。
  - ⑨ 本年度學校與教育局協辦主題為「中學設計與科技科目課程規劃及推行」的座談會。本科老師分享校本「創客教育課程」的安排和經驗，並且本科老師參加Maker Community，與世界各地的創客交流創作心得和工藝技巧，並在學校推廣創客教育。
  - ⑩ 本科老師均積極參加校外研討會，提升教學專業。
- 確立服務型學校**
- ① 二零二五年一月四日組織學生舉辦和參與「呂中創客嘉年華Maker Faire」，讓學生有機會向公眾人士分享自行製作的創新產品。
  - ② 組織學生參與創新科技嘉年華2025，讓學生可以從中了解我國的創新產品和研究。部分學生更獲香港中文大學邀請於展覽中向公眾人士分享作品的设计理念和宣揚環保意識。
  - ③ 組織至少六隊學生組別參與以聯合國「全球永續發展」為目標的比賽項目，不但可以讓學生從中學習，更可以為地球的永續發展出一分力。

## 校內活動

- ① 設計與科技學會為同學舉辦不少有趣的課後活動，包括雷射切割、雷射雕刻、VEX機械設計和製作、焊錫、LEGO機械人製作和其他STEM相關活動等，也鼓勵有興趣和有潛質的學生參加各項校際創意發明及機械人比賽。

- ② 二零二五年一月與不同科目及學會合辦「呂中創客嘉年華Maker Faire」。嘉年華會設有超過二十四個富趣味的攤位，讓學生有不同動手製作的經驗，分享創作的樂趣，以在學校推廣創客教育和文化。

## 校外活動

- ① 二零二五年一月七位學生參加由香港理工大學主辦的「第五屆生物醫學工程創意競賽之『愛·創者樂』」比賽。學生憑藉創新設計「SeaMerry」（長者認知障礙病徵減緩系統），在全港全隊中小學及公開隊伍中脫穎而出，勇奪「愛·創者樂」榮譽大獎，並獲大會頒發獎學金，以鼓勵學生進一步改良作品，並在社區推廣。比賽成績不僅說明學生在科技方面的潛能，更體現學生對社會的關懷。

- ② 二零二五年一月31位學生參加由香港機械人學院主辦的「ROBOFEST機械人大賽（香港區）」，獲「醫療應用發明大賽」冠軍、「機械人創意賽」亞軍、「機械人挑戰賽」亞軍和金獎以及「機械人相撲比賽」金獎、銀獎和優秀設計獎。

- ③ 二零二五年二月12位學生參加由亞洲機械人聯盟主辦的「香港工程挑戰賽2025」，初中組獲體育精神獎。

- ④ 二零二五年三月12位學生參加由天主教聖華學校主辦的「聖華開放日」，向公眾人士分享有關STEAM和AI的知識和作品設計理念。

- ⑤ 二零二五年五月三位學生代表香港遠赴美國參加由美國勞倫斯理工大學主辦的「Robofest RoboMed Senior」的國際賽，獲得亞軍和「最受歡迎獎」。



ROBOFEST World Championship 2025 USA



愛·創者樂

## 十一、體育科

### 塑造健康校園

- ⑥ 二零二五年五月12位學生參加由香港機械奧委會主辦的「香港機械奧運會2025」，獲「機械人十二碼射球比賽」亞軍和季軍、「機械人足球比賽」冠軍和季軍。
- ⑦ 二零二五年四位學生參加由公益少年團主辦的沙田區學界競賽2025。
- ⑧ 二零二五年七月將會有六位學生參加由STEM教育卓師工作室主辦的「香港機械人盛會2025」比賽。
- ⑨ 二零二五年七月將會有15位同學參加世界奧林匹克機械人競賽，當中參加「機械人運動會」、「未來新創家」和「未來工程師」。

- ① 體育科設立班際長跑龍虎榜，中一至中五學生須在上、下學期各參與一次長跑考核。

- ② 體育科因應學生表現，將展示每級男、女學生上學期首20名的龍虎榜，以鼓勵學生自行練習，下學期再接再厲，爭取更好成績。

- ③ 將繞校園跑步及體能訓練加到課堂中，加強學生的體能鍛鍊。

### 建立學習社群

- ① 本科以電子裝置拍攝學生運動時的動作，使學生即時檢討、改進，以提升教學效能。

### 確立服務型學校

- ① 向師生宣傳重要學界賽事的資訊，鼓勵師生到場支持代表學校出賽的學生。
- ② 於學校網頁公布在公開賽事有出色表現的學生成績，除了送上慶賀祝福，更讓學生作為呂中人感到自豪。

### 校內活動

- ① 舉辦校內水運會和陸運會。



② 舉辦校內社際球類比賽，包括：籃球、排球、羽毛球、乒乓球。

#### 校外活動

① 參加學界體育比賽，包括：水、陸運會、越野、籃球、足球、排球、手球、羽毛球、乒乓球、舞蹈、劍擊、射箭等。

② 參加學界精英比賽，包括：羽毛球、田徑。

### 十三、科學科

#### 塑造健康校園

① 配合現有課程，讓學生了解自身健康，例如：食物的熱量、不同食物對健康的影響、吸煙及吸毒的禍害。

#### 建立學習社群

① 本學年參與協作課研，探討如何有效教授關於眼睛聚焦光線的過程。

#### 確立服務型學校

① 合作創立課外活動小組Eco Green Group (EGG)，帶動學生於校園內種植不同植物，為校園增添一點綠，以及進行環保活動。

#### 校內活動

① 中一級進行紙過山車活動，學生親自製作過山車，以了解能量轉換過程，體驗STEAM樂趣。

② 中二級進行電容驅動的小型車比賽，以活用課堂所習得有關電的知識，並培訓學生的製作手藝。

③ 中二級進行自選實驗演示活動，讓學生自選一項課程外的實驗，向學生及老師演示及講解，以提升自學素養及對科學的興趣。

#### 校外活動

① 六位學生參與由教育大學吳卓穎博士主導之科學科「ESDGC14課程先導計劃（尖子培訓班）」。本校學生在過程中領導來自不同小學的學生進行關於微藻的科學實驗。活動中更到火炭明渠採集污水樣本，也參觀本地微藻企業，獲益良多。



中五級物理海洋公園考察

② 四位學生參加國際初中科學奧林匹克2025——香港選拔賽。

③ 中一二級學生參加由香港虛擬大學舉辦之初中科學線上自學計劃。

### 十四、物理科

#### 塑造健康校園

① 配合現有物理科課程，於各級的以下課題強調其對個人健康的影響，從而提高學生關注健康和安全的意識。

中三：講解日常中電磁波對健康的影響。

中四：分析生物力學原理，以了解施力和機械能的變化如何影響人體活動。

中五：探討放射性原子核釋放的核輻射和其他電離輻射對人體的影響，以及相關的防護措施。

中六：本校物理科學生選修醫學物理單元。從中深入了解視力和聽覺缺陷的成因、防護和矯正方式，並且探討醫學成像技術（包括內窺鏡、超聲波掃描、X光掃描、電腦掃描CT Scan、放射性核素成像PET）背後的物理原理，以理解如何從成像中判斷身體內的健康狀況，從而培養學生的健康素養。

#### 建立學習社群

##### ① 資優教育

i 設立物理比賽訓練班，以訓練具物理天資的中二至中四學生參加香港物理奧林匹克比賽，提供筆記、練習及網上學習資料，使學習達至大學程度的物理（力學）課程。透過訓練，學生的解難及溝通能力得以提升，且能建立一個富交流及協作的高效能物理學習社群。

ii 推薦學生參加各大專院校舉辦之進階課程和校外比賽，包括香港資優教育學苑主辦之香港物理奧林匹克比賽和香港青年物理學家競

- 賽、香港中文大學物理系主辦之暑期短期課程、香港太空館、香港中文大學物理系及香港天文學會合辦的中學生天文訓練計劃、香港理工大學理學院主辦之理大科學青年人才比賽、Aerosim 主辦之全港校際航空比賽。
- iii 透過課堂中探討跨課題之問題，及相關的訓練，培養學生高階思維和解難的能力。
- iv 中四級於上學期進行太陽爐專案匯報，藉太陽爐的設計和製作，建立學生的創造能力。學生測試太陽爐的成效後匯報，並由其他學生以自備裝置即時評分、點評，從中加強學生的溝通和協作能力。
- v 供不同課題的高階學習材料，包括高等程度物理課程之筆記、影片和閱讀材料。學生能按自己的興趣和能力自學，以提升他們於本科的學習深度和廣度。
- vi 分析公開試之學科成績報告和校內測考之數據，加強相關課題以及考試之回饋，從而提升學生應試之信心和技巧。
- ② 自主學習
  - i 於本校圖書館內提供學生自學的材料和練習，鼓勵學生善用餘暇和空堂時間借用自習。
  - ii 配合學校發展方向實踐自主學習協作課程，本年度課題為中二級之熱傳遞過程 (Heat Transfer Process)。
- ③ 人工智能與資訊科技
  - i 校本設計中五級香港海洋公園物理科探究課程和教材。學生使用自攜裝置之內置感測器配合 Arduino Science Journal 應用程式記錄和分析於園內不同機動遊戲和設施上所收集的數據，再應用課程中所學的物理知識進行探究。

- ④ 教師發展
  - i 本科老師積極參加校外研討會，提升教學專業。
  - ii 本科老師獲香港中文大學教育學院邀請擔任學位教師教育文憑課程分科課程與教學法（物理科）之客席講員。
  - iii 本科老師積極參與公開試評卷工作，並獲邀擔任校本評核分區統籌員。
  - iv 參與由香港中學校長會舉辦的「自主學習節」，舉辦公開課。沙田崇真中學、沙田蘇浙公學和基督書院的物理科同工蒞臨進行觀課，並於課後就課堂設計、活動安排等進行專業交流。

#### 確立服務型學校

- ① 把國家安全教育融入現有課程之以下課題：
  - 中五：在「放射現象和核能」課題中，透過學習核裂變及核聚變所釋放之核能和其影響，使學生意識到維護核安全的重要性。
  - 中六：在「能量和能源的使用」課題中，學生了解可再生和不可再生能源及能耗對環境的影響，並注意到善用資源和可持續發展的需要，從而使他們明白維護生態安全和資源安全的必要性。

#### 校內活動

- ① 為中六級學生於二零二四年九月至十二月開辦兩班 DSE 溫習班，由校友負責任教，共 15 位學生參與。
- ② 為中二至中四級數理資優之學生於二零二四年十月至五月開辦兩班物理比賽訓練班，由溫校長及校友負責任教，本年度共有 35 人參與。
- ③ 為中五級學生於二零二五年三月至五月開辦備試班，由校友負責任教，共 12 位學生參與。

#### 校外活動

- ① 推薦 12 位上年度中二至中四學生參加由香港資優教

育學苑主辦之 2024 香港物理奧林匹克比賽。以一名一等獎、一名二等獎及三名優異獎，奪得學校最佳表現獎（全港第八名）。

- ② 推薦三位中六學生於去年暑假參加由香港中文大學天文學會主辦之全港學界天文問答比賽 2024。
- ③ 推薦兩位中五學生參加由香港中文大學物理系主辦之暑期短期課程——經典力學中的數學工具。
- ④ 推薦中六學生於去年暑假分別由香港大學學生會天文學會和香港中文大學天文學會舉辦之天文暑期班和 2024 中學生天文計劃營會。
- ⑤ 推薦三位中四學生參加由香港太空館、香港中文大學物理系及香港天文學會合辦的中學生天文訓練計劃 2024-25。
- ⑥ 推薦五位中四級學生參加由香港資優教育學苑主辦之香港青年物理學家競賽 HKYPT 2025。參賽學生於二零二五年二月二十二日晉身決賽，與另外 3 支入圍隊伍以對抗辯論的形式，展示並討論他們對比賽問題的研究成果，最終獲銀獎。
- ⑦ 中五級學生於二零二五年二月十五日在香港海洋公園進行校本物理科探究課程。學生應用所學的物理知識在不同的機動遊戲上，透過親身體驗和儀器的量度去增強學生的物理知識和興趣，更可透過工程人員講解，了解機動遊戲設計和纜車運作的原理。
- ⑧ 推薦八位中五學生參加由香港理工大學理學院主辦之理大科學青年人才比賽「PolyU SCIENCE Young Talents Competition」，四位學生成功晉身決賽。
- ⑨ 安排中三至中六物理科學生參加由紫荊雜誌社和香港太空館合辦的「全港中學生天文知識競賽」網上比賽，本校獲「最佳組織學校」獎。
- ⑩ 推薦四位中二至中三學生參加由 Aerosim 主辦之全港校際航空比賽 AIAT 2025，透過飛行模擬器應用 STEAM 知識進行分析、測試和比賽，並利用資訊科技來學習空氣動力學。





2024-25 Hong Kong Biology Literacy Awards



物理科實驗



International Biology Olympiad 2024



iGEM

## 十五、化學科

### 塑造健康校園

① 於課程加強學生對健康的重要性的關注，涉及課題如放射性同位素於醫學的運用、如何防止蛀牙及維他命C對身體的重要性等。

### 建立學習社群

① 今年於中三推行協作課研，課題為「離子鍵」。

### 確立服務型學校

① 於課程內更多關注中國內地化學工業的發展，如中國的再生能源使用分布及中國對工業性生產維他命C的科研貢獻等。

### 校內活動

① 本年度科學學會舉辦以下活動：壓力球制作、電解、魯米諾發光反應、銀鏡測試及熱溶膠、晶體製作。

### 校外活動

學生參與各項活動，包括：

- ① 二位中四級學生於下學期參加由本港多間大學聯合主辦的「Chemists Online」網上學習平台。學生透過參加一系列的網上研討會，學習各種化學知識、提升提問技巧、增加科學素養。
- ② 三位學生於下學期參加香港理工大學舉辦的化妝品設計比賽。學生可透過參加相關的工作坊，學習應用化學的知識。
- ③ 二位學生於下學期參加香港浸會大學舉辦的分析化學挑戰賽。

## 十六、生物科

### 塑造健康校園

#### ① 課程：

- i 中三及中四：在「營養」課題中，讓學生了解均衡膳食的重要。
- ii 中五：在「健康與疾病」課題中，讓學生了解健康的定義，同時了解預防傳染病及非傳染病的方法。
- ② 小組專題研習資優教育  
中三至中五級進行小組專題研習，讓學生了解飲食、運動及睡眠對維持身體健康的重要性。

#### 建立學習社群

##### ① 資優教育

- i 十位中六學生於二零二四年十月參與由香港中文大學支援的Amgen Biotech Experience (ABE)，讓學生透過生物科技實驗，實踐課堂所學生物科技原理。
- ii 十位中五學生於二零二四年十一月，與五所聯隊學校組成的HK-Joint-School隊伍遠赴巴黎，於國際遺傳工程機器設計競賽 (iGEM) 中取得亮麗的成績。HK-Joint-School聯隊以「新舊相融：以蟲草花和人工智能設計之抗癌狀治療非小細胞肺癌」為題，與來自全球的隊伍競賽，最終贏得金獎，同時獲得「最佳教育項目獎」和「最佳模型獎」的提名（於此兩個項目的高中組中得到前五名位置）。
- iii 五位中六學生參加由教育局及香港資優教育學苑合辦的「國際生物奧林匹克——香港區比賽2024」，本校團隊獲得學校最佳表現獎（第七名），其中一位學生獲得冠軍及金獎、一位學生獲得銅獎、兩位學生獲得優異獎。
- iv 八位中五學生參加由香港數理教育學會、皇家生



國際遺傳工程機器設計競賽 (iGEM)

物學會香港分會、香港教育大學及香港大學合辦的「生物學素養競賽2024/2025」，一位學生獲得一等榮譽獎、四位學生獲得二等榮譽獎。其中四位學生更晉級參與「五至八分鐘匯報比賽」，獲得季軍。

- v 八位中五學生分成兩組，於二零二五年四月初參與由香港大學醫學院及香港津貼中學議會主辦，並由香港中學校長會、香港補助學校輔會及香港直接資助學校議會合辦的 Hong Kong InnoHealth Cup 比賽，以「AI and Big Data for Health」為題，透過人工智能發明一些醫療輔助項目。兩隊參賽學生的研究主題分別是人工智能應用在「產後抑鬱症」及「睡眠窒息症」的早期辨識，透過海報將成果展示及進行匯報。

##### ② 自主學習

- ③ 提供學科材料和練習，鼓勵學生善用餘暇自主學習。中四級在「開花植物的授粉」課題上進行協作課研，針對學生學習難點設計課堂，促進學生的自主學習及提升教學效能。

#### 確立服務型學校

##### ① 國民教育

- i 中四：在「生態學」課題中，透過中國的例子，讓學生了解中國在環境保育的工作。
- ii 中五：在「健康與疾病」課題中，透過中國的例子，讓學生了解在新冠病毒的全球大流行下，傳染病及非傳染病對人類的影響。此外，透過中國在研發抗癌藥的例子，讓學生了解中國科研成果。
- iii 中六：在「生物工程」課題中，讓學生透過自學了解基因改造生物對人類的影響。在「分子遺傳學」課題中，讓學生透過自學了解誘變劑對基因特變的影響。



## 校內活動

- ① 生物學會舉行四次活動，包括「樹葉書籤」、「老鼠解剖實驗」、「呂中哪裏最多菌？」及由中大教授到校主講「納米與醫學」。
- ② 二位中四及五位中五學生參與由香港中文大學中醫中藥研究所下的魚菜共生華南草藥計劃主辦的學校先導計劃，認識中草藥、魚菜共生系統及科學探究方法。
- ③ 三位中五學生及兩位中六學生參與由校友任教的生物科溫習班，為文憑試作準備。

## 校外活動

- ① 二位中五學生於二零二四年十一月到長洲參與由「明愛陳震夏郊野學院」舉辦的岩岸考察活動，認識岩岸生態。
- ② 生物學會於二零二五年三月到香港中文大學醫學院參觀解剖實驗室，並認識「無言老師計劃」，共有12位中三學生、12位中四學生及20位中五學生參與。

## 十七、地理科

### 塑造健康校園

- ① 探討氣候變化對公共健康的影響：將環境問題與個人福祉聯繫起來，鼓勵學生對周圍環境進行批判性思考，透過個案研究，提高學生對「健康和環境」的意識。

- ② 本科及地理學會定期組織郊區或離島的戶外活動，讓學生通過自然探索保持健康，戶外活動促進團隊合作、戶外技能，並欣賞四周的環境。

### 建立學習社群

- ① 組織到社區的實地考察，讓學生與居民互動，通過各種「」技術和應用以探索社區：
  - i 提升學生對社區的認識和歸屬感。
  - ii 提升學生的收集數據、分析數據、訪談等技能。



大澳地理考察活動



龍蝦灣地理考察及燒烤活動

- ② 自主學習
  - iii 根據社區，設計創新的導覽路線，例如中上環定向考察活動。

- i 於課堂中加入小組討論，探討地理議題，推動協作學習，並透過匯報學習成果，提升學生合作及表達能力

- ii 中一級科任老師在下學期進行自主學習的課堂研究：如何解決香港的交通問題？學生提出解決香港交通問題的可行措施，並列舉具體示例。

## 校外活動

### ① 野外考察

- i 中四地理科於二零二五年二月十七日參加可觀自然教育中心暨天文館舉辦之實地考察課程「都市可持續發展研究」，共29位學生參與。

- ii 中一級學生於二零二五年五月十日參加中上環定向考察活動，目的為增加學生對本港商業中心區土地利用情況的認識，共20位學生參與。

### ② 地理學會

- i 二零二四年十月十八日舉辦沙田蜆蜷坪夜行活動，共12位學生參與。

- ii 十一月十六日舉辦清水灣郊野公園（大坑墩至龍蝦灣）地理考察及燒烤活動，共12位學生參與。

- iii 二零二五年一月十一日舉辦尖沙咀城市定向活動，共25位學生參與。

- iv 三月二十日舉辦筆架山地理考察活動，共31位學生參與。

- v 四月二十六日舉辦大澳地理考察活動，共33位學生參與。

- ③ 兩名中四級學生於二零二四年七月十八日參加可觀自然教育中心舉辦的第一期「製作自動氣象儀」工作坊課程（八小時）及課後研習作業（兩小時），並獲參與證書。

## 十八、中國歷史科

### 塑造健康校園

- ① 各級課程中滲入古人智慧及待人處事方法，如中一級儒家的仁、愛；道家清靜無為思想。
- ② 透過中史學會活動及境外交流團，提供課後身心靈活動空間，寓學習於娛樂。
- ③ 透過中華文化周，讓學生在中國傳統小吃、華服及傳統中國手工藝中享受課堂以外的學習樂趣。

### 建立學習社群

- ① 科任老師參與不同講座以增潤學科知識。
- ② 各級課堂推行協作，如中一級「漢武帝政策與西漢立國政策關係」、中三級「八國聯軍之責任誰屬」及中五級的「清朝民族政策」等，讓學生進行小組討論、匯報及互評。
- ③ 中一級中史科開放教室，與校外同工交流教學心得。
- ④ 鼓勵學生積極認識國家文化及歷史。凡參加與中國歷史有關的公開比賽，或參觀博物館並撰寫300字感想者，皆可獲額外持續評估分。
- ⑤ 於課堂展示佳作成果，讓學生彼此學習。

### 確立服務型學校

- ① 本科與其他科組於二零二五年二月十二至十八日合辦「中華文化周」，詳情請參考「跨科組協作活動」報告。

### 校內活動

- ① 本科與中國語文科、公民與社會發展科、普通話科、體育科、家政科及視覺藝術科合辦中華文化於二零二五年二月十二至十八日合辦中華文化周。



中史學會 - 中國古代玩具拋豆袋



中史科課堂討論

- ② 本科與公民與社會發展科於二零二五年七月四日舉辦「東莞虎門歷史考察團」。
- ③ 本科於二零二四年九月十八日及二零二五年二月十七日分別進行了全校性的國民教育早會，主題為「九一八事變與十四年抗戰」及「中醫醫食同療」。
- ④ 二零二四年十月至十二月舉辦了兩組中六級中史精進班，二零二五年二月至四月舉辦了兩組中五級中史精進班，及二零二五年五月舉辦了四節中二級中史溫習班。
- ⑤ 中史學會全年共舉辦四次活動，主題分別為「古代皇帝大洗底」、「古代玩具」、「神秘古文明及中國神話」及「古代皇帝各種禮儀」，令學生在課堂外認識中國歷史另一面。

### 校外活動

- ① 推薦學生參加由「招商局慈善基金會」贊助的第三屆「香港故宮學生文化大使」計劃，3A蕭柏文及方宇迪成功入圍，並獲得文化大使計劃訓練。
- ② 推薦學生參加由「巴士的報」主辦，星島日報合辦的第八屆中國歷史校際精英問答比賽。
- ③ 推薦學生參加由「香港大學中國歷史研究文學碩士課程學生會」主辦的「全港中學中國歷史研習獎勵計劃（2024 - 2025 年度）徵文比賽」。

## 十九、世界歷史科

### 塑造健康校園

- ① 初中探討世界大戰對心理及精神健康的影響：課堂探究第一次世界大戰為參與戰爭的人所帶來的心理及精神健康問題，讓學生對戰爭帶來的影響進行批判性思考。
- ② 高中探討國際合作對環境健康及醫學整體發展的影響：探究國際社會應對全球性疫症的成就與限制，提高學生關注健康的意識。



## 創建高效學習社群

- ① 於中一進行協作課研，題目為早期香港地區的歷史、文化與傳承。
- ② 配合課程，講述香港地區早期居民的不同生活模式，讓學生認識早期在香港地區生活和定居人口的特點（例如本地姓族來自內地不同省份、福佬人來自福建、粵東，並移居香港）及生活模式。
- ③ 持續推動自學，於中一至中六級推行「翻轉課堂」、「同伴互評」及「同伴教學」等學習模式。
- ④ 同工積極參加校外研討會，共同提升教學專業。
- ⑤ 同工加入業界群組如歷史科電子學習網絡，與外校教學組織聯繫，亦參與聯校中六模擬試卷擬題和評估工作。

## 校內活動

- ① 中六級於二零二四年十二月和二零二五年一月開辦文憑試試前溫習班，由校友負責任教。
- ② 二零二五年二月舉行中六模擬試，共13位學生參與。
- ③ 中一至中三級於二零二四年十一月和二零二五年五月開辦試前溫習班，由校友負責任教。
- ④ 歷史學會全年共舉辦四次活動，主題分別為「Renaissance」、「Industrial Revolution」、「道風山實地考察」及「WWII 劇本殺」，令學生在課堂外認識歷史另一面。

## 校外活動

- ① 配合香港史課題，二零二五年二月舉行中五級本地史考察，共九位學生參加。
- ② 推薦中一至中三級學生參加教育局舉行的歷史科電子閱讀獎勵計劃 2025。
- ③ 推薦中三級學生參加由教育倡行Edution Network舉辦的「小小歷史學者培訓計劃 2024/2025」。



編程訓練小組 Maker Faire 攤位



LMC Skill Tube 技能互學平台

## 二十、普通電腦科；資訊及通訊科技科 塑造健康校園

- ① 中一級電腦科數據處理小組習作及中二級短片拍攝皆以「健康生活」為主題，提高學生對運動及良好睡眠習慣的認識。
- ② 與公民科及設計與科技科合作，12名中二級學生組成兩隊，參與香港防癆心臟及胸病協會主辦之「健康校園由你創2024-25」，並入圍初賽第二階段。

## 建立學習社群

- ① 初中電腦科繼續推行之人工智能課，讓學生認識其應用及道德議題。高中ICT亦融合之於課堂學習活動中，學生學習如何有效運用提示詞及判斷之回應的正確性。
- ② 本年於中二電腦科進行協作課研，並參與香港中學校長會「自主學習節——公開課」，探討如何改良App Inventor 課堂活動，以幫助學生掌握解難及除錯技巧。
- ③ 各級繼續加強專案學習（project-based learning）元素，讓學生有更多協作並運用創意的機會。
- ④ ICT老師加入業界群組如HKACE及AITLE。本年亦參與AITLE模擬試卷的擬題工作。

## 確立服務型學校

- ① 初中人工智能課增加認識國家之發展及判斷網上虛假消息的閱讀材料，並新增「以AI解決社區問題」的提案習作。

## 校內活動

- ① 本年編程訓練小組共有23名會員，並由12名學生幹事負責籌備及帶領聚會，教授Python、遊戲編程及競賽編程解難技巧，全年共舉行13次聚會。下學期亦聘請校友導師進行了三小時「JavaScript網頁編寫」課程。

② 編程訓練小組在本年二零二五年一月Maker Faire攤位中，除了展出學生的編程作品外，亦設計了與AI的相關活動。

③ 中四級ICT於二零二五年五月舉行電腦組裝日，學生體驗選購組件及組裝過程。透過短片習作，讓學生對最新硬件發展及規格有更全面的認識。

④ 透過「中學ICT創新實驗室」計劃，下學期聘請導師教授Python及AI應用進階課程，對象為已有編程基礎的學生，共15名學生參加。

### 校外活動

① 去年五名中六級學生參加「思科網絡學院第二十屆港澳青少年網路技能大賽2024」。三名學生分別獲金、銀及銅獎，兩名學生獲優異獎。

② 去年四名中二級學生在「數碼宇宙守護者IG Reels創作比賽」中獲得優異獎。他們的影片《甚麼是Cookies?》在200多個參賽作品中，名列初中組的前15名。

③ 五名中五級學生參加通訊事務管理局辦公室舉辦之「5G校園應用創作比賽2024」，並獲得優異獎。他們的作品LMC Skill Tube 技能互學平台，讓學生運用手機應用(App)互學技能，運用AI協助製作教學，並提供即時的回饋。

④ 十名編程訓練小組學生參加由香港電腦教育學會主辦之香港電腦奧林匹克(HKIO)競賽，兩名學生分別獲得高級組銅獎及優異獎。

⑤ 七名中四級學生參加「Samsung Solve for Tomorrow 2024」提案比賽，主題為運用AI技術於不同行業。

⑥ 兩名中六級學生參加由香港網絡安全事故協調中心及香港生產力局主辦之「香港網安奪旗賽2024」。

⑦ 兩名學生參加「大灣區青少年人工智能及網絡安全挑戰賽2024」，成功晉身決賽，並於二零二五年二月完成於澳門舉行之三日兩夜人工智能訓練營。

⑧ 14名編程訓練小組學生參加由香港教育城、香港電



中史學會 - 中國古代玩具橡筋繩

腦教育學會及ICE Foundation 合辦的「國際編程精英挑戰賽2024-25」。

⑨ 十名中三及四級學生將於二零二五年六至七月參加香港教育大學舉辦，共6小時之「人工智能素養」課程。

## 二十一、經濟科

### 塑造健康校園

① 本年度EC Shop教育計劃以「健康校園」為主題，鼓勵學生自行設計及生產有助改善身心靈健康的商品。

### 創建高效學習社群

① 本科老師於本學年就中五級有關財政預算案一課作協作課研，老師就學生學習難點設計課堂及相關教材，並進行課前及課後會議，藉互相觀摩、分享，提升教學效能。

② 本科老師因應學生的需要及考評的要求，不時為學生設計、更新教學筆記、練習及安排測考，亦安排中六學生多次參加校內、校外舉辦的模擬試。

③ 本科老師每年均互相觀課、交流。本年度科組老師藉觀課影片及實體觀課，互相觀課一次。

④ 本科老師均積極參加有關經濟科、教學策略，及其他學習經歷的校外研討會，建立共同願景、提升團隊精神，並更有系統地思考教學問題，以提升教學專業質素。

⑤ 本科老師於課餘或本科會議，探討不同的教學策略，分享自己設計的教學活動及教材，交流教學心得。

⑥ 本科老師與過往修讀經濟科成績優異的校友緊密合作，為中四至中六各級學生安排精進班及溫習班，照顧不同需要的學生。

### 確立服務型學校

① 本科於各級課程強化學生對本港經濟及內地經濟現



沉的理解，訓練學生以經濟學理論分析現況，並提出建議，以改善香港與內地面對的經濟問題，培養學生的愛國情懷。例如於中六探討國際貿易議題時，介紹國家於推動粵港澳大灣區發展及一帶一路倡議，是如何強化香港於國際貿易中所扮演的角色及當中所發揮的正面作用。

## 校內活動

① 經濟科及企業、會計與財務概論科合辦「EC Shop教育計劃」，詳情請參考跨科組協作活動報告。

② 為幫助中五級修讀經濟科的學生鞏固課程所學，並把經濟學的理论活用到日常生活中，本校經濟科於本學年舉辦「呂中經濟台——經濟學影片製作工作坊」。學生參加兩節課堂訓練，除學懂以經濟學理論分析時事，亦掌握影音短片製作技巧。學生更於完成工作坊後參與學習成果匯報比賽，就影片拍攝內容進行匯報及解答評判提問，這對深化學生的經濟學概念應用甚有幫助。

## 校外活動

① 中四學生參與由教育局課程發展處個人、社會及人文教育組舉辦的「經濟資訊圖表大挑戰(2024/25)經濟圖表知多少——網上問答自我挑戰」，以培養學生的數據素養，提升他們閱讀和運用經濟資訊圖表的能力，以及加深他們對應用經濟概念於商業與科技的認識。

② 中四學生參加由信報教育主辦、香港教育局協辦的「全港理財爭霸戰2025」網上問答比賽，以幫助學生掌握正確的理財知識、方法和技巧及協助學生建立對財務管理恰當的價值觀和態度，培養理財素養。



EC Shop 教育計劃

## 二十一、企業、會計與財務概論科

### 塑造健康校園

① 本年度EC Shop教育計劃以「健康校園」為主題，鼓勵學生自行設計及生產有助改善身心靈健康的商品。

② 本年度企會財科的教材設計均加入了一些與健康生活有關的商業議題，包括討論健康食品及飲品之銷售策略、私營公司及機構在市民健康範疇的企業責任等。

### 建立學習社群

① 本科老師參與協作課研，就學生學習難點設計課堂及相關教材，藉互相觀摩、分享，提升教學效能。

② 本科老師於課餘或本科會議，探討不同的教學策略，分享自己設計的教學活動，交流教學心得。

③ 本科老師因應學生的需要，為學生設計教學筆記，與同儕分享及交流。

④ 本科老師每年均互相觀課、交流。

⑤ 本科老師均積極參加校外研討會，建立共同願景、提升團隊精神、更有系統地思考問題，以提升教學專業質素。

### 確立服務型學校

① 配合國民教育，企會財科於中四級教授香港營商環境時介紹了香港於粵港澳大灣區及一帶一路倡議中扮演的角色，並以大灣區創業作示例，分析營商需要考慮之外在因素。另外亦在中四及中五的各個課題中，加入了中國的例子及數據作教學示例，使學生對國內商業活動及模式、營商機遇等有更多認識。

### 校內活動

① 中四學生於二零二四年十一月七日及十一月八日參加由教育局商校合作計劃舉辦的「財策為未來」活動，讓學生了解個人興趣和價值觀對訂立學習與生涯目標的重要性，亦了解當中與個人理財的關係。

② 經濟科及企業、會計與財務概論科合辦「EC Shop 教育計劃」，詳情請參考跨科組協作活動報告。

#### 校外活動

① 中四至中六學生參加 Project Morals & Money (Project M2) 自學教育平台以增加理財知識及財務智商。

② 中四及中五學生參加由信報教育主辦、香港教育局協辦的「全港理財爭霸戰2025」網上問答比賽，以幫助學生掌握正確的理財知識、方法和技巧，及協助學生建立對財務管理恰當的價值觀和態度，培養理財素養。另外，四位中五學生組隊參加了同一比賽下之「少年金融人才計劃」，以獲得更全面之理財知識。



「JA 財策為未來」課堂

#### 教學發展小組

本組積極留意香港教與學最新發展，為老師提供相關資訊，並透過工作坊、籌辦公開課及參與自主學習計劃等活動，提升課堂效能及使課程更切合學生的需要。成員包括：

組長：何孝禮副校長

組員：徐志軒老師、羅嘉瑩老師、奧梁慧妍老師

#### 一、自主學習

① 本學年為自主學習協作課研的第四年。本學年常規化相關研究，所有學科均需參與。各學科跟從約章和指引，在本學年進行至少一次的自主學習協作課研。由何世敏博士、溫家傑校長及何孝禮副校長和各學科一起進行共同備課會議、觀課和議課會議。透過課堂研究優化課堂設計，提升教學效能。更重要的是建構學生的自主學習能力，讓學生更積極學習。

#### ②

二零二五年一月十六日由何世敏博士與中國語文、世界歷史和物理三個學科的老師共同備課，並且安排其他科主任列席會議，以學習如何通過協作課研優化堂設計，提升教學效能，促進同事之間專業交流，並更新教學策略。

#### 二、

公開課：今年有15位老師參與香港中學校長會「自主學習節」公開課，與5位來自多間中學的副校長及老師交流。相關科目包括公民、經濟與社會、中國語文、英國語文、視覺藝術、音樂、普通電腦科、數學、物理、世界歷史、中國歷史、生物及企業、會計與財務概論。

#### 三、

二零二四年十二月十日及十二日舉辦 LoiloNote 工作坊，共有13位老師出席，學習使用 LoiloNote 作課堂互動。

#### 四、

二零二五年三月十一日何孝禮副校長及三位英文科老師參與中華基督教會基元中學教師發展日，參與中二級英文科的示範課堂，並和其他學



校同工交流，了解其推動自主學習的策略。  
五、二零二五年六月五日舉辦之工作坊，由兩位老師分享使用人工智能輔助教學的策略，共有33位老師出席。

### 學校圖書館及閱讀推廣委員會

本組旨在統籌科組與圖書館的合作，推動學生閱讀學科相關書籍及文獻，擴闊知識，培養自學精神。成員包括：

組長：劉燕群老師（圖書館主任）

組員：何孝禮副校長、張佩儀老師、

謝荻苓老師、林子慧老師

一、二零二四年十月九至十日邀請樂文書店到校作綜合圖書展，同時邀請部份學生為圖書館選購新書供同學借閱，使館藏更切合學生需要，提升學生閱讀興趣。

二、提供金閱閣校園版、HyRead 及 LightSail 三組電子閱讀平台，讓學生可多閱讀英文圖書和香港及台灣出版社的中文圖書。

三、配合學校發展計劃「塑造健康校園」，二零二四年十一月十八日至十九日邀請 MHC 咖啡隊協助舉辦「Library Café」活動，在午膳及放學後於館內為參加者沖調咖啡或朱古力飲料。圖書館預先選取一批與「身、心、靈健康」相關的書籍，到場師生只需在館內閱讀並書寫讀後感，即可享用一杯由咖啡隊親手調製的飲品。

四、二零二四年十二月十八日帶領19位學生到尖沙嘴誠品書店參觀及購書，協助選購圖書並即場進行小型閱讀分享會。

五、推行初中廣泛閱讀獎勵計劃以推動閱讀風氣，每位初中學生需在閱讀時間內向班內同學分享自選書籍讀後感，全學年共有二次分享時間。



樂文書店到校作綜合圖書展



Library Café 活動

六、推動全校學生使用 HyRead 及金閱閣電子書平台，本校於由天窗數碼有限公司主辦的港澳數碼閱讀獎勵計劃 2024-2025 獲中學校際卓越獎，三位中一學生獲中學組閱讀之星優異獎。

### 跨學科英語課程 (IAC) 及英語環境 (EEP) 委員會

本組透過不同校內活動及跨學科合作，致力為學生營造濃厚英語學習環境。成員包括：

組長：鄒碧雲老師

組員：何孝禮副校長、顏紹熙副校長、

徐志軒老師、曹震安老師、

李穎茵老師、溫兆微老師

一、英語周：本學年舉辦兩次英語周，早上以英語進行早會；小息及放學後，英文學會於英語角 (English Circle) 舉辦英語活動，以鼓勵學生多講、多運用英語。

二、Bridging Worksheets：製作 Bridging Worksheets 幫助中一新生儘快適應數學、世界歷史、地理及科學科以英語學習的模式。

三、英語環境及跨科英語課程發展：為以英語授課的科目建立詞彙庫，中一新生於暑假上網即可預習各科詞彙，掌握讀音及拼寫方法。

## 二零二四至二零二五年度交流團及海外比賽資料

項目	地點	日期	參與人數
2024 國際遺傳工程機器設計競賽 (iGEM) 暨巴黎歷史文化交流團	法國巴黎	二零二四年十月二十二日至二十八日	10
廣州中醫藥探索之旅	中國廣東省廣州市	二零二五年二月十七日至十九日	20
首爾社區服務義工團	韓國首爾	二零二五年四月十二日至十八日	15
瀨戶內國際藝術祭藝術之旅	日本瀨戶內	二零二五年四月十五日至二十日	30
ROBOFEST 機械人大賽 (國際賽)	美國底特律	二零二五年五月十三日至二十一日	3
德國國際合唱團比賽暨文化考察之旅	德國	二零二五年六月二十八日至七月八日	46
東莞虎門歷史考察團	中國廣東省東莞市	二零二五年七月四日	40
中五級公民科深圳經濟發展內地考察團	中國廣東省深圳市	二零二五年七月九日至十日	134

### 境外學習委員會

本組統籌恆常的境外交流考察活動，讓學生透過活動拓寬自己的世界視野，親身了解不同國家、民族、文化的特色，發揮團隊的協作能力及建立朋輩關係。成員包括：

組長：簡永東老師、李仁俊老師

組員：鄒碧雲老師、鄭紫盈老師、陳燁芙老師

一、本年度由本科組主辦之境外大型交流活動包括中五級公民科內地考察團、廣州中醫藥探索之旅、首爾社區服務義工團、瀨戶內國際藝術祭藝術之旅，以及東莞虎門歷史考察團。

二、本年度共有 59 名學生參與海外比賽，包括在法國巴黎舉行的二零二四年國際遺傳工程機器設計競賽 (iGEM) 暨巴黎歷史文化交流團，在美國底特律舉行的 ROBOFEST 機械人大賽 (國際賽)，以及在德國舉行的德國國際合唱團比賽暨文化考察之旅。

### 資優教育委員會

本組有系統地發掘和培育資賦優異的學生，為他們提供適切的教育機會，使他們在富彈性的教學方法和環境下充分發揮個別潛能。成員包括：

組長：鄧嘉豪老師

組員：祈心茹老師、羅梓泓老師

一、本校於學年初透過不同方法 (包括學生的學術成績、比賽成就以及老師推薦) 識別各學習領域中具潛能的學生，並建立資優人才庫。

二、為師生設立校本資優教育資訊網頁，提供校外資優課程資料、校外資優課程校本資助計劃、資優教育相關之教師專業發展等資訊。

三、二零二四年九月十六日舉行校內資優學生周年聚會，逾 80 名學生出席。

四、本年度共有 86 位學生為香港資優教育學苑

(The Hong Kong Academy for Gifted Education, HKAGE) 之學員。學苑提供人文學科、數學、科學、個人成長和社交發展、領導才能，以至跨學科的課程、講座和比賽讓學員參加。

五、年初提名 28 位在人文學科、數學或科學方面具傑出表現或極高潛能的學生，加入「香港資優教育學苑網上甄選學習課程」。當中完成課程，並取得合格成績的十位學生，可以進入「提名」的第二個階段。此外，藉「校長提名」方式，在「領導才能」和「視覺藝術」兩個範疇各自獲校長提名的一位資優學生，也可以直接進入「提名」的第二個階段。最終獲取錄的學生會於二零二五年七月正式成為香港資優教育學苑之學員。

六、本年度提名 18 位中三至中五學生加入香港大學「菁英聚港大計畫」(Academy for the Talented)，至今本校共有 52 位學生為該計畫之學員。該計畫提供醫學、法律、工程、社會科學、牙醫、自然科學、數學及語言等不同範疇之課程和工作坊讓學生選擇參加。新加入之學生被邀出席二零二五年一月十八日於香港大學舉辦之入學典禮。

七、推薦八位中五學生參加由香港理工大學理學院主辦之理大科學青年人才比賽 (PolyU SCIENCE Young Talents Competition)，四位學生成功晉身決賽。

八、提名四位中一至中二學生參與 2025 Center for Talented Youth HK Scholarship Program。學生完成網上測試後成功獲得獎學金，得到美國 Johns Hopkins University 全額贊助學生參加該大學於暑假舉辦之資優課程，課程橫跨資訊科技、歷史人文、社會科學、語言、藝術、數理工程等。

九、推薦並資助學生參加以下不同院校或機構舉辦的資優課程、講座和活動：



課程 / 講座 / 活動	院校 / 機構	人數	年級
* CUHK Summer Program for Gifted & Talented 2024 ( Courses : Introduction to Psychology, Looking into Abnormal Psychology, Aspects of Chinese Medicine, Solving Algebraic Equations, Introductory Mathematical Thinking and Problem Solving Skills )	CUHK	5	F.1, F.3, F.5
* Science Academy for Young Talent ( Courses : Relativity and Particle Physics, Mysteries in the Atomic World, Essentials of Organic Chemistry )	CUHK	3	F.4, F.5
* Enrichment Programme for Young Mathematics Talents 2024 ( Courses : Introduction to Discrete Mathematics, Towards Differential Geometry )	CUHK	3	F.4
*Data Science Course (Level III): Exchange in Shanghai of CSDI Awards 2024	HKAGE	1	F.5
*HKU Academy for the Talented ( Courses : HKU Medify: Summer Immersion Programme 2024, HKU Medical and Healthcare Academy for the Talented, HKU Neuroscience Academy for the Talented, HKU STEM Academy for the Talented )	HKU	4	F.4
*Learning Classroom for Secondary School Students (Summer 2024) ( Courses : The Magical Small World: Why are Microorganisms Important to Us, Application of Biomedical sciences in our daily life )	City U	2	F.4
中學 / 大學雙修課程 2024 ( 課程 : Chemistry Level 1, Life science )	HKUST	2	F.4, F.5
Web-based Learning Courses for Gifted/More Able Students ( Course : Mathematics )	EDB, HKAGE	1	F.1
Science Academy for Young Talent ( Course : Biological Science Student Knowledge Enhancement Course )	CUHK	1	F.5
CUHK Winter Program for Gifted & Talented 2024 ( Courses : Aspects of Chinese Medicine, Introduction to psychology, Workshop on Debate and Public Speaking Skills, Biochemistry Immunity and infectious II, Introduction to Advanced Mathematics - The World of Mathematics and Science )	CUHK	5	F.1, F.2, F.5
Aerosim Inter-school Aviation Tournament 2025	Aerosim (HK) Limited	4	F.2, F.3
Legal Academy Student Chapters 2025	HKU	1	F.3
HKU Easter Taster Programme 2025	HKU	3	F.3, F.4
CUHK Spring Program for Gifted & Talented 2025 ( Course : Biochemistry and Disease III )	CUHK	2	F.4
「資優教育基金」校外進階學習課程 ( 課程 : 人工智能和計量金融的數學和計算方法 )	EDB, HKAGE, CUHK	1	F.5

\* 二零二三年至二零二四年度補遺資料。

STEAM 教統協同會

本組旨在加強學生在科學、科技、工程及數學等幾個學習領域的學習，並且透過促進跨學科或跨學習領域的協作，使學生在知識、技能和態度三個方面都得到良好的發展。成員包括：

組長：李家明老師

組員：顏紹熙副校長、李穎茵老師、

黃君臨老師、張泰洛老師、

陳天德老師、鄭濤雅老師

一、本校已發展科普教育多年，從起初的科技教育到近年的 STEAM 教育都有良好的發展。學校創校初期已設有科學及科技科目，如物理、化學、生物及設計與工藝科等，從基礎上培育學生的科普知識及動手能力。透過各學科的改良及加上後期電腦科的設立，使學生在科學基礎、設計解難和運用數碼科技元素上有更大的進步。

二、近年學校亦積極改善有關 STEAM 相關的學習設施，包括改建設計與科技室成為「創客教室」(Maker Lab) 和優化電腦室，以及增設相關的教學設備，為學生提供了優質的學習環境。

三、在課程設計方面，本校積極推動與各大學及專業團隊合作，以改良及革新課程和拓展各 STEAM 有關的課外活動。本校亦設計校本的「創客教育課程」(Maker Education)，並促進科學及科技相關科目之間的協作，共同建立跨學科的 STEAM 課程，以協助學生面對二十一世紀的新挑戰。

四、本年度本組在校內舉辦的課程活動及與校外團體合作的項目：

項目	日期	地點	課程 / 工作坊 / 活動	參與對象 (人數)
1	9/2024-8/2025	東華三院張明添中學	參與由行政長官卓越教學獎老師成立的「卓師 STEM 工作室」	本校老師 (2)
2	4/1/2025	本校球場及各特別室	創客嘉年華 (Maker Faire) (攤位數目：24)	小學學生及家長 (1500) 協助攤位學生 (120)
3	26/6/2025	演藝廳及創客教室	F2 STEAM Day	所有中二同學 (140)
4	27/6/2025	101-105 室	F1 STEAM Day	所有中一同學 (160)

PSHE 協同會

本組旨在加強個人、社會及人文教育學習領域課程和科目課程的連繫，促進跨學科或跨學習領域的協作。成員包括：

組長：簡永東老師

組員：梁淑玲主任、李賽琴老師、戴綠芬老師、

奧梁慧妍老師、曹震安老師、江國洪老師

一、持續檢視各科推展國家安全教育的情況，將課程自然連繫並有機結合國家安全教育的元素

二、為培養學生的開拓與創新精神，本年度已向學生推廣不同與社區創新相關的增益活動，並加強公民科與經濟科之間的協作，共同裝備學生參與相關比賽。本年度四名學生參加《Citi 呈獻 IdeaPop! 2025》全港中學生初創計劃匯報比賽，晉身 80 強。另有三名學生參加滙豐香港社區夥伴計劃——社區創新科技大賽 SMART Community Hackathon 2024，晉身 20 強。

三、公民科與中史科合辦「東莞虎門歷史考察團」，詳情請參考跨科組協作活動報告。

藝術教育委員會

本組統籌全校的藝術教育，旨在透過藝術教育陶冶學生的性情與品格，讓學生透過不同藝術活動探求真、善、美，提升個人的素養和情操。

成員包括：

組長：阮詠恩老師

組員：周鳳美老師、陳穎思老師、霍瑞棠老師、

鍾栢熹老師

一、開設多元化藝術活動，包括音樂、視藝、戲劇及舞蹈等。各科組合作無間，每年均舉辦呂中藝術節，增加校園的藝術氛圍。



- 二、每年為高中學生舉辦「其他學習經歷日」(OLH Day)，活動分兩部分。第一部分安排藝術團體到校表演和分享，今年邀得香港著名音樂人龔志成先生分享「香港音樂文化發展」，並與香港爵士樂手校友陳天進即場表演。第二部分由本組為學生提供十多個藝術工作坊，涵蓋學習陶瓷、攝影、Tape Art、個人儀表——髮型課、踢躡舞、街舞、製作微縮食品、音樂劇巡禮等領域，讓學生接觸不同種類的藝術，發掘興趣，推動呂中藝術教育普及。
- 三、視覺藝術科學生YA葉承希及AD李雪晴獲選為本年度藝術推廣大使，積極推廣視覺藝術。
- 四、為推廣校園藝術教育，音樂科經常於校內舉辦音樂活動及表演，如二零二五年一月四日「呂中資訊日」，當天合唱團、弦樂團、中樂團和管樂團於禮堂或一樓平台演出。
- 五、本校合唱團、弦樂團、中樂團和管樂團共參加了七場比賽，獲得兩金四銀一銅。合唱團於二零二五年六月二十八日至七月八日遠赴德國，參加第13屆約翰·布拉姆斯國際合唱團比賽暨音樂節。
- 六、本年度中國舞、爵士舞、西方舞以及拉丁舞的學生共參加九場舞蹈比賽，當中獎項包括三個乙級獎、六個甲級獎。
- 七、本年度戲劇學會於香港學校戲劇節獲得四項團體獎、九項個人獎，並獲得評判推介演出獎，於屯門大會堂公開演出。
- 八、戲劇科為舞台支援隊和舞台管理小組定期進行訓練，讓學生在學校全年各大小與舞台有關的活動提供支援，如中一新生簡介會、中六惜別會表演、綜合藝術表演、午間音樂會、周會等。

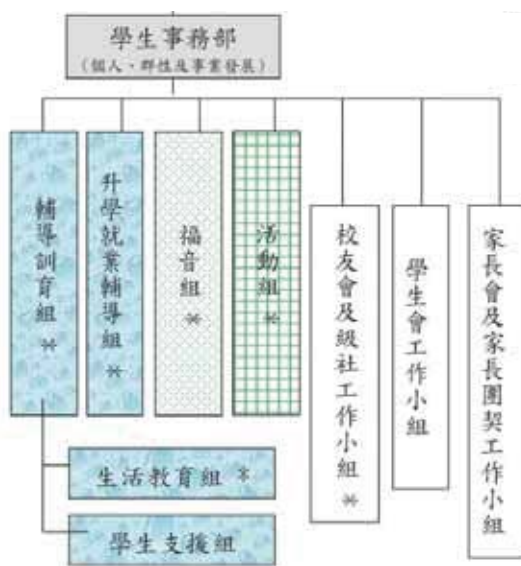


福音周會



福音茶座

- 二、二零二四年八月十九日至八月二十日、八月二十二日至八月二十三日在本校舉行中一新生迎新周，讓學生彼此認識，熟習英語學習環境及協作學習的模式。
- 三、八月二十四日上午在本校舉行中一新生及家長迎新日，讓學生及家長瞭解學校各項制度及辦學精神。
- 四、十月二十二日至十月二十四日舉行「中一律已互勉訓練營」，訓練學生於集體生活的紀律精神並學習與人溝通合作的技巧。
- 五、十月二十五日為本校家長晚會，於禮堂舉行「第36屆家長會幹事就職禮暨會員大會」，敦請曾潔雯教授作專題演講，之後有分級專題講座或由班主任會見家長。
- 六、二零二五年一月二十五日至二十七日為家長日，班主任與家長討論學生學業情況、在校及在家的表現。



### (丙) 學生事務

- 一、學生事務部統籌及協調全校有關學生事務的工作。今年各組架構如下：

## 輔導訓育組

一、本年度輔導訓育組成員包括：

組長：郭賢偉副校長

組員：梁淑玲主任（生活教育組組長）、周鳳美老師（學生支援組組長）、陳栢希老師、陳瑞嫻老師、張盛智老師、徐雁冰老師、許穎嫻老師、古敏儀老師、林子栢老師、奧梁慧妍老師、鄧嘉豪老師、謝荻苓老師、黃嘉欣老師、社工高玉珍姑娘和黃嘉琦姑娘

二、本校繼續推行「訓輔結合」的精神，以幫助學生建立正確的價值觀念和良好的生活習慣為目標。因此本組訂定及執行紀律政策時，忠於教育原則和合乎人性，嚴寬適當，並配合輔導，根治問題。

三、本校老師輪流負每日常於上課前、小息及午飯時的校內當值，照顧學生及維持校園秩序。

四、本組定期召開會議，檢討校內訓輔工作。

五、學校社工高玉珍姑娘和黃嘉琦姑娘協助本校學生成長。兩位社工本年度開展了個別及小組的學生輔導工作，同時亦協助舉辦家長講座、朋輩支援計劃和義工訓練。

六、「學生支援組」與家長及相關專業人士保持聯繫，協助有關學生面對學習和生活上的問題。

七、「朋輩支援計劃」讓高年級學長協助低年級學弟學妹面對學習和生活上的問題，此計劃不但令低年級學生受益，亦讓一班學長學習關心和幫助別人，提升校園內的關愛氣氛。

八、負責功課輔導的黃嘉欣老師協助老師們跟進一些在功課上有困難的學生，了解他們的難處，從而個別地處理。同時亦開設溫習小組，讓學生鞏固課堂所學。

九、各級訓導聯絡人定期舉行會議，主要檢討近期學生的紀律問題，從而作出適切跟進。

十、「輔導跟進小組」定期舉行會議，主要檢討需要跟



風紀隊交職典禮

進的個案，以便作出適切跟進。

十一、風紀員工作報告：

① 風紀總隊長為：SE 何漫之，副總隊長為：SD 陳焯嫻、SD 葉芷因。全校風紀員有 72 人。風紀員的工作主要是於上課前、小息及午飯時當值，協助老師維持校園秩序，同時亦於水、陸運會、小六家長講座、中一迎新日等當值。

② 二零二四年八月十六日舉行風紀員訓練及風紀員大會。另於二零二四年十月十二日至十三日舉行兩日一夜新風紀員野外歷奇訓練營，提升風紀員之個人領導才能及團隊合作精神。

③ 二零二四年十二月三十日及二零二五年三月十四日分別舉行風紀員聖誕旅行及風紀同樂日，提升風紀員對團隊的歸屬感。

④ 二零二五年三月三日至三月二十日進行風紀員訓練計劃，讓有興趣於下一個學年成為風紀員的中二及中三學生了解風紀員工作。

## 生活教育組

本組透過一些預防性及發展性活動，幫助同學邁向健康成長。成員包括：

組長：梁淑玲主任

組員：陳嘉茵老師、周鳳美老師、張巧慧老師、古敏儀老師、鄭穎欣老師、奧梁慧妍老師、蔡淑榕老師、蔡偉鋒老師、黃嘉欣老師、社工高玉珍姑娘和黃嘉琦姑娘

一、本年度於中一及中二推行「On My Way」計劃，透過「On My Way」小冊子、班主任課、周記等，教導學生過有紀律的生活。

二、推動社會服務

① 本年度繼續推行「高中義務工作計劃」，要求每位高中學生在高中階段完成至少六小時義務工作；學生參與義務工作的表現將於最後一個學年



的成績表中顯示。

- ② 二零二四年十月至十一月期間，與天主教聖華小學合辦「喜閱聖華」英語伴讀活動，有十位高中學生為聖華小學小四學生進行英語伴讀活動。是項活動由奧梁慧妍老師、蔡淑榕老師與張巧慧老師帶領。

- ③ 梁淑玲主任、蔡淑榕老師與駐校社工高玉珍姑娘推行「伴我同行計劃」，本年度共有九位學生參加。活動於二零二四年十月展開，內容包括個人成長及團隊建立歷奇日營；大自然療癒體驗、培訓日及長者服務日；「觸及生命」八爪魚玩偶鉤織服務訓練及服務實踐；以及於「健康周」協助帶領攤位活動。

- ④ 七位高中學生於二零二四年十一月十六日為浸聯會舉辦的步行籌款活動擔任義工，協助活動順利完成。

- ⑤ 八位中五學生參加奧比斯大使計劃，學生透過各式各樣的活動及體驗，深入了解全球救盲行動。學生更於二零二五年一月期間，以救助失明及推廣眼睛健康為目標，在校內舉行曲奇慈善籌款活動。

- 三、二零二四年九月二十八日舉行「新生輔導日」，透過話劇、遊戲、分組傾談，學長分享等，幫助中一學生適應中學生生活。

#### 四、「Leap 計劃」

為中一、二學生舉辦成長小組「Leap 計劃」，活動於二零二四年十月展開，透過歷奇活動、山藝和義務工作，幫助學生建立正確的人生態度及良好的生活模式。是項活動由「香港青少年輔導協會」、「Size The World」與郭賢偉副校長、謝荻苓老師與蔡偉鋒老師帶領。

#### 五、性教育

為讓學生學會尊重異性、培養他們在兩性關係上的

責任感及幫助學生面對色情文化的衝擊，本組透過周會、班主任課等講授有關訊息：

- ① 二零二四年八月二十三日舉行「中一女生衛生講座」，提醒中一女生青春期需要注意的事項。

- ② 九月九日由「香港性文化學會」講員為中六學生主講「大專的挑戰」，讓學生認識及反思「大學五件事」、大學生活的傳統、術語和文化，認識 O Camp 和住宿文化及注意事項，讓學生知道大學和中學生活的差別；大學更講求獨立分配時間的能力、大學宿舍文化把模糊身體界線視為娛樂及浪漫的危險性。

- ③ 九月十七日由「香港性文化學會」講員為中四學生主講「同性戀的迷思」，加深學生對同性戀的認識，讓學生在步入戀愛時能有更明智的選擇。

- ④ 十月二日舉行「眾裏尋他」她」中三級班主任課，讓學生在步入戀愛時能有更明智的選擇。

- ⑤ 十月十日由「香港性文化學會」講員為中二學生主講「單身不是罪——預備自己，迎接真愛」，為學生分析青少年時下「單身狗」文化，教導學生珍惜單身的自由及在友誼和獨處中成長的機會。

- ⑥ 十一月二十日由「明光社」講員為中三學生講解「網上色情陷阱」的現況，提醒學生免墮入圈套。

- ⑦ 十一月二十日由「香港性文化學會」講員為中四學生主講「如何處理衝突和分手」，讓學生認識戀愛時常見的衝突、原因和解決方法，及明白「好好分手」的注意事項及情緒管理技巧。

- ⑧ 二零二五年一月六日由「香港性文化學會」講員為中五學生主講「婚前同居，試『婚』或試『分』？」講座，讓學生了解「同居」如何對日後婚姻關係帶來負面影響及增加離婚的可能性，明白「同居」會增加二人的連結，不易分開，不符合試婚原意，以及認識婚姻的功能。

- ⑨ 四月三日舉行「認識性騷擾」周會，由「香港性文化學會」講員為中一學生介紹何謂性騷擾及其罪責、被性騷擾應如何尋求協助，兩性相處的合宜社交距離。

#### 六、精神健康教育

為照顧學生的情緒健康，提升學生的抗壓能力，本組透過周會、班主任課等講授有關訊息：

- ① 二零二四年九月九日，邀請 20 多位校友回校向中五同學分享中五學習生活要注意的事項，和如何面對考試壓力。

- ② 二零二四年九月至二零二五年三月，本組與體育科合作，舉行「身心健康時間」(Pause / Wellness Time)，安排導師於體育課向中五、中六學生教授伸展運動，以幫助學生學習如何放鬆身體及緊張的情緒。

- ③ 二零二五年一月二十日至二十四日舉行「健康周」，透過各級專題講座，包括睡眠健康、情緒管理、培養成長思維、壓力管理等，以及不同的體驗活動，幫助學生學習觀察自己的情緒，運用不同方法關懷並接納自己的情緒。

- ④ 為協助全體教職員更了解成長思維模式，讓老師在輔導的過程中更有效協助學生覺察與反思，並幫助學生尋找更適合的方法解決問題，本組於三月二十一日與教師發展委員會合辦教師發展日。第一節由 Make Positive 首席導師蔡舒琪小姐作主講嘉賓，向老師講解如何在教學環境中培育學生發展成長思維模式。第二節由張文茵博士作主講嘉賓，透過活動及個案分析，讓老師掌握如何在輔導過程中運用「表達藝術治療」。

#### 七、周會講座及班主任課

- ① 本組透過不同班主任課及周會，向學生貫輸正面的價值觀，包括「自我形象」、「拒絕欺凌」、「交友之道」等。

② 二零二四年九月至二零二五年一月由「浸信會愛羣社會服務處」社工於中一及中二級班主任課內教授學生「自我認識」、「時間管理」、「交友」等技巧。

③ 十一月八日由「香港基督教服務處」社工為中二學生主講「情迷上網」講座，讓學生學習如何面對成長挑戰，明白上網並不是滿足他們心靈需要的唯一選擇，鼓勵學生多參加其他有益身心活動。

④ 十一月十二日由「學友社」同工為中六學生講解面試時的注意事項，包括如何準備個人資料、儀容、談吐技巧等。

⑤ 十一月十九日由「錫安社會服務處」社工為中一及中二學生講解何謂校園欺凌以及其對學生的影響，並鼓勵學生建立關愛校園文化。

⑥ 十二月二日由「東華三院平和坊」社工為中五學生講解「成癮行為——不賭成就夢想」，提醒學生賭博對生活的影響及預防賭博成癮的方法。

⑦ 二零二五年一月二日由「開心樹」同工為中二學生分享在落後國家工作的經驗，鼓勵學生過感恩、有意義的生活。

⑧ 二月二十七日，由專業劇團為中四學生進行互動劇場，向學生宣揚廉潔對社會的重要性。活動由ICAC籌劃，今年更安排了一位現職廉政公署的呂中校友為師弟妹分享廉潔訊息。

⑨ 四月三日，透過中二班主任課「工作大未來」，讓學生初步了解選擇職業時要考慮的元素，鼓勵學生多了解自己，為未來作好準備。

⑩ 四月二十四日由「東華三院健康理財家庭輔導中心」社工為中二學生講解如何做個精明理財的青少年，幫助學生建立正確理財觀念。

⑪ 五月九日由「香港家庭福利會理財教育中心」社工為中四學生講解如何做個精明理財的青少年，幫助學生建立正確理財觀念。



關愛大使製作雪花酥



市集攤位

⑫ 五月九日由「宣明會」社工帶領中三學生透過模擬生產紙鞋，體驗公平貿易與血汗工廠的生產模式差異，讓學生反思並以行動回應童工及血汗工廠議題。

⑬ 本組於各級最後一節班主任課時舉辦「動力咭」活動，於校園內推廣欣賞他人、鼓勵他人的感恩文化。

### 學生支援組

本組以支援學生為要務，關顧學生身心健康及學業發展，讓學生在身體、心理和社交上得以發展，塑造健康校園，推廣關愛氣氛。成員包括：

組長：周鳳美老師

組員：郭賢偉副校長、陳嘉茵老師、張巧慧老師、簡永東老師、古敏儀老師、黃嘉欣老師、

利子亮老師、社工高玉珍姑娘、

社工黃嘉琦姑娘、言語治療師嚴楚鴻姑娘

### 支援原則

一、政策方面：本校致力建立共融文化，以「全校參與」模式支援有特殊教育需要的學生；透過資源調配，為學生提供適切和多元化的支援服務，以提升學生的學習效能及協助他們融入校園生活。學校重視家校合作，與家長建立了恆常溝通機制，透過不同渠道，一起商議有關支援學生的策略。

二、資源方面：為支援有特殊教育需要及成績稍遜的學生，本校獲教育局增撥額外資源，包括學習支援津貼及全校參與模式的融合教育計劃。

### 三、支援措施及資源運用方式

本校為有特殊教育需要及成績稍遜的學生提供下列支援措施：

① 成立學生支援組，由校長作統籌，成員包括：校長、副校長、學生支援組組長、學校社工及特殊教育需要支援老師。

② 全校教師以「全校參與」模式照顧個別學生。



- ③ 聘用教學助理，主要協助支援有特殊教育需要及成績稍遜的學生改善學習及社交上的需要。
- ④ 安排課後輔導班，為學業成績稍遜的學生提供高中文及公民科的加強輔導教學。
- ⑤ 為有特殊需要學生安排言語治療服務。
- ⑥ 為有需要學生安排言語治療識別評估。
- ⑦ 為有特殊社交需要學生安排小組及個人訓練服務。
- ⑧ 向有需要的學生提供學習、功課和測驗考試調適。
- ⑨ 設立「朋輩支援」計劃，為中一級學生提供協助，使學生能更快適應校園生活。
- ⑩ 設立「朋輩功課輔導」計劃，協助有學習困難的學生提升學習能力。
- ⑪ 設立「關愛大使」計劃，協助班主任在班內推廣關愛文化。
- ⑫ 推行「班主任支援網絡」，支援班主任各項需要，如在開學前先讓班主任初步認識班內有特殊教育需要的學生。
- ⑬ 為老師及家長舉辦講座、培訓及工作坊，讓他們了解特殊教育需要學生的學習特性，從而配合學校的措施。
- ⑭ 鼓勵老師參加由教育局、香港教育大學及志願機構為教師提供的培訓。

#### 學習支援方面

- 一、二零二四年七月十六日至七月十九日由 ICEHK 導師為有特殊學習需要的準中四學生舉辦四節「提升學習技巧工作坊」，以提升學生明辨性思維、多角度思維、時間管理、生涯規劃等技能。
- 二、九月三十日及十一月八日由 Edvenue@limited 導師為中一級學生舉辦兩節「學習風格工作坊」，讓學生了解自己的學習風格，並強化學習效能。該機構為每位學生提供一頁學習風格報告，並於二零二五



嘉許禮暨分享會

120

- 年一月十七日為中一級家長舉辦一節線上家長講座，分享提升子女學習效能的方法。
- 三、二零二四年十月至二零二五年五月期間由就讀大專院校的校友於課後舉行「朋輩支援——學習成長坊」，指導中一及中二學生功課及學習問題，提升初中學生對學習的信心，並促進校內的互助精神。學習成長坊每學期各開辦星期二及星期三兩小組，參與人數共十人。
- 四、上學期及期終考試前舉辦「考試溫習班」，有超過十名校友協助學生為考試作準備。上學期共有 54 名學生參加，每日平均輔導 30 多位中一、中二學生。
- 五、二零二四年十一月至二零二五年四月由校外導師開設十節「初中中文讀寫訓練班」，以支援中文能力較弱及有學習需要的學生，共有 10 名學生參加。
- 六、言語治療師於上學期到校 30 次；進行 57 節個別或小組訓練及評估，服務約 20 名學生。
- 七、二零二五年三月至四月一連四個星期二午飯期間舉辦「專注力小組」，以提升學生的專注力及學習效能，共有二名學生參加。

#### 推廣關愛文化方面

##### 一、領袖訓練

- ① 二零二四年七月二十日舉辦「學長訓練日」，由香港遊樂場協會社工帶領 6 位朋輩學長進行訓練，以加強自我認識，訓練溝通能力及團隊精神，並培訓朋輩學長成為領袖，幫助中一同學更快適應校園生活、解決功課及人際關係上的困難。朋輩學長全年工作包括：
  - i 二零二四年九月初分班舉辦「見面日」，讓全體中一同學認識所屬小組的學長。
  - ii 九月二十八日由學長帶領「中一新生輔導日」的競技遊戲及參與小組分享。
  - iii 十一月二十六日舉辦「全方位學科常識問答比

賽」，學長帶領中一同學以問答形式進行試前溫習。

iv 十二月舉辦「Christmas Card Making工作坊」，由各班學長親自製作聖誕卡送給中一同學，以表達關心和祝福。

v 二零二五年一月開始，於星期五午膳時間在一樓十周年紀念花園舉行三次「Board Game Friday」，促進學長與中一同學關係。

vi 二零二五年二月二十二日舉辦「朋輩學長及中一同學聯誼日營」，由負責老師及社工帶領合共50名朋輩學長及中一學生到保良局北潭涌度假營參與日營，以強化學生的溝通能力及團隊合作精神。

② 中一至中三各班設二至三名關愛大使，共同組成「初中關愛大使團隊」，並於上學期進行兩次訓練，介紹工作內容及提供所需物資，教導關愛大使在屬班推廣關愛活動。

## 二、關愛校園活動

### ① 關愛大使

i 初中各班關愛大使於班內張貼帶有正面訊息的海報，以提升班內正能量。

ii 九月十二日舉行「月餅工作坊」，由家長義工教導關愛大使製作冰皮月餅，與屬班同學一同享用。

iii 二零二四年十月舉行兩次「File with LOVE 工作坊」，關愛大使負責製作及繪畫文件夾。十一月二十五日午飯時段在一樓平台送文件夾給同學，同時邀請學長唱歌助慶，於考試前為同學加油打氣。

iv 二零二五年三月十七日舉行「Share with Love 工作坊」，由關愛大使邀請同學一同製作雪花酥，互相分享美食。

### ② My Friend's Club

i 與東華三院何玉清教育心理服務中心合辦「My Friend's Club」，透過19次社交技巧、認識自我以及解決困難的訓練，幫助學生建立良好的社交態度及技巧。本學年中一至中五級共有16名學生參加此活動。

ii 二零二四年九月至二零二五年五月期間組成「MFC咖啡隊」，學生藉着學習沖調咖啡，提升自己的社交技巧、時間管理及規劃目標能力，同時把握機會服務校內師生。本學年共有15名學生參加參加此活動。

iii 二零二四年十一月十八日及十九日MFC咖啡隊協助圖書館舉辦「Library Café」活動。

iv 二零二五年五月二日MFC咖啡隊於「Chill Zone」開幕活動內為嘉賓沖調咖啡等飲品。

### ③ 「心之谷」小組

i 「心之谷」小組由社工帶領，透過多元化體驗，讓學生體會人生的美，學習欣賞自己，從而提升正能量、舒緩壓力及促進社交能力。

ii 二零二五年一月五日參加由香港基督教女青年會於中環AIA Vitality公園舉辦的「Mindful & Mental Carnival」，在市集攤位售賣組員親手製作的手工藝品。加上網絡及個人銷售等渠道，最終獲得盈利\$528.66，相關款項將用於小組其他活動。

iii 二月二十至二十一日於「中一跳蚤市場」開設檔攤售賣產品，為香港導盲犬協會籌款，共籌得善款\$1208。

iv 三月中旬舉辦「手造純銀戒指製作體驗」，讓組員享受手工製作的樂趣。

v 部分成員於五月二日「呂中藝術節」期間擔任義工，陪伴到訪的金齡人士遊覽校園並欣賞同學的藝術作品，推動長幼共融。

④ 二零二四年九月，朋輩支援組與中文科合作，鼓勵中二學生關愛中一新生，在開學初期撰寫一封「給中一同學的信」，並通過中一班主任送給中一新生。大部分中二學生樂於分享個人經歷，藉此鼓勵師弟師妹。

⑤ 二零二五年一月十三日為第一次團隊活動日，邀請香港基督教女青年會梁紹榮度假村導師到校進行「新興運動——地壺球體驗」，除了響應健康校園的主題，更讓不同班別的學生通過參與活動，增加與同學相處的機會，增進友誼。

⑥ 二月二十一日中一中二級周會及二月二十四日中三至四級周會均以「Love is Power」為主題，邀請本港殘疾人士與運硬地滾球運動員梁育榮先生以及保齡球運動員張凱童先生為學生分享「逆境自強」的正向思維。

⑦ 四月七日為第二次團隊活動日，由社工高姑娘教授關愛大使製作馬賽克幻彩燈，讓學生發揮創意，增加生活趣味。

⑧ 五月二日「Chill Zone」正式開幕，為學生增添一個放鬆身心的好去處。出席嘉賓分別有沙田社區基金主席黃恩明先生、沙田社區基金副主席鄧曉熙先生、沙田民政事務處聯絡主任主管（青年活動）陸健航女士、家長校董何鴻德先生、基督教香港信義會沙田多元化金齡服務中心余詠詩姑娘，以及姊妹學校汕頭市實驗學校陳升孝校長等。

⑨ 五月十四日放學後舉行「延續呂中情 彰顯關愛文化」嘉許禮暨分享會，邀請各團隊派出學生分享，見證學生於本學年的經歷與成長。

⑩ 七月三日安排全體中一學生觀賞電影《山莊日記》，透過電影了解殘障人士的生活，讓學生明白每個人在自己的限制中也能有所成長。

⑪ 與香港女青年會合辦生涯規劃活動，通過歷奇活動及故事創作等藝術元素，讓中三至中五級學生



了解自己的性格，找到自己的長處並有更全面的發展。本學年共有二人參加此活動。

### 三、教師培訓

為照顧有特殊教育需要的學生，本學年已有39位老師完成「照顧不同學習需要」基礎課程、八位老師完成高級課程、13位老師完成專題課程以及兩位老師完成教學助理課程。

### 四、家校合作

① 本校重視學校與家庭合作，相互配合，陪伴學生成長。

② 本學年與家長會合辦中一家長座談會、家長晚會、家長小組及家長工作坊等，透過個案分析、討論及分享，幫助父母與孩子建立更好關係，舒緩家庭壓力，為學生營造健康的成長環境。（詳細內容請參考家長會報告）

## 升學就業輔導組

一、本年度升學就業輔導組成員包括：

組長：藍秋蘭主任

組員：陳子峰老師、張學霖老師、鄭紫盈老師、黎健老師、李賽琴老師、李懿婷老師、梁定勤老師、蘇靖彤老師、蔡淑榕老師及助理行政主任劉卓傑先生

二、為推動學生參與升學及就業活動，中四至中五學生可加入「升學及就業學會」，本學年會員數目為28位，會員主要職責為推廣及協助升輔組舉辦的升學及就業相關活動。

三、二零二四年十月中完成二零二三至二零二四年度中學文憑試中六畢業生出路調查。118名中六畢業生中，獲香港大學錄取者共八人、香港中文大學有2人、香港科技大學有六人、香港理工大學有2人、香港浸會大學有七人、香港城市大學有四人、香港教育大學有兩人、嶺南大學有一人、指定專業／界別資助學位課程有5人、自資學位課程有八人、副學士及高級文憑共七人、有二人赴海外進修

四、本組與「升學及就業學會」共同出版以下手冊及通訊：

① 二零二五年四月出版「中四選科手冊」電子版，幫助學生了解高中課程、選科要點及將來升學的選擇。

② 「升學及就業學會」在社交平台 Instagram 建立學會帳戶「blmss-careersclub」，為學生提供最新升學資訊。

### 五、優化個人生涯規劃 (ISP) 課程

① 周會及班主任課內容配合學校發展計劃，初中課程已有生涯規劃元素，高中課程側重生涯規劃

② 各級生涯規劃的主題及重點：

中一	訂定目標及計劃 (SMART)，時間運用
中二	培養正確工作態度
中三	如何為高中選科和將來擇業，培養正確工作態度
中四	建立職業道德價值，訂定學習進度、目標及計劃
中五	發展綜合才能，認識工作世界，準備聯招
中六	確立升學擇業方向

③ 中四至中六的個人生涯規劃課程由升輔組自編教材，並每年更新 ISP 課程，加插貼合時代的新聞報導、書籍文章及網上資訊，非牟利團體升學就業輔導資料，讓學生掌握更多、更準確的升學及就業資訊，務使學生能更瞭解自己，從而建立短期和長期的人生目標。

期及長期的人生目標。

④ 升學就業輔導組和生活教育組均設有各級統籌老師，以協助組長設計 ISP 課程，共成為班主任老師和組長的溝通橋樑。組長會與各級統籌老師和班主任於學年初檢討及修訂 ISP 課程，並會定期檢討。

⑤ 中三及中四級在班主任課節加入介紹應用學習課程，為中三及中四學生提供另類選擇，讓學生在報名前對課程有更深入認識。

### 六、各級生涯規劃活動

#### ① 中三選科輔導

i 為中三學生在周會和班主任課節中安排「個人生涯規劃」課，以進行高中選科輔導，並分別於二零二四年十一月二十九日及二零二五年一月二十日至二十三日期間進行「中三升中四選科輔導」周會及「中四模擬選科結果公佈及學習回顧」班主任課。

ii 二零二五年四月與教務組及家長會合辦「認識新高中學科三部曲」，透過於學校網頁發放高中科目簡介短片以及電子中四選科手冊，讓中三學生及家長在選科前充分了解各學科的內容、學習及評估方法。四月十一日晚上與何孝禮副校長及四位科主任舉行「認識新高中學科」網上講座，為家長解答有關高中選科的各項問題。四月二十五日舉行高中學長分享會，由28位中四、中五學長為中三同學分享，幫助中三同學更深入認識高中各學科內容及學習技巧。

#### ② 高中事業輔導 (中四)

i 二零二四年九月三日與班主任合作進行第一次「個人生涯規劃課」，引導學生規劃「其他學習經歷」的學習計劃。

ii 二零二四年十月二日、二零二五年一月十四

日及五月二十日安排三次由班主任指導的「個人生涯規劃」課，內容由升輔組老師設計，讓學生反思學習模式、檢視進度及訂立目標。

### ③ 高中事業輔導（中五）

i 二零二四年九月三日、十月三日及二零二五年五月二十一日與班主任合作進行三次「個人生涯規劃課」，引導學生規劃未來。

ii 二零二五年五月與英文科合作，由英文科老師教授學生撰寫「學生學習概覽」自我簡介時需注意的內容及語言特點，班主任亦於五月二十一日「個人生涯規劃課」進一步教授學生相關技巧。

### ④ 中六升學輔導

i 二零二四年九月三日舉行「聯招攻略」講座，引導學生規劃未來的升學計劃。

ii 十月三日於中六周會簡介大學聯合招生辦法、機制及程序、升學出路，並講解畢業生出路概況。

iii 十月三十一日邀請25名正就讀於大學的校友與中六同學分享大學選科心得及大學生活。

iv 十二月十二日與教務組合作主持中六周會，提醒學生有關大學聯招及專上課程電子預先報名平台（EAPP）所需注意事項。

v 二零二五年五月十七日為中六學生及其家長安排「放榜輔導日一」，包括邀請校友分享多元出路、由學友社社工舉辦「如何預備子女放榜」家長講座、由浸信會愛羣社會服務處社工帶領中六學生進行模擬放榜。

vi 「升學輔導師友計劃」（Career Mentor Scheme）

推行「升學輔導師友計劃」，由科任老師輔導中六學生選擇大學聯招科目，同時亦減少中



大學聯招輔導日

六班主任的工作量。計劃屬自願性質，科任老師及中六學生可自行決定是否參加，本組根據學生的選科志願及升學導師的專屬範疇進行配對，導師最少會於學生遞交「大學聯招辦法」申請前與學生進行輔導，並於文憑試放榜後作跟進。除一對一輔導外，本校社工亦為有志報讀社工系的學生舉辦講座，讓他們更了解社工的工作。本學年共有20位老師及一位社工為中六學生提供聯招選科輔導。二零二四年十二月三日與教師發展委員會合辦教師發展日，第一節由學友社學生輔導顧問吳寶城助理校長作主講嘉賓，協助全體教師更了解大學聯招機制並獲得最新升學資訊。第二節由本組成員舉行輔導學生選科工作坊，透過活動及個案分析讓老師進一步掌握升學輔導技巧，為教師日後輔導學生選科作準備。

### 七、本組與學科的合作

① 與各級班主任和中、英文科組老師合作，將生涯規劃的理念融合於此兩科的課程中。

i 中文科：在老師指導下，中三學生需要寫一封信給父母／師長／同學／未來的自己，分享自己選科的心路歷程，從中幫助他們思考人生的方向。

ii 英文科：在中二至中六加入不少升學及就業元素，內容包括訓練職場所需的各種英語能力（聆聽、閱讀、口語及寫作）。同時在中二、中三、中五及中六加插各專題課程，為期約一個月。除了教導學生職業英語技能外，亦啟導學生思考前途，尋找適合自己的學科和職業。

### 八、本組與校外團體及機構的合作

① 本組善用生涯規劃撥款聘請浸信會愛羣社會服務



處舉辦活動，由愛羣社工負責講座和工作坊等，以擴大學生的接觸面。

i 中三：透過課堂指導中三學生及早作生涯規劃，同時向他們講解中三選科考慮因素和為他們進行職業介紹等。

ii 中五：讓中五學生了解不同領域的職業技能及學習編寫履歷。

iii 中六：二零二五年五月十七日，社工到校為中六學生進行模擬放榜。

② 與香港基督教女青年會合作，於二零二五年七月三日由社工帶領全級中三學生到與其性向吻合的職業場地參觀，使學生親身了解各行業或工作入職要求、工作性質等，透過這活動可幫助學生為人生路向作出合適選擇——包括選擇學科及職業。

③ 「扶輪社與校同行」計劃：與「吐露港扶輪社」結盟，並舉辦「亦師亦友」計劃。透過小組形式，讓呂中學生接觸不同專業的導師，認識工作世界及培養專業態度。今年參與的導師共12人，學員為中四及五學生，共19人。

i 二零二四年十一月五日於本校進行簡介會。

ii 十一月十一日於本校舉行開幕禮，典禮後安排學員及導師共晉晚膳，互相認識和分享。

iii 二零二五年三月三十一日邀請寶馬山扶輪社社長張泳姿女士分享其在銀行的工作經驗，隨後學員與導師共晉晚膳。

④ 「職涯縮影 Career in a Nutshell」：與香港中華煤氣有限公司合作，為10名中四及中五學生提供職場體驗訓練。本年度進行六次活動，其中包括二零二四年十一月二十日到煤氣公司總部參觀及參加工作坊。

九、本組積極跟校友合作，為學生提供與工作相關的經驗

① 職業輔導日：為了協助高中學生將來升學及就業，讓他們加深了解自己的興趣、能力及性格，建立正確的職業觀，本組於二零二四年十一月二日下午舉辦「職業輔導日」。當天58位各行各業校友回校，與中五及中六同學分享寶貴的工作經驗及工作上的苦與樂。

② ASK Programme：「Alumni Sharing Knowledge Seminar」系列邀請各行各業的校友於周會和同學分享工作點滴，包括工作態度 (Attitudes)、工作技能 (Skills) 及工作認知 (Knowledge)。二零二四年十一月十一日邀請三位從事傳播相關的校友與中三及中四同學分享工作經歷，另於二零二五年三月十三日邀請一位從事電台主持工作的校友與中二同學分享其人生經歷，讓學生學懂如何正面接受自己的不完美並勇於嘗試，及於二零二五年三月十七日邀請一位現任臨床心理學家的校友與中五同學分享，讓同學了解其工作點滴。本校鼓勵學生積極參與由非牟利組織等機構、本地及海外大學舉辦與生涯規劃有關的活動、暑期課程及訓練計劃，並向學生推廣各大專學院的升學資訊及各大學及機構提供的獎學金。

① 推廣及推薦同學參加由校外團體舉辦的活動：

i 推廣「內地高校招收香港中學文憑考試學生計劃」，並推薦兩名中六學生參加北京大學2025年香港「博雅人才培養計劃」。

ii 推薦兩名中四學生參加 ARCH Community Outreach Careers Programme。

iii 推薦一名中四及一名中五學生參加2025《香港200》領袖計劃。

iv 推薦一名中三及兩名中四同學參加國泰「飛躍理想計劃」2024。

v 推薦一名中五及一名中六學生參加香港中文大學「卓越兒童健康研究所科學日2024」。

vi 推薦三名中四及中五學生參加由香港大學醫學院舉辦的學術研討會「Illuminate 2025」。

vii 推薦一名中五及一名中六學生參加香港理工大學「建築學課程工作坊」。

viii 推薦五名中四及五名中五學生參加 Hong Kong Student Association of Neuroscience 舉辦的「SPEAD 緊急援腦教育工作坊2025」。

ix 推薦一名中四及兩名中五學生參加由培菁女性創效基金舉辦的「明日女菁領袖峰會2024」。

x 推薦一名中四及三名中五學生參加香港理工大學「青少年研究指導計劃2025」。

xi 推薦一名中四及三名中五學生參加由香港科技大學主辦的「Pre-University Scholars Program (I.ELITE)」。

xii 推薦四位中四至中六學生到扶康會澤安感覺統合治療中心參與工作影子計劃，從中觀察並協助職業治療師工作。

xiii 二零二四年十一月安排22名中六學生參加由學友社舉辦的「香港模擬文憑試」，並於翌年三月派發成績單。

xiv 二零二五年一月十一日安排六名中六學生參加由沙田蘇浙公學及香港科技大學合辦的「聯校模擬面試」。

xv 推薦三名中五學生參加由 FDMT Consulting 分別跟香港理工大學及浸會大學合辦的參觀活動和工作坊。

xvi 為讓學生更了解英國升學情況，與非牟利學生組織「昇普計劃」於二零二五年一月六日舉辦英國升學講座，共有四位中五學生出席。

xvii 二零二五年三月至五月期間協助高中學生參加本地各大學舉辦的暑假體驗計劃或課程。

- xviii 推薦六位中四學生參加由青年成就香港部及跨國企業（包括彭博新聞社、摩根大通、歐洲清算銀行、星巴克及埃森哲管理諮詢公司）合辦的工作體驗計劃及編程工作坊。
- xix 推薦五名中五學生參加由威爾斯親王醫院及沙田區中學校長會主辦的「沙田醫護達人計劃」。
- xx 推薦八名中四及三名中五學生參加由香港中文大學主辦「中大課程體驗日 2025」。
- xxi 推薦一名中四及兩名中五學生參加由環境及生態局（環境科）／環境保護署主辦的「工作影子計劃 2025」。
- xxii 推薦兩名中五學生參加由香港中文大學醫學院主辦的「暑期臨床考察計劃 2025」。
- xxii 推廣與升學或就業有關的講座或展覽，包括：內地高等教育展／聯校台灣升學講座／其他海外升學講座／各大專院校舉辦的開放日或課程諮詢講座／各大學獎學金申請簡介會及分享會。
- ② 推薦學生及校友參加獎學金及傑出學生選舉：
  - i 推薦兩名中六學生參加「尤德爵士紀念基金高中學生獎」。
  - ii 推薦一名中四及兩名中五學生參加由學友社舉辦的「傑出中學生領袖選舉 2024 - 2025」。
  - iii 推薦一名中六學生參加由教育局舉辦的「香港卓越獎學金計劃 2025/26」。
  - iv 推薦兩名中五學生參加由青苗基金舉辦的「香港傑出學生選舉 2024 - 2025」。
  - v 推薦一名中三、一名中四及一名中五學生參加由香港遊樂場協會舉辦的「香港傑出少年



健康周

- 選舉 2025」。
- vi 推薦五名中五學生參加由沙田區青年發展及公民教育委員會舉辦的「沙田區傑出青年選舉（第十四屆）」。
- vii 推薦三名中五學生參加「哈佛圖書獎」。
- viii 推薦三名中六學生參加由香港大學舉辦的「First in the School」獎學金。
- ix 推薦一名中四及兩名中五學生參加「普林斯頓大學圖書獎 2025」。
- x 推薦一名中六學生參加南華早報主辦的「傑出學生獎」。
- xi 推薦一名中五學生參加南華早報主辦的「The Student of the Year - Community Contributor」。
- xii 推薦一名中五學生參加南華早報主辦的「The Student of the Year - Best Devotion to School」。
- xiii 推薦兩名中四學生參加南華早報主辦的「The Student of the Year - Visual Artist」。
- xiv 推薦一名中五學生參加南華早報主辦的「The Student of the Year - Scientist & Mathematician」。
- xv 推薦一名中五學生參加南華早報主辦的「The Student of the Year - Linguist: Cantonese」。
- xvi 推薦一名中五學生參加南華早報主辦的「The Student of the Year - Sportsman」。
- xvii 推薦一名中四學生參加領展主辦的「二十周年傑出學生獎學金」。
- xviii 推薦四名中五學生及四名中三學生參加沙田青年協會主辦的「第二十一屆沙田區傑出學生選舉」。
- xix 推薦兩名中五學生參加元朗青年商會主辦



的「第三十七屆香港特別行政區傑出學生選舉」。

### ③ 聯合本地大學舉辦面試工作坊及升學講座

i 二零二四年十一月七日邀請香港中文大學醫學院舉辦升學講座，共向25位中三至中六學生介紹課程及收生要求。

ii 二零二五年三月三日邀請香港大學生物醫學學院舉辦升學講座，向15位中四及中五學生介紹課程及收生要求。

iii 四月一日邀請香港大學法律學院舉辦升學講座。

iv 四月二十五日邀請香港大學教務處舉辦升學講座，向中四學生介紹課程及收生要求。

v 四月二十八日邀請香港中文大學入學及學生資助處舉辦升學講座，向中五學生介紹課程及收生要求。

十一、本組協助有需要的學生及校友撰寫推薦信及證明書，亦向學生提供升學輔導。截至二零二五年五月，本組老師撰寫推薦信合共11篇。

## 福音組

福音組主要通過學生團契、早會、周會、福音周和營會帶出福音及靈命成長的信息，藉以讓學生認識福音、接受救恩，並在靈裏得以成長。成員包括：

組長：郭賢偉副校長

組員：李凱盈老師、陳敏茹老師、江國洪老師、李家明老師、曹震安老師、張泰洛老師、羅梓泓老師

## 一、學生團契

### ① 本年主題為「由靈開始」，全年舉行21次周會。

第一次團契為小組重聚，旨在讓中二至中六團友跟去年小組組員重聚，約有80位學生參與。第

二次團契周會是專為中一學生而設的特別團契周會，約有50位中一學生出席。中一至中六學生團契由第三次團契周會正式開始。感謝天父，不少學生都願意恆常出席，每次聚會平均有80人參與。

## 二、福音周：

二零二五年三月五日至十一日舉行福音周，主題是「看不見？看得見！」。福音周的安排如下：

① 周會：三月四日至六日分別舉行了中一二級、中三四級及中五級周會。三次周會均由學生團契敬拜隊主領敬拜，並由吳啟銳校友主講。

② 短片播放：小息時在有蓋操場播放「Young David」短片，讓學生認識大衛背後的神。

③ 午飯時間活動

i 三月五日、三月十一日舉行 Busking，由團契敬拜隊學生分享詩歌及信息。

ii 三月七日舉行「手作壓花書籤工作坊」，透過製作五色手工壓花書籤，向同學傳福音，是次活動共35位學生參加。

## ④ 課後活動

i 三月六日舉行「盲盒旅行團」活動，讓參與學生可以經驗信仰的歷程，由起點完全看不見，在沒有視覺的情況下分別用聽覺、觸覺、味覺、嗅覺去探索及完成各項任務。每完成挑戰就逐漸能夠看見，最終完結旅行團返回起點，帶出需靠引導、尋得正確方法後，大家才可真正「看得見」，是次活動共42位學生參加

ii 三月七日舉行「福音茶座」，約有210位學生參加，分20組進行，每個小組均有一位老師跟學生討論信仰。同時，感恩得到家長團契鼎力協助，為學生製作美味茶點，讓大家可以輕松的氣氛下，一邊吃一邊談信仰。

iii 三月十日舉行「信仰攤位」活動，由中一至

中五的福音統籌和兩間合作堂會籌備，學生參加由福音統籌講解「尋找主便能尋見」的訊息的攤位活動，可獲紀念品及祝福，是次活動約有80位學生參加。

## ⑤ 跟進栽培

感謝天父！三次周會共有15位學生願意決志信主；有39位學生表示他們曾經遠離神，當下願意重新立志相信主；另有35位未信主的學生，表示對信仰有興趣，想進一步了解。這些學生會分別由沙田浸信會及第一城浸信會的同工跟進栽培。

## 三、崇拜聚會

### ① 聖誕崇拜

二零二四年十二月十九日舉行全校聖誕崇拜，由敬拜團體「角聲使團」主領敬拜及分享信息。

### ② 復活節崇拜

二零二五年三月二十五日至三月二十六日舉行中一二級和中三四級復活節崇拜，由「GLOW 敬拜青年平台（同心圓）」主領；三月二十七日舉行中五級復活節崇拜，由「司琴培訓中心」主領。

## 四、團職培訓

① 聯校事奉人員訓練日：二零二四年十月五日參與由 PES 舉辦的「聯校事奉人員訓練日，餐桌上的 MBTI」，讓團契職員在主題活動中了解自己及身邊的事奉者，為新一年共建基督的身體作好準備，是次活動有20位團職參與。

② 團職退修日：二零二五年一月二十七日在道風山舉行，讓團職退修反思，重新得力，一同享受安靜親近神的時光。是次退修日上午的靈修活動由道風山叢林靈修部靈修指導師朱浩廉博士主領，有18位團職參與。

③ 團職培訓營：二零二五年七月四日至五日在沙田突破青年村舉行，以推動團契職員在屬靈生命上

積極成長，培養他們在校園事奉及作美好見證的使命感，是次營會約有30位中二至中六的團職參加。

## 五、堂校合作

邀請沙田浸信會和第一城浸信會分別參與本校中一至中五級的福音事工，包括主領福音統籌的培訓小組及初信學生的栽培小組；協助學生團契、福音周活動及中一迎新周（在暑假期間進行）。

## 六、佈道會

中一級學生於二零二四年九月二十八日參與由浸信會聯會舉辦的「暫居、定居、永居」佈道會。

## 活動組

本校活動組主要通過籌辦各種類型的課外活動，讓學生於課堂以外得以發展不同興趣，並寓輔導於活動，培育學生之全人發展，令其掌握課外知識及技能，藉以增強自信、促進人際關係、提高思考能力、辦事能力及領導才能；至終人格成長，能獨立處世、善用餘暇、貢獻社會。成員包括：

組長：楊達明主任

組員：王穎欣老師、張家寶老師、阮詠恩老師、彭凱錕老師、蔡偉鋒老師、陳天德老師、黃君臨老師

## 一、校內課外活動

### ① 活動項目

本年度項目共80多項（詳參課外活動一覽表），類型多元化，包括學術、體育、藝術、文娛、服務、宗教六類，讓學生發展不同潛能。

### ② 導師

大部份課外活動導師均由老師出任，目的是增加師生接觸，建立情誼，有助教學。而部份則聘請校外教練或校友擔任，前者可紓減老師工作壓



聖誕節崇拜



課外活動頒獎典禮

力，可使學生在專業上得到培訓；後者還可加強校方與校友的聯繫，推動校友會工作。

## 二、學生領袖訓練

由高級學生作為課外活動領導角色，帶領課外活動工作，為呂中多年來的傳統。上年度活動組於八月尾舉辦學生領袖訓練日營，以培養學生領袖的領導才能。

## 三、社際活動

二零二四年九月三日舉行社大會，各社依次到禮堂或演藝廳，由學生投票選出社長；社長須策動學生參加整年各項社際活動。本年度社際龍虎榜冠、亞、季、殿軍分別為紅社、黃社、藍社及綠社。

## 四、校際比賽成績

本年度學生在各導師、學長悉心指導下，於校際各項競賽中均獲得優異成績；惟校方強調比賽成就並非舉辦活動之目的，其目的在促進學生之身心靈成長。本年度表現出色的活動如下：

### ① 藝術方面，中國舞（群舞）、西方舞（群舞）及爵士舞（群舞）

高年級組均獲得第61屆校際舞蹈節甲級獎。混聲合唱團和聲樂小組均獲第二屆香港學校校際音樂節季軍。中樂團和弦樂團均獲得2025聯校音樂大賽金獎，而管樂團則獲得2025聯校音樂大賽銀獎。戲劇學會製作《碼頭》獲得2024/25香港學校戲劇節廣東話組評判推介演出獎。

### ② 體育方面，傳統表現出色的體育活動如游泳、田徑、籃球、足球、排球、羽毛球、乒乓球等項目，

本校亦能保持優異成績。

## 五、校內活動

二零二四年十月二日課外活動全面展開，項目共80多項；活動除由老師、高年級學生主領外，亦有由校友或校外導師負責。期望寓輔導於活



動，發展全人教育。十月二十四日中二至中六舉行旅行日，中二至中四學生參與郊野公園燒烤活動，中五及中六學生則在不同場地進行班會活動，效果理想。學生體驗團體生活樂趣、建立同儕感情。

#### 六、中一新生預選校隊及制服隊伍計劃

本校實施「中一新生預選校隊及制服隊伍計劃」，於七月新生註冊日派發「課外活動簡介」，並於中一入學前香港學科測驗日下午進行音樂隊伍選拔。各球隊訓練班則在七月至八月期間進行。

#### 級社工作小組

一、本組負責組織各級社活動及畢業班事務。

成員包括：

組長：林鳳微主任

組員：羅嘉瑩老師、黎芊晴老師、劉燕群老師、

鄭穎欣老師、陳嘉茵老師、彭凱錕老師、

陳嘉雯老師、李懿婷老師、陳栢希老師、

江國洪老師

二、各級社職員於九月由各班會正副主席組成，本年度

各級社主席及顧問老師如下：

中一級瑩社 1B 張熾翹 顧問：陳嘉茵老師

中二級義社 2A 曾卓喬 顧問：彭凱錕老師

中三級格社 3C 黃凱澄 顧問：陳嘉雯老師

中四級緣社 4E 陳子悠 顧問：李懿婷老師

中五級鋒社 5B 鍾睿傑 顧問：陳栢希老師

中六級柏社 6E 吳煒宜 顧問：江國洪老師

三、四十七年來各級社名稱依次為：

明道、仁、煒、燁、傑、熹、智、信、煜、昆、俊、煦、昕、倬、燁、溢、英、愷、泓、藝、恒、清、芊、志、深、萃、懿、永、菁、情、銘、純、樂、鍛、繫、榮、銳、綽、柱、鎧、緯、柏、鋒、緣、格、義、瑩。



級社成立典禮

#### 四、各級活動

##### ① 中一級

i 二零二四年九月由學生投票選出屬社名稱——「瑩社」。

ii 十月十日舉行級社成立典禮，由溫家傑校長主禮，解釋級社成立的意義及目的。各級級社主席於典禮中祝願。

iii 二零二五年二月二十及二十一日舉辦跳蚤市場，兩天活動總共籌得\$11659，善款全數捐助香港導盲犬協會。

iv 二零二四年十月二十二日至二十四日為今年中一瑩社學生三日兩夜律己營，學生從中學習律己及團結。

v 今年中一級社為配合學校發展計劃，於午膳時間舉行數次「小型活動日」，活動有控乒乓球、仰卧起坐、轉水瓶和跳繩。最後總計各活動得分，設一名冠軍。

##### ② 中二級

i 二零二四年十月二十四日為學校秋季旅行日，中二級社設計各樣競技及遊戲供同學參加。

ii 配合視覺藝術科課程，中二級在視覺藝術科課堂上進行社徽設計比賽。

iii 為配合學校發展計劃，中二級社為同學設計遊戲活動，活動於試後舉行。

##### ② 中三級

i 中三級社於學校秋季旅行日進行級社活動，級社設計各樣競技及遊戲供同學參加。

ii 為配合學校發展計劃，中三級社設計各樣競技及遊戲供同學參加。

④ 中四級

i 中四級社於學校秋季旅行日進行級社活動，級社設計各樣競技及遊戲供同學參加。

ii 為配合學校發展計劃，中四級社為同學設計運動挑戰活動，各班同學需於下學期開始完成一些特定與運動有關的項目。

⑤ 中五級

i 為配合學校發展計劃，中五級社為同學設計遊戲活動，活動於試後舉行。

⑥ 中六級

i 二零二四年十月十五日舉行柏社傳燈禮，由畢業班各活動、服務、制服隊伍、學會、興趣小組、體育科、音樂科等領袖學生傳燈予各中五或以下級別的領袖學生，儀式莊嚴而隆重。

ii 二零二五年一月十日下午在禮堂舉行柏社惜別會，中六各班逐一表達對離校的不捨之情、對老師的謝意及對同窗的情誼。

iii 六月三日為柏社謝師宴，學生藉此機會感謝一眾教職員的教導，亦同時於參加公開試後再次聚首一堂。



中三級級社活動



柏社惜別會



## 跨科組協作活動

### 一、家長晚會分級講座及班主任節

家長會與升學就業輔導組合辦家長晚會分級講座及班主任節：為中三級舉辦「新高中選科簡介及學校支援」講座，簡介中四選科程序、分班機制等事宜，並派發選科資料。為中四班主任準備「其他學習經歷」及「個人生涯規劃」資料，以及簡介學校「其他學習經歷」的課程及家長如何協助子女學習及進行個人生涯規劃。為中五班主任提供「二零二四年呂中畢業生出路」等資料。為中六級舉辦「聯招及升學出路」講座，簡介大學聯合招生辦法、機制及程序，並講解中六學生出路概況。

### 二、中華文化周

中文科、中國歷史科、公民與社會發展科、普通話科、體育科、家政科、音樂科、視覺藝術科及家長會合辦中華文化周，於二零二五年二月十二至十八日舉行一系列活動，包括早會分享、中一至中四周會問答比賽、中五周會講座、元宵燈會、中樂、中國舞及武術表演、文件夾設計比賽、七彩湯圓製作、長洲傳統建築導賞、沙田古蹟導賞、閱讀課有獎問答比賽及古代運動體驗等，期望以多元化的活動，提高學生對中華文化的興趣及認知。

### 三、社際辯論比賽

中文科、公民科及中文辯論隊合辦社際辯論比賽，藉此增加學生對辯論的認識和興趣，提升學生的思辨能力。比賽於二零二五年二月中旬展開初賽，並於四月三日舉行決賽。中文科負責於說話課協助訓練辯論技巧；公民科負責教授辯論技巧及規則，同時指導全級中四學生撰寫辯論稿。中文辯論隊負責比賽流程。



130

### 四、東莞虎門歷史考察團

公民科與中史科於二零二五年七月四日帶領40名初中學生前往東莞虎門考察，透過參觀鴉片戰爭博物館、海戰博物館及威遠炮台遺址，實地探索歷史遺跡，了解晚清列強入侵中國歷史，增進對中華歷史與文化的興趣和理解，促進跨學科學習與交流。

### 五、EC Shop 教育計劃

經濟科及企業、會計與財務概論科合辦「EC Shop 教育計劃」。二零二四年十一月至二零二五年四月，約60名中一至中三對修讀商科有興趣的學生及中四、中五修讀經濟及企會財的學生，在老師及四名校友的帶領下，學習如何開設、營運自己的商店。部分組別更配合學校主題「健康校園」自行設計及生產商品，並透過張貼廣告於ICPost、校內壁報及海報等方式作宣傳，運用適當的市場銷售策略，展現創造力。在學生的努力下，EC Shop 銷售活動已於二零二五年四月順利完成。這次體驗式學習活動鞏固了學生的商科知識，亦培養了學生的企業家精神。

# 翹首新天

絢麗的夕陽沒入山間，夜靜。我們翹首以待，為那朝陽，為新一天抹上新色。





溫馨祝福紅封包

## 共建健康校園

梁淑玲主任

### 為

配合學校五年計劃中「健康校園」的主題，生活教育組於二零二五年一月二十日至二十四日舉行「健康周」，希望透過不同的體驗活動，讓學生學習如何建立健康生活。

### 同行・關懷

健康周一連串活動於星期一大清早展開，以「利是送祝福」活動打響頭炮。校長與一班學生和老師在學校正門向每一位學生送上一封紅封包，內附一張印有祝福語字句的心意卡。藉此讓學生明白一句慰問的說話、一份小禮物或一個小幫忙，都可以為身邊的人送上溫暖，更提醒學生除了祝福別人，也要不忘善待自己。

我們在正門附近設置一幅白色背景印上黑色字體的畫畫牆，讓學生透過畫筆表達自己當下的情緒。不到一天，畫牆已被塗上不同的色彩，繪畫不同的圖案，代表着彼此接納，互相欣賞，建立連結。

我們在午膳時間準備了攤位活動，讓學生聆聽別人的心聲，分享生命中遇上的挫折，適時給予對方支持及鼓勵。

### 感恩・常樂

繁忙的生活，急促的生活節奏，往往令人忽略值得我們感恩的人和事。感謝地區人士對素未謀面的呂中學生表達關心，贊助學校租用一輛雪糕車，



隨心油歷

### 身健・心安

讓學生可以在校園內免費享用雪糕。當天雪糕車進入校園，播放着《藍色多瑙河》樂曲，師生們一邊享用雪糕，一邊合照，為繁忙的生活增添快樂的时光。

健康周舉行期間，每天早會開始前十五分鐘在校園播放柔和音樂，讓學生、老師可放鬆心情，帶着一顆平靜安穩的心，預備開始新一天的學習和工作。

同時，本組也為各年級安排有關健康生活為主題的周會，例如：教導中一及中二學生如何建立健康的睡眠習慣，以及提升睡眠質素；透過一齣由專業劇團演出的互動劇場，讓中三學生了解及認識情緒，及如何面對自己的情緒；中四級班主任課有關



甜蜜時光

成長思維，以及中五班主任課壓力管理的課題，都幫助學生提升如何面對挑戰及逆境的能力。

當然還有午膳時間舉行的 busking「青年好聲音」、放學前由校長主持的「呵護你心靈」廣播、以及放學後星空瓶製作和馬賽克工作坊。透過這一連串的體驗活動，能引發學生思考生活中充滿着可能性，例如改變生活習慣，改變思維觀念，選擇可以令自己快樂一點、健康一點的活動和生活態度。快樂和幸福感源自於自己的選擇和行動。

### 覺察・留白・休息

當然，維持一星期的健康周並不能瞬間改變學生的生活習慣。但相信透過這些體驗，能提升學生的認知和關注，以及覺察一些因生活忙碌而忽略和遺忘了一些生活小細節。相信覺察是改變的重要開始。

除了以上一些的覺察，現今的年輕人，又或是現代人都需要尋回失落了的另一重要覺察——留白。在這科技迅速發展、資訊爆炸的年代，先進科技無疑為我們的生活帶來很多的方便，但在這過度着重「效率」和「成果」的價值觀氛圍下，久而久之，我們會忘卻了人的生理和心理的限制。星期一至日，幾乎每日的日程表都塞滿行程，沒有留下空白的時間讓自己休息，甚至休息時會感到內疚和焦慮。結果是因為沒有足夠的休息，對生理及心理健康帶來負面影響，甚至是個惡性循環。

美學家宗白華先生曾說過：「中國畫最重空白處。空白處並非真空，乃靈氣往來生命流動之處。」所以日常的空白之處，就像藝術作品中的留白一

樣，往往就是生命質量中最點睛的一筆。

最近聽過一位傳道人的分享，在聖經《創世記》說「有晚上、有早晨」，對於希伯來人來說，晚上休息的時間是一個基礎，為要預備新一天的工作；而創世時上帝用六天完成工作，第七日休息，稱這日為聖日。因此，在工作完結時，我們也可休息，與神一起慶祝和欣賞自己和別人的工作成果。另外，他還指出，就是讀書工作有多忙碌，我們也要設有界線讓自己休息，就如聖經裏有「休耕」的概念，值得現代社會參考。

相信要建立健康的生活，不論在家庭、校園，我們都需要學習「休息是甚麼？」、「怎樣休息？」和「休息對生命成長的重要」，讓我們一起尋回這失落了的覺察，讓健康的種子在校園中生根發芽，為每位學生創造一個更健康的生活環境。



感恩軟雪糕



心聆敢應



# 呂中資優教育的深耕與遠望

鄧嘉豪老師

多元實踐：從學科滲透到全人發展

## 在

呂中推動資優教育的歷程中，最令人鼓舞的是見證各科組老師自發地將資優元素融入教學與活動設計中，形成一種「自下而上」的發展模式。例如：中國文學科指導學生製作個人作品集，不僅培養文學創作能力，更讓學生學會整理與反思自己的學習歷程；視覺藝術科引入駐校藝術家計劃，讓學生在專業創作者的指導下，突破傳統課堂框架，探索當代藝術的多元表現形式；數學科近年成立的數學模型訓練班，則為具數學潛能的學生搭建進階的學習平台，培養抽象思維與問題解決能力。這些例子反映呂中的資優教育並非僅靠行政推動，而是教師團隊共同建構的成果。當然，資優教育不是只局限於個別學科，亦應跨領域整合。所以我們會繼續鼓勵跨科協作。例如：結合 STEAM 與人文學科的專題研習，或推動社會創新項目，讓學生從多元角度解決問題。

更值得關注的是，這種資優教育的理念延伸至學科以外的領域。各個學會、校隊及各服務團體，持續為具有不同多元智能（音樂、肢體動覺、人際智能等）的學生提供發展舞台。這種全方位的培育模式，正體現了呂中資優教育「不局限於學術卓越，更重視全人發展」的核心精神。

資源整合：校內外協作的培育網絡

校外資源的運用亦是本校資優教育的重要一環。香港資優教育學苑（HKAGE）作為本港資優



資優學生周年聚會 2024 - 25

教育的重要平台，提供大量優質且免費的課程與活動，涵蓋學術、藝術、領導才能等範疇。目前呂中有近百位學苑的學員，若能善用這些資源，對他們的成長必定大有裨益。然而，學苑的遴選機制對學生有一定要求，每年能成功加入的新學員人數有限，因此我們格外珍惜現有的學員資格。值得留意的是，教育局「資優教育基金」每年資助不同大學營辦的校外進階學習課程，以往可讓老師提名學生參與，自本學年起則改為為僅限學苑學員報名，這項政策調整更凸顯善用學苑資源的重要性。可惜的是，部分學生因學業或活動繁忙未能持續參與課程而失去學員資格，這提醒我們未來需加強個別跟進，協助學生選擇符合其興趣與能力的項目，並提供時間管理策略指導，讓寶貴的學習機會得以充分發揮效益。

教學革新：平衡班制下的資優培育

數年前，本校初中取消「精英班」制度，改行平衡班制，體現了「資優教育普及化」的理念。透過異質分組，我們成功將資優元素融入常規課堂，例如中文科舉辦午間講壇強化口語和公開演講的訓練、英文科把英國文學納入每班的英語課程當中。這種模式有效促進資優生與同儕的良性互動，讓資優生在班中發揮影響力，帶動同儕共同進步。這亦加強了全班式資優元素的滲透，例如培養學生思維能力、創造力與溝通能力等共通能力，使所有學生受惠。

然而，我們也注意到資優生之間的橫向交流與切磋機會相對減少，這可能限制了他們的進一步提升。為此，我們正着手優化校本資優人才庫，使其進一步系統化和更具可持續性，並強化校本支援系



Inauguration Ceremony of  
HKU Academy for the Talented

## 結語：讓學生潛能得以綻放

資優教育並非只是培育「尖子」，而是讓每個學生的獨特潛能得以綻放。呂中過去在這方面的努力，已見於學科滲透、校外資源運用與全校參與的模式中。未來，我們希望更細緻地照顧資優生的需

求，例如建立跨班的資優生群組，定期舉辦協作項目或學術交流活動，讓同儕間互相激發潛能，並針對不同學習階段的資優生，設計相應的支援策略。對於高中資優生，會加強升學輔導與專業領域的探索；對於初中生，則側重潛能發掘與興趣培養。同時，呂中會繼續提升教師專業發展，鼓勵科組間交流資優教學經驗，優化教學策略和課堂設計，以照顧學生的不同學習需要。除此以外，我們希望加強與校外機構的合作，為資優生爭取更多高階學習機會，例如參與香港大學的「菁英聚港大計畫」或中大資優課程，讓他們的人才華得以在更廣闊的舞台上展現。

## 資優課程 啟發無限潛能

CB 李凱揚

從二零一九年成為香港資優教育學院的學員以來，我在過去的六年裏參加了許多資優課程，涵蓋範疇廣泛，內容豐富多樣。其中包括人工智能訓練、編程、網站及遊戲設計、統計推論、數據科學等課程。這些課程不僅滿足了我對數理及資訊科技的濃厚興趣，也大大豐富了我的知識層面，讓我在這些領域累積了不少寶貴的經驗。

在過去的一年裏，我有幸參與了由香港理工大學舉辦的一個為期九個月的數據科學課程。這個課程報讀前需要先通過一個難度頗高的數學考試，然後接受一輪面試，最終才能被錄取。

課程的前四個月中，我們每周六都要前往理工大學上課，由應用數學系的教授們親自授課。他們向我們詳盡講解了數據科學的核心知識，包括：編程、線性代數、矩陣運算、概率理論、以及各種相關公式等。整個課程涵蓋了24小時的密集學習，內容深入淺出，幫助我掌握許多學校課堂以外的知識，並加深了我對數據科學的認識。同時，理工大學還安排我們參觀了多個經常應用數據科學的專業工作環境，例如銀行。這些參觀活動讓我們更

直觀地了解數據科學如何在不同領域中發揮作用，並啟發了我將學習成果應用於現實世界的熱情。

課程的後五個月，我們分成四人一組，每組配對一位指導教授，帶領我們完成一個數據科學的專題研究。我們小組的研究題目是「決策樹在存活分析的應用」。我們運用Python設計了一個程式，能夠透過決策樹模型分析哪些變數對特定疾病的形成有較大影響。我們將這一模型應用於一份有關接受骨髓移植病人的數據集，並最終撰寫了一份詳細的報告。在課程的最後一天，我們向其他學員和教授分享了研究成果。

在這個過程中，我們運用了課程前四個月學習的多項知識，例如：對數等級檢定、Cox比例風險模型等，讓我們有機會將理論應用於解決現實問題。這種學以致用的經驗讓我深切感受到數據科學與日常生活緊密相連，也進一步激發了我對這一領域的濃厚興趣。這次學習經歷不僅豐富了我的技能



匯報學習成果



頒贈課程證書



庫，也讓我更加確信數據科學在未來發展中的無限可能性。

今年，我有幸參加了由香港中文大學舉辦的人工智能與計量金融課程，課程亦為期九個月。我期待在這個課程中，能夠深入學習人工智能在金融領域的應用，同時亦進一步提升自己的技術能力和對相關領域的理解，為未來的學術研究及職業發展打下更堅實的基礎。我相信這段學習旅程將會像以往一樣，帶給我豐富的知識與寶貴的經驗。



課程師生合照

## 中國語文科「自主學習協作課研」的習得與啟示

陳瑞嫻老師

**為**

幫助學生學習得更投入、更有效率，學校一直鼓勵老師作不同的嘗試。今年，中國語文科中三級的同事加入了自主學習及協作課研的行列。由首次商議，以致各班完成學習及檢討，歷時大半年，箇中經歷不少。筆者權充各位同工代表，分享一二。

中三級連我在內共有五位同工，我們五人年資不一，個性、擅長的亦不盡相同。要完成這次任務，實在要大家群策群力。我們自去年九月起開始，大概每月一次，經歷接近十小時的會議，終於製定了第一份導學案（Version 0）。到今年一月接受何世敏博士的親身指導時，本以為我們已經準備充足，結果還有不少缺漏。如何確定學生的學習難點、定立甚麼學習目標、如何肯定學生掌握前備知識，如何設計自學材料，以致如何分組，分組後報告的流程，老師如何回應、總結。這些種種，我們之後又花了若干小時，才一一敲定，製作了新版本的導學案（Version 1）。

到了三月輪流施教時，我們五人或是親自觀課，或是觀看同工的教學錄影，之後再開會檢討如何改善。另外，同事根據各班不同的特點，配合班本需要，再撰寫三個版本的導學案（Version 2 至 Version 4）。經歷多次商議、觀課，我們一眾同工對課題的掌握，學生的學習心理和表現，皆比以往掌握更多。此外，準備導學案、挑選學習的材料、

製作工作紙、設計上課用的簡報，以及學生課後填的互評表等等，皆由同事分工合作完成。相信這次合作能增加我們團隊的默契。

我們的導學案以「議論文寫作」為題，加在議論文單元內。往常教學，先進行輸入部分，溫習議論文三要素，教授各種議論手法，再以歷代名人的篇章為示例教學，跟着就是輸出部分，學生寫作一至兩篇議論文。今年於教授名人作品後新增了兩部份：一是學長的議論文作品示例；二是議論文分析及改寫。

第一部份：學長的議論文作品是往年考試的樣本，我們取下品示例及上品示例各一，和學生分析題目要點，以及示例的優缺點，以鞏固學生的前備知識。

第二部分，議論文分析及改寫，亦即是導學案的設計。我們選取另一份昔日考試的中品樣本，設計成工作紙。學生須指出樣本中論述不當的地方，再把指定段落改寫得更完備，更具說服力。

「自主學習」強調四學：自學、共學、互學及導學。按今次的經驗，要學生做到四學，須注意執行、指導的細節。

學習材料：選擇昔日學生考試的作品為例，一來展示考試的題型，學生會較為關注；二來是學長的作品，學生如能成功分析及改寫，較具成功感。

學習目標：針對學生的學習難點，擬訂具體的目標，並於課堂開始之初，讓學生知道。

善用分組：採用異質分組，讓能力較強的學生發揮帶領的角色，較易達致共學的成效。此外，要學生分工合作而又能全組投入，出來匯報的具體任務宜一開始就交代清楚，但分工安排則稍後才公布。由於學生不知自己負責匯報的題目屬較易或較難的程度，這樣他們就不會只留意自己負責的部分，而令他們全程積極參與。

加入篇幅的規限：初版導學案，改寫任務並沒有字數限制。於是個別組別把各自找來的資料堆砌進去。由Version 3 版本開始，改寫加入字數限制，學生商議時就有意識把手上材料加以比較、篩選整理、歸納綜合，這可加強共學的效果，達到改寫後論述更完備的要求。

善用自攜裝置（BYOD）：每位學生帶備個人裝置回來學習，不論分享學習材料，修訂各組文稿，抑或展示作品向學生匯報等，都比傳統紙本教學的流程更順暢。

老師導學：在教學過程中注意各組表現，適時指導、示範，並在課堂完結時作總結。

「千里之行，始於足下」，改變最困難的正是第一步。今年的嘗試，仍有不少有待改進之處。不過，看到學生積極投入，努力完成任務，的確給老師更多的動力改進。願與其他同工互勉。



同學分組研習



分析其他同學的作品



小組討論



小組匯報



# 中一世界歷史科「自主學習的協作課研」的習得與啟示

林子慧老師、曹震安老師

## 世

界歷史科旨在加強學生對現今社會的互動、多元化及急遽轉變的了解，並學會從不同的角度審視過去與當代的事件，有助建構他們的全球視野。學生在探索歷史議題的過程中，可以培養明辨思考、溝通技巧及分析歷史等高階思維能力，從而提升批判性及獨立思考能力，為自己在人類社會發展的歷程中定位。

在面對教育改革的挑戰下，如何提升學與教的效能，是一大課題。自主學習被視為一個重點，也被國際公認為廿一世紀的核心素養，是一種終生和職業技能，學生需要裝備自己自主學習的能力以應付學習和工作的需要。無可否認，自主學習是一個學與教的範式轉移，老師與學生也需一同學習與培訓，才可見效。

本學年，何世敏博士與我們進行了一系列有關自主學習協作課研的相關培訓，透過共同備課、觀課及議課，讓我們加強對自主學習理論的認識，並進一步反思協作課研的目標、方法及推展策略等，更重要的是讓我們重新審視本科組過往推動自主學習的成效，並且反思如何優化教學，為未來出力。

我們選取了中一級「早期香港地區的歷史、文化及傳承」為課研主題，當中集中探討香港主要民系與姓族不同範疇的生活。在共同備課前，我們參考了自主學習理論的一些教學原則，亦重新檢視本

課題的教學目標、學習重點、學生的先備知識、學生的學習難點、班本差異及學習風格等，令我們較易草擬課節的學案。由於轉變與延續（Change and Continuity）是本科一個重要概念，也是中一級重點培訓的技能，故決定以轉變與延續作為課堂設計及課研的重點之一。

在共同備課時，我們透個一個總表，歸納出自學、共學、互學及導學四個元素，讓我們反思學習目標是否具體清晰，討論學生的先備知識是否相關而重要，以及分析工作紙設計及一些教學活動的安排，是否能充分回應自主教學原則的實踐（先學後教、教少學多、以學定教、減負增效）。結果發現我們選取的課題，可供探討的焦點比預想的多，故此如何收窄重點及對教材進行剪裁變得很重要。我們亦發現在學生的自學任務上，給予學生的指引不足，或會影響學習成效。而在學生互學的教學活動中，工作紙的鷹架設計未夠仔細，可能令學生難以從今昔對比中，全面掌握課題中所涉及的轉變與延

續。最後我們優化學案，反思如何令學生把自學任務變得更有意義，並充分發揮於共學與互學環節之中。我們一方面收窄重點及剪裁教材，把需要探討的焦點減少，另一方面在自學任務的設計上增加指引。除了優化工作紙的鷹架設計外，在學生互學過程中，我們亦給予更多支援，例如提示圖片、文字、小提問等，以深化他們自主學習的能力。

在議課時，何博士與我們共同思考每項教學活動的目標是否達到，以及探討可如何改善學案，為將來的教學鋪路。在過程中，我們發現不論教學活動、教材設計、朋輩評估及回饋上，仍有不少可優化的空間，亦發現學生未能全面掌握一些重要的知識點，特別在不同範疇的今昔對比中。其後，本科組再一次討論及修訂學案，然後於另一班再次授課，並再次進行評估與反思，以檢視整體成效。

總結是次經驗，協作課研確實令我們得益不少，雖然備課、觀課及議課所投放的時間比以往



同學在組內展示與匯報預習的成果



同學利用網上資源進行討論分析



同學利用教材及工作紙進行討論



老師在課堂中觀察各組同學表現



各組同學匯報討論成果



文集作者



印有文集警句的鉛筆

那天是暑假午後，臨近開學，我在天台花園看花看草看鳥，驀然想起這是她們最後的暑假，想起她們的文字，想起她們的浮沉，便陷入一種悵惘。無論在一地耕耘多久，人走了便是走了，後來的人也不會曉得，某種意義上，這是生命予人的仁慈和寬容，但我仍感覺淡淡的荒涼。我深知這裏只是她們短暫停留的碼頭，我只是她們一小段河道的擺渡人，卻希望不管過了多久，這裏仍有她們的痕跡。於是，一切便這樣開始。

每讀她們的文章，都很快樂。不同的成長背景、個性喜好，造就她們獨特的行文風格，各人文字富有個性，節奏獨一無二。有時我想，即使糊名，沒有字跡可考，我或許也可以讀出文章出自何人手筆。她們是對生命有追求的人，而剛好，她們和我一樣，選擇透過文學認識自己，連結世界。我珍惜這段緣分。意識到她們即將畢業，欣慰有之，不捨有之。

想留下她們在呂中的文學足跡。」一切源於這個念頭。

## 《今晚，月亮也醉了》源起

蔡淑榕老師



文集《今晚，月亮也醉了》由她們命名（可細閱電子文集了解名字由來），每篇都是不可多得的精品。而幸得校方支持，我們得以製作一系列「周邊」——詩卡、鉛筆及資料夾，贈予全校師生。盼望這些設計精美的產品可成為契機，牽引有心人尋溯她們脈脈流動的筆尖。

最後，願文學成為祝福，為她們在紛攘塵世中篩出一片澄謐的光。



文集及資料夾



詩卡正面



詩卡背面



《今晚，月亮也醉了》學生文集  
（建議用平板電腦或電腦開啟）

## 作者感言

### 施穎彤

文學是甚麼？我認為文學是文字學。在學習文學的過程中，對於文字的敏感度很重要，最好能咬文嚼字，細細品味他人的作品，以及摸索如何用最精確的文字表情達意。簡單來說，文學就是用言語來傳達情感。文集由蔡老師、校友、文學班的同學們共同完成，文章皆是用心之作。我會說想像力、洞察力和一顆能共情的心，都是很重要的東西。我喜歡被文學打動，透過薄透的紙張，感受細膩情感、文字的溫度，透過作者的眼睛看他的世界，一次又一次地打破既有認知，重新找回逐漸消失的想像力。文學允許我寫我想寫的，筆尖肆意的放縱，我享受這種隨心的自由感。

### 葉心盈

捧着這本文集，恍惚間又見兩年半前那個熬夜寫稿的自己。創作於我，原是孤獨的事。將心緒碾成墨痕，時而酣暢，時而滯澀，像獨自划舟溯流，未必抵達何方，卻在波光中認清自己的倒影。而今十人文稿匯聚成冊，卻覺那些私密的顫動，早已在彼此字句間悄然呼應。

我們各自認養一種生靈，卻都在毛羽鱗甲間藏進了人性的光暗。既藉物性說人間事，又從生活塵屑裏篩出星火。

「醉了」或許是這時代最叛逆的姿態。當眾人追逐實用，我們偏要釀字為酒，以無用對抗荒蕪。當浮世皆醒，獨我們甘願沉溺於墨香字海，對月傾盡肺腑。這本文集並非終章，而是我們在星霜長河裏，以文字結繩記事的第一枚繩結；待他年回望，依舊能聽見今夜筆尖劃破寂寥的清響。

### 蔡沁穎

當時選修文學的時候並沒有想太多，只知道自己喜歡創作，想繼續能有機會寫下去，而事實上也的確如此。或許聽上去有些老套，但遇上喜歡的題目，雖然思考大綱的過程很苦惱，但看到花上心思寫成的文章，無論高分與否，不自覺會感到滿足。這也是自己繼續堅持文學的原因，因為喜愛。

文集的封面、內頁遠比想像中的精緻，每個人的文章版面都有它特別的設計。所以回想起為了這本文集花上的時間與精力，固然是辛苦的，但在看到成果的剎那，一切都值得了。

### 梁嘉呈

創作對我而言就像可以控制的夢，經歷未必真實，可感受是真實存在的。將生活中那些零碎的片段和想像融合，為那些無人在意的幻想，賦予一點世俗的意義。這就是文學於我的意義，小說於我的意義。

文集的誕生讓更多人看見文學這一科，其實可以不太艱深，可以與生活很接近，因為創作靈感來自生活中各種小碎片，某個讓你觸動的瞬間、某句歌詞，微小如某次乘車時打在玻璃窗上的雨也能成為創作的根基，只要你願意留意。只要。

# Reading Beyond the Page: Teaching Literature for Empathy and Insight

Ms. Lai Chin Ching

**T**o teach Literature is to invite students into a deep conversation that stretches across time and space. In our classroom, we read not only for understanding but for empathy. Through stories, the boundaries of the self begin to blur. Students learn to see the world through another's perspective, inhabiting lives not their own, even if only for a few pages at a time.

Each piece we read becomes a new landscape to explore. We linger over the author's brushstrokes and explore how the choice of words and subtle literary features like imagery, metaphor, and simile build atmosphere and reveal the heart of a character. Through close reading, students begin to notice how a single phrase can change the temperature of a scene, how a line of dialogue can reveal a hidden longing or fear. We dissect STEAL techniques- speech, thoughts, effects on others, actions, and looks—not just to analyze, but to understand how these elements breathe life into a story.

But the learning does not end with analysis. There is a quiet thrill in seeing students take what they have uncovered and use it in their own writing. They experiment with figurative language, try on new voices, and craft scenes and characters of their own. In this way, Literature becomes not just something to be studied, but a living art that they can shape and create.

Literature is also a window into the world, into the minds and hearts of others. Through poetry, stories, and novels, students meet characters with hopes, fears, and vulnerabilities not so different from their own. Reading about the struggles and triumphs of others helps students recognize their own feelings, and perhaps find comfort in knowing that whatever they are facing, someone, somewhere—perhaps in the pages of a story—has felt it too.

During our class discussions, the chorus of voices that fills our classroom reveals that reading literature is not about finding the one correct answer. It is about each student bringing their own interpretation, their own emotional response to the words on the page. We read, not to be correct, but to ponder, to question, to feel, and to empathize.

For me, ultimately, to teach Literature is to open a door with the students—a door that does not close with the last page of *Wonder*, *Skellig*, or *The Diary of Anne Frank*. These stories are not destinations, but beginnings to a lifelong journey of understanding, of growth, and of learning to read both the world and ourselves with patience, depth, and a sense of wonder that I hope will linger in our students' hearts long after they leave the classroom.



A Field Trip to RTHK



Students' Works and Sharing



## Students' Sharing

1C Tse Ching Ki

Have you ever encountered a scene that lingers in your thoughts long after you close the book? One of my favourite scenes in *Wonder* is when Jack Will chooses to sit with Auggie instead of the popular kids. This simple act marks the beginning of their heartfelt friendship.

In life, we often choose to fit in rather than follow our hearts. Jack's friend group are the untouchable "cool kids"; Auggie is the "freak." Yet Jack ignores them and sits with Auggie regardless of what others might think. In reality, many would avoid the "freak" of the class. You might think, as a wholesome person, you wouldn't, but let's be real—we all would, afraid of the same fate. The fact that Jack threw his reputation away to make a true friend is something we should see more often. Who else will provide love and acceptance in a world that needs it most?

1D Wong Ngo Ching

This year, reading *Wonder* became a meaningful classroom experience. I enjoyed following Auggie's journey from fearing school to building friendships. Before studying English Literature, I saw reading as a compulsory task, but Literature allows me to truly "feel" the stories. I used to be a shy speaker, but *Wonder* made me want to defend and speak up for characters I appreciate. Also, class discussions reveal perspectives from peers that inspire me to notice details I missed when reading alone. I would advise students to "read and think." Interrogate the text rather than just reading it. Question the characters' motives and connect the stories to your own life!

2A Lam Kareen

Literature is not as complicated as you might think; it helps improve your writing by appreciating others' work. But it is also challenging. You may run out of ideas or be unable to find the perfect word to describe a scene—and that's okay. Everyone who writes has faced these challenges. Believe it or not, the character Mina in *Skellig* inspired me. She drew to express herself and once told Michael, "The more you draw, the better you get at it." The same goes for writing. It encouraged me to keep writing and not worry about mistakes. Remember, not everything you write has to be a masterpiece. English Literature may sometimes feel forced upon you, but mastering it means mastering the power to express, inspire, and appreciate.

2B Chow Sze Ki

Studying English Literature has been a rewarding journey, deepening my appreciation for poetry and novels. In *Skellig*, Michael's discovery of the mysterious winged man symbolised hope and transformation, while *Wonder* taught me kindness through Auggie's resilience. Literature changed how I see reading and writing—not just as skills, but as ways to explore emotions and ideas. My confidence in analysing texts and expressing myself has grown through interpreting complex poems. Hearing different perspectives during group discussions opened my eyes to meanings I had never considered. To future students, I suggest: don't just read the words—live them, question them, and let them change how you see the world.

## 2D Lau Tin Hei Charis

Studying English Literature greatly benefits us by refining language skills, fostering cross-cultural understanding, honing critical thinking, nurturing empathy and emotional intelligence, and inspiring creativity. That's my conclusion—and here's why.

I used to believe reading philosophy and psychology was the only way to investigate the human mind and behaviour. However, Literature helped me realise that through poetry and novels, we can also understand humanity.

The novel *Skellig*, for example, made me think about how special each of us is. It reminded me that how others see us does not matter, because someday we will meet someone who loves us and knows how extraordinary we are.

I also find analysing poems and novels helpful for improving writing, as we learn a variety of phrases, expressions, and descriptive techniques from the writers.

English Literature is a vital branch of the World Literature that inspires me, and I believe it will make a difference in your life, as it did in mine. Its enduring themes of love, truth, goodness, beauty, life, and wisdom continue to resonate across time and space.

## 3B Cheng Nga Sze Mia

The English Literature class opened my eyes to a world of masterpieces.

Through analysing and discussing poems, novels, and plays, English Literature changed my perspective on life. Before the class, I didn't think much about life. I didn't see the need to question things because I thought that's just how life goes. But after the class, I started to notice more little things happening around me—for instance, how people's jealousy or kindness affects the way they treat others.

I also found it fascinating that there are a million ways to express a single emotion. As I became more interested, I learned to express myself more effectively through different literary devices, one of my favourites being metaphor.

English Literature inspired me to push my boundaries, so I applied for a poem competition, which led to creating *The Tragic Folktale*—one of my first poems. I drew inspiration from how folktales are often perceived as an 'ideal world' when that may not be the case. Completing this poem really meant a lot to me.

I am truly grateful our school offers English Literature lessons.

## 3C Wong Tin Yuet

Exploring poetry and novels such as *Wonder* and *Skellig* in class deepened my interest in English Literature and storytelling. Auggie's bravery and kindness in *Wonder* inspire empathy. My learning journey transformed my view of reading, leading to an unexpected connection. In class, we learned to analyse the emotions and valuable lessons conveyed by writers. By doing so, I spotted details, found deeper meanings, and enriched my knowledge. I have even started a poetry book, using skills such as imagery that I have learnt. I feel refreshed after writing poems and stories whenever I feel down. Literature has become a friend to me, and I encourage everyone to embrace each text with passion and open your hearts by welcoming this wonderful friend into your world.



# 數學模型課程的習得與啟示

林子栢老師

## 相

信大家對於「數學建模」不會感到陌生，隨着近年來數學建模的發展和數學建模教育的推行和普及，越來越多人已認識到數學建模對培養學生數學能力的重要性。運用數學方法解決實際問題，是當代學生必不可少的技能，是素質教育發展的必然趨勢。

在深入認識數學建模之前，我曾經有以下的疑慮。首先，我的確擔心因為日常的教學已經非常緊迫，如果再需要利用時間去推動數學建模，可能會對課堂的安排有影響。其次，如何找到合適的題目，又如何在沒有絕對答案的情況下作出有效的評核，對教師來說的確有難度。再者，學生經歷了長時間的傳統學習模式，能否接受完全不同的數學學習方法，可是一大疑問。

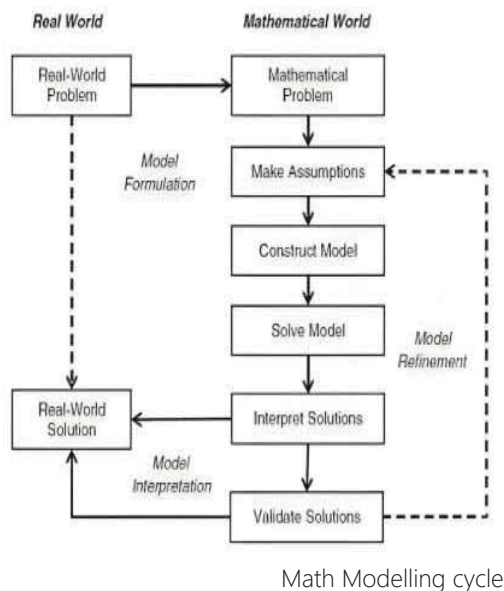
感謝學校讓我出席為數學老師提供的有關數學建模的課程，讓我明白到何謂數學建模以及如何在學校課堂中實踐。經過這次在課程中的體驗，我掌握了不少運用上的技巧和教學法，同時釋除了我的疑慮。數學建模就是讓學生在日常生活中嘗試找出一個問題，然後再作出適當假設，再利用所學到的數學知識去建立一個模型，之後不斷求解和進行驗

證。其中最重要的關鍵，是學生要懂得如何運用數學言語和方法去刻畫實際問題，再利用數學手段去實際解決問題。其實，數學建模並不是一樣全新的東西，學生在課堂上就着一個難點發問，其實已經是數學建模的雛型。不要以為擬定題目非常困難，因為題目已經在我們身邊：簡單如怎樣準確量度物品的重量、超市貨物的排列方法等等，都是建立數學模型的好機會。

今天的學生不能將所學到的數學知識和日常生活所面對的問題拉上關係，只懂得透過不斷操練去學習，所以時常聽到同學問：為何要學習數學？我認為學習數學不應只停留於知識層面。懂得學固然重要，更要懂得應用。在任何情況下，學與教的着眼點都應該從常規計算和操練，轉為以問題為本，作探究或數學建模活動，鼓勵學生進行深度學習。這是為了培養學生的批判性思維、解決問題以及數據分析技能。

課堂上令我印象最深刻的一句話：數學建模的結果沒有對與錯，只有多有效地解決和回應問題。眼下的同學就是時常糾結於正確的答案，因為對他們來說數學的答案只有對與錯，而數學建模正可以告訴他們，應該運用合適的方法以及透過不斷驗證改進答案。

作為數學連接應用領域的橋樑和道路，數學建模會是同學必須培養的素養之一。在社會需要培養創新能力人才的背景下，其重要性更加無庸置疑。期望同工和同學都好好裝備自己，開放自己的心去面對這些更深層次的數學學習。



Math Modelling cycle

## 重尋問學之樂——文言經典解讀專業進修課程的教學啟悟

孫慧珊老師

### 你

認為當老師幸福，還是當學生幸福？前者傳道授業解惑，後者博學而日參省乎己。如能魚與熊掌得兼，豈不快哉？有幸福以學生身份到教育大學修讀五星期的「中學中文科文言經典解讀專業進修課程」，重尋學生求學問學之樂。先學而後教，教而後學，激發新的教學思維。

談起「新」，總難與「文言文」三字扣連，但在課程中教授卻能在老生常談的名篇中悟出新意，讓我重新審視自己的教學視角。《賦得古原草送別》「又送王孫去，萋萋滿別情。」一句，教授提問：「到底是誰在送別？」固有的理解、網絡的答案，全都是這樣解釋：人在草原上互相送別，滿懷不捨。但教授提醒我們再思詩題，原來整首詩應以「草」擬人化的視角理解。教授的新解如暮鼓晨鐘，「萋萋滿別情」一句，配上「野火燒不盡，春風吹又生」，草對人的悠長情意頓時值得再三回味。此外，課堂上還重新思考《左忠毅公軼事》和《廉頗藺相如列傳》隱含的微言大義，《山居秋暝》的佛學思想等，新意不斷，難以盡錄。但在課程中最可貴的是教授不止授之以魚，更是授人以漁：不斷發問，探尋新知。

於是我滿懷問學的熱情書寫論文，選取《青玉案》仔細研讀，重新考證其創作年份與主題思想。為釐清創作背景，需了解辛棄疾的政治主張、對照不同版本的編年年譜，又查找《藝文類聚》、《夢梁錄》等了解宋朝元夕文化，如是在大學圖書館不斷搜索、閱讀、思考、再搜索，這種「一疑未解，一疑又生」的研讀過程，讓我憶及大學時翻查典籍、追索詮釋的青春歲月。如今方悟：教師的專業，正在於這種永不放棄追問的學術堅持。

重回相同的教學崗位，但已懷着不同的問學心志。再教《大學》，即使讀遍出版社提供的參考及解釋，但在求問不斷的心境下，只覺疑霧重重，於是到圖書館翻閱勞思光《中國哲學史》重新備課，反復思量，心思頓覺澄明，課堂所教正是個人用心所學，豈不快哉？

這種純粹的學術追索，讓我想起教育家錢穆的主張：教師必先為讀書人，然後才是教書人。在功課壓力與行政事務的夾縫中，我們是否漸漸遺忘了為學問而學問的初心？



與老師合照



謝師宴



課堂合照



## 分心不是他的錯： 支援 ADHD 學生

謝荻苓老師

# 在

課室裏，不時會遇見愛發白日夢、喜歡把玩文具、書包和儲物櫃混亂、經常欠交功課、欠帶和遺失用品、粗心大意的學生。這些學生未必是態度懶散、無心向學，而有可能是「專注力不足／過度活躍症」（ADHD）患者。

感謝學校讓我出席為期兩星期、由教育局舉辦的「支援有特殊教育需要學生：針對有注意力不足／過度活躍症的學生專題課程」，讓我對 ADHD 有更深了解。在香港，大概有 6.4% 兒童患有 ADHD，男女比例大約是 3:1。研究顯示，ADHD 成因包括遺傳和腦部傳遞物質分泌不平衡，以致腦部負責注意力、自我抑制、組織計劃等功能不能適當調節。因此，ADHD 屬生理問題，而非態度問題。可是，ADHD 確會影響學生情緒、行為、學習和社交。若社會對 ADHD 沒有足夠認識，就容易誤解 ADHD 學生，指責和批評會導致 ADHD 學生自我形象低落。

這課程共 60 小時，除了讓我較深入探討 ADHD 學生的特徵、需要、支援策略、課程調適、教學資源及社區支援等，課程也包括到學校實習，為 ADHD 學生提供個別支援。平日教學工作繁忙，我們教師未必有很多機會聚在一起，集中商討如何協助 ADHD 學生，提升其執行能力。但在這次實習，我們在導師引領下，能針對個別學生需要，共同設計各式教具，練習如何與學生對話，以提升

其學習效能。每次實習後，我們會一起檢討成效，商議如何進一步支援學生。事實上，實習學校的 ADHD 學生在我們的支援後，掌握了一些實用的提升專注力的技巧，上課較以往專注。因此，老師組成「學習社群」，互相學習，彼此鼓勵，共同成長，對教師專業發展十分重要。但願我們能帶着在課程中收穫的學習成果，回到各自的學校，為 ADHD 學生提供更適切的幫助。

可是，我們都意識到學校資源有限，教師課擔沉重，未必能如實習時一樣，聚焦於 ADHD 學生的需要，提供支援。縱使如此，希望我們能更敏銳了解學生狀況，及早識別，與駐校教育心理學家、社工及學生支援組協作，幫助學生。另外，我們能調節學習環境，讓 ADHD 學生更易專注學習。更重要的是，當 ADHD 學生表現未如理想時，教師能諒解及與學生有效溝通，針對學生的困難，作合適調適。

最後，雖然 ADHD 學生在成長過程中會面對不少挑戰，但一般 ADHD 學生有不少優點。例如聯想能力豐富、創意十足、具幽默感、精力旺盛、真誠率直、能快速切換焦點，比一般人更擅長應對突發情況等。在呂中，更有些學生是雙重特殊資優生，即既有 ADHD 特質，同時也是資優生。他們就是未經琢磨的寶石，潛能無限，如能在他們成長過程中多給予支援、肯定、欣賞和發揮潛能的機會，他們就能成耀眼的寶石。傳奇運動員菲比斯、體操天后比拉絲、知名主持森美、喜劇巨星占基利等都是有名的 ADHD 人士；甚至有些人推測愛因斯坦、丘吉爾等傑出人物也具有相關特質，是 ADHD 患者。但願我們不僅看到 ADHD 學生的成長困難，更能多肯定、欣賞他們的特質，協助他們發展專長，讓他們在人生的舞台上發光發亮。

146



善用教具與實習對象打開話匣子



支援學生提升專注力

# 湖南長沙之行

張學霖老師

## 踏

上學期考試期間，我參加了新入職教師內地學習團。半年過去，仍有一些深刻的印象。

一、交流團的其中一站是長沙一間數一數二的中學。我們有幸觀課，科目恰好是語文，內容是史鐵生《我與地壇》與蘇軾《赤壁賦》的對讀。該節課主要由學生匯報提前預備的題目，再由教師引導和歸納。

該課一個重點問題是，如果兩文作者際遇不變，而身處的地點對調，他們會否得到與原來相同的感悟。這對初三學生來說，顯然是很難的題目了。不過，回答的同學均有清晰的邏輯，是教我驚嘆的。

一般來說，「景與情」有密切關係，景物不同了，觸發的情自有不同，負責老師也是這麼預備的。可是，有一位同學提出，文人精神世界的偉大，並非由景物所造就，景物只是內心意念之載體。因人主觀的心靈意志，故作者終將把其內心的偉大投射至客觀世界之景上。

有了這麼一個與標準答案不同的觀點，這節課便精彩起來了。我看見思維的碰撞，我看見少年的堅定，我看見文學的多彩。只有一把聲音的課堂，永遠沒有這般和而不同的魅力。

二、除了觀課，我們亦聽了一位教務主任分享他們學校如何為學生制定全面的學習策略。從建立錯題簿、到要求學生每課繳交筆記、到登記每位學生每條題目的分數，分析個別學生及個別班別的強弱項，一切井井有條，數據為本。考試成績表同時是教師的照妖鏡，孰是孰非，自見分曉。初聽的震撼，至今縈繞心頭，我無法想像背後教師需要付出多少精力維繫這般精緻的系統，在層層的要求下，學生豈會沒有進步呢？於是，對這位老師的敬意油然而生。

然而，翻湧的心湖沉靜下來後，我開始思索，如此精準，精準得容不下一點空間的教學方式，是否我所追求的？一、「學習方法」本身亦是學生的課題；二、只有「自主」才能讓人在學習的路上走得更久；三、呂中的學生具備自學能力，若做不到以上兩點，問題在「不為」，而非「不能」；四、也是最關鍵的原因：我作為學生會厭惡這些要求。身為學生時，我不勤於做筆記，學習靠的是一「理解」而非「記錄」。我自問喜愛學習，但如果當時老師規定我學習的方式，恐怕我便要咆哮了。當然當然，教師的種種要求，本意絕非為難，而是為了學生的好處。然而我又隨即想到祖母經常念叨我吃得太少，催促我進食，也說是為了我好。結果我在一次次抗拒不果中，漸漸學會避開她。我們漸漸疏遠。

這個學年，我每周跟學生分享一篇好文章。有一段時間為了確保學生閱讀，要求他們寫大綱，後來沒這麼要求了。回想分享文章的初衷，一方面固然有功利的作用，但更多的，還是希望學生喜愛（至少不抗拒）閱讀。我想，感情需要空間培養，我只能為學生提供與文章約會的空間，至於情感的

醞釀，則是強迫不來的緣分。

話又說回頭，姜太公釣魚的故事固然浪漫，但也只釣來一條周文王。教師面對的學生眾多，會否海底拖網捕魚才是上策呢？

容我繼續思索、繼續搖擺，繼續摸索。

三、最後是小事一則。

到長沙，少不了參觀岳麓書院。在一座堂前，有碑文記岳麓書院的歷史。文言文本無標點，出於本能，我駐足嘗試為其斷句。學生或問學習文言文有何作用，我不肯定這可否算用處之一，但我確實感到學以致用的快樂！

這正是知識決不能停留在紙面上的例證。唯獨能應用、實踐的，才是活着的、有價值的知識。



岳麓書院





我實在告訴你們，  
你們若有信心像一粒芥菜種，  
就是對這座山說，  
你從這邊挪到那邊，  
它也必挪去；  
並且你們沒有一件不能做的事了。  
馬太福音 17:20

編輯資料

榮譽顧問：溫家傑校長

總編輯：張佩儀老師

責任編輯：顏紹熙副校長、張學霖老師、張家寶老師、鄭穎欣老師、黎健老師、李懿婷老師、廖倩雯老師、  
徐雯疆主任、劉卓傑先生

美術編輯：吳詠研小姐

學生編輯：6A 曾碩晞、6F 楊璧瑩、5A 韓采桐、5F 鄭馨兒、4A 陳靜、4B 丁煒晴



學生編輯委員會





敬畏耶和華是智慧的開端，  
認識至聖者便是聰明。

The fear of the LORD is the beginning of wisdom,  
and knowledge of the Holy One is understanding.

箴言 Proverbs 9:10



[www.blmccs.edu.hk](http://www.blmccs.edu.hk)

沙田源禾路 11 號

11, Yuen Wo Road, Lek Yuen, Shatin, N.T.

電話 Tel: 2692 2161

傳真 Fax: 2691 5406