

明道1978

2026



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

第四十八期
Vol.48

二零二六年七月
July 2026

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.6

揚帆啟航

The Adventure Begins

P.9

A. 主禮嘉賓簡歷

Profile of Officiating Guest

P.12

B. 畢業班名單及畢業班獲獎名單

Graduate List and Graduating Class Award List

P.13

C. 畢業班嘉許名單

Graduating Class Merit List

P.14

D. 畢業班生活照

Graduating Class Photos

P.16

E. 上年度畢業禮盛況

Recap of Speech Day 2024 / 2025

P.17

F. 上年度中學文憑考試成績

HKDSE Statistical Report 2024 / 2025

弘毅致遠

P.19

Resilient Strides to New Heights

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.21

B. 本年度課外活動一覽表

List of Extra-curricular Activities

P.27

C. 本年度校外活動獲獎名單及上年度補遺

External Awards and Supplementary List of 2024 / 2025

P.28

D. 上年度獲獎學生名單

List of Student Award Recipients 2024 / 2025

P.40

E. 學生分享

Students' Sharing

P.43

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.58

B. 校友會幹事名單及報告

Alumni Association Committee and Reports

P.59

C. 家長會幹事名單及報告

Parents Association Committee and Reports

P.59

D. 教職員工近況

Recent Happenings of Teachers and Staff

P.62

E. 老師分享

Teachers' Sharing

P.63

F. 全體教職員工照片

Staff Photo

P.80

恩典年歲

Graceful Years

A. 行政事務

Administrative Affairs

P.83

B. 教學事務

Academic Affairs

P.92

C. 學生事務

Student Affairs

P.122

翹首新天

Forging Ahead

P.138



P.10



P.16



P.49



P.67



P.144

校長序言



溫家傑校長

親

愛的「鋒」社畢業班同學：

時間像一縷清風吹過，轉眼間，你們脫離了昔日的稚嫩，再看你們，已經是風華正茂、自信滿滿的青年。離別在即，心裏固然不捨，但你們能繼續往前走，才是可喜。

你們以「鋒」為名，說明你們勇於擔當，願作時代的先鋒。願人看見你們在瞬息萬變的世界中「敢為天下先」，以創新思維引領社會進步；以「鋒」為名，也表示你們不畏磨鍊，要鑄就堅韌的特質。六年的汗水與挫折都是意志的淬火，經受了考驗，讓你們具備真正的力量。願你們秉持「呂中人」的特質，砥礪鋒芒，也心懷謙誠，以溫柔堅定的心關懷社會。

親愛的「鋒」社畢業生，你們是呂中的名片，你們在哪裏，哪裏就有母校教育的標記。校園外的世界無限廣闊，充滿挑戰，願你毋忘母校的基督教教育與師長的教導。即使你們走到天涯海角，母校永遠是你們の後盾，永遠支持你們！

在校的各位同學：

「鋒」社畢業生所展現的銳意進取與堅韌不拔，不僅是他們的專屬印記，更應該成為全體呂中人的精神特質。今年是新學校發展計劃周期的第三年，我們圍繞着「身怡寧·志篤學·心懷天下」的主題，共同構建更美好的校園。

同學有積極嘗試、主動回應學校的發展嗎？你應靜心反思：我和一年前的自己相比，是否變得更加自主？在學習上，我是不是更「想學」（有動機）、更「肯學」（投入）、更「會學」（具策略），並且更「能學」（元認知能力提升）了呢？期待你們也有這股鋒芒，不斷突破自我！

回首過去一學年，呂中校園內處處洋溢着成長的喜悅，同學在各個領域均取得了令人矚目的突破與成就。看着你們在不同舞台上發光發熱，我心中充滿了對上帝的感恩。

在藝術舞台上，SC陳沛晴和SD李雪晴在2025年「大華銀行年度水墨藝術大獎」（高級學生組）中，憑藉精湛的造詣成功奪得銀獎和銅獎，作品更獲安排在香港當代藝術博物館M+和藝術中環展會（Art Central）展出；CC梁證恩在教育局課程發展處藝術教育組主辦的「學生視覺藝術作品展2025/26——金禧誌慶」中榮獲金獎。同時，中國舞學會以一曲《西子湖·初妝》舞出姿彩，於「第六十二屆學校舞蹈節」取得優等獎殊榮。

在體育領域上，今年「明道獎」得主4C張高森在中國澳門單車總會主辦「2025澳門公路單車聯賽」中奪得第四場男子U19第一名，並在「UCI GRAN FONDO世界系列賽」海南儋州（洋浦）個人計時賽中

獲得第五名，其堅毅與拼搏精神令人敬佩。這些成就與突破，不僅是天賦與汗水的結晶，也是個人生命成長的印記。

願以《聖經·羅馬書》第十二章第十一至十二節的金句與全體呂中人共勉：「殷勤，不可懶惰。要靈裏火熱；常常服侍主。在盼望中要喜樂；在患難中要忍耐；禱告要恆切。」

不論是即將展翅高飛的「鋒」社畢業生，還是在校的同學，希望你們都能時刻保持靈裏火熱的心，勇於擔當，不畏艱難，在盼望中常常喜樂，在未來的道路上，繼續為主、為母校作美好的見證！



我已指教你走智慧的道、引導你行正直的路。 箴 4:11

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。

第四十三屆鋒社畢業禮
主禮嘉賓

黃仁龍資深大律師



Mr. Wong Yan Lung SC

Mr. Wong Yan Lung is the former Secretary for Justice of the Hong Kong Special Administrative Region, from 2005–2012. Before his appointment as the Secretary for Justice, he was a lawyer in private practice, including land, trust, company and defamation. He also had a substantial public law practice covering town planning, land compensation and other constitutional issues. Mr. Wong was a Council member of the Council of the Hong Kong Bar Association on multiple terms between 1989 and 2005. He has served as Chairman of the Buildings Appeal Tribunal from 2000 to 2005; Chairman of the Special Committee on Legal Education of the Hong Kong Bar Association from 2003 to 2005; Chairman of the Criminal and Law Enforcement Injuries Compensation Board from 2004 to 2005.

Since resuming private practice in 2013, Mr. Wong has continued to specialize in civil commercial work, and has been taking on judicial review cases with high constitutional importance. He has given advice to the Government and other public bodies such as the Communications Authority on regulatory issues, and has conducted mediation in family shareholders disputes.

Mr. Wong graduated from Magdalene College, University of Cambridge in 1986 and was conferred Bachelor of Arts (Law) and Master of Arts (Law) Degrees. In 1987, he was called to the Bar in England & Wales, as well as the Bar in Hong Kong. He was appointed Senior Counsel in 2002. He was elected as a Master of the Bench of Middle Temple in October 2007 and was conferred an Honorary Fellowship by Magdalene College, University of Cambridge, in 2009.

On account of his contribution to the rule of law in Hong Kong, Mr. Wong was awarded the Grand Bauhinia Medal by the HKSAR Government in 2012, and was conferred honorary doctorate degrees by Lingnan University, Hong Kong Shue Yan University, The Chinese University of Hong Kong, The Hong Kong University of Science and Technology, The Open University of Hong Kong and The University of Hong Kong between 2012 and 2014.

Mr. Wong was the founding Chairman of the HKSAR Government Advisory Committee on Mental Health between 2017 and 2022. The committee advises the Government on mental health policies, including the establishment of more integral and comprehensive approaches to tackle multi-faceted mental health issues in Hong Kong.



釋義：

- (1) 【名詞】兵器銳利的部分。如：「刀鋒」、「劍鋒」。
- (2) 【名詞】泛指器物的尖端部分。如：「筆鋒」。
- (3) 【名詞】借指刀、劍等兵器。
- (4) 【名詞】軍隊的前列或在前領導的人。如：「先鋒」、「前鋒」。
- (5) 【名詞】銳利的情勢。如：「詞鋒」。
- (6) 【形容詞】銳利的。如：「鋒刃」。



鋒社

2020 - 2026

2026



2026，力學篤行，敢為基督作霜鋒。

2020



2020，恭謹謙和，涵泳經史藏大用。

二零二五至二六年度畢業班學生名單

6A		6B		6C		6D		6E		6F	
陳凱怡 韓采桐 龔宇恩 李晴真 盧海澄 呂柏瑤 吳梓澄 顏穎彤 沈子雯 蔡朗晴 陳康哲 張子言 趙彥程	高浩霖 古鎮星 葉睿哲 郭以謙 莫梓言 蕭晉斐 謝駿銘 謝珈晉 黃晉軒 王嘉傑 丘星橋 鄭開陽	翁婉琳 張栩蕎 吳家蔚 顏穎彤 曾卓盈 邱紫晴 余悅希 陳嘉煒 陳均昊 陳奕希 鍾睿傑 崔智雄 孔繁恩	簡熙遇 黎若海 林梓傑 劉卓瞳 李凱揚 李偉軒 吳廷徽 沈頌軒 蕭凱文 蕭家寶 譚迪智 謝銘軒 黃焯謙	陳紀伶 鄭恩禧 蔡子諾 高天愛 梁證恩 劉悅菲 勞晞彤 蔡天穎 謝芷晴 蔣欣喬	余若菁 陳溢謙 趙天承 鍾橋晞 劉俊熙 李卓然 李子樂 陸雋熹 黃逸軒 楊凱博	陳焯嫻 楊紫琳 林意行 劉倩珩 李泳嶠 梁希漫 梁可 駱天晴 伍珈瑩	黃韻學 黃以庭 張慧琦 張世成 利佰霖 廖卓翹 王中彥 胡正謙	陳 珩 陳思雨 何宛亨 鄭心怡 林梓晴 李詠淇 李穎然 龐卓嘉 施淑文 袁浠潼	蔡智立 張家榮 李震軒 梁煒研 蘇霆康 王浩羽 黃御峰 楊昌穎 葉崇曦	鄭馨兒 張晞桐 何漫之 許樂桐 許樂瑤 鄭恩知 劉心延 梁宇彤 歷潔睿 呂采彥 譚深憲 鄧恩程 黃海盈	黃麗盈 尚巧琳 葉穎心 易詠琳 葉芷因 姚樂盈 容芷宇 陳冠鳴 鄭翊亨 黎栢豪 麥皓然 吳喬朗 謝旭智

二零二五至二六年度畢業班學生獲獎名單

操行優異獎	韓采桐 呂柏瑤 高浩霖 郭以謙 莫梓言 鍾睿傑 高天愛 李卓然 陸雋熹 楊凱博 陳焯嫻 伍珈瑩 王中彥 鄭馨兒 何漫之 葉芷因 姚樂盈										
學科優異獎	中國語文：鄭馨兒（兼中國歷史） 英國語文：吳廷徽 數學：李凱揚（兼經濟*） 公民與社會發展科：楊凱博（兼地理及經濟*） 數學（延伸部份單元一）：鍾睿傑（兼企業、會計及財務概論（會計選修）#） 數學（延伸部份單元二）：沈子雯（兼生物） 物理：古鎮星 化學：莫梓言 經濟*：葉崇曦 企業、會計及財務概論（商業管理選修）#：葉芷因 中國文學：陳焯嫻 資訊及通訊科技：鄭開陽 世界歷史：駱天晴 視覺藝術：劉倩珩 *得經濟學科獎者，可兼獲謝浚偉獎學金 #得企業、會計及財務概論學科獎者，可兼獲商科學科獎學金										
服務優異獎	風紀員 龔宇恩 陳奕希（兼班會職員及級社職員） 陳焯嫻（兼班會職員及基督徒團契） 利佰霖 何漫之（兼班會職員） 葉芷因（兼班會職員） 班長 高浩霖 呂柏瑤 陳嘉煒（兼班會職員） 余悅希 黃逸軒 余若菁 王中彥（兼活動） 伍珈瑩 黃御峰 龐卓嘉 鄭翊亨 譚深憲 班會職員 盧海澄 吳梓澄 趙彥程 郭以謙 黃晉軒 丘星橋 張栩蕎 顏穎彤 鍾睿傑（兼級社職員） 崔智雄 孔繁恩 黎若海 劉卓瞳 李凱揚 蕭家寶 謝銘軒 陳紀伶 高天愛 梁證恩 勞晞彤 蔡天穎 謝芷晴 劉俊熙 楊凱博 楊紫琳 劉倩珩 李泳嶠 梁希漫 梁可（兼基督徒團契） 黃韻學 張慧琦 廖卓翹（兼資訊科技員） 林梓晴 李詠淇 李穎然 袁浠潼 蔡智立 鄭馨兒（兼文獻編輯委員會） 劉心延 歷潔睿 呂采彥 黃麗盈（兼級社職員） 葉穎心 級社職員 福音統籌員 班內資訊科技員 鄭心怡 翁婉琳 葉崇曦 姚樂盈 基督徒團契 文獻編輯委員會 活動 鄭恩禧 容芷宇 韓采桐 謝珈晉 鄭開陽										
友會獎學金	鍾睿傑 劉俊熙 黃麗盈										

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	吳梓澄	6 年	籃球	6B	簡熙遇	6 年	戲劇	6A	吳梓澄	3-5 年	
	6A	張子言	3-5 年		6B	蕭家寶	6 年		6A	謝珈晉	3-5 年	
	6B	陳奕希	3-5 年		6C	陳溢謙	6 年		6A	黃晉軒	3-5 年	
	6C	高天愛	3-5 年		6C	趙天承	6 年		6B	黎若海	3-5 年	
	6C	鍾橋晞	3-5 年		6C	劉俊熙	6 年	中國舞	6E	鄺心怡	6 年	
	6C	李子樂	3-5 年		6C	陸雋熹	6 年		6E	袁浠潼	3-5 年	
	6D	劉倩珩	3-5 年		6E	李震軒	6 年		6F	許樂桐	3-5 年	
6F	鄭馨兒	3-5 年	6E		蘇霆康	6 年	爵士舞	6D	楊紫琳	3-5 年		
中樂團	6B	張栩蕎	3-5 年	6F	麥皓然	6 年		6D	李泳嶠	3-5 年		
				6F	黎栢豪	6 年		6E	鄺心怡	3-5 年		
越野/長跑	6B	曾卓盈	3-5 年	足球	6A	葉睿哲		6 年	6F	梁宇彤	3-5 年	
	6B	黎若海	6 年		6A	蕭晉斐	6 年	6F	黃海盈	3-5 年		
	6C	蔡子諾	3-5 年		6B	陳均昊	6 年	物理比賽	6A	韓采桐	3-5 年	
	6C	陳溢謙	6 年		6B	鍾睿傑	3-5 年		6A	李晴真	3-5 年	
	6E	李詠淇	3-5 年		6B	黎若海	3-5 年		6A	郭以謙	3-5 年	
	6F	黎栢豪	3-5 年		6B	林梓傑	6 年		6A	謝珈晉	3-5 年	
			6B		吳廷徽	6 年	6A		鄭開陽	3-5 年		
			6B	謝銘軒	3-5 年	數學比賽	6A	韓采桐	3-5 年			
田徑	6A	蕭晉斐	3-5 年	羽毛球	6A		呂柏瑤	3-5 年	6A	陳康哲	3-5 年	
	6A	王嘉傑	3-5 年		6B		戚振軒	3-5 年	6A	高浩霖	3-5 年	
	6B	曾卓盈	6 年		6E		葉崇曦	6 年	6A	謝駿銘	3-5 年	
	6B	簡熙遇	3-5 年		6F		謝旭智	3-5 年	6A	丘星橋	3-5 年	
	6B	黎若海	3-5 年	排球	6A	呂柏瑤	6 年	6A	鄭開陽	3-5 年		
	6B	吳廷徽	3-5 年		6A	蕭晉斐	6 年	6B	林梓傑	3-5 年		
	6C	蔡子諾	3-5 年		6A	王嘉傑	6 年	朗誦（中）	6F	麥皓然	3-5 年	
	6C	陳溢謙	3-5 年		6B	顏穎彤	6 年		朗誦（英）	6A	吳梓澄	3-5 年
	6C	劉俊熙	3-5 年		6B	李凱揚	6 年			辯論（中）	6F	葉芷茵
	6C	陸雋熹	3-5 年		6C	勞晞彤	6 年	編程小組	6A		鄭開陽	3-5 年
	6E	李詠淇	3-5 年		6C	謝芷晴	6 年		6B		翁婉琳	3-5 年
	6F	尚巧琳	3-5 年		6C	蔣欣喬	3-5 年					
	6F	葉芷茵	3-5 年		6C	李卓然	6 年					
	6F	黎栢豪	3-5 年		6E	龐卓嘉	6 年					
	6F	麥皓然	3-5 年		6E	楊昌穎	6 年					
	6F	吳喬朗	3-5 年	6F	尚巧琳	6 年						
游泳	6B	顏穎彤	6 年	乒乓球	6A	高浩霖	6 年					
	6B	吳廷徽	6 年									
	6C	蔣欣喬	6 年									
	6C	陳溢謙	6 年									
	6C	鍾橋晞	6 年									
	6F	麥皓然	6 年									









主禮嘉賓林正財醫生致訓辭



主禮嘉賓合照



主禮嘉賓林正財醫生頒發傑出學生獎予陳焯嫻同學



校董吳卓穎博士頒發傑出運動員獎



校董呂元信先生、嘉賓呂淑琪女士
頒發榮休紀念獎座予周鳳美老師



校友會主席鍾秉澍先生頒發校友會獎學金



校監張志儉博士頒發十周年服務獎予陳栢希老師



畢業班代表謝朗同學致謝辭

二零二五年香港中學文憑考試成績

- 一、達學位入學要求百份比：94.3 %
 二、達副學位入學要求百份比：100 %
 三、各科達 2 級及 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	88.9	34.1	11.2
英國語文	100	79.0	32.5	9.5
數學	100	83.4	42.3	15.7
數學延伸部份單元一	92.0	86.9	44.0	29.1
數學延伸部份單元二	95.8	91.9	62.5	34.0
公民與社會發展科	100	92.8	N.A.	N.A.
物理	100	90.1	68.2	27.5
化學	94.7	87.3	35.1	24.6
生物	100	91.6	52.0	19.3
中國歷史	100	90.1	43.8	13.4
世界歷史	100	93.4	38.5	12.8
中國文學	90.0	89.0	50.0	15.0
地理	100	87.1	26.1	12.1
經濟	100	86.2	43.8	16.8
企業、會計及財務概論（會計選修）	100	90.7	21.4	14.4
企業、會計及財務概論（商業管理選修）	100	89.7	9.1	7.4
資訊及通訊科技	100	85.6	66.7	12.8
視覺藝術	100	84.3	33.3	6.6
音樂	100	98.3	100	26.7

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	2025 年度香港中學文憑試成績	升讀院校及課程
鄭肇晞	考獲四科 5**，一科 5*	倫敦政治經濟學院 理學士（政治學）
鄭梓翹	考獲三科 5**，三科 5*	香港中文大學 理論物理精研



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：

尹雋傑、李靜怡、李嵐霖、鄭肇晞、楊曉君、鄭懿倫

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：

陳芷悠、鄭祉悠、余樂恩、陳思瑤、劉浩嵐



弘毅致遠

只有心境平穩沉着、專心致志，才能在自己感興趣或專長的領域更上一層樓，甚或突破前人成就，開創新局面。

明道獎

為鼓勵在校同學或團體在不同範疇不斷挑戰自我，追求卓越，2023 年開始，郭浩霖校友特意設立明道獎，以表揚同學或團體在學術、體育、藝術、文娛、服務等方面能超越前人往績，獲得更輝煌的成就。

風馳輪下，跨越低谷

4C 張高森

如

果說校園生活是一條漫長的賽道，那單車就是我最特別的賽車，承載着汗水、掙扎與閃亮的時光，陪我從青澀走向堅定。

我和單車的緣分，始於中一的時候。當時看着身邊的朋友踩着單車穿梭在城市的街道上，輪胎碾過地面的聲音、風吹過髮梢的感覺，都讓我嚮往。在朋友的影響下，我第一次接觸公路單車，那種風馳電掣的速度感，一下子就吸引了我。就這樣，單車走進了我的生活，成了我課餘最期待的事。

隨着騎行次數越來越多，我對單車的熱愛也越來越深。半年前，憑着累積的訓練與比賽經驗，我收到了港隊的入隊通知，這對我來說，無疑是夢想成真的起點。進入港隊後，訓練強度一下子提高了：早上的體能訓練、傍晚的技術訓練、周末的長距離耐力訓練，常常一周下來，衣服被汗水浸得能擠出水來，大腿痠得連上樓梯都要扶着欄杆。但我從未後悔，因為我知道，每一次的堅持，都是在為接下來的比賽蓄力。

努力不懈的訓練令我成功獲選代表香港出戰亞洲場地單車錦標賽的機會。然而，命運卻在亞錦賽的賽場上，給了我沉重的一擊。比賽途中，一次意外的碰撞讓我摔車受傷，不僅錯過了衝刺的機會，也让我陷入了前所未有的低潮。看着隊友們奪得好成績，而我只能坐在場邊，看着自己受傷的膝蓋和沾滿灰塵的戰車，心裏的失落和自責幾乎將我吞沒。從那以後，我進入了漫長的瓶頸期：訓練時總是無法集中精神，過彎時會不自覺地畏縮，就連曾經最熟悉的騎行，也變得遲疑又沉重。我開始懷疑自己，是不是真的不適合這條路，甚至萌生了放棄的念頭。

就在我快要放棄的時候，我想到了當初自己進入香港隊的目的——為港爭光，對單車的熱情再次燃起。那天之後，我決定重新站起來。我從最基礎的慢騎開始，一點一點找回對車把的熟悉感；隊友們也陪我一起訓練，在我想要退縮的時候，給我加油打氣。在一次次的訓練中，我重新找回了那個敢衝敢拼的自己，也在後續的比賽中，拿到了理想的成績。

這段經歷，讓我對單車、對成長有了全新的理解。原來所謂的熱愛，不只是衝刺時的風馳電掣，更是跌倒後，還願意跨上車座的勇氣；所謂的堅持，也不只是一路順風地向前，而是在瓶頸期裏，咬着牙一步一步走出困境。

如今，每當我跨上車座，踩下踏板，就彷彿進入了一個只屬於自己的世界。那些摔過的傷口、流過的眼淚、堅持的瞬間，都變成了我成長路上最寶貴的印記。未來的路還很長，就像前方看不到盡頭的賽道，但我知道，只要我握緊車把，努力不懈，一步一步向前，就一定能抵達想去的地方。



4C 張高森

張高森是近年備受矚目的本地青年單車運動員。他於二零二三年始接觸競賽單車，憑極佳爆發力在場地賽屢獲殊榮。儘管在公路賽一度遇上瓶頸，然而他未被挫折擊倒，憑藉毅力與艱苦的耐力訓練，成功跨越低潮並突破自我。

本年度，張高森在本地及國際賽事均有亮眼的成績。他不僅勇奪「香港單車總會場地賽」一公里計時賽及凱琳賽兩項冠軍，更摘下「澳門單車總會公路聯賽」首回合個人冠軍。在「2025 UCI Gran Fondo 世界系列賽海南站」上，他奪得了儋州（洋浦）個人計時賽第五名，以及團體冠軍。從熱血少年蛻變為成熟運動員，張高森詮釋了永不言棄的精神。他現已放眼更高規格的比賽，期待繼續突破自我，為校、為港爭光！



青蔥歲月

傑出學生獎

（兼獲林承毅獎學金、香港浸信會聯會傑出學生獎學金）



5A 陳 靜

陳靜才德雙修，校內表現優秀之餘，更於全港申請者中脫穎而出，成為2025年「領展二十周年傑出學生獎學金」首三十名得主，足見其於學校及社區貢獻之深。陳靜善融學科之智與科創之技，兼具人文關懷，以所學回饋社會。去年，她與同儕組隊參與香港理工大學主辦之「愛·創耆樂」設計賽，為長者設計樂齡產品，獲頒「愛·創耆樂」獎學金；其團隊延續該次比賽之研習成果，獲全額資助赴美參與「2025 Robofest World Championship 國際機械人大賽」，在「RoboMed Senior Division 機械人醫療應用賽高級組」中勇奪亞軍及最受歡迎獎。陳靜亦躬行前線義務工作，多年不輟，獲義務工作發展局頒發「香港義工獎銅獎」，盡顯僕人領袖之風。從學業到服務，從理論到實踐，陳靜挺身有時，委身有時，堪稱學子楷模。

新的起點

5A 陳 靜

感

謝在不同活動中遇到的老師和同學，因為有你們的支持與包容，我才能不斷成長，成為今天的自己。

中學生涯裏，我除了專注於學業之外，也積極參加各種活動，不知不覺中創造了一個又一個新的起點。

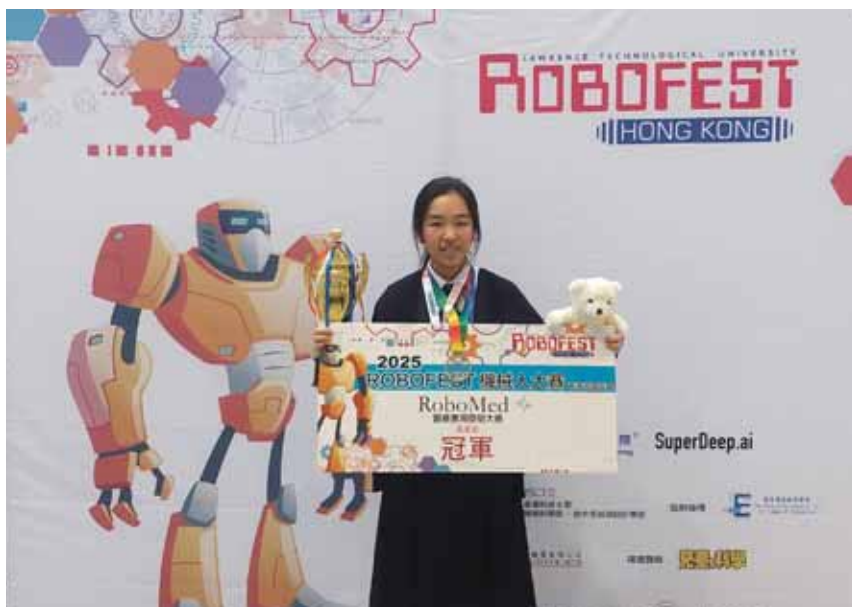
其中一個重要的部分是義工服務。無論是探訪長者、與少數族裔學生一起遊戲、在社區中心為居民簡單體檢，還是在酷熱天氣下向戶外工作者派發消暑物資，這些經歷都帶給我豐富的新體驗，讓我接觸到不同的群體，也更加了解自己的社區。另外，透過紅十字會，我與其他籌委以「跨代共融」為主題，共同策劃了「銀髮下的笑容」服務計劃，主要內容包括與長者聊天、做手工和唱歌。從聯繫合作機構、購買物資，到設計活動內容，都需要我們親自處理。由於缺乏相關經驗，過程中難免遇到挑戰，例如要與機構協調。但通過不斷溝通與調整，終於取得了雙方都滿意的成果，服務日大獲成功。活動結束時，看着長者臉上的笑容，我深感一切付出都是值得的。

此外，在中四上學期，我勇敢地在創新領域邁出了第一步。我邀請同學參加一場創新比賽，當時我對創新科技一無所知，加上當時之技術尚未普及，為了表達我們的理念和構思，只能從零開始，嘗試開發一款簡單的應用程式。當然，比賽結果並不理想，但透過觀摩其他參賽作品，不僅提升了我對創新科技的興趣與了解，也明白到中學生同樣可以運用創意貢獻社會。此後，我加入了 SeaMerry 小組，和隊友一起製作了一款旨在緩解腦退化症狀的遊戲，遊戲以酒樓為主題，結合了多感官刺激。雖然我不擅長運用科技，但我找到了適合自己的角色，負責設計主題和橫幅，以及整合資料。過程中，我們笑過、哭過，最終成功製作出 SeaMerry 的初版，令我特別開心。

由於我本身不是很外向，為了突破自己，我不斷嘗試參加校外活動，譬如各類工作坊和工作體驗。過程中，我遞交了無數次個人簡介，參加過很多場面試，體驗過成功帶來的喜悅，面對過失敗帶來的挫折，每一次嘗試都讓我有所

成長，視野也逐漸開闊，使我逐漸變得更加自信樂觀，積極面對生活。與過去的自己相比，我確實改變了許多。

整個中學階段，我一直努力嘗試新的活動和身分，雖然這條路並非一帆風順，但這些挫折反而推動我踏上新的起點，讓我更清楚了解自己的喜好和目標。每一段經歷都是一次成長，我會繼續保持學習的心態，謙遜前行。



傑出領導才能獎

(兼獲張志儉校監獎學金、
香港浸信會聯會傑出學生
獎學金)



5A 陳忠信

恩典之路

感

謝神，因祂有數不盡的恩典。

5A 陳忠信

在呂中的這五個年頭，我一直經歷神豐盛的恩典，也蒙師長的信任與包容、父母的支持，以及朋友和同伴的鼓勵。轉眼間已經步入中學生涯的最後階段，一路上確實經歷了不少風浪，也成長了。

這是一條承傳的路。

中一、中二時，我獲邀加入舞台支援組，參與戲劇之夜和校慶音樂劇，過程中看到很多師兄師姐拼搏的精神。他們很熱血，很願意付出。當時心中雖然敬佩，卻未明白他們背後的心思與承擔。

中三時，我初次接任舞台支援組隊長的角色，與師兄一同探索有關燈光與音響的知識。當時心中有一團拼搏的火，想要在那崗位上盡力做好，期間作了不少嘗試，並在過程中有所突破。同年，我亦加入風紀隊，成為了風紀員。

中四時，我獲委任為舞台支援組副主席和風紀隊隊長。舞台支援組中，為了讓隊員更加掌握平日的工作，我們舉辦工作坊教授燈光、音響、電力，甚至是一些基礎物理知識。團隊亦引入了新器材，在學校資源的支持下，逐步更新了硬件設備。同時，在風紀隊中，我學會如何建立團隊關係。

中五時，我接任舞台支援組主席，並兼任風紀隊副總隊長。在舞台支援組中，為了讓隊員有更多參與的機會，我們因應他們的能力和興趣，讓他們嘗試一些過往主要由隊長負責的工作，例如在演出中負責燈光控制、混音器控制、聲效製作等，讓隊員更上一層樓。而在風紀隊的服務中，我學會編配人力資源。

領袖不是一個老闆，而是一個與團隊共同進退的角色。領袖需要

服侍的心。耶穌說：「誰願為首，就要作眾人的僕人。」我盼望自己能成為一位幫助他們成長的「僕人」，也與他們一同成長，一同突破。我發現，不論是舞台支援組或風紀隊，當我信任隊員，給予他們機會，他們的能力往往超出我的預期。他們學到的、做到的很多，這也讓我反思自己的不足。一路走來，我見證過不同隊員的成長，同時，隊員也見證着我的成長。我們各自在各自的位置上，面對不同的挑戰，卻一起邁出成長的步伐。

這三年來，曾經有人問我，花這麼多心神精力在團隊中有甚麼好處？

的確，職責以外的事情做得多與少，也不會影響我的履歷。但是，我盼望隊員在這團隊中都能找到快樂，所以我甘願付出。另一方面，我享受把價值觀和知識傳承下去的過程，也享受見證生命成長。我希望隊員在團隊中不止看見結果，更能享受過程，並找到自我價值。

我漸漸明白，這或許是神給我的使命。



回顧三年的領導之路，實在充滿驚喜與驚險。我曾因為忙碌和懶惰而延遲發送當值時間給隊員，曾因為心煩而焦躁，曾經一次又一次因自己的錯誤拖累了整個團隊。期間，我意識到自己的渺小。假如不是神建造房屋，建造的人就枉然努力。隊員的想法我不能控制，機器何時壞我也不能決定，自己會否生病也是未知數……生命實在充滿不能控制的元素。

三年中有許多挫敗、沮喪的時刻。當我想好好教導隊員，為他們付出時間、心力和感情，換來的卻是一次又一次的埋怨，沮喪、傷心是無可避免的。但我亦會反思，是否我的教導方法不合適，以致他們感受不到當中的樂趣？是不是我的要求過高？一次又一次的反思使我不斷成長。

感謝神，讓我有機會在這些崗位中學習，一路保守，讓我的錯誤終得補救。感激各師長的悉心教導，以及無比的信任和包容，在我疏忽時為我彌補疏漏。多謝我的同伴，我們互相補位、互相支持，互相鼓勵。多謝所有隊員對我的包容。假如沒有你們，絕沒有今天的我。

感謝神，給我經歷主恩的機會，在我一次又一次的沮喪中撐起我，讓我知道，即使我再不堪，祂也不會丟棄我，給我力量重新面對我的缺失。假如沒有神的顧念，我絕不會是如今的我。

「我要向山舉目，我的幫助從何而來？我的幫助從造天地的耶和華而來。」（詩篇 121:1-2）

十字架，十字架，永是我的榮耀。

願一切榮耀、頌讚歸於愛我的神。

傑出社群服務獎 （兼獲香港浸信會聯會傑出獎學金）



5B 莫海晴

莫海晴為紅十字會青年團高級服務隊長，表現稱職，具責任心。她多年內不斷參與各種義工服務，服務時數超過200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。她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。海晴能同時兼顧學業和校外及校內活動，是團員及前輩的榜樣，服務精神可嘉。

服務的快樂

5B 莫海晴

最

初接觸「服務」是在加入紅十字會時。一開始時，我沒有很熱衷於社會服務，只是紅十字會的學長叫我做，我便做。除此以外，或許也受了時數獎和義工獎項的吸引，又或者想做一個好人，覺得應該做點「有意義的事」。

直到一次定期長者探訪活動，我們走進一位伯伯的家。他正在煮飯，我隨口問道：「您以前是不是廚師？」他立刻很興奮，細細道出自己如何從學徒做起，一步步成為大酒樓的廚師，到後來香港經濟不景氣，酒樓結業……又跟我分享他最喜愛烹調的菜式。

我靜靜地聆聽，感受到他對烹飪的熱愛，也感受到那份失去相伴半生之職業的無奈與懷念。那一刻，我很開心能聽到這些如此真實的故事，很開心我們談了很多很多。我第一次覺得與社區的人有如此深切的聯繫。

漸漸地，我發現真正讓我快樂的，不是時數或獎項，而是那些微小卻閃閃發光的瞬間。

最快樂的一次，我選擇了去長者飯堂擔任義工。我們輪流負責預備午餐、派飯、清潔等工作。我一邊看着長者們的臉龐，一邊與他們聊天、說笑。整個飯堂的氣氛十分溫暖，不論是義工還是長者，大家都在為同一件事努力——讓長者們開心地吃頓簡單的飯菜。有種一起完成一件事的滿足感，也有種互相關懷的溫暖。

那一天，是我度過最難忘的生日，我收穫了許多笑容。原來，快樂就是真誠地與人連結。

在服務的路途上，那些不期而遇的人，悄然改變了我對義工的理解。服務不必驚天動地，也不需要等到自己很厲害才開始。從身邊做起就好，可以靜靜地陪伴不開心的朋友，可以在同學身體不適時輕聲問一句「你還好嗎？」。

幾年來經歷了幾百小時的社區服務，我發現服務的重點原來不在於付出和結果，而在於人與人之間的理解、相處和關懷。當你感受到自己和社會的緊密聯繫，就會發現服務原來這般快樂。



傑出才藝獎



4F 孫 信

孫信具有卓越的表演藝術天賦。他現為戲劇學會副主席，曾連續兩年於香港學校戲劇節獲頒傑出演員獎。上年度於劇目《碼頭》中擔任男主角，演繹情感真摯細膩；本年度則擔任服裝隊隊長，展現出創意設計能力及靈活應變的才能。在音樂方面，他自中一開始成為本校合唱團團員，亦曾擔任香港兒童合唱團 Concert Choir 班長，並於海外演出兼任司儀，宣揚香港合唱音樂。孫信才藝多方，值得嘉許。



5C 侯任希

侯任希視覺藝術科成績卓越，擅長插畫和繪畫，用色風格與別不同，作品氣氛感染力强。她積極參與比賽，獲獎無數，包括：「第九屆香港中學生傑出作品展 2024」傑出藝術作品獎；「香港故宮文化博物館珍品的故事——手製繪本創作比賽」優異獎；「香港教育大學×徐冰工作室《天地同框》太空藝術教育計劃」優異獎及「張宗憲×XR 數碼藝術教育計劃：數碼古董珍玩藝術設計比賽」團體組優異獎。



5D 張仲欣

張仲欣為爵士舞學會主席，本年度更獲選為香港藝術發展局校園藝術大使，負責推動校內藝術活動。她熱愛舞蹈，刻苦練習之餘更積極參與各種比賽及表演，例如於「第六十二屆學校舞蹈節」中學組爵士舞及街舞（群舞）帶領初級組及高級組同學參賽，同獲甲級獎。她又於「GASCA 日本東京舞蹈新秀賽」街舞類中級組初賽獲榮譽獎，將代表香港前往日本東京參與決賽，足見其舞蹈才華。

傑出運動員獎（兼獲鄭祖澤校長傑出運動員獎學金）



2C 趙桉綺

趙桉綺本年度入選中國香港 U14 女子足球代表隊，並於泰國曼谷「暹羅盃 2026」奪得亞軍。她亦以傑志足球隊主力成員身份橫掃中國香港足球總會主辦的賽馬會女子青少年足球聯賽（U15）冠軍及足總盃亞軍，展現過人的足球天賦。她在長跑與越野項目上同樣具備驚人耐力，於沙西區學界長跑比賽獲季軍、學界越野比賽獲第五名。桉綺積極拼搏、永不言敗的精神，為校隊注入強大力量，值得同學學習。



4C 張高森

張高森在本年度的單車賽事中表現極其亮眼、成績斐然。他不僅在香港單車總會場地單車賽事的一公里個人計時賽及凱琳賽中勇奪冠軍，更在澳門單車總會公路單車聯賽第一回合中摘得桂冠。在國際舞台上，他亦協助隊伍勇奪 UCI GRAN FONDO 海南站系列賽冠軍，並在亞洲場地單車錦標賽中越級挑戰全亞洲頂尖車手，展現非凡實力。



2E 耿悅

耿悅為乒乓球及越野長跑校隊的主力隊員。在乒乓球方面，她連續兩年獲全港學界精英賽女子雙打優異獎，更助球隊蟬聯沙西區學界女子團體冠軍；去年她更協助團隊勇奪全港女子丁組團體總冠軍。在長跑方面，她今年代表學校參加學界長跑賽，獲個人第五名及團體季軍。耿悅於運動上展現卓越天賦與毅力，屢獲殊榮，值得嘉許。



4C 耿卓

耿卓為乒乓球及越野長跑校隊的主力隊員。在乒乓球方面，他連續三年帶領校隊蟬聯沙西區學界賽事男子團體冠軍，並曾代表沙田區勇奪全港運動會男子雙打第八名，更於區際分齡賽中包辦男子單打及雙打冠軍。此外，他於長跑領域同樣出色，除協助學校贏得學界越野及長跑團體獎項外，今年更於深水埗區越野賽勇奪季軍。耿卓積極投入運動的熱忱與驕人成就，值得表揚。



3E 薛諾天

薛諾天為乒乓球校隊的主力隊員，現為香港乒乓球總會恒生乒乓球精英隊隊員。諾天球藝精湛，本年度不僅帶領球隊勇奪社交賽冠軍，更連續三年助校隊蟬聯沙西區學界男子團體冠軍。除校內表現卓越，他亦積極參與校外公開賽，並於全港青少年 C15 男子雙打榮獲季軍。諾天刻苦耐勞、奮力拼搏的運動員精神，殊堪嘉許。



6F 葉芷茵

葉芷茵專長為田徑跳高，她本學年在校外、校內均表現卓越。她於校外勇奪學界沙西區田徑賽女甲跳高冠軍、南華體育會田徑賽女甲季軍，以及兩項香港青少年田徑賽女子 C18 跳高季軍。芷茵於校內賽事更展現全面天賦，一舉包辦 100 米跨欄、跳遠及跳高三項冠軍，其跳高成績更打破本校紀錄。芷茵的亮麗成績充分展現了她追求卓越的體育精神。

校外傑出學生及獎學金名單

得獎者	獎項 / 獎學金
24-25 6C 陳思瑤	HKU First in the School Scholarship
24-25 6A 劉浩嵐	領展大學生獎學金——大學一年級獎學金 2025
	中原慈善基金獎學金 2025-2026
	兒科醫學會鵬程奮進堅毅獎學金 2025「卓越成就獎學金」
6C 楊凱博	尤德爵士紀念基金高中學生獎 2025/26
6F 鄭馨兒	
5A 陳 靜	哈佛圖書獎 2025
5B 梁天行	
5E 周憫暄	
5E 林宇涵	「原來我得㗎」美國中學交流計劃獎學金
4D 黃天悅	2025-26 年度沙田區傑出青年選舉（第十五屆）傑出青年獎
4E 何泊斡	新界區傑出學生選舉 2025 新界區優秀學生
得獎者	獎項 / 獎學金（補遺） （2025 年 6 月至 8 月獲頒獎項）
23-24 4C 楊凱博	學友社傑出中學生領袖選舉 2023-24
24-25 4A 陳 靜	領展二十周年傑出學生首三十名獎學金
	普林斯頓大學圖書獎 2025
24-25 6E 鄭懿倫	香港特別行政區政府教育局「準英語教師獎學金」
24-25 5C 楊凱博	第三十七屆香港特別行政區傑出學生選舉十大傑出學生
24-25 3C 黃天悅	第二十一屆沙田區傑出學生選舉（初中組）
24-25 3C 何泊斡	
24-25 3D 孫 信	



4D 黃天悅



24-25 5C 楊凱博

二零二五年至二零二六年度課外活動一覽表

編號 甲	項目 學術	導師
A1	中文學會	張學霖、葉惠珊、陳瑞嫻、蔡淑榕、孫德懋
A2	英文學會	徐志軒、黎芊晴、蘇靖彤、李妍
A3	數學學會	林子栢、林鳳薇、高淑賢
A4	中史學會	李賽琴、陳敏茹
A5	地理學會	林曉楠、戴綠芬
A6	科學學會	楊達明、莫少偉、黃志華
A7	生物學會	鄭濤雅
A19	數學比賽訓練班	羅梓泓、李穎茵、高淑賢、余嶺君、蔡義滔校友、曾碩晞校友
A20	普通話學會（雅言社）	黎健、張佩儀
A23	經濟及商科學會	郭慧貞、溫兆微、陳逸恆
A24	中文辯論隊	鄺紫盈、陳子峰、馬嘉琳小姐
A32	物理比賽訓練班	溫家傑校長、梁嘉希校友、張允霖校友
A33	日文學會	鄧嘉豪、余嶺君
A34	編程小組	黃君臨、祈心茹、何孝禮
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	Scrabble 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
A46	綠色環保組	顏紹熙、陳嘉雯
A47	英文比賽學會	Iain Melville、黎芊晴
A48	魚菜共生學會	梁定勤、李凱盈、Eva Li
A49	珍珠養殖學會	黃志華
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、楊君諾、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、程旨綽先生
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）	彭凱鋸、王穎欣、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、楊君諾、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、莫匡翹校友
B23	射箭訓練班	王穎欣、莫雲開先生、莫匡翹校友
B24	越野及長跑訓練班（男女）	彭凱鋸、王穎欣、吳嘉諾先生

編號 丙	項目 藝術	導師
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、方潤昇先生
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	打擊樂班及爵士鼓班	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	英詩朗誦	鄧碧雲、黎芊晴、李妍
C36	設計與科技學會	張泰洛
C37a	美術學會	霍瑞棠、鍾栢熹、胡子敏校友、丘國強校友
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	楊君諾、美諾詩舞蹈團導師
C41	西方舞學會	楊君諾
C42	爵士舞學會	楊君諾、黎芷宜、黃樹霖小姐
C46	拉丁舞學會	楊君諾
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、洗朗謙校友
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、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、郭慧貞、陳逸恆
E12	資訊科技員	顏紹熙、祈心茹、黃君臨
E13	升學及就業學會	藍秋蘭、鄺紫盈、李懿婷
E14	學生團契（大衛）	李凱盈、江國洪、陳敏茹、張學霖、曹震安、羅梓泓、張泰洛、許穎鋸、徐志軒、蔡偉鋒、孫慧珊、張巧慧
E17	義工隊	梁淑玲、蔡淑榕、高玉珍社工
E25	校園電視台	蔡偉鋒、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
E32	文獻編輯委員會	張佩儀、黎健

二零二五至二零二六年度校外活動獲獎名單

得獎者	(A) 學術	獎項 / 成績
	中文	
3B 梁焯之	香港中華文化促進中心 主辦 2025-2026 中國中學生作文大賽 初中組	全國三等獎 及 香港賽區旭日文學之星
3D 周思淇		全國三等獎 及 香港賽區金獎
2B 韓曉俊	國際青少年及兒童教育協會 主辦 國際青少年及兒童創意徵文大賽 青少年組	冠軍
2B 丁洛伊	薪傳學社 主辦 香港菁英創作比賽 2025 中學組	亞軍
1D 梁子翹		優異獎
2C 黃傲晴		
3E 薛梓晨		
3D 周思淇	香港中文大學語文教育課程系會 主辦 全港初中生「玩有所思」遊戲感悟徵文比賽	優異獎
2A 黎子怡	憲法和香港基本法推介聯席會議 主辦 憲法和《基本法》演講比賽 2025	優良獎
英文		
2E 耿 悅	Hong Kong Scrabble Championship 2026, organized by Hong Kong Scrabble Players Association	Champion
3C 徐日嵐	8th Joint-School Scrabble Tournament for novices (2025-2026), organized by Hong Kong Scrabble Players Association	Best Player
2E 耿 悅	2025 Inter-school Spelling Competition (Secondary Division - Practice Competition) Preliminary 1	Best Player
3C 徐日嵐	2025 Inter-school Spelling Competition (Secondary Division - Practice Competition) Preliminary 2	
4C 耿 卓	2025 Inter-school Spelling Competition (Secondary Division - Practice Competition) Preliminary 3	
4C 耿 卓、3C 徐日嵐、 2E 耿 悅	2025 Inter-school Spelling Competition (Secondary Division - Practice Competition) Preliminary 1	2nd Runner-Up
	2025 Inter-school Spelling Competition (Secondary Division - Practice Competition) Preliminary 3	1st Runner-Up
4D 黃天悅	The HKFYG English Public Speaking Contest 2026, organized by The HKFYG Leadership Institute	Certificate of Good Performance
3C 林晞悅	Animal Photopoeetry Creative Challenge, co-organized by English Language Education Section and Arts Education Section of the Curriculum Development Institute, The Education Bureau, Ocean Park Hong Kong	Commendable Award
數學		
2A 杜育兆	奧冠教育中心 主辦 粵港澳大灣區數學競賽預選賽 2026	一等獎
	同上 (選拔賽)	榜眼獎
	同上 (全國總決賽)	狀元獎
	泰國數學學會 主辦 泰國國際數學競賽初賽 2025 - 2026	金獎
	同上 (晉級賽)	亞軍
	同上 (總決賽)	總冠軍
	香港兒童數學協會 主辦 2025 香港學界數學及奧數精英賽	亞軍
3A 羅冠喬、3A 劉樂晞、 3D 周思淇、3E 李智仁、 3E 丁灝霆	教育局、香港中文大學數學系 合辦 中學生數學建模比賽 2025/26	佳作獎

4A 陳澤添	教育局創新科技教育分部、香港教育大學數學與資訊科技學系 合辦 第四十三屆香港數學競賽	二等獎
4A 王昱琪		三等獎
3C 吳懿宸、4A 王昱琪、 4A 陳澤添、4A 蕭溢朗、 4E 丁栢然、5A 梁 濤		優異獎
3A 鄧予涵	保良局、香港數理教育學會 合辦 第二十八屆香港青少年數學精英選拔賽	二等獎
3D 古浩昇		二等獎
3A 張以恒		三等獎
2A 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 2026 亞洲國際數學奧林匹克公開賽初賽	金獎
1D 龐國豪		銀獎
2A 陳岷鍵		銀獎
2B 丁洛伊		銀獎
2D 祝 好		銀獎
3C 吳懿宸		銀獎
1A 陳祈睿		銅獎
2B 張凌睿		銅獎
3B 于 皓		銅獎
2A 杜育兆	同上（晉級賽）	金獎
2D 祝 好		銀獎
1A 陳祈睿		銅獎
1D 龐國豪		銅獎
2B 張凌睿		銅獎
2A 杜育兆	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 2026 初賽	一等獎
3C 吳懿宸		一等獎
1A 陳柏衡		二等獎
2A 陳岷鍵		二等獎
2B 丁洛伊		二等獎
2D 祝 好		二等獎
1A 陳祈睿		三等獎
2B 張凌睿		三等獎
2D 何君兒		三等獎
2A 杜育兆	同上（晉級賽）	一等獎
1A 陳柏衡		二等獎
2D 祝 好		二等獎
3C 吳懿宸		二等獎
1A 陳祈睿		三等獎
2B 丁洛伊		三等獎
2B 張凌睿		三等獎
2A 杜育兆	同上（總決賽）	一等獎
1A 陳柏衡		二等獎
2D 祝 好		二等獎
1A 陳祈睿		三等獎
2B 張凌睿		三等獎
2A 杜育兆	香港兒童數學協會 主辦 2025 香港數學及奧數公開賽	冠軍
5E 李芯汝		銀獎
5E 蕭泳淇		殿軍
5E 蕭泳淇	全港青少年數學挑戰賽有限公司 主辦 全港青少年數學挑戰賽 2025	銅獎

科學		
6A 古鎮星	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 2025	銀獎
6A 張子言		銅獎
6A 莫梓言		銅獎
6A 張子言、6A 高浩霖、 6A 古鎮星、6A 莫梓言、 6C 楊凱博		學校最佳表現獎 (全港第七名)
4A 陳澤添	香港物理奧林匹克委員會 主辦 第 22 屆泛珠三角物理奧林匹克競賽暨中華名校邀請賽 (力學基礎試)	二等獎
5A 關子泂	同上 (綜合試)	三等獎
4A 蔡忻希、4B 陳皓朗、 5A 朱海瑋、5A 李嘉希、 5B 陳正晞	香港資優教育學苑 主辦 香港青年物理學家競賽 2026	銀獎
2C 黃傲晴	國際青少年菁英協會 主辦 2026 國際青少年科學碗競賽	總冠軍
2C 馮朗希		總冠軍
1A 余子軒		冠軍
2C 錢雅文		冠軍
2E 黃宇洋		冠軍
2C 陳昀晴		亞軍
1D 花湜迦		季軍
1A 陳祈睿	國際青少年菁英協會 主辦 2026 國際青少年腦科學競賽	二等獎
4A 陳澤添、4A 胡彥鵬	聖言中學 主辦 聖言中學物理奧林匹克 2026	優異獎
4A 陳澤添	香港資優教育學苑、教育局及香港科技大學 合辦 2026 香港物理奧林匹克	二等獎
4A 胡彥鵬		二等獎
本校		學校優異表現獎
5A 戴楚謙	香港數理教育學會、Hong Kong Society of Biology、 香港教育大學、香港大學 合辦 生物學素養競賽 2025/2026 (初賽)	一等獎
5F 郭琇彥		一等獎
5F 吳天恩		一等獎
5A 黃晉翹		二等獎
5E 周憫暄		二等獎
5A 陳 靜		三等獎
5B 丁煒晴		優異獎
5F 陳亭羽		優異獎
3A 黎信之、3A 羅冠喬、 3A 余偉緻、3B 胡嘉信、 3E 廖雅瑩	香港防癆心臟及胸病協會 主辦 「健康校園由你創 2025-2026」	季軍
電腦		
6A 鄭開陽	香港電腦教育學會、教育局 合辦 香港電腦奧林匹克競賽 2025/26 高級組	優異獎
3A 羅冠喬、3A 吳恩霖、 3B 林皓朗、3D 葉侍森、 3E 廖雅瑩	香港互聯網註冊管理有限公司、SEED Foundation 合辦 數碼宇宙守護者 2025 IG Reels 創作比賽	優異獎 (15 強)
1D 余若蘭、4B 關泊滔	香港警務處網絡安全及科技罪案調查科、澳門特別行政區司法警察局、 教育及青年發展局 合辦 大灣區青少年人工智能及網絡安全挑戰賽 2025	創意無限大獎

1B 鄭恩碩	香港電腦教育學會、ICE Foundation 合辦 「國際編程精英挑戰賽 2025-26」	金獎
1D 余若蘭		金獎
1B 黃卓廷		銀獎
1B 葉俊霖		銀獎
1D 吳彥樂		銀獎
4A 高樂城		銀獎
1C 王博文		銅獎
3E 李卓唯		銅獎
1C 姚以舜		優異獎
		設計與科技
4A 張亦希、4A 鄧俊恆、 4B 趙信文、4B 黃彥鈞	亞洲機器人聯盟慈善基金 主辦 香港工程挑戰賽 2026 預賽	冠軍 及 卓越獎
4A 張頌朗、4E 陳朗謙、 5B 陳凱程		殿軍
2B 馬芊嫻、5A 陳雋庭、 5A 滿恩俊、5B 歐澤豪	亞洲機器人聯盟慈善基金 主辦 香港工程挑戰賽 2026	卓越獎
4A 張亦希、4A 鄧俊恆、 4B 趙信文、4B 黃彥鈞		驚奇獎
3B 陸子霖、3D 李駿希、 2E 黃宇洋	WRO Open Championship Asia & Pacific - Philippines 2025 (RoboSports), organized by FELTA Multi-Media Inc.	4th in round-robin
3B 高柏翹、3E 曹敏莉、 3E 廖雅瑩	同上（Future Innovators）	9th Place
3C 葉晉森、4A 李昊栩	同上（Future Engineers）	9th Place
3A 吳恩霖、3B 胡嘉信、 3C 葉晉森、3D 葉侍森、 3E 吳子椰	勞倫斯理工大學、香港機械人學院 合辦 2026 Robofest 香港區選拔賽（機械人挑戰賽）	亞軍
2C 廖栢謙、2D 文字澤、 2E 黃宇洋、3A 黎信之、 4B 趙信文		銀獎
3A 黃奕誠、3B 劉穎蕎、 3C 黃靖茹	同上（機械人創意賽）	金獎
1E 胡雅好、1E 梁傑鈞、 1E 余一淳、2B 曾俊桑、 2E 童稀樂	Hellenic Educational Robotics Organization、香港機械人學院 合辦 MRC 機械人奧運會 香港區選拔賽（機械人足球賽）	季軍
3B 高柏翹、3E 曹敏莉、 3E 廖雅瑩	同上（機械人展覽賽）	季軍
	Minoan Robotics Competition Global Olympiad (Exhibition Category), organized by Hellenic Educational Robotics Organization	9th Place
5A 陳雋庭、5A 滿恩俊、 5B 陳凱程、5B 歐澤豪	香港聯校科技教育協會、香港科技教育學會 合辦 2026 香港機械人公開賽	創意獎
4A 李昊栩、5A 陳靜、 5A 伍世麒、5B 丁煒晴、 5B 李嘉慧、5F 陳享羽、 5F 郭琇彥	香港理工大學、香港聖公會福利協會、騰訊基金會 合辦 第六屆「愛·創耆樂」設計賽 公開組	最受用者喜愛獎
1D 花湜迦、1D 劉梓熙、 1D 丁明、1D 王庭熙	GGJHK committee、香港理工大學設計學院 合辦 Global Game Jam 香港 2026	最佳家庭遊戲 及 最踴躍參與學校獎
	其他	
中文辯論隊	第三屆沙田初中五角辯論賽	B 組冠軍
3A 姚佩妍	學友社 主辦 第三十四屆全港中學生十大新聞選舉新聞評述比賽 初中中文組	亞軍

1D 吳倚薰	亞洲資優教育協會 主辦 2025 亞洲青少年地球科學奧林匹克競賽	初中組亞軍
5A 梁家鎬		高中組亞軍
5C 吳倚菲		高中組亞軍
5F 許凱嵐		高中組亞軍
5F 陸芋好		高中組亞軍
5B 李卓悠		高中組季軍
5B 陳煥祈		高中組季軍
5F 何安蕎		高中組季軍
5F 王廷烽		高中組季軍
6B 李凱揚	天才教育協會 主辦 2026 香港經濟奧林匹克	個人總分金獎
6C 楊凱博		個人總分銀獎
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
女甲		季軍
女丙		第七名
男甲	越野	季軍
男乙		第六名
男丙		第八名
女甲		殿軍
女乙		殿軍
女丙		第五名
男甲	籃球 (第二組別)	亞軍
男乙		季軍
女甲	排球 (第一組別)	殿軍
女丙		季軍
男甲	排球 (第二組別)	亞軍
男丙		亞軍
男子高級組	足球 (第二組別)	八強
男子初級組		八強
男甲	乒乓球	八強
男乙		冠軍
女甲		季軍
女丙		冠軍
男甲	長跑	殿軍
男乙		第五名
女甲		第七名
女乙		第五名
女丙		季軍
男乙	射箭	第五名
男丙		第六名
女乙		亞軍
女丙		第七名
	個人 / 接力項目	
	游泳	
6C 蔣欣喬	女甲 200 米個人四式	冠軍
	女甲 50 米背泳	季軍

2E 詹汶錡	女乙 200 米自由泳	亞軍
1E 葉上銖	女丙 50 米自由泳	季軍
5D 陳溢朗	男甲 50 米背泳	季軍
	男甲 100 米背泳	殿軍
5C 侯任希	女甲 200 米胸泳	殿軍
2C 謝靜琪	女丙 200 米胸泳	殿軍
5C 潘林同、5D 陳心弦、 6B 顏穎彤、6C 蔣欣喬	女甲 4x50 米四式接力	季軍
5A 馬灝暘、5D 陳溢朗、 5D 羅浩霖、6C 陳溢謙	男甲 4x50 米自由泳接力	殿軍
2C 冼宥行、4B 容 浚、 4F 周海銘、4F 古旭亮	男乙 4x50 米自由泳接力	殿軍
2E 詹汶錡、3C 王心妍、 4B 胡綽嵐、4F 蕭亦嵐	女乙 4x50 米自由泳接力	殿軍
田徑		
6F 吳喬朗	男甲跳遠	冠軍
6F 葉芷因	女甲跳高	冠軍
4E 馮建熹、5A 黃諾行、 5A 趙竣鈞、6F 黎栢豪	男甲 4x400 米接力	殿軍
越野		
5A 趙竣鈞	男甲個人	第九名
2E 詹汶錡	女乙個人	第十名
2C 趙梓綺	女丙個人	第五名
長跑		
5E 黃 昕	女甲個人	第九名
2C 趙梓綺	女丙個人	第三名
2E 耿 悅	女丙個人	第五名
射箭		
4B 胡綽嵐	女乙	冠軍
4D 盧泳雯		第八名
全港 / 新界項目		
4C 張高森	亞洲自由車總會 主辦 2026 亞洲場地單車錦標賽 男子青年團體競速賽	第七名
	海南環島國際公路自行車賽有限公司 主辦 UCI GRAN FONDO 世界系列賽 海南 儋州（洋浦）個人計時賽	第五名
	中國澳門單車總會 主辦 2025 澳門公路單車聯賽 第四場（男子 U19）	第一名
2C 黃梓淳	香港單車總會 主辦 2025-2026 全港場地單車賽（男子少年組 13-14 歲） （第一回合 1000 米個人計時賽）	殿軍
	同上（第一回合 淘汰賽）	第四名
	同上（第三回合 1000 米個人計時賽）	季軍
	同上（第四回合 爭先賽）	亞軍
	同上（第五回合 凱林賽）	亞軍
	同上（第五回合 淘汰賽）	季軍
	同上（第七回合 500 米個人計時賽）	冠軍
	同上（第七回合 均速賽）	亞軍
1B 張樂宜、1C 譚詠心、 2B 丁洛伊、2C 石愷翹、 2D 官孜慧、2D 余爾雅、 3B 陳加悅、4B 唐駿言、 4F 林子晴	中國香港羽毛球總會 主辦 2026 年全港學界羽毛球團體錦標賽（中學初級組 - 女子組）	16 強
2C 劉于僑、2E 耿 悅	中國香港學界體育聯合會 主辦 2025 - 2026 年度全港學界精英乒乓球比賽（中學女子組雙打）	第五名至八名

3E 薛諾天	中國香港乒乓球總會 主辦 2026 全港公開青少年乒乓球錦標賽（男子雙打 15 歲組）	季軍
	康樂及文化事務署 主辦 同心投入全運會 - 西貢區分齡乒乓球比賽 2025（男子單打 14-15 歲組）	冠軍
1C 許瑋晴	中國香港跳繩體育聯合會 主辦 東區跳繩公開賽 2026（45 秒花式挑戰賽公開組 12 歲女子組）	冠軍
	同上（30 秒前繩電子速度賽公開組 12 歲女子組）	亞軍
得獎者	(C) 藝術	獎項
	香港學校音樂及朗誦協會 主辦 第七十七屆香港學校朗誦節（中文朗誦）	
2A 黎子怡	詩詞獨誦（中一、二女子普通話組）	冠軍
4B 陳樂謙	詩詞獨誦（中四男子粵語組）	冠軍
2B 支睿麒	詩詞獨誦（中一、二男子普通話組）	亞軍
3D 梁靖悠	詩詞獨誦（中三女子粵語組）	亞軍
4C 簡曉晨、4D 陳晞彤	二人朗誦（中三、四女子粵語組）	亞軍
5A 滿恩俊、5B 梁天行	二人朗誦（中五、六男子粵語組）	亞軍
2A 杜育兆	詩詞獨誦（中二男子粵語組）	季軍
4A 王昱琪	詩詞獨誦（中三、四女子普通話組）	季軍
4E 向慧珍	詩詞獨誦（中四女子粵語組）	季軍
	香港學校音樂及朗誦協會 主辦 第七十七屆香港學校朗誦節（英文朗誦）	
2B 溫珈文	Solo Verse Speaking, Non-Open Secondary 2, Girls	First Place
2C 張愷翹		First Place
5A 莫承軒	Solo Verse Speaking, Non-Open Secondary 5, Boys	First Place
1C 陳逸盈	Solo Verse Speaking, Non-Open Secondary 1, Girls	Second Place
2C 黃傲晴	Solo Verse Speaking, Non-Open Secondary 2, Girls	Second Place
2C 黃梓淳	Public Speaking Solo, Secondary 1 & 2	Second Place
4D 黃天悅	Solo Verse Speaking, Non-Open Secondary 4, Girls	Second Place
1C 伍煦好	Solo Verse Speaking, Non-Open Secondary 1, Girls	Third Place
	(主辦機構同上) 第七十八屆香港學校校際音樂節	
1E 徐 懿	分級鋼琴獨奏（五級）	亞軍
1A 劉心韻	分級鋼琴獨奏（六級）	亞軍
3C 林晞悅	分級鋼琴獨奏（八級）	季軍
3D 周思淇	長笛獨奏 - 中學 - 高級組	季軍
管弦樂團	管弦樂團 - 中學 - 中級組	銀獎
聲樂小組	聲樂小組 - 外文歌曲 - 混聲 - 中學 - 鋼琴伴奏	銀獎
	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
管弦樂團	管弦樂團（中學組）	銀獎
	其他音樂賽項	
管弦樂團	康樂及文化事務署音樂事務處 主辦 2025 香港青年音樂匯演（中學管弦樂團）	銅獎
3B 陳思哲	World Grand Prix International Music Contest 2025 season 3 Young Artist (Age 14-17) Voice, organized by World Online Music Competitions Organization	Silver Prize
	New Talent Festival 2025, organized by New Talent Academy	Honourable Mention

3C 黃柏勤	柏斯音樂 主辦 Parsons Music X Roland V-Drums Competition 鼓戰 2025 公開組	冠軍
	教育局、香港學界舞蹈協會有限公司 合辦 第六十二屆學校舞蹈節	
中國舞學會	中國舞（群舞）：西子湖・初妝	優等獎
6E 鄭心怡	中國舞（獨舞）：望千年	甲級獎
4F 陳悅之、4F 鍾桐彤	中國舞（雙人舞）：臨湖・踏春	甲級獎
5D 吳旨途、5E 黃愷藍	爵士舞（雙人舞）高中：Confetti	甲級獎
爵士舞學會	爵士舞（群舞）高中：誠	甲級獎
	爵士舞（群舞）初中：The Silent Blade	甲級獎
5B 丁煒晴、5F 郭琇彥	西方舞（雙人舞）：活潑的女孩	甲級獎
1D 謝心雅、2A 黃焯穎、 2E 耿 悅	西方舞（三人舞）：花之圓舞曲	甲級獎
5A 樂 兒	爵士舞（獨舞）：Find your Bliss	乙級獎
5C 陳麗琪、5F 蘇安雅	拉丁舞：查查查	乙級獎
	拉丁舞：牛仔舞	乙級獎
	戲劇	
5B 羅嘉銘	教育局 主辦 2025/26 香港學校戲劇節（廣東話組） 劇目：真鮮味大排檔	傑出劇本獎
5C 鍾 澄		傑出導演獎
5C 徐奕筠		傑出導演獎
1C 符綽天		傑出演員獎
1E 馮蘊知		傑出演員獎
3D 陳芷榆		傑出演員獎
4E Chiara Garofano		傑出演員獎
4F 香浩汎		傑出演員獎
戲劇學會		傑出舞台效果獎
		傑出合作獎
		傑出整體演出獎
		視覺藝術
5D 羅芷鈴	國際青少年藝術文化協會 主辦 2025 年國際青少年及兒童藝術比賽高級兒童組	冠軍
	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 青年組	優勝
	安省中國美術會 主辦 2025 國際兒童繪畫比賽	銅獎
5D 李雪晴	海港城、時代廣場、荷里活廣場、九龍倉藝術 合辦 九龍倉全港中學生繪畫比賽 2025-26	特別表揚大獎
	The Sovereign Art Foundation Students Prize, Hong Kong 2026, organized by SAF	Finalist
5A 葉承希	南華早報 主辦 Student of the Year Awards 2025/26（Visual Artist category）	Finalist
6C 梁證恩	教育局課程發展處藝術教育組 主辦 學生視覺藝術作品展 2025/26——金禧誌慶	金獎
3D 葉子懿		入選作品
6F 歷潔睿		入選作品
4E 饒世康	香港藝術發展局 主辦 2026 校園藝術大使計劃	校園藝術大使（視覺藝術）
4D 林可悅	香港美術教育協會 主辦 HKSEA 藝術大使計劃 2025/26	入選
5D 李雪晴		
5E 蔡希宜	青少年及兒童音樂藝術協會 主辦 第六屆香港青少年及兒童繪畫比賽	金獎
5E 黃 昕	「中港新世代基金會」、「製衣業訓練局」合辦 第六屆 MY STAGE 全港中學生可持續時裝設計比賽	優異獎

3B 陳愷柔	香港教育大學文化與創意藝術學系 主辦 香港教育大學 x 徐冰工作室《天地同框》太空藝術教育計劃	優異獎
3B 郭芷柔		
3D 歐汛沂		
3D 陳芷榆		
3E 區馨文		
5A 葉承希		
5B 莫海晴		
5B 何俊彥		
5C 侯任希		
5D 李雪晴		
4D 王靖苻	香港城市大學 主辦 賽馬會科藝共融計劃年度展覽 2025/26 《感知蛛絲繚住枝樹枝 Embody Envision Ensemble》	參展作品
4E 陳照暄		
4E 饒世康		
4F 黃凱澄		
5A 葉承希		
5D 李雪晴		
5D 羅芷鈴	大華銀行「藝·坊」主辦 2025 年「大華銀行年度水墨藝術大獎」(高級學生組)	銀獎
5C 陳沛晴		銅獎
5D 李雪晴		入圍
5C 鍾 澄		入圍
5C 錢澄伊		入圍
5F 莫凱程		入圍
4E 饒世康	古魏博物館、WeMakeGift 合辦 青花茶壺設計比賽	優異獎
5E 黃 昕		
5F 莫凱程		
5D 李雪晴	Good Morning Class 主辦 第五屆肖像畫繪畫比賽 2025	銀獎
5A 葉承希		銅獎
4D 李澄熙	梁棠藝術學會 主辦 第五屆梁棠盃 2026 全港中小學寫生比賽	入圍決賽
4E 游心悠		
4E 饒世康		
4F 黃凱澄		
5A 葉承希		
3B 陳愷柔	香港培道中學 主辦 培道第二屆創意花鈕設計(全港中學)邀請賽	冠軍
5D 李雪晴		亞軍
5C 徐奕筠		季軍
3B 陳加悅		優異獎
4D 李澄熙		優異獎
5A 葉承希		良好獎
5C 錢澄伊		良好獎
5F 張巧琳		良好獎
1B 孫凱祈	順德聯誼總會翁祐中學 主辦 張宗憲 AI x XR 數碼藝術教育計劃: AI 數碼古董珍玩藝術設計比賽	冠軍
1D 梁子翹、1D 黃 暄、 5B 莫海晴、5C 侯任希		優異獎
3B 李季孺	愛滋寧養服務協會 主辦 「向歧視說不!」面具設計比賽 2025-2026	入圍作品
3E 黃顯洋		
4F 葉曉君		

得獎者	(D) 文娛及其他	獎項
香港紅十字會 主辦		
6D 楊紫琳	香港紅十字會傑出青年會員選舉 2025	全港傑出紅十字青年會員
3A 羅冠喬、4E 何泊新、 5B 何俊彥	2025-2026 年度新界東總部青年急救比賽 急救挑戰賽 #1	冠軍
4C 楊詩琪、5A 陳 靜、 5B 莫海晴	同上 (急救挑戰賽 #2)	冠軍
4C 楊詩琪、4E 何泊新	2025-2026 年度新界東總部青年護理比賽 護理挑戰賽 #2	冠軍
紅十字會	2024-2025 年度服務盾	全港總亞軍
	2024-2025 年度傑出青年團比賽	新界東總部亞軍
	2024-2025 年度新界東總部最佳服務主題計劃比賽	冠軍
	2025-2026 年度新界東總部青年友誼活動創作比賽	亞軍
	2025-2026 年度新界東總部青年護理比賽	季軍
其他		
6D 楊紫琳	香港青年交流促進會 主辦 第四屆愛心行動獎 2024-2025	愛心行動學生大使
本校	香港中華基督教青年會 主辦 YM Volunteer@SCHOOL 全港學界義工獎勵計劃 (24-25)	YM Volunteer@school 嘉許獎
5A 劉承亮、5A 梁 濤	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)	亞軍
3B 劉穎蕎、3C 黃靖茹	同上 (雙人國際序分賽 2)	
3C 詹梓進	中國香港象棋總會 主辦 全港中國象棋學界分齡賽 U16 組	季軍
	全港青年學藝比賽大會 主辦 全港青年象棋比賽 (2025-26 年度) 初中組	
	兒童學習能力及心智發展協會、中國香港棋院 合辦 第十五屆小棋聖盃全港學界棋藝大賽 中國象棋 (初中組)	亞軍
得獎者 (24-25 班別)	(E) 補遺 (2025 年 6 至 8 月獲頒獎項)	獎項
中文		
5D 陳焯嫻	陳贊一博士教育基金香港微型小說教育及研究中心 主辦 第十一屆陳贊一博士聯校微型小說創作獎 (2024-2025 年度) 高中組	推薦獎
5D 黃韻學	中華傳道會安柱中學 主辦 第三屆蒲公英文學獎 (高中小說組)	首獎
4E 余欣蔚	同上 (高中散文組)	優異獎
3E 楊晞彤	香港青年旅舍協會 主辦 美荷樓香港精神學習計劃 2024-25「兩代情」徵文比賽 初中組	優異獎
英文		
3E 耿 卓	ASTAR 主辦 Astar Scrabble Challenge International 2025	10th Place (Among 9 countries)
1A 耿 悅、3A 張亦希、 3C 黃天悅、3D 陳澤添、 3E 耿 卓	Hong Kong Scrabble Players Association 主辦 Inter-School Scrabble Championship 2025 Grand Final	2nd Runner Up
3B 鄭雅蓀	香港教育城 主辦 Creative Speech Competition 24/25	Champion
科學		
6A 陳芷悠、6A 江曉妍、 6A 黃嘉敏	教育局、香港浸會大學 合辦 中學生分析化學挑戰賽 2024/25	優異獎
4B 丁煒晴、4B 李昕蕎、 4F 莫凱程、4F 葉采怡	香港城市大學、香港化妝品化學師協會、香港化粧品同業協會 合辦 2025 港澳中學化妝品配方比賽	最吸引影片獎

電腦		
5B 李凱揚	資訊科技教育領袖協會、思科網絡學院（香港及澳門） 合辦 第廿一屆港澳青少年網路技能大賽 2025	銀獎
5A 蔡朗晴		銅獎
5B 翁婉琳		銅獎
5B 陳均昊		銅獎
5C 陸雋熹		銅獎
設計與科技		
2D 曹敏莉、2D 廖雅瑩、 2D 高柏翹	世界奧林匹克機械人競賽香港區組委會 主辦 WRO 香港區選拔賽 2025（未來新創家）	亞軍
2B 劉穎蕎、2D 黃奕誠、 2E 黃靖茹		金獎
1B 童稀樂、2A 陸子霖、 2C 李駿希	同上（機械人運動賽網球雙打）	季軍
1A 祝 好、1A 梁皓禎、 1E 黃宇洋	同上（機械人運動賽）	殿軍
2C 葉晉森、2C 吳恩霖、 2D 胡嘉信		金獎
3E 李昊栩、4A 伍世麒、 4F 陳康萃	同上（未來工程師）	銀獎
1D 馬芊嫻、1D 葉鎮榮、 1D 廖晨澤、1D 黃晉傑	STEM 教育卓師工作室 主辦 2025 香港機械人盛會	第八名
中國歷史 及 歷史		
2B 黃嘉俊	香港大學中國歷史研究文學碩士課程同學會 主辦 第十六屆全港中學中國歷史研習獎勵計劃（2024-2025 年度）初級組	二等獎
3C 黃天悅	教育倡行 主辦 小小歷史學者培訓計劃	中華文化承傳大使獎
視覺藝術		
4E 蔡希宜	香港文藝協會 主辦 全港十八區視藝比賽（第四屆）沙田區 繪畫組 中學組	冠軍



社際龍虎榜成績（二零二五至二零二六年度）

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）	季	冠	殿	亞
水運會（女子）	亞	冠	殿	季
陸運會（男甲）	亞	季	冠	殿
陸運會（男乙）	亞	冠	殿	季
陸運會（男丙）	季	冠	殿	亞
陸運會（女甲）	亞	冠	季	殿
陸運會（女乙）	殿	冠	亞	季
陸運會（女丙）	殿	冠	亞	季
籃球（男子）	冠	亞	季	殿
籃球（女子）	冠	亞	季	-
排球（男子）	季	冠	亞	殿
排球（女子）	季	冠	亞	殿
羽毛球	亞	冠	季	殿
乒乓球	亞	殿	季	冠
桌上遊戲	冠	季	季	亞
辯論	亞	冠	殿	季
總分	46	65.5	32.5	31
總成績	亞	冠	季	殿

附：近二十年總成績

年度	冠	亞	季	殿
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
13-14	綠	紅	藍	黃

年度	冠	亞	季	殿
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
24-25	紅	黃	藍	綠

*20-21 因 Covid-19 疫情暫停

二零二四至二五年度學生獲獎名單

操行優異獎

中一：張衍澄	何君兒	林敬軒	黃梓淳	曾瓊霖
黃曦賢	葉思睿	童稀樂	梁芷嫻	杜育兆
胡迪	吳子彬	陳愷柔	周思淇	吳心柔
中二：梁靖悠	容浚	陳晞彤	鄭雅慈	楊凱晴
中三：鄧俊恒	朱海晰	姚焯豐	黃天悅	梁卓然
林羨雯	袁希瑜	蔡忻希	黃崇智	鍾嘉文
中四：陳忠信	方宇迪	丁煒晴	余欣蔚	曾朗陶
郭琇彥	莫梓言	鍾睿傑	高天愛	李卓然
中五：韓采桐	楊凱博	陳焯嫻	鄭馨兒	何漫之
陸雋熹	姚樂盈			
葉芷茵				

學業優異獎（兼獲家長會進步獎學金）

中一：張衍澄	林敬軒	祝好	曾瓊霖	李成悅
蕭晉誠	勞琬晴	梁芷嫻	余爾雅	黃傲晴
溫珈文	廖晨澤	杜育兆	胡迪	馮朗希
中二：朱穎熙	郭子晴	梁靖悠	周思淇	陳愷柔
黃嘉俊	梁芷晴	羅冠喬	黃勺序	劉天曦
黃梓賢	古浩昇	伍子悠	黎信之	單焯翹
中三：張亦希	陳悅之	蔡汶恩	郭梓瑩	彭崇銘
姚焯豐	黃天悅	何泊軒	楊詩琪	袁希瑜
蔡忻希	丁栢然	胡彥鵬	鍾嘉文	陳心悅

學業進步獎（兼獲家長會進步獎學金）

中一：梁皓禎	林思妍	張以正	黃曦賢	葉焯行
張倩雅	廖晨澤	呂柏鴻	李溢恩	施淇勻
中二：王聞達	林晞悅	周思淇	譚夕苗	馬靜昕
范崇一	李偉程	郭芷柔	何梓悠	單焯翹
中三：丘曼曦	劉萬熙	陳家朗	陳一謙	黃樂勤
方曉悠	馮樂知	李澄熙	陸威旭	徐承澤

林文珊中華文化獎學金

為鼓勵學生積極參與中國語文校外比賽，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。

中一：何君兒	黎子怡	石愷翹	黃傲晴	廖晨澤
馮朗希	區馨文	周思淇	黃勺序	
中二：梁靖悠	陳樂謙			
中三：朱海晰	梁天行	冼凱悅	冼子喬	
中四：滿恩俊				
中五：陳焯嫻				

英文學業進步獎（兼獲魏凌霜教育基金獎學金）

中一：郭渝晴	洪景熙	郭素靈	李同心
中二：田家澤	潘雪瑤	李凌鋒	高柏翹

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：獲得科學學科獎，兼獲劉信信科學科獎學金。獲得宗教科學科獎，兼獲黃碧茵宗教科獎學金。獲得經濟科學科獎，兼獲謝浚偉獎學金。獲得企業、會計及財務概論科學科獎，兼獲商科學科獎學金。

學科優異獎

中一：	中國語文：張衍澄（兼普通話、宗教及視覺藝術）
英國語文：徐小雅（兼世界歷史及家政）	數學：杜育兆（兼科學、中國歷史及地理）
音樂：馬芊琳	家政：黃梓淳（兼體育）、勞琬晴、張正琛
設計與科技：陳崇恩、梁芷嫻、黃蔚淇	體育：溫珈澄

中二：

中國語文：周思淇（兼音樂）	英國語文：任一諾	數學：薛諾天	科學：梁芷晴	中國歷史：黃嘉俊	世界歷史：丁灝霆	地理：郭子晴	普通話：朱穎熙	宗教：劉天曦	家政：鄭懿嘉	設計與科技：區馨文	視覺藝術：陳愷柔	體育：范崇一、梁晴瑤
---------------	----------	--------	--------	----------	----------	--------	---------	--------	--------	-----------	----------	------------

中三：

中國語文：袁希瑜	英國語文：黃天悅（兼世界歷史）	數學：胡彥鵬（兼物理）	化學：蕭溢明	生物：林海朗	中國歷史：楊凱晴	地理：何泊軒（兼普通話）	電腦：鍾嘉文	音樂：蔡忻希	家政：丘筱悠
----------	-----------------	-------------	--------	--------	----------	--------------	--------	--------	--------

設計與科技：鄧俊恒
視覺藝術：饒世康
體育：李芷凝、曾令時

中四：

中國語文：余欣蔚
英國語文：莫承軒
數學：關子沅（兼物理）、

莫海晴（兼數學（延伸部份單元一））、
李嘉希（兼數學（延伸部份單元二）及資訊及通訊科技）

公民與社會發展科：許凱嵐

化學：黃晉翹

生物：吳天恩

中國歷史：周憫暄（兼世界歷史）

中國文學：郭琇彥

地理：陸芊好

經濟：郭奕琳

企業、會計及財務概論（會計選修）：胡頌恆

企業、會計及財務概論（商業管理選修）：李芯汝

視覺藝術：葉承希

中五：

中國語文：鄭馨兒（兼生物及中國歷史）

英國語文：韓采桐

數學：鄭開陽（兼數學（延伸部份單元二））

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）

物理：古鎮星

化學：莫梓言

世界歷史：駱天晴

中國文學：陳焯嫻

經濟：蔡智立

企業、會計及財務概論（會計選修）：劉卓暉

企業、會計及財務概論（商業管理選修）：葉芷茵

視覺藝術：劉倩珩

服務優異獎

①風紀員

中三：鄭雅慈 楊凱晴

姚焯豐（兼班會職員、級社職員及活動）

向慧珍（兼圖書館管理員） 張曉然

梁卓然（兼班內資訊科技員） 吳天峰 何思綺

林羨雯（兼活動）

中四：陳靜（兼活動） 周楚芮（兼班會職員）

陳忠信（兼資訊科技員及活動） 方宇迪（兼活動）

滿恩俊（兼班會職員及活動） 李卓悠（兼活動）

李嘉慧（兼活動） 侯任希（兼關愛大使及活動）

中五：吳倚菲（兼班會職員及活動） 馮轟祈
龔宇恩 郭以謙（兼關愛大使）
李卓然（兼班會職員及活動） 陳梓瑜（兼活動）
利伯霖 何漫之（兼活動） 黃海盈（兼活動）
葉芷茵（兼班會職員及活動）

②班長

中一：何君兒 林敬軒（兼圖書館管理員） 曾瓊霖
董稀樂 馬芊嫻（兼福音統籌員） 梁文謙

中二：梁靖悠 吳子柳（兼班會職員及福音統籌員）
吳心柔 陳匡有 羅冠喬 周可靜

中三：陳悅之 鄧俊恒（兼活動） 朱海晰
李曉揚（兼資訊科技員及活動）

中四：黃天悅（兼福音統籌員及活動）
何泊軒（兼福音統籌員及活動）

中五：袁希瑜（兼活動） 黃崇智 陳心悅
曾令時（兼活動）

中四：盧曉柔 劉承亮（兼活動） 丁煒晴 王滿恩
冼凱悅 歐正謙 何安喬 王廷烽

中五：韓采桐 莫梓言 余悅希（兼活動） 陳嘉煒
勞晞彤（兼活動） 李子樂 伍珈瑩（兼活動）
王中彥（兼活動） 王浩羽 譚深憲 鄭翊亨

③班會職員

中一：王晞琳 陳崇恩 張暄翹 葉思睿 陳昀晴
梁芷嫣（兼圖書館管理員） 勞婉靖

中二：林清榆（兼福音統籌員） 溫珈文 廖晨澤
曾逸朗 陳楚晴 錢雅文 林子悅 施淇勻
陳加悅 梁焯之 曾卓喬 盧顯言 王植龍

中三：陳康翹 王希晴 李永岳（兼圖書館管理員）
曹敏莉（兼活動） 莊鈞甯 廖雅瑩（兼活動）
高柏翹（兼圖書館管理員） 劉逸熙

中四：黎信之（兼活動） 杜禮正

中五：何承駿 容浚（兼班會職員及活動）

中三：陳晞彤（兼班會職員） 黃凱澄（兼班會職員）
饒世康（兼活動） 陳泳淇 徐承澤（兼班會職員）

中四：陳禹庭（兼班內資訊科技員、學生會幹事及活動）
樂兒 羅子穎（兼活動） 石采穎 程睿然

中五：鍾澄（兼學生會幹事、關愛大使、級社職員及活動）
何立晴（兼班會職員及活動） 張仲欣（兼班會職員）
鍾穎（兼學生會幹事） 陳子悠（兼班會職員）
鄒子瑤（兼學生會幹事） 崔貝騫

中五：藍日朗（兼活動） 曾朗陶 袁登華（兼活動）
郭曉悠（兼活動） 劉珈瑜 蘇安雅
呂柏瑤（兼班會職員） 顏穎彤 吳家蔚（兼活動）
陳奕希（兼活動） 鄭心怡（兼班會職員） 李詠淇

中四：鍾睿傑（兼班會職員、社職員及活動）
謝芷晴（兼活動） 劉俊熙（兼班會職員及活動）
李泳嶠（兼班會職員） 梁希漫（兼活動）
許樂瑤（兼圖書館管理員及活動） 黃麗盈

中三：李智仁 詹汶錡 許奕軒
潘建臻 吳恩霖 古浩昇 詹梓進

中四：伍世麒（兼圖書館管理員及活動）
陳凱程（兼資訊科技員及活動）
歐澤豪（兼活動） 陳靖橋 林宇涵
陳康萃（兼圖書館管理員） 林俊泓

中五：黎若海（兼活動） 廖卓翹（兼活動）
姚樂盈（兼福音統籌員及活動）

中二：薛諾天
中三：楊詩琪（兼活動）
中四：余欣蔚（兼活動）
中五：翁婉琳（兼活動） 容芷宇（兼活動）

中一：張詠雅 陳穎彤 李宛澄 黃望晞 張倩雅
王曉瑜 黃希瞳 蘇天兒 馮朗希

中二：鄧樂呈 黃勺旂
中三：鍾曉晴 古旭亮（兼活動） 馮凱瑩（兼活動）
中四：周子淇 范恩甜
中五：戴楚謙 易詠琳（兼活動）

中三：盧泳雯（兼活動） 張頌朗
中五：吳梓澄 張子言 謝銘軒（兼活動）
楊紫琳（兼活動） 劉倩珩 李穎然

中四：徐奕筠（兼活動） 林凱晴 羅正鈴（兼活動）

中三：簡曉晨
中五：曾卓盈 李震軒 黎柏豪 吳廷徽 肖巧琳

中一：張詠雅 陳穎彤 李宛澄 黃望晞 張倩雅
王曉瑜 黃希瞳 蘇天兒 馮朗希

中二：鄧樂呈 黃勺旂
中三：鍾曉晴 古旭亮（兼活動） 馮凱瑩（兼活動）
中四：周子淇 范恩甜
中五：戴楚謙 易詠琳（兼活動）

中三：盧泳雯（兼活動） 張頌朗
中五：吳梓澄 張子言 謝銘軒（兼活動）
楊紫琳（兼活動） 劉倩珩 李穎然

中四：徐奕筠（兼活動） 林凱晴 羅正鈴（兼活動）

中三：簡曉晨
中五：曾卓盈 李震軒 黎柏豪 吳廷徽 肖巧琳

中一：張詠雅 陳穎彤 李宛澄 黃望晞 張倩雅
王曉瑜 黃希瞳 蘇天兒 馮朗希

中二：鄧樂呈 黃勺旂
中三：鍾曉晴 古旭亮（兼活動） 馮凱瑩（兼活動）
中四：周子淇 范恩甜
中五：戴楚謙 易詠琳（兼活動）

中三：盧泳雯（兼活動） 張頌朗
中五：吳梓澄 張子言 謝銘軒（兼活動）
楊紫琳（兼活動） 劉倩珩 李穎然

中四：徐奕筠（兼活動） 林凱晴 羅正鈴（兼活動）

中三：簡曉晨
中五：曾卓盈 李震軒 黎柏豪 吳廷徽 肖巧琳

中二：趙望文 張廣焯 鄭旨焯 周啟明 黃奕誠
胡嘉信 楊明懿 楊意霏 謝耀楠 胡焯嵐
蔡汶恩 唐駿言 孫信 鍾嘉文 楊晞彤

中三：黃睿俊 楊明懿 楊意霏 謝耀楠 胡焯嵐
江昭桁 唐駿言 孫信 鍾嘉文 楊晞彤

中四：鍾穎彤 關子泂 李嘉希 莫海晴 何俊彥
陳沛晴 陳麗琪 陳柏熙 黃昕 許凱嵐

中五：李晴真 蔡朗晴 高浩霖 謝珈晉 黃晉軒
王嘉傑 鄭開陽 張栩喬 顏穎彤 邱紫晴
劉卓瞳 蕭家寶 鄭恩禧 蔡天穎 余若青
楊凱博 梁可 胡正謙 葉崇曦 鄭馨兒
許樂桐 鄭恩知 麥皓然 吳喬朗

中五：陳焯嫻

傑出學生獎（兼獲林承毅獎學金）

傑出領導才能獎（兼獲張志偉校監獎學金）

傑出社群服務獎

傑出運動員獎（兼獲鄭祖澤校長傑出運動員獎學金）

傑出才藝獎

沙田浸信會獎學金

香港浸信會聯合會傑出學生獎學金

錦輝鄭祖澤校長紀念獎學金

校友會獎學金

中六：吳睿君 吳熾宜 楊鈞昊

中五：鍾睿傑 陳梓瑜 楊紫琳

中四：陳靜

中五：韓采桐

中六：吳睿君 吳熾宜 楊鈞昊

中五：鍾睿傑 陳梓瑜 楊紫琳

中四：陳靜

中五：韓采桐

校長嘉許名單及榮譽榜

本校由二零二二至二零二三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，對象為中一至中二同學。二零二三至二零二四年度初中全面推行平行班制，校長嘉許名單和榮譽榜頒授予中一至中三同學。二零二四至二零二五年度校長嘉許名單和榮譽榜分別頒授予 44 位同學和 87 位同學。

二零二四至二零二五年度校長嘉許名單 (Principal's List)									
中一級	1A 張衍澄	1C 勞琬晴	1D 廖晨澤	中二級	2A 朱穎熙	2B 劉穎蕎	中三級	3A 陳悅之	3D 蔡忻希
	1A 王晞琳	1C 莫凱琳	1E 薛育楠		2A 郭子晴	2B 林雅妍		3A 張亦希	3D 丁栢然
	1A 冼楚瑜	1C 余爾雅	1E 杜育兆		2A 林晞悅	2B 黃嘉俊		3B 郭梓瑩	3E 鍾嘉文
	1A 徐小雅	1C 陳岷鍵	1E 馮朗希		2A 梁靖悠	2C 梁芷晴		3B 彭崇銘	3E 胡彥鵬
	1A 祝 好	1D 林清榆	1E 胡 迪		2A 劉樂唏	2C 羅冠喬		3C 黃天悅	
	1A 林敬軒	1D 溫珈文			2B 陳愷柔	2D 劉天曦		3C 蕭溢朗	
	1C 梁芷嫣	1D 黃傲晴			2B 周恩淇	2D 黃梓簫		3D 袁希瑜	

二零二四至二零二五年度榮譽榜 (Honour Roll)									
中一級	1A 張詠雅	1C 陳昀晴	1E 溫珈澄	中二級	2A 丁羽晴	2C 丁灝霆	中三級	3A 蔡汶恩	3C 梁卓然
	1A 何君兒	1C 張睿詩	1E 張正琛		2A 于一卓	2D 廖雅瑩		3A 蕭亦嵐	3D 李芷凝
	1A 耿 悅	1C 梁詠俞	1E 鄭開銘		2A 王聞達	2D 古浩昇		3A 鍾桐彤	3D 陳澤添
	1A 黎子怡	1C 勞芷澄			2B 區馨文	2E 陳映霖		3A 陳在思	3D 關柏滔
	1A 林思妍	1C 謝靜琪			2B 梁晞澄	2E 周可靜		3A 林海朗	3D 孫 信
	1A 李雅祺	1C 王曉瑜			2B 吳心柔	2E 梁晴瑋		3A 鄧俊恒	3D 黃崇智
	1A 趙梓綺	1D 林睿晴			2B 陳匡有	2E 梁欣珉		3B 鄭雅蕪	3D 邱宇澤
	1A 黃梓淳	1D 李同心			2B 張偉偉	2E 伍子悠		3B 楊凱晴	3E 陳心悅
	1B 劉靜宜	1D 李泳霖			2B 李智仁	2E 黃詠瞳		3B 高韋弦	3E 林雪盈
	1B 李成悅	1D 馬芊嫻			2C 鄭懿嘉	2E 詹梓進		3B 姚焯豐	3E 李天琪
	1B 曾瓊霖	1D 黃希瞳			2C 黃勺婷	2E 鄒瀚旻		3B 王昱琪	3E 楊晞彤
	1B 黃望晞	1E 韓沅漸			2C 黃蘊蓓	2E 高展揚		3C 楊詩琪	3E 張頌朗
	1B 葉思睿	1E 林芷瑩			2C 黃彥頤	2E 黎信之		3C 張曉然	3E 高樂城
	1B 蕭晉誠	1E 李言津			2C 吳恩霖	2E 單焯翹		3C 何泊蕓	3E 徐承澤



德國國際合唱團比賽暨文化考察之旅

The Universal Language of Music

5A Mok Shing Hin

Never would I have thought that I would have the chance to visit Germany. I would like to share some of the experiences I had on this unforgettable trip.

Before the main competition, we visited many tourist spots, the most memorable of which was Beethoven's House in Bonn. I got to see the original piano, manuscripts and the Beethoven statue. As not only a choir member but also a pianist myself, I gained valuable insight into the renowned composer, realising the historical significance of Beethoven and how masterful a composer he was even under the curse of deafness.



Apart from the sightseeing, we had many opportunities to witness other groups singing songs that represented their nation and culture. Thinking back on the experience, it really put into perspective how many people across the world enjoy the art of choir and music. Particularly memorable was the choir group from Costa Rica. Their infectious smiles throughout the performance, their joyful dances and penetrating tone left a profound impression on my heart. They showed how choir is not merely a competition, but also a celebration of culture and a sharing of love for one's language.

Another memorable experience was just after our competition, when a local competing choir group from Germany cheered for us. We took pictures, shook hands and relished the joy of not only finishing the competition, but also celebrating the diversity of our cultures. With all the rigorous training, sleepless nights, blood, sweat and tears shed in preparation, it was all worth it to witness the true universal language of music.

This experience made me truly cherish every moment I had in the school choir. The way we screamed our lungs out upon hearing our results made me realise that every person in the school choir has a true fire and passion for this art form.



Let Music Chime in Every Verse and Line

6A Ng Tsz Ying

After this unforgettable trip to Germany, I have truly realised that music possesses the power to bring people together, regardless of age or nationality.

I can still clearly recall where we started. The journey to unite the 45 of us, ranging from F.1 to F.5 students, was undoubtedly full of hurdles. However, a whole year of regular choir practices, sectional vocal training, and team-building activities slowly transformed us. We learned to trust and lean on one another. By the time we arrived in Germany, I could proudly say that we were a team, walking hand in hand towards a shared goal.

Along the journey, we visited an array of sites rich in history, including Bonn, the University of Münster, Celle and Wetzlar. Not only did we learn more about the history and culture of Germany, but we also filled the streets with our giggles and chatter. Any lingering awkwardness between us simply dissipated.

Then came the highlight of the trip — the International Johannes Brahms Choir Festival and Competition. During the rehearsal before stepping onto the stage, the tempo slipped away from us, causing frustration to bubble up. Yet the moment we stepped onto the stage, we became fully immersed in the harmonious blend of our voices. I could truly feel 45 individual voices merging into one. Without a doubt, it was the most unforgettable choir moment of my life.

Throughout the festival, all of us were deeply impressed and touched by the performances of choirs from around the world. After the competition, we were given invaluable opportunities to interact with them. We exchanged laughter and sincere compliments with one another. Beyond being competitors, we were all simply lovers of music. It became clear that music brought us together in ways words sometimes could not.

All in all, this Germany tour was far more than just a memorable experience. It was a journey enriched by the friendships we built and the universal language of music.



汕頭姊妹學校交流暨 藝術考察之旅

印象深刻之汕頭交流團

2A 李成悅

這

次汕頭交流團令我印象深刻！

我們早上七點出發，經歷約四個小時的漫長旅程到達了汕頭。意料之外，我們用膳的地方不是一間普通的餐廳，而是一間十分寬敞的牛肉館。最特別的是它的燈飾——天花板上掛著幾十個銀色發光的「洋蔥圈」，它們彷彿被施了魔法般懸浮在空中，極具現代感。

飯後，我們走到了一條歷史悠久的牌坊街。這裏總共立著二十多個牌坊，皆是用於表揚先人美德和功名。道路的兩旁店鋪林立，各式各樣的招牌五彩斑斕，熱鬧非凡。

第二天，我們一早起床，前往汕頭市實驗學校，參觀校園和體驗藝術課程。那裏的校園環境優美，印象最深刻的是一個小池塘，周圍種了一兩棵柳樹。池塘的中間有一座小橋，對面立著一座涼亭，在炎炎夏日中為同學們提供了一處消暑乘涼的絕佳去處。有時，池塘裏會隱約出現幾條小魚。

我跟著導師來到一個展品區，區內展示了許多同學的佳作。隨後，導師讓我們分為三組，體驗不同藝術課程。我選擇了「色彩」課。來到教室，裏

面擺放著幾十個矮畫架，排列得整齊一致。我被安排到一個高二的女生旁邊，我們便開始邊畫邊聊。從她口中，我得知這所學校午膳後有兩小時的自修時間，還聽聞了許多令我大開眼界的資訊。當然，我也跟她講述了我校的特點和有趣經歷。那位女生更在課堂後主動邀請我一起用膳，我們便邊吃邊聊，度過了愉快的午餐時間。下午，我們觀賞該校的藝術表演，十分精彩。

第三天，收拾完行裝後，我們來到一座位於南澳島的小燈塔，這是個獨特的打卡點。

塔身被塗上了顯眼的紅色，在灰濛濛的海面上格外顯眼，上面還有一些卡通元素增添了趣味性。參觀完畢後，這趟充實而美好的旅程便圓滿地畫上了句號。



難忘的交流團回憶

SB 莫海晴

在

汕頭市實驗學校交流的時候，我從老師和同學身上獲益良多。學校的老師很有耐心，不單傳授知識，還教導我們互相合作和尊重別人的重要性。同學都很可愛，很熱情，很純真。他們見到我們的時候非常興奮，主動走過來跟我們聊天。可能他們平時比較少接觸來自其他城市或地區的人，所以對我們很好奇，也很珍惜這次交流的機會。他們努力學習，又願意幫助同學，也很重視自己的傳統文化。這種態度真的很值得我們學習。雖然我的普通話能力一般，但也想說一聲謝謝。希望未來還有機會參加這類交流活動，學習更多，結識更多朋友，以開闊眼界。

關於汕頭的街道和店舖，我們到訪的地方林立着奶茶店、茶葉店、紀念品店和服裝店。道路很寬闊，視線不會被很多大廈或柱子遮擋，給人一種舒適自然的感覺。街頭隨處可見的共享電動單車更為出行帶來極大便利，充分展現了汕頭井然有序的城市規劃。

藝術方面，我發現汕頭的藝術不但傳統，而且很有特色。交流期間的音樂課，我們用身體不同部位打拍子，趣味盎然。同時，同學的表演精彩多樣，包括：舞蹈、樂團演奏、合唱團演出，武術示範等。另外，我們在當天的畫畫課臨摹風景畫，改變顏色或加一些物件進入畫作，很有趣！除此之外，學校四周掛著很多漂亮的水墨畫和書法，散發著古雅氛圍。城市中古城牆上的浮雕則生動地訴說著歷史與傳說，氣勢磅礴！總括來說，無論在學校、酒店還是古城，我看到的藝術都是充滿著傳統的氣息，令人大開眼界！





廣州姊妹學校 籃球交流團

三日兩夜的成長與啟發

4B 曾令時

三日兩夜的訓練營雖已圓滿結束，但當中的每一刻仍歷歷在目，令人印象深刻。無論是日常用餐還是訓練環節，皆讓我獲益良多。

首先，經過這三日兩夜的密集式訓練與友誼賽，我深刻體會到香港球隊與內地球隊之間的差異。第一，內地球員的身體素質普遍優越。除了身高上的優勢，他們在速度、力量、反應及協調能力均表現出色。尤為難忘的是，在一場友誼賽中，對方一位小學四年級的球員，個人技術竟已達至香港中一、二年級的水平。儘管身材不算高大，他仍能憑藉速度取得優勢。同為身形矮小的球員，我應好好學習他那份無所畏懼的膽量與全力以赴的態度。

第二，內地球員對比賽中肢體對抗的耐受度遠高於香港。相比之下，香港的比賽中，輕微的觸碰已被裁判吹罰，而內地的裁判則將較強烈的肢體對抗視為正常競技的一部分。這使我反思：自己在比賽中是否有足夠的勇氣主動迎上對抗，而非僅僅依賴技術去躲避碰撞？

第三，內地的教練非常重視球員的基本功。記得第三天一項關於腳步移動的訓練，內容看似枯燥單一，最後卻持續了近兩小時。由此可見，內

地教練對球員身體協調等基本功的要求極為嚴格。雖然當時的我勉強跟上這次訓練的強度，但我明白若想進一步提升，必須加強基本功的鍛煉。希望日後無論是學校的訓練，還是在街頭球場自行練習，都能加入這類協調性與步伐的訓練。

最後，衷心感謝蔡老師安排這次三日兩夜的集訓。雖然時間短暫，但籌備工作想必相當繁重，無論是安排場地、友誼賽，還是預約教練等，蔡老師定必花費了大量心力。得知他帶隊回港後身體稍感不適，我心中既內疚又感動，這可見他對我們的重視與無私付出。再次感謝他提供這般難得的機會，期望將來能有更多走出香港、提升自我的交流機會！



收穫滿滿的文化與心態之旅

4D 王逸朗

為期三日兩夜的廣州交流團轉眼間便結束了。這次交流團讓我獲益良多，使我不論是對中國文化的認識，還是對籃球的理解，都有顯著的提升。

首先，內地隊伍的團隊文化非常值得學習。在練球期間，有一個環節是圍圈射罰球。平時在學校訓練時，我們並不特別注重團隊氣氛，但在內地練球時，那裏的教練告訴我們：如果隊友入球了，就拍兩下手以示讚賞；如果沒有人球，就拍一下手以示鼓勵。這與我們平時的訓練方式有很大分別。回想過去，當隊友失手時，我們間或嘲笑他，並非鼓勵。現在想想，這種拍手鼓勵的隊友文化很值得我們學習，唯有這種互相扶持的氛圍，才能夠帶領我們提升到更高的層次。

再者，內地球員的心態也很值得學習。在學界比賽中，如果對手得分，我們的士氣往往會變得低落。但在與內地隊伍進行友誼賽時，我發現即使我們進球，他們的情緒也沒有太大起伏，而是專注於下一球的防守。這是十分值得我們學習的。有時候，我們輸掉比賽，並非敗在技術，而是在於浮躁的心態。

此外，教練與隊友之間的溝通也很重要。在第二天訓練結束後，蔡老師把我們集合，鼓勵我們分享各自的想法：不論是對隊友的讚賞，還是對對手的評價，都不要埋藏心裏。這真是非常難得的經

歷！在平日練球時，我們很少會如此坦誠地交流心聲，亦難以得知隊友對自己的真實看法。這次溝通讓我們的关系更加親近，打球時更有默契，球隊的實力亦隨之提升。

最後，我衷心感謝蔡老師和我們的領隊。籌辦這類交流團是需要投入大量心血，我十分明白蔡老師的用心良苦。至於我們的領隊，他雖然不精通籃球，但每當我們訓練或比賽時，他永遠是叫得最賣力的人。遞水、安排休息、打點一切……從他身上，我感受到他的用心良苦。



北京姊妹學校交流暨 歷史文化考察之旅

中華文化交流團

GF 郭琇彥

這

趟旅程中最令我印象深刻的，莫過於到老舍茶館欣賞表演。出發前，我曾擔憂北京口音比較重，節奏較快的普通話會影響觀看體驗。但現場多元化的演出徹底打破了我的疑慮，表演比我想像中多元化，有雜技、口技、相聲等，精彩絕倫。其中，口技的表演更是令我大開眼界，表演者用自己的聲音模仿出閱兵時的不同聲音，例如戰鬥機，士兵喊着口號等的聲音，活靈活現，令人歎為觀止！至於相聲，即使未能完全聽懂表演者的每一字每一句，但也不影響我去感受相聲的幽默風趣，領略地道的北京文化。

另外，到姊妹學校的交流，則讓我認識到一位既友善又熱情的朋友。她熱心地帶我們參觀學校，走進她的課室。我坐在她的位置，看着黑板的感覺很奇妙。在課室的喧鬧中，我彷彿成為了一份子，融入這裏。透過短短幾小時的交流，我們也解開對彼此地域文化的誤解：例如他們以為在香港的我們平日是以英文交流，我則以為他們必須在學校寄宿。他們積極地為我們解答一切問題，讓我對內地的教育和學校生活有了更深刻的認識。

我們亦參觀了恭王府、故宮博物院和天壇等地，親眼看見了歷史悠久的建築。祈年殿的宏偉建築，讓我深深感受到中國對宗教祭祀的重視。我彷彿

佛親臨其境，穿越到清朝，看着乾隆皇帝在天壇祈福，一切也帶給我極大的視覺與心靈震撼。這些華美、古色古香的建築，都讓我對中華文化有了更深刻的了解。

另外，我也十分感激當地導遊常老師在這次考察之旅對我們的悉心照顧。她總是親切地照顧著我們，總叫我們「孩子」，也確實把我們當作自己的孩子般呵護。她在車上總不休息，教導我們更多北京地道的文化和中國歷史的小知識。例如，在北京，若要向人問好打招呼、說聲早上好，便會說：「吃飽了嗎？您呢？」參觀景點時，她亦為我們補充了許多歷史資訊，例如慈禧太后的奢華生活，激發我們對中華文化、中國歷史的興趣。更重要的，她的多角度解說讓我們明白到，了解一件事不能只從單一角度探看，也要設身處地地思考。例如，在我們的眼中慈禧太后的生活很浪費國家的金錢、資源，但若設身處地去想，她從小到大的生活便已經是這樣的了，那她又怎會認為自己浪費呢？



祈年殿

這次的旅程使我獲益良多，不管是參觀富有中華文化特色的景點，還是師生之間的真摯交流，都讓我切切實實地體驗到北京地道文化，明白到中國歷史、中華文化的博大精深。



一起製作傳統風箏

在課本之外，看見星辰大海

2A 杜育兆

白

數年前加入香港資優教育學苑以來，我的學習生涯便翻開了新的一頁。在寬闊的資優平台上，我為自己規劃了一條多元發展的學習路徑，參與了三十多個涵蓋數學、醫學、科技與經濟等領域的課程。這些經歷猶如一盞盞明燈，照亮了我校園以外的知識盲區，引領我發掘未知的潛能，前所未有的地擴闊了我的視野。

數學一直是我鍾情的領域。在學苑裡，它不再是枯燥的運算，而是通往宇宙規律的鑰匙。從幾何空間到太陽系的數學邏輯，我得以接觸到高中甚至大學的理論。近期，我更將目標鎖定在極具挑戰的數學奧林匹克培訓上；那需要一步步晉升，在深奧的邏輯中沉浸的過程，不僅鍛鍊了我的思維，更燃起我未來代表中國香港站上國際舞台的鬥志。

在理性的數理世界之外，智力運動也是我平衡思維發展的重要一環。去年九月開始，我加入了學校的橋牌學會，並將在校內學得的扎實基礎，帶到學苑的校隊課程中深造。在那裡，我學習到更深奧的技巧，並在與各校精英的友誼賽中，體會到棋逢敵手的快感與謙遜交流的樂趣。

更難忘的是，我的課堂從教室延伸到了境

外。在深圳創新科技交流團中，國家發展的速度令我深感震撼，親身見證了創新技術如何改變世界。為了讓這份眼界與未來接軌，藉老師的推薦，在未來的幾個月裡，我將會參與學苑與香港中文大學合辦的校外進階學習課程，走進中大的校園，探索風險管理的奧秘。能在中二便學習如何評估金融市場的風雲變幻，這種跨學科的體驗實屬難得。

這段日子中的學習旅程，是發掘潛能的過程，更是畢生難忘的經歷。香港資優教育學苑與學校給予我的，遠不止於知識，更是一種追求卓越的態度。在未來的成長道路上，我將帶著這份勇於探索、悉心規劃的精神，繼續在課本之外，尋找屬於我的星辰大海。



香港資優教育學苑工作坊

Stepping Beyond Comfort Zones: Orchestrating My Own Academic Journey

4D Wong Tin Yuet

When I first encountered the HKU Academy for the Talented, hesitation took hold of me. Not merely about the programme itself, but about my own worthiness. What genuinely interested me? Could I compete alongside peers from elite international schools? Would my English prove inadequate? Despite these doubts, I submitted my application. It turns out that decision ranks among the finest I have ever made. Today, as a Form 4 student, I remain an active member. The Academy has bestowed upon me far more than a series of workshops. It has granted me direction, self-assurance, a vibrant community, and an enduring sense of gratitude that accompanies me.

Several years ago, I wandered without purpose. Like countless students, I possessed grades but no authentic passion. The Academy transformed this through its remarkably diverse subject experience workshops spanning law, medicine, social sciences, and beyond. Immersing myself in these disciplines within a university environment proved revelatory. I discovered my profound fascination with law, not inspired by television dramas, but through participating in mock trials conducted by HKU professors. That exposure remains unattainable through textbooks

alone. This benefit persists even now. As a Form 4 member, I continue attending advanced sessions, refining my academic interests long before submitting any university application. That clarity fills me with profound thankfulness.

One experience shines brightest: a series of law faculty lectures. I learned not merely what law entails, but that impeccable English proficiency is absolutely indispensable. Constructing legal arguments, interpreting case readings, and communicating with clients all demand precise, confident, and sophisticated command of the language. That firsthand revelation proved invaluable. It prompted me to elevate my linguistic abilities not for any examination, but for my future career. I began consuming legal articles, observing mock trials in English, and debating cases alongside peers. Gradually, my vocabulary expanded, my expressions grew more nuanced, and even my public speaking flourished. I remain indebted to the Academy for showing me the true standard, and for compelling me to rise toward it rather than retreat or shy away.

I must confess one shortcoming. I once missed the opening ceremony because I neglected to check my Gmail. Frustration overwhelmed me, and I feared I had forfeited my opportunity. Nevertheless, the Academy continued offering me priority access to high-quality events throughout the year. This taught me two invaluable lessons. First, the programme embodies generosity; a single mistake does not precipitate exclusion. Second, the member website constitutes a hidden treasure trove. I now consult it diligently and orchestrate my own learning journey. From Form 4 through Form 6, I can persistently enrol in exclusive workshops, lectures, and networking sessions. Such long-term, self-directed opportunities are exceptionally rare, and I never take them for granted.

Let me now address what has moved me most profoundly. Before joining, I worried incessantly: would international school students disdain me? Would my English sound awkward or clumsy? I could not have been more mistaken. Through the Academy, I encountered extraordinary individuals, including local students, international school attendees, and HKU student mentors alike. We shared our academic struggles and triumphs. When I entered a competition, they even enthusiastically supported me across social media. My language proficiency blossomed naturally within this environment, not through mechanical drilling, but through authentic conversations, respectful debates, and collaborative learning. I tried to articulate complex ideas with clarity. I tried to listen actively and respond thoughtfully. I understood that proficient English depends not upon accent or institutional background, but upon willingness to communicate openly and respect for others. Today, these peers are my supporters, my challengers, and my cherished friends. We mature together toward our respective goals and futures. And honestly, that is extremely valuable.

I am now a Form 4 student, yet my journey with the Academy remains far from concluded. Every fresh workshop, every new lecture, every emerging friendship bestows additional clarity and confidence upon me. I grow more certain of my subject selections. And I recognise that when I finally apply to university, I shall possess years of authentic experience and a robust, supportive network behind me. I wish to express my sincere and wholehearted thanks to the HKU Academy for the Talented and our school for the opportunities, the challenges, and the community.

To every student reading these words: do not allow fear to paralyse you or confine you. Apply. The selection process demands rigour, and the journey is not easy. Not at all. But acceptance itself constitutes a powerful affirmation of your potential. How you make good use of the opportunities given by our school and by God is your choice.

So, if I could traverse from uncertainty and self-doubt to my present standing, so can you.



Peers in HKU Academy of Talented



Study peers in the lecture

大灣區職業探索之旅

SH 陳亭羽

參

與這次為期兩日一夜的大灣區交流團後，我深刻體會到大灣區的高速發展正為香港青年未來的職場帶來很多新的機遇。

行程首站來到了永慶坊，我深深感受到傳統中華文化與現代元素的奇妙融合。這裡匯聚了許多由年輕一代創立的品牌，每一間店舖都充滿著獨特的個人風格與設計特色；我也藉此支持了本土文創，在其中一間商店購買了紀念日香薰蠟燭。此外，這裡也讓我進一步認識了傳統的粵劇文化。隨後，我們參觀了華僑博物館，這讓我明白到現今中國的繁榮昌盛，實在有賴昔日華僑們的艱辛努力與無私貢獻。

第一天的最後一站是廣東醫谷。我觀察到廣州政府投放了大量資源，積極吸引外國及香港人才到大灣區發展生物醫藥產業。該園區不僅與香港多所大學展開深度合作，為有意創業的大學生提供進軍內地市場的契機，更為博士生提供高達一百多萬元的发展資金支援。目睹園區內進駐了多達一百多間企業，我深切感受到未來創業與科研的無限可能。這次參觀進一步堅定了我的志向，讓我希望未來能朝著生物醫學科研的方向發展。

第二天，我們前往廣汽科技館參觀。館內展出了眾多頂尖的高科技汽車，我更有幸試坐其中一輛，親身體驗了極具科技感的全自動操作系統，以及舒適的座椅按摩功能。這份前沿科技的震撼體驗深深吸引了我，更成為我努力學習的動力，

希望將來能憑藉自己的奮鬥擁有一輛全自動智能汽車。接著，我們抵達華潤電力公司，看到其完善的低碳能源設施，以及確保能源循環再利用、杜絕浪費的環保理念，令我十分敬佩。

行程的最後一站是創享灣。在這裡，我看到了由澳門、香港及大灣區內地城市青少年共同創辦的項目。過去，我曾認為香港青年要進軍大灣區發展是一件非常困難的事；但透過這次實地體驗，我清楚看見大灣區與香港之間一直保持著緊密的合作關係，並致力協助香港青少年開拓內地市場，實現創業夢想。

這兩日的考察不僅拓寬了我的視野，更讓我明確了未來的職業目標。我將會積極提升自己的專業技能，把握大灣區提供的發展機遇，為未來的職業生涯作好準備。



參觀廣州華潤熱電有限公司



參觀廣汽科技館



與老師組員共進豐富午餐

教育局「商校合作計劃」 2025/26——工作體驗計 劃——香港銅鑼灣皇冠 假日酒店

5E 冼凱悅



與計劃前，我對酒店行業毫無概念，更別說要投身酒店行業了。酒店前堂的工作體驗不僅擴闊了我的視野，也令我對未來的職業路向與生涯規劃有了更清晰、更確定的方向。

我本以為前堂部只是負責旅客登記入住及辦理退房手續，但實際情況遠比我想像中複雜。透過這次體驗，我才得知前堂員工同樣需要處理多項行政與文書工作：他們不只要面對旅客，還要待在辦公室回覆電郵、處理閒雜事務，應付日常的營運流程。當刻的我才知道：酒店的運作並不是單靠前台服務員接待，也需靠幕後的文職支援，才能確保整體服務順暢運行。

初來報到的我被安排更換一套完整的前堂部工作服，提升了整體的體驗。同事耐心地為我講解整間酒店的營運模式與日常運作流程，並帶我參觀酒店的不同區域，逐一講解各部門的工作分工與運作邏輯，實是讓我大開眼界：原來，旅客眼中看到的酒店只是其最表層的形象，而酒店背後其實依靠着各個部門的緊密配合，才能維持整體運作高效且有序，這正是酒店能否維持良好營運的重要基礎。

此外，身為文科生的我意識到文科背景並非與酒店行業毫不相關。文書處理、溝通表達、理解客

戶需要等能力，都是前堂部及人事部中不可或缺的元素。我一向喜愛閱讀文字、撰寫稿件和與別人交談，而這些正是前堂部所需的特質：他們不但需要撰寫文件和電郵，也要與旅客交接；我亦發現自己偏向喜愛辦公室工作：工作時有同事在身邊互相支持與配合，一起完成各項事務，對我來說定比獨自工作有趣。而酒店前堂部既能「對人」，亦能「對字」，恰合我的喜好。酒店業也不失為一個選擇。這次體驗讓我重新思考自己的優勢與興趣，為我的生涯規劃定下更明確的方向。

這次的工作體驗讓我更了解酒店的工作，不單令我對酒店行業產生更濃厚興趣，更促使我重新反思自己未來的職業路向：按着自己的興趣、性格與自身優勢去選擇未來的路。

MFCafe 學習之旅在 Chill Zone

1B 黃信行、4E 黃睿俊、
4F 古旭亮、5B 陳煥祈

數

年前學校引入咖啡沖調課外活動，讓參加的同學在課堂以外加添生活興趣，亦透過不同機會，服務校內外人士。本年度，MFCafe 喬遷至二樓 Chill Zone，不但環境、器材、工具全面升級，校方更誠邀校外導師指導我們，在沖調飲品及拉花方面精益求精，豐富了我們在咖啡隊的學習體驗。

能在 Chill Zone「開店」是對我們咖啡隊最大的肯定，不用再「四海為家」，我們亦能使用玻璃杯招待客人！起初因沒有固定的「店面」，只能用外賣紙杯交給客人，味道雖然不太受影響，但風味總是差了一點。如今能用套裝杯碟，我們看見自己親手拉花的圖案能完整呈現出來，都感到滿足與欣喜，亦更有動力做得更好。

我們一班隊員對「開店」十分認真，校方亦特意聘請校外導師指導我們營運咖啡店，協調我們分工合作，教授我們如何接待來賓、計算成本，陪伴我們研究新產品。我們不是每次只為沖咖啡而聚會，有時還要開會，反思開店面對的問題，一起解決困難。這亦是生涯規劃課程的一部分，讓我們體會到實際的困難，但亦明白「辦法總比困難多」的道理。隊員中有中一級的同学表示，之前在小學未曾有類似的活動，能一手一腳參與計劃、營運、招待，如此真實「開店」的體會實在難得。更令人驚喜的是，家長趁一月的小六體驗日到校支持我們，讓媽媽們也嘗到同學在學校所學的成果。

MFCafe 不只是課外活動般簡單，還讓我們透過實際環境學會人生智慧。例如因為沖泡咖啡的地點（俗稱「後台」）不算寬敞，能進入的人數有限，而我們都想把握時間練習沖咖啡，或開店時負責在「後台」發揮自己所學，但為了「開工大吉」，我們最終總會互相忍讓。分工方面，除了靠導師協助，我們也會觀察各人所長及喜好去安排工作。有位中三級的同學對設計海報很有心得，因此承擔較多宣傳工作，亦因是他的興趣所在，很多時不用我們提醒，他便悄悄地完成宣傳海報。然而，我們的工作也不是一帆風順，有一位成員原本設計了一款「咖啡豆紀念品」，可惜同學反應一般，結果只到

製作樣品階段，計劃便告吹，現存的紀念品靜靜地在 Chill Zone 守護着大家。雖然計劃不似預期，但從中我們知道有時挫折未必是等同「終止」，或許總有一天「咖啡豆紀念品」計劃會再次推出，屆時請大家多多支持。

我們未必每次「開店」都高朋滿座：有次客人不多，隊友都比較清閒，於是我們也在 Chill Zone 「鬆一鬆」，放下任務，與隊員一同玩桌遊，難得有了同儕之間交流的時間。這段友誼亦是我們在 MFCafe 的額外收穫。

本年我們有一個目標——參加全港學界拉花比賽。為了這個目標，將會在期終試後繼續接受訓練。由於隊員首次代表學校參賽，未敢有太高的期望，但求盡力而為，享受比賽。不論結果如何，也會是一次難得的經驗。

再次感謝各位對我們的支持，我們的出品雖未能媲美連鎖咖啡店的品質，但每一杯都是我們用心之作，期望下次開店時能再服務大家。



MFCafe 咖啡師



午間音樂會

《行樂心間》義工服務之我思：從構想到實踐

SC 謝洛熙

生

命的意義，在於設法讓別人的生命更美好——當初報名參加女青年會舉辦的「V-idea 青年義游新體驗 2026」時，這句話一直圍繞在我的腦海。我想，既然我們六位同學是因為音樂而相識，並在音樂中找到寄託和快樂，那為甚麼不用音樂去感染更多人，讓更多人從音樂中尋獲喜樂呢？於是，我們抱着這個想法成立了「行樂心間」義工團隊，「樂」既是指音樂，也是指快樂。我們決定以音樂作為橋樑，希望服務對象能在音樂世界中找到樂趣，一起將這份快樂傳遞開去。

當我們在構思團隊的吉祥物時，第一時間便想起了短尾矮袋鼠。這種動物被譽為「世界上最快樂的動物」，因為牠的嘴角總是微微上揚，看起來就像一直在微笑。那時候，腦海中便浮現出不少獨自坐在公園、神情寂寞的長者。正因為這份觀察，我們決定以他們為服務對象，而且服務範圍不只限於沙田區，更擴展至黃大仙及觀塘區。在大家的共同努力下，這次服務的受惠長者高達 120 人；更成功動員了 112 位義工（共 153 人次），甚至邀請了校長及老師們共同參與。

「行樂心間」主要分為四個部分，首先是「積木『雨』你」工作坊，我們到訪不同地區的長者中心進行活動。長者在義工陪伴下，親手製作玉米粒積木花朵及雨聲筒，藉着雨聲筒療癒的聲音與創作過程放鬆心情，讓長者享受創作的樂趣。



「行樂心間」團隊：4F 周靖洵、4F 廖宏信、5A 周楚芮、5A 葉承希、5C 謝洛愜、5C 周懿雅

看着他們專注創作，那份不輸年輕人的熱情，頓時令我們感受到他們滿滿的活力。而最熱鬧的活動莫過於在呂中演藝廳舉行的「午間音樂會」，長者在義工陪伴下一邊享用區內餐廳贊助的午餐，一邊與義工聊天，並欣賞豐富的表演，包括：懷舊金曲獻唱、琵琶演奏、中國舞等。看到長者們隨着音樂輕輕點頭，帶着笑臉，我們深深體會到音樂能打破年齡的隔閡。在隨後的「藝遊校園」則結合了呂中藝術節的環節舉行。除了陪伴長者觀賞藝術活動外，也讓他們品嚐由義工與咖啡隊製作的糕點和飲品。最後，我們將這份喜悅分享至網絡世界，我們深信快樂不應只局限於長者，更需要傳遞給大眾。我們邀請了五位老師構思並拍攝了一系列「Locker 冷笑話」短片上載至社交媒體，希望能為大眾帶來歡笑，在社會上傳遞正能量。

在每一次與長者相處時，看到長者們臉上那種像短尾矮袋鼠一樣的笑容，我們團隊都感到無比的滿足。因為這正是我們最初的期盼——希望透過陪伴，緩解他們的孤獨感，更希望接受服務的長者，甚至每一位參與服務的義工，都能像短尾矮袋鼠一樣，展露出燦爛的笑容。最讓我感動的是，有長者在結束時表示不捨，問我們甚麼時候會再來，並且多謝我們的陪伴。這一刻，我明白快樂真的已經傳遞到了他們的心裏。這次經驗讓我體會到音樂不僅是一項表演，它更能讓大家在音樂的世界中找到寄託與共鳴，從而拉近彼此的距離，讓不同年齡的人都能打成一片。衷心感謝所有支持我們的師生和不同單位，希望未來我們有機會繼續用音樂帶動快樂，把這份正能量傳揚開去。



藝遊校園



積木「雨」你 工作坊

地理學會考察活動的心耕細作

SE 何安蕎

年前，在一個偶然的契機下，我加入了地理學會。當時的我未曾想到，這個決定會徹底改變我看待世界的方式。在學會裏，我由一個普通幹事快速成長，接任成為主席。過往一年，我帶領學會舉辦了五次野外考察，包括：青衣夜行、中西區城市定向、塔門離島探索等。如今翻看活動照片，那些有驚無險的瞬間化為點點回憶，讓我百感交集。

今年第一次活動是「青衣自然徑夜行」，這是我第一次以主席身份帶隊，也是最難忘的一次。還記得那天出發前下了雨，但沒影響大家考察的興奮心情。有幾位參加者讓我非常佩服，他們無懼行裝的重量，帶了很多專業攝影器材上山。當我們登上青衣山看青衣和青馬大橋的夜景時，他們在旁拍出一張又一張壯麗的相片，這種對攝影的熱誠讓我敬佩不已。回程途中，大家在涼亭稍作休息，隨着校友的喇叭播放着《世一》，不同年級同學竟然合唱起來。這場對大自然的探索，把原本不認識的大家連結起來，這正是野外考察的魅力。我在學會兩年來，第一次遇到這個畫面，至今依然難以忘懷。

這次活動讓我明白到，舉辦戶外活動比舉辦校內聚會難得多，也更具挑戰性。但看到大家都喜歡這個活動，讓我十分感動。我確信只要能讓大家親近大自然，事前做再多的準備工作都是值得的，也令我想在將來舉辦更多考察，讓更多人感受這種快樂。

另一個令我印象深刻的活動是城市定向。這個活動很特別，選址在城市中心而非郊外，而且有接近50人參與，是我第一次處理規模這麼大的活動。這也是工作量最大，兼顧得最多的一次，計劃路線、設計任務、準備物資等過程都很艱辛，必須同時考慮安全性與可行性。幸好當天活動順利結束，雖然大家在中西區穿梭奔波了三個多小時，但最後看到大家拿到獎品、喜歡這個活動、更認識到香港歷史，之前的辛苦就全都不算甚麼了。我亦從這個活動領略到寶貴的一課——團隊合作的重要性。有賴一眾幹事帶領各組參加者進行比賽，陪他們在中西區遊走，並在比賽後一同迅速完成計分，最後頒獎給參加者，才成功結束這場嘔心瀝血的活動。

從中四那年起，這十多次的野外考察，慢慢成了我探索世界的起點。這些旅程不僅讓我踏足無數陌生的地方，增廣見聞，更重新構築了我對香港這片土地的認知。正是在這一次次帶領與參與的步履中，我深刻感受到大自然之美，並猛然驚覺地理並非遠在天邊，而是無處不在地融入在生活的日常點滴裏。這份震撼，點燃了我對地理的熱愛。

我之所以喜愛地理，是因為它如同一本立體的百科全書，交織起自然奧秘與人類社會。地理最迷人之處，在於尺度的自由轉換。我們既能將視角放大至國際社會，探討大國博弈與合作；亦能縮小至一條街道，剖析一間麵包店為何在此落腳。這種在「宏觀」與「微觀」間穿梭的能力，讓我審視社會議題與自然現象時，擁有更全面且具包容性的眼光。

地理同時也是記述地球歷史的故事書。對我而言，地形是地球刻下的日記。從舊工業區與繁華商業區的交界，能讀出城市經濟的推移；面對蜿蜒河流，旁人看到的是遊山玩水，我讀到的卻是千萬

年泥沙侵蝕的洗禮。然而，人類一瞬間的工程決定，就能重塑歷史悠長的河流。這種人工與自然的磨合，正是地理交給我們最深邃的課題。

從前的我，又怎會想到眼前一塊平平無奇的石頭，也是經歷了千萬年的刷洗與漂泊，才以這副模樣與我相遇？這份跨越時空的震撼，正是地理最吸引我的地方。眼前的所見所聞，全都離不開地理，它帶我找到一個新角度看待這個世界。

地理不只是課本上的知識，亦讓人體會歷史的流變。「斜陽無限，無奈只一息間燦爛」，但願各位在短暫匆忙的人生中，可以停下來，感受大自然的奧妙，體驗地球的歷史軌跡，找到地理之趣。



地理學會青衣夜行考察活動

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、第四十二屆學生會出版部於二零二五年七月完成製作《飛越呂中》，並派發予同學。
- 二、第四十二屆學生會福利部於二零二五年七月十五日完成舊課本售賣活動。
- 三、第四十二屆學生會外務部於二零二五年六月二十五日舉行候選學生會內閣交流會，共有四個內閣派代表出席。
- 四、第四十三屆學生會代表會於二零二五年九月三日成立。選出GE梁煒研擔任主席，SA鍾穎彤擔任文書。代表會於十月九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5,000元作學生會助學金，907元撥作學生會常費及將805.6元撥入學生會基金。
- 五、第四十三屆學生會幹事會選舉於二零二五年九月二十九日舉行，總投票率66.9%，由候選內閣Marmois當選。並於十月三日早會舉行交職典禮，由新任主席SC鍾澄帶領全體幹事宣誓就職。
- 六、外務部於二零二五年十一月向友校發出上任信，另於二零二六年二月至三月份聯同友校舉行筆友活動，更在二月十四日聯同友校及本校公益少年團、綠色環保組舉行淨灘義工活動。之後在二零二六年三月二十八日聯同友校舉行聯校復活節舞會，共56位同學出席活動。
- 七、活動部分別於二零二五年十一月十七日及十二月十八日舉辦便服日，為宣明會及本校籌款。另於二零二五年十一月五日及二零二六年三月二十四日舉行午間音樂會，讓同學盡展所長。二零二六年二月二十七日舉辦三分球比賽，以及於三月二十六日舉行復活節尋蛋活動。

第四十二屆學生會幹事會名單



主席	5C	鍾 澄
副主席	5C	何立晴
文書	2D	胡 迪
財政	4C	鍾立信
學術部主席	5B	羅子穎
學術部副主席	5E	藍日朗
福利部主席	4D	姚焯豐
福利部副主席	3B	盧灝言
外務部主席	4F	孫 信
外務部副主席	3A	單焯翹
活動部主席	5B	李卓悠
活動部副主席	4D	楊凱晴
創作部主席	5E	黃 昕
創作部副主席	3D	梁靖悠
出版部主席	5E	鄒子瑤
出版部副主席	4E	何泊蕓
顧問老師	溫兆微 郭慧貞 陳逸恆	

- 八、福利部逢星期一、三及四放學時間進行文具售賣。二零二五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。二零二五年十月起延續上屆於一樓至四樓學生女洗手間擺放互助衛生用品盒之措施，延續同學互助精神。及於二零二六年一月十二日完成學生相拍攝服務。
- 九、出版部分別於二零二五年十二月八日及二零二六年四月二十七日出版校內刊物《IMegaC》，介紹新老師及校內活動。
- 十、學術部於二零二五年十一月二十六日聯同學校舞蹈組及商業電台舉行「VIVA百人跳舞挑戰」。與美術學會於二零二六年一月二十九

- 十一、創作部於二零二五年十月至十二月舉辦班際吉祥物設計比賽，並由GD班得獎。二零二六年二月十一及十三日舉行寫揮春活動。
- 十二、二零二六年三月二十五日舉行第三次班代表會議，會上通過第四十三屆學生會幹事會中期工作及財政報告和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」，今年校友日於二零二五年十一月一日舉行，為「暉社」畢業四十周年、「倬社」畢業三十周年、「志社」畢業二十周年及「樂社」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、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

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

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：劉燕虹老師

組員：郭賢偉副校長、陳嘉茵主任、劉燕群老師

- ① 暑假期間，本會分別於二零二五年七月十五日和八月二日進行校服義賣，分別籌得\$10,195和\$6,116。此舉能避免浪費舊校服，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36屆幹事會幹事選舉於二零二五年十月十三日順利完成，由何鴻德先生連任主席一職。十月二十四日為本校家長晚會，於禮堂舉行「第36屆家長會幹事就職禮暨會員大會」，敦請陳敏兒女士作專題演講，題目為「幸福家庭」。
- ③ 本會主席何鴻德先生及林竹敏女士被選為本校第十三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\$70,400，感激家長的鼎力支持。

第三十六屆家長會幹事會名單



主 席	： 何鴻德先生
第 一 副 主 席	： 林竹敏女士
第 二 副 主 席	： 周昭蓮女士
文 書	： 張雯燦女士
財 政	： 林雅欣女士、黎如中女士
聯 絡	： 林 芳女士、陳寶蘭女士
呂 中 家 書	： 張翠珊女士、李于蓉女士
家 長 會 網 頁	： 黃勝利先生
沙田區家長教師會聯會代表	： 何鴻德先生、李于蓉女士
學 校 代 表	： 溫家傑校長、郭賢偉副校長、劉燕虹老師、 陳嘉茵主任、劉燕群老師

二、家長教育

- ⑥ 本年度出版《呂中家書》兩期，今年主題為「幸福家庭」。
- ① 二零二五年八月二十三日舉辦「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 十月三日舉辦「中一家長座談會」，由資深家長教育工作者周鳳美女士主講「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，初中於二零二五年十月十一日及十月十八日舉行；高中則於二零二六年三月七日及三月三十一日舉行。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 二零二六年一月二十三日舉辦初中「家長專題講座」，由香港性文化協會鄭安然先生主

講「網海救生艇」，讓家長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 上學期共舉辦六個家長興趣班，包括：簡易小食製作班、聖誕樹穿珠班、日式創意書法班、船形珠手鏈穿珠班、人工智能搜尋工具班及寵物塑膠彩畫班。下學期共舉辦六個家長興趣班，包括：方形手鏈穿珠班、顏色鉛筆水果素描班、馬年宋錦非遺DIY裝飾畫班、韓式母親節花藝班、輕鬆園藝樂趣班及傳統小食：合桃酥班。

⑥ 二零二六年二月七日及二月八日一連兩日，共八小時，由生命樹生命教育中心主持「正向教養家長工作坊」，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 四月十七日與升學輔導組合辦中三家長講座「認識新高中課程」網上講座，有超過100位家長參與。何孝禮副校長介紹本校高中學科組合，並與科主任解答家長疑難。

⑧ 五月十五日舉辦高中升學講座，主題為「總有出路」，由學友社學生輔導顧問吳寶城先生及升學就業輔導組藍秋蘭主任分享升讀本港及海外大學的重要資訊。

⑨ 五月二十二日舉辦「家校合作分享會2025」，由校長及三位副校長分享學校整體發展、教學、學生事務、校園建設各方面的發展方向。安排家長分組討論、表達對校政的意見，再由校長及副校長解答家長的提問。



家長會網站

三、家長活動

- ① 二零二五年九月十日敬師日，配合學校健康校園發展方向，家長會為全體師生送上超過300杯繽紛水果杯。
- ② 九月十三日舉行「網絡義工迎新日」，有28位家長出席。本年共有24位家長願意參加「家長網絡組」，現在義工網絡組共有320人。
- ③ 九月二十五日舉行「家長代課簡介會」，有22位家長出席，家長代課行列共有69人。
- ④ 九月二十九日，共27位義工家長為全體教職員工及初中同學製作超過500個冰皮月餅，並於放學後指導數十位初中關愛大使製作冰皮月餅。
- ⑤ 十月六日（中秋節），十位家長義工為師生送上近300杯「腐竹湯圓糖水」。
- ⑥ 十一月十五日，有十個家庭參加浸信會聯會主辦的「第31屆步行籌款」，全校共籌得\$37030。
- ⑦ 二零二六年一月三日「呂中資訊日」，共有24位義工家長參與服務。小食義賣為學校助學金籌得\$8115。
- ⑧ 一月十五日及一月二十一日，義工家長為師生及全級中六同學送上紅棗枸杞桂圓茶。
- ⑨ 一月二十九日及一月三十日，26位義工家長協助學校「精神健康周」，照顧同學體驗各攤位活動。
- ⑩ 二月十一日，家長義工協助「中華文化周」，製作中國傳統小食：糖不甩、合桃酥和菊花蜜。
- ⑪ 三月二日，家長會為全體中六同學送上精心設計的打氣包。



愛心糖水

- ⑫ 三月七日，家長會舉辦「親子新春大旅行」，行程包括沙頭角景點、鏡蓉書屋、雲泉仙館齋宴及參觀望原自然生態公園，是次活動有18人參加，每人均獲不同的禮物。
- ⑬ 三月十三日及四月十六日，義工家長分別為師生送上超過200杯雪梨南北杏無花果茶糖水及菊花羅漢果蜜。
- ⑭ 四月十一日與浸信會呂明才小學家長會合辦親子電影欣賞活動，觀看電影「超級瑪利歐銀河大電影」。報名反應熱烈，有200位家長和學生獲發門票。
- ⑮ 家長會早會分享：上學期於二零二五年十一月二十一日舉行，由幹事周超蓮女士分享難忘經歷及護心心得。下學期於二零二五年五月十九日，由幹事李于蓉女士撰寫分享講稿，分享「健康飲食心得」。兩次早會分享後，家長會都為師生送上超過200杯「小丸子芋圓綠豆沙」愛心糖水。



繽紛水果杯



家長興趣班

家長團契報告

呂中家長團契已踏入第十九個年頭，由鄭鍾潔芝女士（鄭祖澤校長的太太）、現任校長、老師和退休老師擔任顧問團隊，帶領一群校友家長和在校學生家長在團契一起服侍。今年更感榮幸，沙田浸信會麥志恆牧師和張婉鈴傳道擔任特邀顧問，在靈性上支援家長。

我們的服侍團體人數超過300人，每個週會的出席人數也超過三十人。我們的週會恆常在週一早上進行，內容十分多元化，切合家長的需要，透過不同的專題講座和團體活動，從認識信仰至關係建立，彼此服侍。今年康樂部更有新的嘗試，以花為主題，舉辦「花花世界」活動，有專業花藝師教大家插花，更有戶外活動，一起到信芯園進行「花間漫遊：沉浸式自然療癒之旅」。



花間漫遊

今年，我們團契的主題是：傾聽、陪伴、同守望。溝通在於聆聽，傾聽自己的狀況，傾聽孩子的心聲，在陪伴孩子成長的同時，我們也需要留些空間給自己。

呂中家長團契，是我們學習傾聽主、學習成為新世代家長的好地方。陪伴孩子成長的路上，難免會遇到挑戰，但這裡有同路人的彼此分享，每個真誠的分享都是化作支持的力量。願我們在同行守望的路上，看見恩典，在主的愛裡一起成長，並將這份從神而來的祝福，傳遞給更多的人。



服侍人員退修

十年服務獎



張志聰先生、簡永東老師、葉惠珊老師



家長團契網站首頁

老師近況



蘇靖彤老師的小公子——瀚生 羅梓泓老師的小公子——正宥 簡永東老師的小公子——溢珩

回到最初的舞台

楊君諾老師

當

我再次踏入呂中校門，身份已從穿著校服、既熟悉又陌生的學生，變成站在講台上的老師。這種轉變，既熟悉又陌生。記得在中學時期，我曾在《明道》寫過當學生領袖的感受；沒想到今天會以老師的身份再次執筆。這不只換了個身份，更是一段情感的延續與傳承。

回想起學生時代，呂中是我第一個真正意義上的舞台。在這個校園裡，我發掘了自己對跳舞的熱情。那時候和同學一起捱夜排練，為了練好一個動作而揮灑汗水的日子，到現在我還記得很清楚。跳舞教會我的，絕對不只是記熟動作或者跟上拍子那麼簡單。每一次在鏡子前的反覆練習，都是在鍛鍊自己的堅毅；每一次要上舞台、面對台下觀眾的瞬間，都在逼着我克服緊張，讓我慢慢學會放開自己，變得更勇敢。

這一年來，我很高興能在學校裡帶領不同的舞蹈活動。看着很多學生從一開始害羞、手腳僵硬、不敢試新動作，到後來願意放膽去跳，甚至享受站在台上的那一刻，我真的覺得很欣慰。這些轉變讓我更加相信，舞蹈改變的不只是大家的肢體動作，更是大家面對挑戰時的心態。

回到母校教書的第一年，用「繁忙」二字來形容絕不為過。籌備舞蹈表演、放學後留下來訓練學生、處理日常教務……每一天都像在與時間賽跑。然而，這種忙碌並不使人疲憊，反而帶來一種深層的滿足感。因為我知道，每一分努力，都在為學生創造更多表演和發揮機會。

呂中最讓我難忘的，是那份濃厚的「呂中

情」。六年的學習生活中，老師們的關懷與愛護，不斷激勵着我前行，更像是生命中的同行者。正是這份情感，讓我渴望將愛傳承給每一位學生。作為體育老師，我希望幫助學生們在繁重的學業壓力中，找到屬於自己的興趣，培養強健的體魄。更重要的是，透過團隊活動與運動項目，學會怎麼和人合作，以及在輸了比賽或遇到挫折時，依然有重新站起來的韌力。

這段時間接觸下來，我真的很欣賞現在呂中的學生！大家都肯學，也不怕辛苦，遇到不懂的或是新的挑戰時，總是願意去試。看着他們一點一滴地進步，我也像跟着他們再經歷一起奮鬥的時光。回顧這些年，我深深感受到神的恩典。從學生到老師，這條路並非一帆風順，但每一次的跌倒與重新站起，都讓我更加成長。我盼望以基督的愛，與學生同行，陪伴他們走過人生中重要的階段。

「數學差」笨？」

余嶺君老師

在

教育文憑（PGDE）的第一堂課上，我向教授提出了這個問題。

回想起十、十五年前，作為一名學習者，中學的數學知識對我而言相當淺顯易懂，這也讓我求學時期獲得了滿滿的成就感。當時的我總在想：明明解題所需的知識就在眼前，為什麼我能輕易找到解法，其他同學卻摸不着頭緒？為什麼他們會產生老師從未教過的錯誤概念，並應用到題目中？難道是因為他們笨嗎？

到了大學主修數學後，我終究也成為了自己眼中的「笨蛋」。

大學數學帶給我巨大的挫敗感。每一道證明題都有其獨特的思路，即便參考了再多例題，面對下一題時仍常感到無從下手。有時，拓撲學（Topology）或微分幾何（Differential Geometry）中那些抽象的定義，我連讀都讀不懂，更遑論後續的證明了。當時我有一位中學同學，也跟我一起在大學研讀數學，他就如同中學時期的我，意氣風發，再艱深的概念也難不倒他。有時他解釋完畢，我依然一頭霧水，這甚至讓我一度懷疑：當初為什麼想在大學讀數學？

我在大學所面臨的困境，是否也正是許多中學生學習數學時的寫照？其中的原因，恐怕很難用一個「笨」字一概而論。雖然數學能力的部分來自天賦，但更多時候取決於我們是否掌握了學習數學的竅門。

我發現許多學生傾向於「機械式」地背誦公式與解法，好讓自己能不經思考，便「輕易」解決同一類型的題目。這或許源於小學甚至初中的某些科目，只要透過背誦就能取得高分；但隨著課程深入，你會發現這種學習模式在數學領域漸漸不再管用。

在每個數學課題中，如果我們能將零散的知識點串聯起來，梳理其中的邏輯關係，並將其視為一個整體來理解，就能大幅減輕記憶負擔。考試題型有無窮變化，單靠背誦解法只能處理最基礎的題目。如果我們能多思考「為什麼這題要用A策略，而那題要用B策略」，而非盲目執行解題步驟，處理高階題目時自然會更加得心應手。

所以，如果你在數學上投入了大量時間與心血，卻始終難以突破瓶頸，不妨嘗試改變學習方法，也歡迎找我傾訴！

在樂土中，靜待生命 開花結果

黃志華老師

光

陰似箭，轉眼間加入呂中這個大家庭已接近一年。回首這大半年的時光，最令我深刻的是校園內那份溫暖氛圍。身為新入職老師，面對陌生的環境難免有點忐忑，但前輩們的無私提點與無微不至的照顧，幫助我迅速適應教學步伐。更難得的是，我看見同儕間在公開場合下願意敞開心扉、坦誠交流心聲，這種安全且舒適的文化，讓我深切體會到呂中不僅是教書育人之處，更是一片充滿愛的樂土。

在日常教學與課外活動中，呂中學生的特質總帶給我不同驚喜與觸動。我十分欣賞他們對世界充滿好奇心，尤其在課堂上見到他們對課外知識那份渴求的眼神。無論是在「U」課堂上全神貫注製作產品的熱誠，還是帶領他們遠赴希臘交流、參加科學、機械人及遊戲編程比賽時展現的能力和自主性，我都能夠看見他們在各自的舞台上發光發亮。

這一年，我繼續保持我的教育初心，真正的成功不應只著重學業成績，更在於品格與價值觀的薰陶。透過帶領「珍珠養殖」活動，我見證了學生在繁瑣且重複的餵飼、檢測與清洗濾袋中，慢慢磨練出責任感與對生命的尊重；這份不畏污穢、守護生命的堅持，正是全人教育最美的風景。

在教學法上我亦與時並進，嘗試在課程中注入AI元素。從利用AI製作筆記與有趣圖片以簡化複雜科學概念，到開發AI Chatbot供學生考試複習，這些嘗試都獲得了學生的正面回饋，令我心感欣慰。更令我雀躍的，是在科主任的帶領下，讓我能加入AI元素輔助本年嶄新的科學研究與匯報，這種創新教學不僅提升了學生的學習動機，更給予了他們揮灑創意的空間。

最令我感動的，莫過於師生間那份深厚情誼。呂中的學生純真且有愛，他們樂於在課後分享生活點滴，亦會主動約老師聚餐；平日亦會贈送一些小禮物，以報答老師的教學，點點滴滴都化作我心中最溫暖的力量。

展望來年，我計劃修讀碩士課程繼續精進專業，期望能帶給學生更廣闊的視野。我深信，雖然教育的改變未必立竿見影，但「十年樹木，百年樹人」，只要用心灌溉，今日種下的種子，終有一日會在光照下開花結果。



Learning Geography Outside the Classroom

Ms Lam Hiu Nam

Looking back on my first year at BLMCSS as a Geography teacher, I am immensely grateful for such a rewarding start to my journey here. As the advisor of the Geography Society, my most unforgettable memories come from the moments when we stepped out of the classroom to learn directly from the natural world.



Sharing the history of the Ma On Shan Iron Mine

To me, Geography is never a subject that can be mastered solely through reading textbooks or sitting in the classroom. While learning about nature is significant, I believe that learning in nature and learning for nature are equally vital to the study of Geography — a subject that is not only about understanding human-environment interactions, but also about nurturing responsible global citizens. Therefore, field-based learning plays an important role in helping students contextualise abstract concepts and make sense of them through direct sensory experiences and real-life illustrations.

This year, I am deeply thankful for the opportunity to organise various field trips with our dedicated Geography Society committee members. From hiking and city orienteering to exploring offshore islands, students have enjoyed valuable moments appreciating the beauty of nature. I have witnessed the power of nature in sparking students' interest in learning. Whether it was watching birds in flight, feeling the gentle breeze, or examining craggy rocks jutting into the sea, students were constantly engaged when they encountered and came into contact with wildlife. Their enthusiasm often led to a flood of questions: "What species is that?" "Why do the tree roots grow in that pattern?" "How were these rocks formed?" Amazed by their curiosity, I was often eager to share more geographical knowledge. This has reinforced my belief that learning outside the classroom is essential for broadening students' horizons, particularly regarding the unique geology and geomorphology of Hong Kong.

As we embark on the coming year, I look forward to embracing new challenges and opportunities and to continuing to inspire LMCers to develop a passion for learning about and protecting our earth.

同行

很

一份恩典。
感恩今年能夠在呂中擔任科學科教學助理，這是上帝給予的

李崇高老師

一年前，我抱持着想與青少年「同行」的初心踏入教育領域。當時我認為，同行意味著聆聽他們的煩惱，並以過往經驗提供實質的支持與建議。然而一年過去，我的想法有了深刻的轉變。在帶領學生參加科研比賽的過程中，我發現比起我提供的指導，更多時候我是在旁見證他們奮鬥的身影。我們在定立研究方向時一同迷茫，在研讀科學文獻時一同感到困惑，也在研究取得突破時共享喜悅。我漸漸體悟到，所謂的「同行」未必是給予多少實質幫助，而是那份全然的陪伴——陪着他們體驗科研的艱難與樂趣。原來，一同經歷過程本身，就是最真實的同行。

另外，我很感恩能遇到呂中這一群同事。當我面對工作上的挑戰時，與我一起探討解決方案。除此之外，我最珍惜的莫過於我們恆常一起吃飯的時光，一同分享生活，互相認識，互相支持。感謝你們在呂中與我同行，成為我路上的伙伴。

Learn Hard Play Hard

Mr. Chen Yat Hang

This year has provided me with the wonderful opportunity to facilitate various extra-curricular activities, not only academics. I have been deeply impressed by the passion and creativity of LMCers. Our students excel in essential soft skills, which are particularly evident during collaborative group tasks.

In the contemporary professional landscape, these interpersonal competencies are far more critical than traditional metrics alone. As AI begins to automate routine, data-driven tasks—such as preliminary accounting and basic data entry—roles requiring high emotional intelligence, complex decision-making, and creative problem-solving remain uniquely human. It is these "soft skills" that will define success in the modern era. It is why LMCers will succeed in the modern era with the updated 'soft skills'.



Coordinating my first "ECShop" alongside the Form 4 BAFS students was an exhilarating experience in practical education. It was rewarding to watch them step out of the textbook and into the marketplace, applying financial and business logic to real-world scenarios with such enthusiasm and professionalism.



Participating in my first school picnic with the Form 5 students provided a wonderful opportunity to connect outside the formal classroom setting. I am sincerely grateful for their warm invitation and hospitality; these moments of shared laughter and conversation are where the strongest bonds of the BLMCSS community are truly forged.



Bidding farewell to my first cohort of Form 6 Economics students was a poignant milestone. As a parting gesture, I shared a traditional "red packet" containing \$1.4—a symbolic token of my aspirations for them. My hope is that every student will not only excel but "strike beyond" a Level 4, surpassing their own expectations as they transition into their next chapter.



Rowing continues to be a cornerstone of my personal growth. I live by the team slogan that "pain is temporary", but I think friendship is forever. This sport serves as a constant reminder that while the struggle of a challenge is fleeting, the bonds built through shared effort and the resilience gained from "pushing through" are enduring values I hope to pass on.

Exactly Where I Belong

Ms Khwima Nyirenda

It's hard to believe that almost a year has gone by since I arrived in Hong Kong and became the CNET of BLMCSS. Time really does move faster when you're having such an amazing experience.

I was born in a small country in southern Africa called Zambia, and when I was about five years old my family moved to South Africa. I completed my primary, secondary, and university studies there. Since 2020, I had been hoping to join the programme I'm currently on, but I never felt ready. In December 2024, I finally decided to give it a try and pursue the opportunity to teach English abroad. It has been nothing short of incredible.

At first, I was shocked and nervous to learn that I had been placed in a local secondary school. I worried about whether the students would want to interact with me outside the classroom. But those fears quickly faded. From making speeches during two morning assemblies to volunteering for a beach clean-up with the Eco-Green Group, and even being featured in the student union paper, my capabilities have been stretched in ways I never imagined.

During my time here, I've learned to be more patient with myself and with the students regarding progress. I've become more compassionate toward their language-learning needs. Watching how hard they worked to master English in their lessons and oral classes inspired me deeply. Determined to immerse myself further, I even enrolled in a short Cantonese course in hopes of learning the local language.

The students at this school are truly intellectual. Our conversations have often surprised me and left me reflecting afterward. Spending lunch periods with them kept me up to date with the latest trends in technology and entertainment. Walking to the MTR with some of the students also helped me get to know them better—and thanks to them, I've even discovered a few shortcuts to catch my train faster.

I'm grateful to have found a community within the English Circle. Looking back, I especially enjoyed the themed weeks the school hosted, such as English Week, Gospel Week, and Chinese Week. The activities during those weeks were definitely the highlight of my time here.



One Heart, One Voice: Germany Exchange Tour 2025

Ms Yuen Wing Yan

In July 2025, a vibrant ensemble of 45 choir members from F.1 to F.5 embarked on a transformative 11-day journey to the heart of Europe. Representing our school at the International Johannes Brahms Choir Festival and Competition, we did not just set out to perform; we set out to find our voice on a global stage. What followed was a whirlwind of melody, culture and achievement that will be etched in our school's history forever.

The Thrill of Competition

The atmosphere at the festival was electric, filled with the sounds of world-class ensembles from every corner of the globe. Competing in the Youth Mixed Choir category, our nerves were high, but our focus was unwavering. Under the spotlight, weeks of gruelling rehearsals culminated in a performance fuelled by passion and precision.

The moment of the awards ceremony was unforgettable. When it was announced that we had won the Gold Award and were named Category Winner, the hall erupted in celebration. More than just trophies, these accolades validated the hard work and discipline of every student, from our youngest F.1 members to our experienced F.5 leaders.

Beyond the Score: Music as a Bridge

While the gold medals were a highlight, the true soul of the tour lay in the shared experiences beyond the performances. We walked through historic German streets, performed in ancient cathedrals with breathtaking acoustics, and exchanged songs with fellow choristers who spoke different languages but sang the same notes.

This tour allowed us to experience a profound truth: “Music builds a bridge; it can tear down a wall. Music is a language that can speak to one and all.” In the midst of the competition, there were no strangers. We stood side by side with students from different cultures, realising that while our spoken words might falter, our harmonies aligned perfectly. We witnessed firsthand how a simple melody could dissolve barriers and foster a sense of international family.

A Journey of Growth

Over the 11 days, we grew not only as musicians, but also as individuals. The F.1 students learned resilience and independence, while the senior F.5 students stepped up as leaders, fostering a spirit of unity that made us sound like one single, powerful instrument. We learned that choral singing is the ultimate exercise in empathy — you must listen to your neighbour as much as you listen to yourself.





與汕頭市實驗學校師生合照

回憶汕頭文化藝術交流之旅

霍瑞棠老師

這

次我和20位中一至中五的學生參加為期三天的汕頭遊學團，我們首日前往潮州古城，換乘電車進入古城範圍。導遊講解牌坊街上一座座古老牌坊背後的歷史與由來，然後帶領我們走進開元寺，欣賞廟內的建築、古樹和牆壁上的浮雕。學生於黃昏到載陽茶館欣賞潮劇表演，一邊品茶，一邊看戲。這對學生來說，無疑是一場新奇而深刻的文化初體驗。

第二天，我們參觀汕頭市實驗學校，我校的姊妹學校。這所學校高中的校舍比我校大四倍，更擁有一座藝術大樓。步入校園，我們先欣賞學校的師生展。學生和老師的畫作技巧精湛，充分展現了當地師生深厚的藝術功底。隨後，學校安排我學生體驗當地的課堂教學，並觀賞當地學生精彩的表演。我們的學生體驗了繪畫的色彩課，學生整齊就座，觀看老師示範如何捕捉光源，並將斑斕的色彩運用於天空與草地之間。一個多小時的課程，我學生完成了自己的畫作。此外，我學生也參與了該校的書法班，學習草書和行書的書寫方法，創作出生動的書法作品。另外，我學生參與音樂課，不僅欣賞了當地學生的專業綵排，更有機會能與當地音樂科學生即興創作音樂，大家都很投入。

午飯後，校園寫生環節正式開始。我學生因得益於「藝術家駐校計劃」的寫生練習，對於戶外寫生早已駕輕就熟。他們輕鬆地描繪校園不同的角落，並與當地學生切磋交流。之後，姊妹學校更為我們精心安排了一場長達一小時的表演，節目包括中國舞、戲曲、中樂團、樂隊、合唱團演出等，十分精彩。我學生有幸受邀上台參與演出，兩地師生在舞台上交融互動，十分感謝。整日行程緊湊而充實，每位師生都獲益匪淺。

最後一天，我們前往南澳島參觀長山尾燈塔。旅遊巴穿過一道大橋通往南島，南島是汕頭其中一個大島，比起香港的大嶼山略細，沿島有生蠔養殖場。半個小時的車程後，我們到達紅色的山尾燈塔。那裏遊人眾多，我們好不容易才走到位置拍一張團體照。山尾燈塔是當地有名的旅遊景點，附近的小店有很多具創意的文創產品及小食，這些也讓我們流連忘返。

行程尾聲，我們一行20人乘坐高鐵回港，回憶行程中我們銘記於心的，是在汕頭市實驗學校裏的一日深度體驗。與當地學生老師交流分享藝術的心得、交換藝術品，真的非常難忘！



學習色彩的繪畫班

從廣州籃球交流團看學生的成長

蔡偉鋒老師

二 日兩夜的廣州籃球交流團已經圓滿結束。對我而言，這次旅程的意義遠遠超越了一場友誼賽或一次訓練營。這是我任職以來首次舉辦的校隊境外交流團。學校上次舉辦同類型活動，已是十年前的事。十年，足以讓一支球隊的傳承出現斷層。因此，我從籌備之初便下定決心：這次交流團不只要能提升球員的技術，更要讓他們打開眼界，親身感受香港以外地方的籃球文化與訓練模式。

慶幸的是，這三日兩夜，我親眼見證了球員們的成長與轉變。

行程其中一個重要環節，是到訪我們的廣州姊妹學校——廣州暨大港澳子弟學校。甫踏進校園，我便感受到內地校園能提供的硬件和設施的優勢。該校的校舍寬敞，設施完善，設有室內籃球場、羽毛球場、足球場及宿舍等，讓我們大開眼界。

更令我感動的是，該校的校長、副校長及老師親自接待，熱情周到。在參觀校園的環節中，有兩位學生以「兩文三語」介紹，落落大方、應對得體。隨後進行的友誼賽，友隊球員的體格結實、技術扎實。我們最終僥倖取勝，但學生認為友隊強韌的表現，十分值得我們學習。

除了姊妹學校的交流，我特別感謝籃球俱樂部為我們安排了專業且具啟發性的訓練。訓練從熱身、基本功練習，以至訓練後的伸展活動，教練團都親自上場教導。整個訓練過程注重細節，要求嚴格，讓學生深刻體會到內地教練對訓練品質的執著。

此外，俱樂部更安排我們與廣州第一中學進行友誼賽。該校籃球隊為廣東省比賽第六名，面對省級水平的強隊，我校的球員親身感受到速度、力量、反應與協調上的差距。這場比賽的價值不在勝負，而在於讓學生深刻明白：人外有人，我們的提升之路才剛開始。

作為帶隊老師，技術上的進步固然重要，但這次旅程中，最令我欣慰的，是球員之間感情的快速增長。平時在校訓練，大家都專注於練習，較少機會深入交流。然而在這三日兩夜中二人一房的安排、每天的共膳時光，以及第二天晚上特意安排的分享環節，都成了學生打開了心扉的鑰匙。原本較少交談的隊員開始互相鼓勵，原本習慣在隊友失誤時抱怨、嘲笑的學生，學會了拍手打氣。這種團隊心態的轉變，比任何一場比賽的勝利都更珍貴。期望學生把這份默契與正能量帶回校隊，將其變成屬於我們獨一無二的團隊文化。

這次廣州之行只是一個開始。我希望日後能夠繼續組織境外集訓，帶領學生走訪更多地區，例如：台灣、日本等，以親身領略不同的籃球文化與發展模式。每一個地方的訓練方式、比賽風格與球員心態，都值得我們虛心學習。



與前 CBA 球員的交流



球賽中的臨場調配



與姊妹學校交換紀念品

北京姊妹學校交流及 歷史文化考察團

黎健主任

瀏覽學生的分享文章，我印象最深刻的都是在姊妹學校的交流，導遊的親切細心。這也不奇怪。

數年前帶學生來過北京，當時稍作停留便前往內蒙古。這次留在北京五天，多看了一些景點，一些北京同胞。

故宮還是那樣人山人海，天壇依舊是車水馬龍，頤和園人聲喧鬧，聽導遊說另一個香港中學團去天安門看升旗，因為旅遊車停靠點遠，參觀人多，加上安檢程序耗時，所以凌晨二時三十分便要出發。這些歷史悠久的建築和景觀，風采依然，被賦予許多鮮為人知的故事。我們聽了故事，便被拉出門去，跑另一個點。翻查資料，故宮每天參觀名額竟高達四萬，天壇四萬五千，頤和園六萬五千，暑假或大型長假，故宮參觀名額更多達八萬。景點固然大，但在局部開放的前提下，遊覽這些景點的情景就像掀開一個螞蟻窩或是蜜蜂巢，恐怕不易感受到歷史的呼喚，大小人物的心聲，更遑論思考政治更迭的教訓，皇權興衰的啟示。感恩隨團的學生都樂意聽故事，也願意跟著導遊一個一個景點邊走邊看。

走入胡同，導遊領我們到一戶北京人家去作客，斗室裏有不同的掛畫，滿桌的裝飾擺設，新裝潢搭配舊結構。我們一邊喝茶嚐小吃，一邊聽着屋主憶述幾代人的生活，如數家珍。我們就像看着屋主的簡樸。學生也能靜下心來，表現也特別專注。或許我們需要一點時間和空間，慢下來，細心諦聽，才能對歷史和文化有點情感。



天壇

我們預留了半天時間停留在姊妹學校，北京大學附屬中學（石景山學校）。感恩有書記、老師和學生的親切接待，不但為我們安排了一節風箏製作藝術課，還讓我們在校園用餐。老師彼此交流，就好像舊相識重聚，一點陌生的感覺也沒有。聽說兩校學生也有不少互動交流，包括了課室參觀，及在球場打排球、踢足球。有了足夠的空間和時間，大家便能好好的了解異地的人和事，明白彼此的文化差異，甚至建立美好的情誼。

回想起初與張老師策劃考察團，總是擔心參觀景點不足，行程不夠豐富，貪多務得。現在看來還是不錯，既讓大家大飽眼福，也能讓學生與北京的市民進行較深度的交流。

行程結束了，希望能為學生帶來不同的首航，可能是兩地學生聯通，可能是對首都的認識，可能是對中國汽車及航天發展的了解。說是首航，誠然是冀望永遠通航。



中華文化周











OLE Day





綜合藝術表演 V Show





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、黎澤崙先生、顧振彪先生、溫家傑校長、家長校董何鴻德先生、林竹敏女士、教師校董顏紹熙副校長、黎健主任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 78 位，行政主任、職員及技術人員 27 位及工友十位。

三、二零二五至二零二六年度全校學生共 309 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三年）

「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

二零二五年十一月二十一日於浸信會呂明才小學及浸信會（沙田圍）呂明才小學舉辦家長講座，共有 306 位來自兩間小學的家長參加。

② 中學生生活體驗日

十一月二十二日舉辦中學生生活體驗日。招待



汕頭市實驗學校師生來校交流

來自 26 間小學，合共 349 位小六學生。

③ 呂中資訊日

二零二六年一月三日舉辦呂中資訊日。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 17 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（第三期），為期三年。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

除星期三外，新增星期五為師生運動日，鼓勵師生穿着運動服上學，課間或放學後相約做運動。

慶典及活動

一、二零二五年九月二十二日在馬鞍山游泳池舉行水運會，敦請保良局蕭漢森小學李志成校長擔任開幕禮主禮嘉賓，李校長以生活片段勉勵同學積極樂觀，敢於嘗試，表現自己最佳的成績。二、十一月六及七日在馬鞍山運動場舉行陸運會，敦請金培射箭訓練中心主任葉沛霖先生擔任開幕禮主禮嘉賓，鼓勵同學按部就班，循序漸進，

在學業、運動和人生旅途上力爭佳績。

三、家校合作：十月二十四日晚上在禮堂舉行「家長晚會暨家長會第36屆幹事會就職暨會員大會」，敦請陳敏兒女士作專題演講，題目為「幸福家庭」。當晚邀請各級家長到校出席講座，會後與班主任會面。中三級家長會後出席專題講座，了解「新高中選科簡介及學校支援」情況；中六級家長了解「新高中大學聯合招生」。

四、每年十一月第一個周六是呂中校友回家的日子（Alumni Day），本學年十一月一日為校友日，約200名校友出席，師生聚首一堂。校友會安排各項球類活動比賽。當日下午同步進行職業日（Careers Day），由在職校友為呂中學生介紹不同行業特點，回答提問。當日有28位校友參與分享，各人秉承呂中一直以來照顧學弟學妹的傳統，為學弟學妹帶來最新職場資訊，鼓勵128位中五學生早作準備，在態度和能力上積極裝備自己。

五、教師發展及培訓：二零二五年十二月一日為教師發展日。當日第一節邀請了滙基書院劉振華校長作主講嘉賓，講題為「超越資訊搜尋：與之共建知識」。第二節由本校同工分享在學與教方面如何運用人工智能。二零二六年三月十八日為第二次教師發展日，題目為「衝突管理與處理技巧」，有專業人士講解如何識別及處理衝突。

六、一月三十一至二月二日為家長日，班主任與家長討論學生學業情況，在校及在家的表現。

七、二月四至十一日，中國語文科、中國歷史科、公民、經濟及社會科、普通話科、家政科及體育科合辦中華文化周，活動包括早會分享、中一至中五各級安排介紹不同傳統藝術及文化的

周會、考察活動、新春嘉年華，讓同學可以體驗古代運動、民間工藝、傳統小吃等，以提高學生對中國文化的認知和欣賞。

八、四月三十日舉行「OLE Day」，安排高中同學按興趣參加不同的藝術工作坊。同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、中西樂團演奏。下午場有來自姊妹學校汕頭市實驗學校的八名師生到訪參觀，五名學生參與音樂表演，其中兩位更即場參與管弦樂團演奏音樂，令活動更添多樣文化色彩。兩場表演均有校友及來自不同小學的師生和家長到校觀賞。

九、七月十日於禮堂舉辦第36屆（鋒社）畢業典禮，敦請資深大律師黃仁龍先生蒞臨訓勉及授憑。

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 二零二六年一月二十六至三十日舉行「健康周」，透過各級專題講座，包括：情緒管理、培養成長思維、自我關顧、壓力管理，提升抗逆力等，以及不同的體驗活動，幫助學生學習覺察自己的情緒，運用不同方法關懷並接納自己的情緒。

② 為師生創造更多休息時間
自二零二四至二零二五年度開始，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、發掘個人性格強項、建立正向人際關係、成長思維等。

i 體育科設立班際長跑龍虎榜，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，詳情請參閱級社工作小組報告。

④ 建設綠化校園及康樂休閒設施
將於暑假期間，美化禮堂、舊翼二樓至三樓的公共空間，及增設休憩設施，以增加學生與朋輩聚首的空間，讓同學身心靈更趨健康。於地下側廊加設單車泊車位，鼓勵同學多進行運動。科學科於五樓實驗室外設置淡水蚌研究設施，美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，詳情請參閱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 提名學生加入香港科技大學「卓越先修計劃」(Pre-University Scholars Program - ILEITE)，詳情請參考資優教育委員會報告。

- d 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。
- e 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。各科舉辦的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、課堂前小測等，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 Sites 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 二零二五年八月二十一至二十二日及九月三日舉行中一「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 本學年於中一至中四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、

- Zoom、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。
- iii 下表為不同科目以自攜學習裝置進行教學活動的例子：
- iv 所有中一至中四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、二樓 Chill Zone 及一樓同心牆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。
- ④ 教師發展及專業學習社群
- i 公開課
- 今年有十位老師參與香港中學校長會「自主學習節」公開課，詳情請參閱教學發展小組報告。
- 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與友校教師發展日，詳情請

內容	科目
1. 使用 LoiLoNote / 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、古文糕作網上語文遊戲及閱讀分享平台，供學生課餘自學。	中文
6. 以 Desmos、GeoGebra 學習幾何及座標幾何課題。	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。	電腦、資訊及通訊科技
9. 中四及中五級使用 HKOI Online Judge / Grok Academy / Canvas 鞏固所學。	
10. 在 Google Earth 搜尋與課題相關地形及城市特徵。	地理
11. 以 Youtube / Instagram / 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
14. 透過 BYOD 設計精美圖案、控制鐳射雕刻機及為機械車進行編程和測試。	設計與科技
15. 以自動批改程式 Penso 及 LingoTask 促進學生自學及減少老師工作量。	英文

參與教學發展小組報告。

- 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ePortal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 在科主席及教師考績流程中，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，詳情請參閱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。

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，提升國民身份認同感，並在各學科會議內檢討成效。

ii 「中華文化周」由七個科組合辦，詳情請參閱「跨科組協作活動」報告。

③ 姊妹學校計劃

i 本學年使用全方位學習及姊妹學校津貼，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。本校往年已經與內地共四間中學結連為姊妹學校，今年和北京大學附屬中學石景山學校連結為姊妹學校。

ii 二零二六年三月三十日至四月一日由霍瑞棠老師及鍾栢熹老師帶領8位學生參加汕頭姊妹學校交流暨藝術考察之旅，到訪姊妹學校汕頭市實驗學校參觀與交流，在藝術教育層面互相學習。

iii 三月三十日至四月一日由蔡偉鋒老師帶領



教職員退修會分組遊戲



與北京大學附屬中學石景山學校連結為姊妹學校

vi 位學生參加廣州姊妹學校籃球交流團，到訪姊妹學校廣州暨大港澳子弟學校交流與比賽，促進互相了解及體育交流。

iv 四月二日至六日由張佩儀老師、李妍老師及黎健主任帶領 30 位學生參加北京姊妹學校交流暨歷史文化考察之旅，並且和北京大學附屬中學石景山學校進行簽約儀式，連結為姊妹學校。

v 四月三十日汕頭市實驗學校李漢書書記、李志彥副校長及林可老師帶領五名學生一行八人到訪本校，參觀及交流，並參與綜合藝術表演。

④ 初中義務工作計劃

i 為鼓勵同學積極參與社區服務，認識身處的城市和社區，以及不同群體的需要，學校加入成為「公益少年團」會員學校，並推行「初中義務工作計劃」。由本年度開始，全體中二級學生將登記成為公益少年團會員，透過不同的體驗及服務，讓同學擴展視野，培養回饋社會的精神。

ii 二零二六年六月二十九日舉辦「中二級義工服務日」，活動包括社區導賞，探討貧窮議題以及不同的共融體驗活動。

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、

黎健主任、家長何鴻德先生

二、按教育局要求，學校在二零二一至二零二二學

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 16，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，今年參與人數百份比為 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」由七個科組協作完成。

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 二零二五年九月三日「國旗下的講話」分享「從抗戰勝利80年到學生言行合宜與生活紀律」。

iii 二零二六年二月四至十一日的「中華文化周」期間於早會由教師們分享中華文化與承傳，包括九九消寒圖、中國古代休假制度、古代人的生活智慧、中華文化的審美觀、淺談普通話和廣東話的語言文化。

iv 全港學界國家安全常識挑戰賽(2025/26)：為了響應「國慶日」及提升學生對維護國家安全的意識，本校全體學生於二零二五年九月三十日至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(2025/26)」。

v 十月二日國慶早會「國旗下的講話」期間，分享國家近年的發展及成就，包括中國的高鐵網絡、低空經濟和深中通道通車。

vi 二零二六年四月十五日「全民國家安全教育日」早會期間「國旗下的講話」，題目為「從消失的薯片到遠方的戰火——我們為何需要『軍事安全』？」，進行有關軍事安全、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。

⑤ 家校合作

i 每年第一份學校通告向家長發放國家安全教育的相关資訊，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。

iii 超過八成的家長曾參與由學校舉辦、與國家教育相關的家長教育活動或親子活動。二零二四年十月底的家長晚會議程加入升旗儀式及國家教育主題展示板展覽，期間校長就學校推行國家教育的工作分享，並舉辦「國家安全與校園生活」線上小測。家長會亦安排親子外出活動前往邊界沙頭角，了解近代歷史。

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4.1（最高分為5），較年度上升0.1，遠高於香港常模3.6。

三、本年度的教師發展日安排如下：

① 二零二五年十二月一日與教學發展小組合辦教師發展日，主題為「超越資訊搜尋：與AI共建知識」，詳情請參考教學發展小組報告。

② 二零二六年三月十八日與輔導及訓育組合辦教師發展日，主題為「衝突管理及處理技巧」教師工作坊。詳情請參考輔導及訓育組報告。

③ 二零二六年六月一日由香港基督教女青年會到校主辦「營養與自我關懷」講座及工作坊，為教師提供正確和實用的營養資訊和指導，又透過製作「Happy Food」讓教師能簡易地製作營養健康的小食，提昇教師的自我照顧。第二節是分享直觀飲食(Intuitive Eating)的十個原則，從飲食照顧身心健康活動。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、協作課研及知識管理：

① 協作課研踏入第五年，本學年所有科目參與其中，參與教師有54人。當中有一科由校長帶領，一科由副校長帶領，其餘由該科科主任或副科主任帶領。共20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7256小時，人均95.5小時。過往三年總培訓時數達150小時的教師佔89%。

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53.4%擁碩士學位

學歷：94.5%已完成教育文憑課程。

④ 參與國民教育和 STEAM 教育相關的校內、校外或到校專業發展活動的教師百分比分別為 83.3% 及 93.1%。

⑤ 今年在特殊教育需要的專業培訓中（截至二零二五年九月三十日），完成基礎課程、高級課程、專題課程的教師百分比分別為 60.9%、12.5% 及 14.1%。

⑥ 有七位教師成功完成教育局專業進修課程和內地教師考察學習團，詳情見下表：

	課程／學習團	人數
1	英語為教學語言課程	1 位
2	教師專業進修課程證書	3 位
3	新入職／現職／升職教師內地學習團	3 位

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、郭慧貞老師

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 二零二五年八月二十日舉行教職員退修會，上午由杜一選先生分享主題信息「作一個教師」，然後默想、反思和彼此守望。下午則透過電影《第二十條》反思作為一個教師的初心和對教育的委身。

② 十二月十八日至十二月十九日假元朗大棠渡假村進行教職員退修會，第一天下午及晚上均有遊戲、營社活動和小組分享，第二天由朱耀光博士分享信息，讓教職員再思考如何作一個更好的教師和在事奉崗位上獻上更好的自己。

三、本年度教師團契共有四次聚會，本年主題為「作一個教師」。透過前輩分享、運動、靈修及友伴建立分享，於各次聚會中加強教師在身、心和靈的建立，讓同事得到更新和成長。



教職員退修會

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、張泰洛老師、陳穎思老師、霍瑞棠老師、Dr. Eva Li、張志聰先生、林明忠先生、莫智文先生、伍施雅小姐、徐雯疆小姐

- 一、改建 207A 室為工友室，以騰空原四樓的工友室作日後生物技術實驗室之用。
- 二、為舊翼中一至中四課室更換流動老師桌，增加室內活動空間。
- 三、於地下側廊增加單車停泊位，鼓勵學生多做運動。
- 四、五樓走廊設立淡水蚌研究設施，與外間機構合作進行淡水蚌方面的研究，發展同學科研潛能。
- 五、為教員 C 室及 D 室更換部份空調設備。
- 六、為新翼二樓視藝作品展示區增設休憩設施，為學生增加活動空間，讓學生身心靈更趨健康。
- 七、已完成之暑期工程（二零二五年八月）包括：
 - ① 更新舊翼前後樓梯照明裝置；
 - ② 更新二樓照明裝置；
 - ③ 重新為一樓及四樓廁所電線佈線及更換燈具與排風扇；
 - ④ 重新為有蓋操場及乒乓球室電線佈線及更換燈具與風扇；
 - ⑤ 更換舊翼所有廁所鏡；
 - ⑥ 更換 101 至 106 室的木門；
 - ⑦ 重新為辦公室公共廣播系統佈線；
 - ⑧ 為有蓋操場、乒乓球區及排球場的音響系統重新佈線；

- ⑨ 為大部份課室窗戶貼上隔光膜；
 - ⑩ 於乒乓球室安裝折疊桌；
 - ⑪ 更新一樓平台花園木柵欄。
- 八、將完成之暑期工程包括：

- ① 為新翼三樓及四樓女洗手間重鋪地台；
- ② 更換 201 至 206、301 至 306、401 至 406 及 500 室的門框及木門；
- ③ 更換 101 至 106、201 至 206、301 至 306、401 至 406 及 500 室的地席；
- ④ 更換家政室廚櫃；
- ⑤ 為舊翼四樓走廊天花進行全新批蕩和塗刷油漆；
- ⑥ 為體育儲物室重鋪電線；
- ⑦ 美化禮堂入口，重設傑出學生榜；
- ⑧ 美化舊翼三樓大堂及增設休閒空間；
- ⑨ 翻新二、三樓獎杯櫃；
- ⑩ 美化校務處入口。

資訊科技組

本組旨在規劃校園資訊科技發展，為師生提供穩定的網絡平台及適切的軟硬件，讓校園在資訊科技方面均配合教與學發展，以及為學生提供優良的學習環境。成員包括：

組長：黃君臨主任

組員：莫少偉老師、祈心茹老師、李逸軒先生、李逸成先生

- 一、為中四課室、地理室、化學實驗室及物理實驗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。同時亦為這些課室及特別購置新電腦，以配合教學之用。
- 二、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。
- 三、為部份老師更換電腦，提升教學效能。
- 四、為老師購買不同軟件及電子教學平台，提

- 升教與學質素。例如 LoiloNote、Neapod、Kahoot!、Padlet、Adobe Creative Suite、Zoom 等。
- 五、已完成之工程包括：
- ① 為 301 至 305 室安裝互動白板；
 - ② 為 301 至 305 室更換電腦。
- 六、將完成之暑期工程包括：
- 為中五及中六課室、400 室、生物實驗室、科學實驗室、音樂室、視藝室及戲劇室安裝智能互動電視及更換電腦。



設立淡水蚌研究設施

(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、2025 年中學文憑試放榜，中六學生成績優異，94.3% 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 41.1% 及 76.7%。取得 4 級或以上達 80% 的科目有六科，包括資訊及通訊科技 (100%)、視覺藝術 (100%)、音樂 (100%)、物理 (90.9%)、中國文學 (90.0%)、數學延伸部份單元二 (83.3%)。七成五或以上的學科包括：數學 (78.9%)、生物 (78%)、英國語文 (77.2%)、世界歷史 (76.9%)、中國歷史 (75%)、經濟 (75%)。取得 5 級或以上達 40% 之科目有十科，包括音樂 (100%)、物理 (68.2%)、資訊及通訊科技 (66.7%)、數學延伸部份單元二 (62.5%)、生物 (52.0%)、中國文學 (50%)、數學延伸部份單元一 (44.0%)、經濟 (43.8%)、中國歷史 (43.8%) 及數學 (42.3%)。



中三即席演講比賽



中文學會活動

最佳成績為四科 5** 及一科 5*。取得兩科 5** 或以上、五科成績達 30 分，共八人。在大學聯合招生中，獲取錄學生達 91.0%。

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，額外修讀文憑試音樂科、應用學習或其他語言課程，課堂於周六進行。本年共有兩位中四學生、四位中五學生及一位中六學生修讀文憑試音樂科。共有八位中四學生、九位中五學生及四位中六學生修讀應用學習。二位中四學生、五位中五學生及八位中六學生修讀其他語言課程（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、本年度接待從瑞士前來的一位交換生入讀中四班，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，先後有五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。五位學生分別來自香港中文大學、香港教育大學及香港大學。

六、本年度各學科的報告如下：

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健康生活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；中一主題為《青苗》分享會，中二各班則以中華文化為主題，於中華文化周內舉行。
- b 中三舉辦即席專題演講比賽，假演藝廳舉行。
- c 中四繼續與公社科合作，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、與外校教學組織聯繫）

- i 二零二五年八月二十日舉行中文科教師發展講座，邀得香港教育大學「中學中文科文言經典解讀專業進修課程」導師鄧城鋒博士擔任主講嘉賓，講題為「詩聖杜甫」。
- ii 中文科共五位同工將參與自主學習節公開課。
- iii 中一同工將以閱讀匯報為題，進行協作課研。

確立服務型學校

本科與其他科組於二零二六年二月四日至十一日合辦中華文化周，詳見「跨科組協作活動」。

校外活動

- ① 上學年SD陳焯煒獲「第十一屆陳贊一博士聯校微型小說創作獎2024-2025」高中組推薦獎。



中文學會參觀「遊於藝——盧瑋鑾教授（小思）小物珍藏展」



校友月巴氏周會講座「創作的快樂與哀愁」

校內活動

- ① 中六中文備試班今年導師為校友李書璇及劉嘉琪，逢星期四放學後上課，共八節，已完成所有課堂。
- ② 中五六周會邀請作家校友蔡蔚駿（月巴氏）主講，講題為「創作的快樂與哀愁」。
- ③ 下學期中一至中五各級周會均與中華文化相關，以配合中華文化周，詳情如下：
- 中一：皮影／中國結／印刷術／臉譜／鎮宅神獸工作坊
- ④ 上學年兩名學生於「第三屆蒲公英英文學獎」中獲獎，分別為SD黃韻學獲中小小說組首獎，及余欣蔚獲高中散文組優異獎。
- ⑤ 上學年3E楊晞彤獲「美荷樓香港精神學習計劃2024-2025 兩代情徵文比賽」初中組優異獎。
- ⑥ 第77屆香港學校朗誦節，共21人報名參加15項賽事。11名學生共獲得9個獎項，包括兩項冠軍、四項亞軍及三項季军。
- ⑦ 2025-2026中國中學生作文大賽，今年總主題為「印記」，中三四全級參賽，初級組及高級組各推薦五名學生作品。3B梁煥之獲初中組全國三等獎及香港賽區旭日文學之星，3D周思淇則獲初中組全國三等獎及香港賽區金獎。
- ⑧ 由香港教育大學主辦的鳳園自然觀察及寫作活動，共六名中五及中六文學班學生參加。
- ⑨ 香港菁英創作比賽2025（中學組－徵文），2B丁洛伊獲亞軍，1D梁子翹、2C黃傲晴及3E薛梓晨獲優異獎，本校則獲最踴躍參與學校獎。
- ⑩ 3D周思淇獲全港初中生「玩有所思」遊戲感悟徵文比賽優異獎。
- ⑪ 2B韓曉俊獲2025國際兒童及青少年徵文大賽青少年組冠軍。
- ⑫ 2A黎子怡獲憲法和《基本法》演講比賽2025優良獎。

- 中二：搭棚工作坊
中三：景泰藍掐絲琺瑯畫工作坊
中四：投石機工作坊
中五：粵劇互動講座
- ④ 中文學會今年共招收了32名會員，以「心凝形釋」為主題，安排四次活動。
⑤ 今年將出版第24期《青苗》，作文主題是《顏色》，學生可根據主題再自擬題目；創意寫作題目是《給——的一封信》。

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。

建立學習社群

同工就教學方法、課題活動設計分享及交流。又經常留意教育局或相關機構舉辦之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

① 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。並讓學生觀看短片或其他相關影音材料，以掌握國家概況，欣賞國家發展，也了解世界情況。

② 二月份與其他科組於二零二六年二月四日至十一日合辦中華文化周，詳見「跨科組協作活動」。

校外活動

四月份舉辦北京姊妹學校交流暨歷史文化考察之旅，帶領30位學生前赴北京，全程要求學生自主使用普通話交談，並記錄旅程中學習的詞彙，進行粵普比較，提高學生對普通話的語文觸覺。

校內活動

- ① 十月份舉辦電影欣賞，約120名學生報名參加活動，一同欣賞《長安的荔枝》，活動後完成電子習作，促進學生自主學習普通話。
- ② 二月份與中文科、中國歷史科、公民與社會發展科、體育科、家政科及家長會合辦中華文化周，邀請中三部分班別提供攤位活動，藉此介紹不同的中華文化元素，包括：3A製作紐紐絨絨花髮飾、3B製作風鈴、3C製作螺鈿髮夾、3D製作竹編杯墊及紮染布巾或小布袋。
- ③ 七月份，在試後活動周與音樂科合辦普通話歌唱比賽，鼓勵學生參與活動，應用普通話於藝術表演，也藉此讓更多學生接觸普通話歌曲，欣賞優美的歌詞和旋律。



普通話製作竹編杯墊攤位



Inter-school Scrabble Championship 2025



English Week

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 fourth year that Literature is integrated into the F1 and F2 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 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 F1 to F3 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. F2 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. F3 students collaboratively worked with their classmates to write radio 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

i. To encourage students to be more aware of their learning, two SRL projects are introduced in F1 and F2 writing in the form of focus marking.

ii. Automated marking systems like Penso and LingoTask have been introduced to F4 and F6 students to foster self-regulated learning and streamline the grading process for teachers.

Serving School

Elements of national security, global identity and serving the community have been integrated into all F1 to F5 modules. These topics include IT security, sportsmanship, career planning, understanding different cultures, endangered animals in China and charity. Value education including money planning and financial safety has also been introduced in F2 and F6.

Open Competitions

1. A total of 29 students participated in the 77th Hong Kong Schools Speech Festival in Solo Verse Speaking, Dramatic Duologue and Public Speaking. Our students did an excellent job under the guidance of our teachers. They were awarded three champions, four first runner-ups and one second runner-up.
2. 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 Hong Kong Secondary Schools Debating Competition 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.

Other School Activities

1. INK magazine

Now in its third year, INK magazine, BLMCSS's own student-run literary and arts magazine, continues to gather momentum in showcasing the incredible work of BLMCSS students. Through our publication, we broaden BLMCSS students' exposure to the English language while instilling in them a love of creativity and aesthetic representation. Our editorial team is made up of 8 core members and is sectioned according to specific roles and responsibilities ranging from Editor in Chief to Artistic Director, as well as Heads of Print, Marketing, Submissions, and numerous supporting roles.

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

Now in its second 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. F4 students attended an IELTS talk organized by the British Council.
4. A 4-day bridging program was organized for all F1 students in August.
5. The second English Week was held from 9 to 12 March. The theme was Festivals Around the World. Activities and games were designed for junior form students. The first day of the week was also an English Speaking Day.

四、數學科

塑造健康校園

① 課程

初中各級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 中一級學生運用一個由老師設立，關於健康飲食的 Google Sites，記錄二零二六年一月至四月期間，每月某一個指定日子的能量攝取狀況。除了與個人能量需求進行各種比較之外，這些數據也用於建立統計圖表，在二零二六年五月的課堂討論中使用。

ii 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，更能讓學生檢視自己在不同時段的身體及精神健康狀況。

iii 中三級學生於二零二五年十一月時進行了一項關於睡眠與運動習慣的調查。學生運用 Google Forms 所得數據，分析及研究全班學生每晚睡眠時數與每週運動時間的情況，比對有關青少年對睡眠及運動的需求指標進行自我反思，並提出改善自身習慣的建議。另外兩次跟進調查於二零二六年三月及五月進行。隨後，學生將比較這三次調查的數據，並反思他們在這幾個月內的睡眠及運動習慣。

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 2025 年恆隆數學獎、中學生數學建模比賽 2025/26 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。此



數學周會 - 摺紙剪紙與數學



數學周活動 - 數學遊蹤

外，本科老師亦積極推薦學生參與各大學開辦的數學資優課程。

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。中二級老師則開展新一輪的自主學習課研，期望提升學生對各種比例關係的學習效能。

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。同時，學生在處理數學建模問題時，經常透過人工智能了解問題背景及分析資料。

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。此外，本科老師參與教育局中學數學建模學習圈，並於中一、三、四級推動數學建模的學與教。

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、中五級認識劉徽如何以「割圓術」計算圓面積。

ii 對應各級的學習課題，給予學生相關的閱讀材料，提升對中華文化的興趣，例如，中一級認識農曆雙春兼閏月的由來、中二級認識《九章算術》中率與比的原始概念、中四級認識古代算籌的運算方法。

校外活動

① 數學科積極推薦學生參加以下數學比賽，並獲得多個獎項：

- i 2025 恆隆數學獎
- ii 中學生數學建模比賽 2025/26
- iii 第四十三屆香港數學競賽
- iv 第二十八屆香港青少年數學精英選拔賽
- v 第十六屆香港中學數學創意解難比賽
- vi The Competition on the Mathematics of Information (CMI 2026)
- vii 國際數學奧林匹克香港選拔賽初賽 2026
- viii 粵港澳大灣區數學競賽預選賽 2026 (香港賽區)
- ② 數學科推薦四位學生參與中文大學數學系「數學英才精進課程」，擴闊數學眼界。
- ③ 6A 韓采桐、趙彥程、謝珈晉及鄭開陽於2025 恆隆數學獎入圍最後15支隊伍。其專題研究題目為「On the 3D Sofa Problem」。
- ④ 3A 羅冠喬、劉樂晞、3D 周思淇、3E 李智仁及丁灝霆於中學生數學建模比賽 2025/26 獲頒佳作獎 (Merit Award)。

校內活動

- ① 二零二六年四月八日周會舉辦中一班際數學比賽。
- ② 四月九日周會香港中文大學數學系鄭文銓博士為中三學生主講「How Calculus and Matrices are applied in Computer Science」。
- ③ 四月十日周會香港中文大學數學系蔡沛彤教授為中五學生主講「Origami, Kirigami and Mathematics」。
- ④ 四月十三日至三十一日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。



以小見大——牛池灣的香港故事



道風山考察團

五、公民、經濟與社會科及公民與社會發展科

塑造健康校園

① 課程

- i 中一級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認識，學習規劃人生及有效管理情緒的技巧。
- ii 中二級教授跨越成長的挑戰，讓學生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 中三級教授合乎禮儀的親密關係，讓學生了解友誼和愛情的分別，培養正確的戀愛觀念、責任感及對他人的尊重，協助他們建立健康的人際關係。

iv 高中公民與社會發展科教授公共衛生，讓學生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。

建立學習社群

① 資優教育

i 本科老師帶領學生參加校外社區創新比賽，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。

ii 本科老師推薦學生參加外交素養及技能的校外課程，讓資優學生對國家的外交方針有更深入的認識，增進學生對國際關係及外交政策的知識，擴闊他們的國際視野。

② 自主學習

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

i 中二級科任老師在下學期進行自主學習的課堂研究。

ii 共同備課節中交流及分享筆記內容理解、教學策略、課堂安排、評核安排等。

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的態度，並提出新穎的意念以解決社會問題，為社會創造價值。

ii 在各級的課程設計中，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。

② 本科與其他科組於二零二六年二月四日至十一日合辦中華文化周，詳見「跨科組協作活動」。

校外活動

① 為提升學生對國家安全的認識，本校安排各級於公民社科或公民科課堂時段，參與全港學界國家安全常識挑戰賽（2025/26）網上初賽。

② 推薦初中學生參與學友社第三十四屆全港中學生十大新聞選舉新聞評述比賽（初中中文組），3A 姚佩妍獲得亞軍。

③ 推薦五名學生參與由青少年外交素養及技能訓練學院主辦的第一屆「青少年外交家」活動。

④ 推薦四名學生參與 IdeaPop! 2026。

⑤ 提名五名學生參與由恒生銀行全力支持，香港青年協會領袖學院主辦的《Seek Our Ways 社創計劃》，並獲初中組亞軍。

⑥ 為推動學生了解國家及香港的發展，以及國家安全等重要知識，提升學生對國家的認同感及歸屬感，本科全級中四至中五學生參與由教育局主辦、中國文化研究院協辦 2025/26 公民科網上閱讀獎勵計劃。



律政司法治之旅

校內活動

① 與中史科共同推廣「全方位學習——香港中華文化萬里行」計劃，鼓勵學生於閒餘時參觀博物館，增廣見聞。

② 於二零二五年九月十五日參與香港法律樞紐地標導賞活動，法治之旅，參觀前法國外方傳道會大樓、模擬法庭等，深入了解香港的法律制度，從而幫助學生正確認識法治精神的重要性，加強守法意識。

③ 公民教育學會於二零二五年十一月八日參與「以小見大：牛池灣的香港故事」導賞活動，加強學生對香港城市發展及保育的認識。

④ 公民教育學會於二零二五年十一月十日舉辦港式奶茶工作坊，以促進學生對本地飲食文化的認識。

⑤ 邀請資深學者、前香港中文大學教授、前基本法諮詢委員曹宏威教授於二零二五年十一月十日中五周會時段為學生主講國土安全與軍力發展。

⑥ 公民教育學會於二零二六年一月二十九日舉辦港式小食工作坊。是次活動旨在透過親手製作香港特色小食及講解其歷史文化，讓學生更深刻地認識香港地道小食的歷史與製作過程。

⑦ 為配合中華文化周活動，提升學生對傳統建築設計的認識，於二零二六年二月七日舉辦道風山考察團，帶領學生考察道風山建築與文化。

⑧ 由中文科、公民科及中文辯論隊合辦社際辯論比賽於二零二六年三月中旬展開初賽，並於四月十六日舉行決賽。

⑨ 為提升學生對傳統建築特色、傳統宗族觀念和本地歷史的認識，中四全級學生於二零二六年四月八、九及十四日分批到龍躍頭文物徑進行文化考察。

⑩ 中一級於二零二六年四月十七日於周會時段進行班際社創比賽，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。

⑪ 全級中五學生將於二零二六年七月七至八日參與深

圳、前海經濟發展內地考察。

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。通過課堂上的討論，引導學生反思一些價值判斷，助其建立正確的價值觀。

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、知錯能改等態度。
- ② 高中課程探討不同的倫理課題，讓學生反思自己跟父母、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
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。

教師發展

- i 鼓勵同工參加與學科有關的研習班，藉以提升教學專業。
- ii 中一級進行協作課研，課題為「平靜風浪」。

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自己，並在生活中實踐愛上帝（尤其是有信仰的學生）、愛別人和愛自己。

校外活動

二零二六年四月二十三日、二十七及二十八日，中五全體學生先後前往香港華人基督教聯會華人基督教墳場（九龍）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。



學生團契聚會

校內活動

二零二六年三月十六日至二十三日舉行福音周，推動學生參加福音周內各項活動。

七、音樂科

塑造健康校園

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，提升學生的探究及自學能力。

確立服務型學校

- ① 混聲合唱團、管弦樂團和中樂團在二零二六年一月三日舉行的呂中資訊日，分別於禮堂及一樓平台公開演出。
- ② 二零二六年四月三十日的綜合藝術表演 (Variety Show) 順利舉行，混聲合唱團、小組合唱、管弦樂團及中樂團均參與其中。
- ③ 音樂學會將於七月舉辦音樂日，於農曆年假後開始報名，期望學生踴躍參與。

校外活動

- ① 混聲合唱團參加香港校際合唱節 2026 及第七十八屆校際音樂節，均獲銀獎。
- ② 弦樂團及管樂團於本年度起合併為管弦樂團，並參加了 2025 香港青年音樂匯演交響樂團匯演、第七十八屆校際音樂節和聯校音樂大賽 2026，分別獲得銅獎和兩項銀獎。中樂團於聯校音樂大賽 2026，獲得金獎。
- ③ 第七十八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。

八、視覺藝術科

塑造健康校園

① 中一、二級共五位學生參與由電影、報刊及物品管理辦事處主辦的健康貼圖設計大賽，以貼圖宣傳健康的訊息。

② 12位中一、四、五學生參與賽馬會科藝共融計劃2025/26年度共融藝術×科技學生工作坊。他們的互動作品於二零二六年二月在該計劃的展覽《感知蛛絲竊住枝樹枝 Embody Envision Ensemble》，在香港文化中心大堂展出。

③ 中四、五視覺藝術科學生參與2025-26浸信會呂明才中學藝術家駐校計劃。兩位藝術家均喜歡寫生，在兩位藝術家帶領下，二零二六年一月兩級一同到獅子亭寫生，觀賞沙田全景，及後由道風山徒步到沙田。

建立學習社群

① 中一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軟件認識古建築。

② 十位中三、五學生和400位其他學校的學生一同參與香港教育大學×徐冰工作室《天地同框》太空藝術教育計劃。本校學生的AI短片作品被選中登上徐冰教授的藝術衛星「SCA-3號」，呈現在太空。

確立服務型學校

① 美術學會的30位學生參與了第二屆呂中校友展覽《最燦爛煙火》，呂中舊生邱國強先生與每位學生共同創作有關煙花的作品。

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 中四視覺藝術科學生於二零二五年九月參觀位於PMQ元創方的工作室「當代印藝」。



中四視藝同學參觀 PMQ 版畫工作室



天地同框太空藝術教育計劃嘉許禮

② 中五視覺藝術科學生參加2025年「大華銀行年度水墨藝術大獎」，5C陳希晴獲銀獎，5D李雪晴獲銅獎，5C鍾澄、錢澄伊、5E莫凱程入圍。

③ 由饒世康、5E黃昕及5E莫凱程參加由古魏博物館及WeMakeGift合辦的「青花茶壺設計大賽」，均獲優異獎。

④ 5D羅芷鈴於「第二屆大灣區粵劇繪畫創作大賽2024/25」（青年組）優勝。

⑤ 5E黃昕於由中港新世代協進會及製衣業訓練局合辦的「第六屆MY STAGE全港中學生可持續時裝設計比賽」獲優異獎。

⑥ 中四、五視覺藝術科學生參與M+導賞團。中四學生參與「設計師的夢與實踐」；中五學生參與「中國當代藝術搞邊科?」。

⑦ 視覺藝術科學生參與「培道第二屆創意花鈕設計（全港中學）邀請賽」，3B陳愷柔獲冠軍、5D李雪晴獲亞軍、5C徐奕筠獲季軍、3B陳加悅及4D李澄熙獲優異獎，5A葉承希、5C錢澄伊及5E張巧琳獲良好獎。

⑧ 美術學會及中五視覺藝術科學生於三月參觀於香港知專設計學院 HKDI Gallery 的「多元未來——Ars Electronica x HKDI 電子藝術展」。

⑨ 3D葉子懿、6D梁證恩、6E歷潔睿的作品入選教育局課程發展處藝術教育組主辦的「學生視覺藝術作品展2025/26——金禧誌慶」，其中6D梁證恩獲得金獎。

校內活動

① 二零二六年一月，開展2025-26浸信會呂明才中學藝術家駐校計劃。本年度的駐校藝術家是黃進曦先生（中五）及李香蘭小姐（中四）。

② 中四視覺藝術科學生於二零二五年九月參與藝術家王天仁的木作坊，設計了校內的展示板。

③ 12位學生參與了賽馬會「傳·創」非遺教育計劃：

廣彩藝術。

④ 呂中藝術節（OLE Day）中有八個不同媒介的工作坊予中四、五學生。

九、戲劇科 塑造健康校園

① 中一級：發掘身體作為「表演載體」的可能性

由身體出發，透過劇場遊戲與練習，加深學生對自身身體的認識，提升其對身體的敏感度，從而善用身體培養專注力，並學習與他人協作。

② 中二級：認識「舞台」和「製作」

學生透過參觀學校禮堂、舞台及後台，認識各個製作崗位的職能與特色，之後全班共同創作屬於自己的「小型製作」。老師根據學生意願分組，包括：演員、舞台管理、服裝（化妝）、佈景及道具、燈光、音響等，讓學生透過體驗明白後台團隊也是創作的一環。不喜歡在幕前演出的學生，亦能享受另一種創作與表演的樂趣；而「小型製作」亦大大鼓勵學生盡情發揮創意。

建立學習社群

① 中一級課程經過調整後，學習成效更為顯著。上學期以提升學生的自我意識為核心，着重培養學生對自身思想、感受及身體的敏感度與表達能力，並延伸至觀察他人，促進學生間的互相交流與學習。下學期則以「應用劇場」為骨幹，讓學生初步接觸不同劇場形式，如「論壇劇場」，培養同理心，並在情境中學習作出選擇與回應。

② 中二級單數班別全班16位學生共同參與「小型製作」，旨在培養學生的高度協作能力。本學年，學生整體學習成果較去年有明顯提升。

③ 中二級跨科協作，戲劇科與音樂科合作，促進學生共學體驗。一月期間，特別邀請「新約舞流」為學生設計三週循環課堂，讓學生探索身體的多元可能。



《真鮮味大排檔》創作團隊到熟食檔作實地考察，汲取靈感



《真鮮味大排檔》劇照

性。學生反應熱烈，普遍認為課程富有新鮮感且具啟發性。

④ 中三級跨科協作，戲劇科與英文科合作，教授廣播劇本寫作技巧。

確立服務型學校

① 中一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、中國文化裏的方言文化及學習尊重多元文化。

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。

校外活動

① 戲劇學會於2025/26香港學校戲劇節「學校演出期」，在本校禮堂首演主旨為「堅持」的劇目《真鮮味大排檔》，並於綜合藝術表演重演。由學生擔當編、導、演、佈景服裝及燈光音響設計、舞台管理、後台技術執行等，全員共60人。演出獲獎如下：

- i 傑出劇本獎：5B 羅嘉銘
- ii 傑出導演獎：5C 徐奕筠、鍾澄
- iii 傑出演員獎：1C 符緯天、1E 馮蘊知、3D 陳芷榆、4E Chiara Garofano、4F 香港汎

iv 傑出舞台效果獎

v 傑出合作獎

vi 傑出整體演出獎

② 戲劇學會舉辦「舞台劇觀賞」活動：

- i 香港話劇團製作，正劇《兒子》
- ii 中英劇團製作，鬧劇《你個戲壞咗呀！》
- iii 中英劇團製作，希臘悲劇《美狄亞》
- iv 愛麗絲劇場實驗室，莎士比亞悲喜劇《冬天物語》

校內活動

① 戲劇學會幹事會於小六中學生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。



舞台支援組訓練

② 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的演出和後台製作。

③ 舞台支援組全年舉行了九次燈光及音響基礎理論課以及實踐訓練，以栽培新成員，成效理想。亦為本校全年各大小活動如：家長晚會、校友日、中六惜別會、呂中綜合藝術表演、畢業禮、各午間音樂會及周會等提供舞台燈光及音響支援，團隊整體能力及士氣大大提升。



Home Economics Society



F3 students present during P6 experience day

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 three to five 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。技能包括運用工具及機器，所以課程着重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，以提高安全意識，培養學生的「健康和安全」素養。

② 本科老師注重培養學生進行設計專題研習及參與比賽的正确態度，使學生透過不同的社交技巧有效地提出自己的想法，同時能尊重其他組員的意見，實踐團隊精神，達至互惠共贏。

③ 中一級創意思維訓練的習作中，學生透過「Rube Goldberg Machine」的設計思維模式，設計一個能自動製作一碗「蔬菜沙律」的創意裝置。

④ 中二級產品設計專題習作中，學生自行設計並製作一個LED「打氣燈牌」，透過操作雷射切割機把自己設計的圖案和打氣字句雕刻在燈牌上，讓學生在日後遇到困難和壓力時為自己打氣加油，勉勵前行。

建立學習社群

① 積極推動STEM學習，整合科學、科技、工程及數學等各元素於設計習作，並培養學生透過設計思維的方式去解難，發揮創客(Maker)精神。

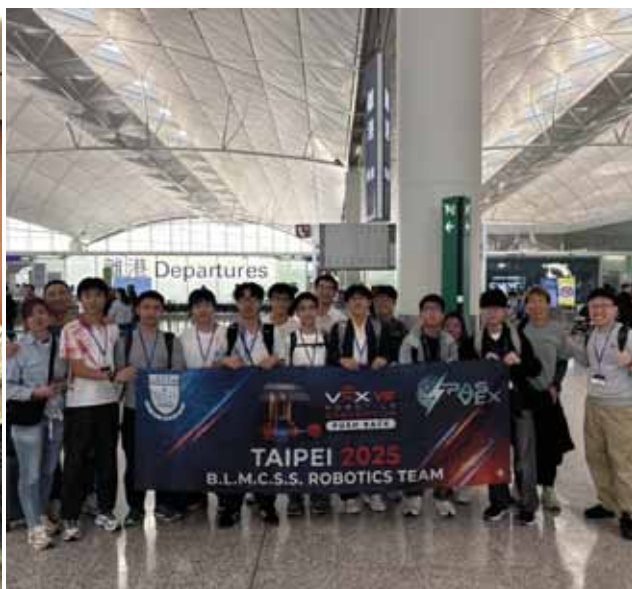
② 課程使用設計思維方式解難為主軸，並加入各科技要素，以個人或小組專題研習形式，引導學生自主和協作學習，運用創意和科技去解決與生活息息相關的問題。

③ 在中二級的產品設計的專題設計習作中引入自主學習元素，使學生透過自學、互學、共學及導學等方式，把人工智能生成的標誌拼合在3D立體圖中打印出來學生。在過程中可學習設計時所需的工程考量。

④ 在中二、三級皆引入人工智能的應用。在中二級的3D打印習作中，教導學生如何使用人工智能生成圖案並結合學生的設計透過3D打印機列印出來。



香港工程挑戰賽 2026 本校首獲最高級別的卓越獎



PAS-VEX V5RC Signature Event at Taipei

在中三級的機器車習作中，學生運用人工智能鏡頭辨認目標物，並指令機械車夾起目標物。

⑤ 鼓勵學生於設計比賽運用人工智能及物聯網等技術，解決日常生活遇到的難題。

⑥ 鼓勵學生參與本地或國際創新科技比賽及活動。比賽分競技和設計解難兩個類別。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。設計解難的類別中，學生自行發掘生活中的難題，以機械、微型電腦、人工智能和編程等技巧，設計和製作作品解決難題。

⑦ 在創客教室提供與設計和技術相關的書籍和材料，鼓勵學生借閱。另外在每級都提供與設計和科技相關的閱讀材料，讓學生對現時最新科技的特點和應用都有更多的掌握。

⑧ 本科老師經常開放課堂並安排互相觀課，交流教學安排。

⑨ 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。老師透過參與課研、教研、座談會、工作坊和茶會等，不但提升專業水平和素養，更與其他教育界的同工交流實踐經驗。

⑩ 本科老師加入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。

⑪ 本科老師均積極參加由教育局或其他教育專業團隊舉辦的校外研討會，提升教學專業。

確立服務型學校

① 「呂中創客嘉年華 Maker Faire」舉辦於二零二六年一月三日。詳見「跨科組協作活動」。

② 香港理工大學邀請七位中五級學生，在香港會議展覽中心「樂齡科技博覽暨高峰會」，展示他們在「愛·創者樂」比賽中得獎的作品，逾200位公眾人士進場。他們的作品旨在幫助長者緩解認知障礙症的症

狀。學生們在展覽中向在場人士分享作品的製作理念和提供體驗活動，從中聽取不同意見以改良產品，日後設計作品時，便可更切合長者的需要。

- ③ 組織至少十隊學生隊伍參與以聯合國「全球永續發展」為目標的比賽項目。學生不但可從中學習，更可以為地球的永續發展出一分力。

校外活動

- ① 上學年，本校學生參加 WRO 香港區選拔賽 2025。「未來新創家」組別中，2D 高柏翹、曹敏莉、廖雅瑩獲亞軍；2B 劉穎蕎、2D 黃奕誠、2E 黃靖茹獲金獎。「機械人運動賽網球雙打」組別中，1B 童稀榮、2A 陸子霖、2C 李駿希獲季軍。「機械人運動賽」組別中，1A 祝好、梁皓禎、1E 黃宇洋奪得殿軍；2C 葉晉森、吳恩霖、2D 胡嘉信獲金獎。「未來工程師」組別中，3E 李昊栩、4A 伍世麒、4E 陳康萃獲銀獎。

- ② 上學年 1D 馬芊嫻、葉鎮榮、廖晨澤及黃晉傑於 2025 香港機械人盛會，獲第八名。

- ③ 二零一五年九月，本校學生參加 WRO Open Championship Asia & Pacific - Philippines 2025 2E 黃宇洋、3B 陸子霖、3D 李駿希於「機械人運動賽」的分組循環賽獲第四名；3C 葉晉森、4A 李昊栩於「未來工程師」組別獲第九名；3B 高柏翹、3E 曹敏莉、廖雅瑩於「未來新創家」組別獲第九名。

- ④ 十月，3A 黃奕誠、3B 高柏翹、3E 曹敏莉、廖雅瑩、4A 李昊栩、5A 伍世麒、關子泫參加社區創新大賽 2025。

- ⑤ 十一月，共有 18 位學生參加創新科技嘉年華 2025。

- ⑥ 十一月，4A 李昊栩、5A 陳靜、伍世麒、5B 丁煒晴、李嘉慧、5E 陳亭羽、郭琇彥獲邀在樂齡科技博覽暨高峰會 (GIES) 向在場超過 2500 名到場人士展示他們去年獲獎創新成果。

- ⑦ 十一月，5A 陳雋庭、滿恩俊、5B 陳凱程、歐澤豪參加 2026 香港機械人公開賽，獲創意獎。

- ⑧ 十二月，4A 張頌朗、張亦希、鄧俊恒、4B 黃彥鈞、4E 陳朗謙、5A 陳雋庭、滿恩俊、5B 歐澤豪、陳凱程參與在台北舉行的 2025-2026 VEX TAIWAN OPEN V5RC Tournament (MS/HS)，與在場 12 隊來自 12 個國家或地區的隊伍一起進行比賽。

- ⑨ 二零二六年一月，本校學生參加第六屆「愛·創耆樂」設計賽。4A 李昊栩、5A 陳靜、伍世麒、5B 丁煒晴、李嘉慧、5E 陳亭羽、郭琇彥於公開組中獲「最受用者喜愛獎」；2D 祝好、廖晨澤、3B 高柏翹、3E 曹敏莉、廖雅瑩入圍決賽。

- ⑩ 一月，本校學生參加香港工程挑戰賽 2026 預賽。4A 張亦希、鄧俊恒、4B 趙信文、黃彥鈞獲冠軍和卓越獎；4A 張頌朗、4E 陳朗謙、5B 陳凱程獲殿軍。二月，學生繼而參加香港工程挑戰賽 2026。2B 馬芊嫻、5A 陳雋庭、滿恩俊、5B 歐澤豪獲卓越獎；4A 張亦希、鄧俊恒、4B 趙信文、黃彥鈞獲驚奇獎。四月，2B 馬芊嫻、5A 陳雋庭、5B 歐澤豪因而前往美國聖路易市代表香港參加由 Robotics Education & Competition Foundation 主辦的 2026 VEX Robotics World Championship，與在場超過 850 隊來自 60 個國家或地區的隊伍一起進行比賽。

- ⑪ 一月，本校學生參加 Minoan Robotics Competition 機械人奧運會香港區選拔賽。「機械人展覽賽」組別中，3B 高柏翹、3E 曹敏莉、廖雅瑩獲季軍；「機械人足球賽」組別中，1E 胡雅好、梁傑鈞、余一淳、2B 曾俊桑、2E 童稀樂獲季軍。

- ⑫ 二月，本校學生參加 2026 Robofest 香港區選拔賽。「機械人挑戰賽」組別中，3A 吳恩霖、3B 胡嘉信、3C 葉晉森、3D 葉侍森、3E 吳子彬獲亞軍，2C 廖栢謙、2D 文字澤、2E 黃宇洋、3A 黎信之、4B 趙信文獲銀獎；「機械人創意賽」組別中，3A 黃奕誠、3B 劉穎蕎、3C 黃靖茹獲金獎。

- ⑬ 二月，1D 花溟迦、劉梓熙、丁朗、王庭熙參加 Global Game Jam 香港 2026，獲「最佳家庭遊戲」和「最踴躍參與學校獎」。

- ⑭ 三月，5A 陳靜、伍世麒、5E 陳亭羽參加第 28 屆香港青少年科技創新大賽。

- ⑮ 三月，1D 梁子翹、黃暄、黃思質、余若蘭參加張宗憲 AI x XR 數碼藝術教育計劃：AI 數碼古董珍玩藝術設計比賽，進入決賽。

- ⑯ 四月，3B 高柏翹、3E 曹敏莉、廖雅瑩前往希臘克里特島參加 Minoan Robotics Competition Competition Global Olympiad，與在場超過 900 隊來自 40 個國家或地區的隊伍一起進行比賽，並於「機械人展覽賽」組別中獲第九名。

- ⑰ 七月將有四位學生參加香港機械人盛會 2026，並另外有三位學生擔任裁判等工作人員。

- ⑱ 七月將有 20 位學生參加世界奧林匹克機械人競賽香港區選拔賽 2025，於「機械人任務賽」、「未來新創家」和「機械人運動賽」組別中一展身手。

校內活動

- ① 設計與科技學會為學生舉辦課後活動，包括四驅車模型製作和比賽、電子時鐘焊錫習作、滑翔機製作和比賽、氣動機械臂、雷射雕刻和其他 STEM 相關活動。也鼓勵有興趣和潛質的學生參加各項校際創意發明及機械人比賽。

十二、體育科

塑造健康校園

- 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80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 於課堂中加入體能訓練及繞校園跑步環節，加強學生的體能鍛鍊。

建立學習社群

本科以電子裝置拍攝學生運動時的動作，讓學生即時檢討、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 於學校網頁公布學生在公開賽事中的出色表現，除了送上慶賀祝福，更讓學生作為呂中人感到自豪。
- ③ 本科與其他科組於二零二六年二月四日至十一日合辦中華文化周，詳見「跨科組協作活動」。

校外活動

- ① 參加學界體育比賽，包括：水運會、陸運會、越野、籃球、足球、排球、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、乒乓球。

校內活動

- ① 舉辦校內水、陸運會。
- ② 舉辦校內社際球類比賽，包括籃球、排球、羽毛球及乒乓球。

十三、科學科

塑造健康校園

配合現有課程，讓學生學習健康知識，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，探討如何透過AI促進科學教育。課題包括中一的生物分類，以及中二的溫室效應的影響。

- ② 參與由教育局推動的「AI in Science Education」計劃，並夥拍香港教育大學設計AI教學活動。

- ③ 兩位老師參加由香港中文大學主辦的AI課程，學習如何於科學科的教與學策略中運用AI。

確立服務型學校

- ① 透過課外活動小組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；並進行環保活動，例如廢物利用、清潔沙灘、清潔山徑等。

- ② 參與「沙田區中小學科學夥伴種籽計劃」，協助區內的小學推行於25-26年度開展的小學科學科。本年度將協助沙田崇真小學及天主教聖華小學推行科學科教育。

校外活動

- ① 五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）」。本校學生與來自超過十間不同中小學的學生一同進行關於微藻及微氣候的科學實驗，更到火炭明渠採集污水樣本並進行實驗。

- ② 一位學生參加由港燈主辦的「綠得開心大使」計劃。

- 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。

- ④ 八位中一、二學生參加2026國際青少年科學碗競賽，並分別獲得總冠軍及冠亞季軍等獎項。

- ⑤ 三位中二學生參與由Smart City Academy主辦的「EduSpark Dialogue」，分享如何利用人工智能突破學習上的限制。

- ⑥ 兩位學生參與由太空館主辦的「少年太空人體驗營2026」甄選。甄選結果稍後公佈。

- ⑦ 本校將於二零二六年七月與浸信會呂明才小學及培道小學聯合舉辦內蒙科學治沙及科學探究遊學團。名額共40名，本校佔20名，另外兩間小學共佔20名。

校內活動

- ① 中一級學生進行紙過山車活動。學生親自製作過山車，了解能量轉換的過程，體驗STEM樂趣。
- ② 中二級學生進行電容驅動小型車比賽，讓學生生活用課堂所習得有關電的知識，並訓練動手能力。

- ③ 中二級學生進行自選實驗活動，學生自選一項科學實驗進行探究，提升科學研究素養。

- ④ 上學期舉辦科學周會，進行各項趣味科學活動，師生均投入參與。

- ⑤ 於二月開展淡水珍珠蚌養殖研究項目。學生養殖珍珠蚌，研究以蚌淨化水源的效能，並且利用所養殖的珍珠製作首飾。項目共有25位中一至中四學生參與。此為呂智麗醫生贊助的「科研創未來」教育項目之一。

十四、物理科

塑造健康校園

- ① 配合現有物理科課程，於各級別的以下課題中強調物理科對個人健康的影響，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進行各種活動。

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以及防護和矯正方式，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 設立物理奧林匹克訓練班，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。訓練班提供筆記、練習及網上學習資料，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 課堂中探討課題之問題，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培養學生的創造能力。學生需於測試太陽爐的成效後作匯報，並由其他同學以自備裝置即時評分或點評，從而加強學生的溝通和協作能力。
- v 於學科共享雲端上提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、視頻和閱讀材料。學生能按自己的興趣和能力參與自學，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



全港校際航空比賽——飛行模擬



香港青年物理學家競賽 HKYPT 2026

升學生應試之信心和技巧。

② 自主學習

- i 利用學科共享雲端，有系統地發放教材及收集作業，便利學生自主學習之，加強學習互動和效能。
- ii 透過互動課堂錄影推動高中學生自學。
- iii 於本校圖書館內提供自學材料和練習，鼓勵學生善用餘暇和空堂時間借用自習。
- iv 配合學校發展方向實踐協作課研(CLS)在議課中計劃課堂推動學生進行自主學習(SRL)。本年度協作課研的課題為中四級力學跨課題題目(Cross-topic questions in Mechanics)。

③ 人工智能與資訊科技

- i 於課堂實驗中利用手提電話內置感測器和 Wireless sensor 測量實驗數據並以 Data logger 記錄。
- ii 校本設計中五級香港海洋公園物理探究課程和教材。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 本科老師積極參與公開試評卷工作，並獲香港考試及評核局委任為科目委員會(物理科)委員及校本評核分區統籌員。
- iii 本科老師獲教育局課程發展議會邀請擔任科學教育委員會之委員。
- iv 本科老師獲教育局邀請擔任新任物理科教師校本評核課程(Induction Course for New Physics Teachers on SBA)之客席講員。該課

程在三月十九日下午於本校物理實驗室進行。共27位物理科教師蒞臨參與。

v 本科參與香港中文大學物理系「Summer Teacher Apprenticeship (STAR)」計劃。透過安排該系本科生到校擔任實習教師助理，由本科老師擔任督導老師，指導其實習教學實務，包括編製教學資源、帶領科學活動，並透過課堂觀察及主持小組導修課，優化教學支援。

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的分別及能耗對環境的影響，由此注意到善用資源和可持續發展的重要，明白維護生態安全和資源安全的必要性。

校外活動

- ① 上學年推薦四位中五學生參加由王肇枝中學主辦的「王肇枝物理大比拼」。
- ② 上學年推薦中三至中四學生參加由香港資優教育學苑主辦的「2025 香港物理奧林匹克」。兩位學生獲二等獎，一位學生獲三等獎，兩位學生獲優異獎，本校榮獲學校最佳表現獎（全港第九名）。
- ③ 上學年推薦兩位中五學生參加於二零二五年七月二十五日至二十七日由香港大學天文學會舉辦的「暑期天文班2025」。
- ④ 上學年推薦兩位中四學生參加由香港中文大學少年英才科學院舉辦的暑期課程2025「相對論與粒子物理學」。
- ⑤ 推薦兩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2025-26。

⑥ 中五級學生於一月十日在香港海洋公園進行校本物理科探究課程。學生在不同的機動遊戲上應用所學的物理知識，透過親身體驗和使用儀器量度，增強學生的物理知識和興趣。並透過工程人員講解，了解機動遊戲設計和運作運作的原理。

⑦ 推薦四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）。

⑧ 推薦五位中四至中五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 2026。參賽學生於二月七日晉身決賽，與另外13支入圍隊伍進行學術辯論，以科學實證及邏輯思維展示並討論其研究成果。最終榮獲銀獎佳績。其中一位隊員更獲邀參加香港代表隊培訓，有望代表香港出戰澳門青年物理學家競賽。

⑨ 推薦三位中四學生參加由Aerosim主辦之全港校際航空比賽AIAAT 2026。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。

⑩ 安排中三至中五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。

校內活動

- ① 上學年二零二五年六月二十日試後活動期間為十名初中學生舉辦一節趣味實驗活動，主題為「重心探索」，由香港中文大學物理系本科生擔任導師。
- ② 上學年二零二五年七月三日和四日為中四和中五學生舉辦兩節科學電影工作坊，主題為「Physics in the Movies - Interstellar / Oppenheimer」。由香港中文大學物理系本科生主講，兩節共有22人參與。
- ③ 上學年二零二五年七月至八月暑假期間為中四級開

辦補底班，逢星期二舉行。由香港中文大學物理系本科生任教，共有十位學生參與。

④ 為中六級學生於九月至十二月開辦DSE溫習班，逢星期六舉行。由校友任教，共六位學生參與。

⑤ 為中二至中四級數理資優之學生於十月至五月開辦兩班物理奧林匹克訓練班。由溫校長及校友任教，逢星期六舉行。本年度共有25人參與。

⑥ 二零二六年一月二十九日，科學學會舉辦了主題為「馬鈴薯砲」之活動，共20位學生參與。

⑦ 四月二十三日，科學學會舉辦了主題為「自製照相機」之活動，共14位學生參與。

⑧ 五月七日科學學會舉辦了主題為「電動機制作」之活動。

⑨ 為中四、五級學生於五月開辦備試小組，由香港中文大學物理系本科生任教。

十五、化學科

塑造健康校園

於課程加強學生對健康的關注，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

今年於中三推行協作課研，課題為「共價鍵」。

確立服務型學校

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。

校外活動

- 學生參與各項活動，包括：
- ① 21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。學生參

加一系列的網上研討會以學習各種化學知識，提升提問技巧及增加科學素養。

- ② 六位學生於下學期參加香港城市大學、香港化妝品化學師協會、香港化粧品同業協會合辦的2025港澳中學化妝品配方比賽。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教育局科學教育組與香港浸會大學化學系合辦的中學生分析化學挑戰賽（2025/26）。

校內活動

本年度科學學會舉辦以下活動：電蝕刻——電鍍的應用、薯仔槍——酒精的燃燒、晶體玫瑰、感溫舒壓球（水晶泥）。

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

中三至中五級進行小組專題研習，讓學生了解「超級食物」、「心肺適能」及「心理健康」對維持身體健康的重要性。

建立學習社群

① 資優教育

- i 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2025」。本校團隊獲得學校最佳表現獎（第七名），其中一位學生獲得銀獎，兩位學生獲



生物學會 魚類解剖



岩岸考察

得銅獎。

- ii 四位中五學生參與由香港大學醫學院及香港津貼中學議會合辦的Hong Kong InnoHealth Cup比賽，今年主題為「健康科技與創新」。學生為比賽設計海報，並進行匯報。

- iii 八位中五學生參加由香港數理教育學會、英國皇家生物學會香港分會、香港教育大學及香港大學合辦的「生物學素養競賽2025/2026」，三位學生獲得一等榮譽獎，兩位學生獲得二等榮譽獎，一位學生獲得三等榮譽獎，兩位學生獲得優異獎。其中四位學生更晉級參與「三分鐘匯報比賽」。

- iv 九位中四級學生及一位中三級學生組成本校iGEM Team，與另外五間學校組成聯校隊伍參與iGEM 2026。iGEM Team的訓練及科學研究已於二零二六年二月展開。

② 自主學習

- 提供學科材料和練習，鼓勵學生善用餘暇自主學習。
- ③ 中五級將在科學探究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 中三：透過閱讀學習，讓學生了解瀕臨絕種動物面對的威脅，加強學生的保育意識，也認識國寶熊貓的特性；同時也讓學生了解中國研發新式血液測技術，從而了解國家在科研領域上的發展。

- ii 中四：在「生態學」課題中，同時透過閱讀學習，讓學生了解中國在環境保育的工作。

- iii 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；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。透過閱讀學習，讓學生了解中國在環境保育的工作。

iv 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。透過閱讀學習，讓學生認識香港及內地科學家研發出阿茲海默症早期檢測技術。

校外活動

① 上學年三位中五學生於二零二五年六月到港怡醫院跟隨資深醫生半天臨床實習，透過觀察認識醫生診療病人的工作。

② 三位中五學生於二零二五年十月到長洲參與由「明愛陳震夏郊野學院」舉辦的岩岸考察活動，認識岩岸生態。

③ 五位中五魚菜共生學會委員於二零二五年十月二十五日參觀香港大學中醫學院，參與由香港大學中醫學院教授和導師主持的中藥香囊工作坊。

④ 魚菜共生學會成員、中四及中五共 25 位學生參觀香港浸會大學中醫學院，導賞介紹包括中醫博物館及中醫藥實驗室，了解中醫的理論與實踐。

校內活動

① 生物學會於二零二五年十月至二零二六年五月舉行了七次活動，第一次為海洋公園遊蹤；第二次為提取水果 DNA 競賽；第三次為制作彩虹彈力雞蛋；第四及第五次為魚類解剖活動；第六次為逃離生物實驗室活動；第七次為香港大學提供的講座，主題為「青少年成長的秘密：長高背後的生物學」。

② 魚菜共生學會於十月至五月舉行了八次校內活動，第一次為金盞花播種工作坊；第二次為中醫藥入門講座，由香港中文大學導師主理；第三次為金盞花曲奇餅工作坊；第四次為種植工作坊；第五次為植



香港農業活動研究



馬鞍山郊野公園地理考察及燒烤活動

物健康生長要素講座及實驗；第六次為金盞花活性成分萃取實驗；第七次為金盞花香皂及潤手膏製作工作坊；第八次為中醫藥劇本殺。

③ 香港中文大學生命科學學院教授於五月前來本校舉辦講座，讓學生了解生命科學領域的研究，同時讓學生認識中文大學生命科學學院的不同學系。

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，讓學生通過探索自然保持健康，又透過戶外活動促進團隊合作及戶外技能，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。學生根據社區特色，設計創新的導覽路線，例如中西區城市定向活動，以提升學生對社區的認識和歸屬感。學生亦與居民互動，並通過各種 IT 技術和應用探索社區，建立學生的收集、分析數據及訪談等技能。

自主學習

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「如何解決香港的都市問題？」，學生提出可行的解決方案，並列舉具體示例。

iii 運用由薈色園主辦可觀自然教育中心暨天文館研發的「氣候變化地理電子學習教材 2.0」進行 IT 教學，例如虛擬實境，遊戲化地理。

iv 運用由土木工程拓展署土力工程處製作的「中

學地理數碼學與教支援教材」進行之教學，例如岩石3D立體標本、山泥傾瀉虛擬實景體驗，互動遊戲等。

校外活動

- ① 八名中五級及一名中一級學生於二零二五年十二月參加亞洲資優教育協會主辦的2025亞洲青少年地球科學奧林匹克競賽，並獲榮譽證書。
- ② 四名中五級學生於十二月十三日參加香港地理學會舉辦的「第十五屆香港地理奧林匹克」，並獲參與證書。
- ③ 野外考察：中四及中五地理科學生分別於二零二六年一月二十二日及九日參加畜色園主辦可觀自然教育中心暨天文館舉辦之實地考察課程「香港農業活動研究」及「馬屎洲地質考察」。
- ④ 五名中五級學生於三月二十日參加可觀自然教育中心暨天文館及香港天文台主辦，香港氣象學會及社區天氣資訊網絡協辦的「天氣觀測專題探究比賽2026——微氣候與市民的生活」，比賽結果將於六月公佈。
- ⑤ 地理學會
 - i 二零二五年十月二十八日舉辦青衣自然徑夜行活動。
 - ii 十一月十五日舉辦馬鞍山郊野公園地理考察及燒烤活動。
 - iii 二零二六年一月二十四日舉辦中西區城市定向活動。
 - iv 三月二十六日舉辦西高山觀賞日落活動。
 - v 四月十八日舉辦塔門探索活動。

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。



參觀「唐風萬里展覽」



第九屆中國歷史校際精英問答比賽

- ② 透過中央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 各級課堂推行協作課研，如中一級「漢武帝政策與西漢立國政策關係」、中二級「鄭和下西洋原因及影響」、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 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。
- ④ 於課堂展示佳作成果，讓學生彼此學習。

確立服務型學校

- ① 本科與其他科組於二零二六年二月四日至十一日合辦中華文化周，詳見「跨科組協作活動」。

校外活動

- ① 二零二五年六月至七月期間，二位學生參加由康樂及文化事務署轄下非物質文化遺產辦事處主辦的「『香港處處有非遺』鎖定自拍熱點」活動。
- ② 上學年CB黃嘉俊在香港大學中國歷史研究文學碩士課程同學會主辦的「第十六屆全港中學中國歷史研習獎勵計劃(2024-2025年度)」中獲得初級組二等獎。
- ③ 與公民與社會發展科共同推廣「全方位學習——香港中華文化萬里行」計劃，鼓勵學生於閒餘時參觀博物館，培養學生學習中華文化的興趣。
- ④ 與公民與社會發展科合作，率領中一級部分學生觀賞由沙田民政署及宏建社區主辦「沙田區學界愛國教育電影欣賞會《里斯本九沉沒》」。
- ⑤ 中二、三級學生參加國史教育中心舉辦的「年度中國歷史人物選舉2025專題研習報告比賽」。

- ⑥ 本學年推薦學生參加由招商局慈善基金會贊助的第四屆「香港故宮學生文化大使」計劃，計劃由伍子悠成功入圍，並將會獲得文化大使計劃訓練。
- ⑦ 參加由「巴士的報」主辦的第八屆中國歷史校際精英問答比賽。
- ⑧ 推動高中學生使用由教育局主辦，中國文化研究院協助製作的「悅識中史高中中國歷史科學生自學平台」，學生可自行練習，提升應試能力及信心。

校內活動

- ① 中史學會全年共舉辦了五次活動，令學生在課堂外認識中國歷史另一面。
- ② 中四、五中史科共廿位學生於二零二五年十一月十日參觀由古物古蹟辦事處主辦的「唐風萬里：多元交融開放的盛世」展覽。
- ③ 十月至十二月舉辦中六級中史精進班共八次。
- ④ 二零二六年三月三十日至四月一日，與公民與社會發展科合作舉辦「廣州近代史考察團」，讓學生認識廣州在清朝及近代史的重要性。
- ⑤ 五月舉行中二級溫習班。

十九、世界歷史科 塑造健康校園

- ① 初中課堂探討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，例如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。
- ③ 透過世界歷史科與歷史學會的多元化活動，為學生提供課後及戶外的身心靈活動空間。將歷史探究與心理健康教育結合，達到「寓學習於娛樂」，減輕學生的學習壓力。



歷史學會沙頭角考察活動



小小歷史學者培訓計劃

建立學習社群

- ① 於中三進行協作課研，題目為冷戰起因與主要發展，以配合課程，教授學生判斷促使冷戰出現的最重要因素。
- ② 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。
- ③ 同工積極參加校外研討會，共同提升教學專業。
- ④ 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。

校外活動

- ① 配合香港史課題，二零二六年二月舉行中五級本地史考察。
- ② 中一至三學生參加教育局舉行的「歷史科電子閱讀獎勵計劃2025」並獲得嘉許獎及優異獎。
- ③ 上學年三名中三級學生參加由教育倡行舉辦的「小小歷史學者培訓計劃2024-2025」榮獲中華文化承傳大使獎；本學年推薦三名中三級學生參加「小小歷史學者培訓計劃2025-2026」。
- ④ 二零二六年六月下旬組織33名師生赴日本九州進行五天考察，重點研習長崎二戰原爆遺蹟及明治維新現代化。透過實地視察讓學生結合課本知識，深化對中日關係及日本文化發展的認知，加深對戰爭禍害的反思。
- ⑤ 中六級於二零二五年十一月和十二月開辦文憑試試前溫習班，由退休經驗老師負責任教。
- ⑥ 中一至三級於二零二五年十一月和二零二六年五月開辦試前溫習班，由校友負責任教。
- ⑦ 二零二六年一月舉行中六模擬試，共九位學生參與。
- ⑧ 歷史學會全年共舉辦五次活動，主題分別為「Flag Trivia」、「Trial on History: Napoleon vs Hitler」、「沙頭角實地考察」、「Defense of the Rampart-Epic History

Challenge」,「Historic Q&A Tournament」,令學生認識在課堂外歷史的另一面。

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,以提高學生對健康生活習慣的認識。
- ② 五名中三級學生參與由香港防癆心臟及胸病協會主辦之「健康校園由你創2025—2026」比賽並入圍總決賽。團隊透過設計監測坐姿的AI工具及舉辦校園活動,推廣脊椎健康意識。

建立學習社群

- ① 初中繼續推行AI人工智能課,讓學生認識其應用及道德議題。高中則以「使用AI學習網頁編程」作為本年協作課研項目。
- ② 各級繼續優化專案學習(project-based learning),讓學生有更多協作解難及運用創意的機會。本年亦增加學生互評的次數。
- ③ 繼續使用網上平台(包括HKOI Online Judge及Grok Academy),讓學生按進度自學。高中以Canvas為平台,讓學生互評及分享。
- ④ 本科老師加入業界群組如HKACE及AITLE。本學年亦參與AILE模擬試卷的擬題工作。

確立服務型學校

- ① 初中人工智能課增設認識國家AI發展及善用AI等閱讀材料,並繼續「運用AI解決社區問題」的提案習作。
- ② 鼓勵初中班內資訊科技員參加「全港中學數字素養與能力獎勵計劃(YLEADS)」。

校外活動

- ① 上學年五名中五級學生於二零二五年七月參加「第廿一屆港澳青少年網路技能大賽2025」,一名學生獲銀獎,另外四名學生獲銅獎。



編程訓練小組

- ② 上學年五名中二級學生在「數碼宇宙守護者2025 IC Recs創作比賽」中獲得優異獎。他們的影片《我們身邊太多假人》在200多個參賽作品中,名列初中組的前15名。
- ③ 十名編程小組學生參加由香港電腦教育學會及教育局合辦之香港電腦奧林匹克競賽(HKOI),三名學生成功進入決賽,其中一名獲得高級組優異獎。
- ④ 兩名學生參加「大灣區青少年人工智能及網絡安全挑戰賽2025」,成功晉身決賽,並在決賽中與來自廣東、香港及澳門的隊伍同場交流,最終獲頒「創意無限大獎」。
- ⑤ 13名編程小組學生參加由香港電腦教育學會及ICE Foundation合辦的「國際編程精英挑戰賽2025-26」。兩位獲金獎,四位獲銀獎,兩位獲銅獎,一位獲優異獎。
- ⑥ 兩名中五資訊及通訊科技科學生參加香港女子電腦奧林匹克競賽(HKGOI)。
- ⑦ 與設計與科技科合作,3A黃奕誠、3B劉穎菁、3C黃靖茹、5A伍世麒、關子泂參加Solve for Tomorrow 2025-2026比賽,主題為運用科技幫助長者運動。
- ⑧ 五名中五學生參加「5G校園應用創作比賽2025」,參賽提案為校園無人機巡邏系統。

校內活動

- ① 本年編程小組共有22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、競賽編程解難技巧。全年共舉行12次聚會。
- ② 編程小組在二零二六年一月Maker Faire攤位中,除了展出學生的編程及遊戲作品外,亦設計了與AI相關的體驗活動。
- ③ 四名資訊及通訊科技科學生於三至四月參加「運動科技及遊戲開發短期訓練班」,學習運用感應器於Python遊戲開發。

二十一、經濟科

塑造健康校園

- ① 本年度「EC Shop教育計劃」繼續以「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 本年度經濟科的教材設計加入與健康生活有關的經濟議題，包括討論增加煙草稅對降低吸煙率的成效，及如何改善本港醫療人手不足、出生率過低等問題。

建立學習社群

- ① 本科老師於本學年就中四級有關商業擁有權一課與企會財科合作進行協作課研，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、更新教學筆記及練習，安排測考，亦安排中六學生多次參加校內外舉辦的模擬試。
- ③ 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。
- ④ 本科老師每年均互相觀課、交流。本年度科組老師以觀課影片及實體觀課的形式，互相觀課一次。
- ⑤ 本科老師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，更有系統地思考教學問題，以提升教學專業質素。
- ⑥ 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。

確立服務型學校

本科於各級課程強化學生對本港經濟及內地經濟現況的理解，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



EC Shop 教育計劃

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。

校外活動

- ① 中四至中六經濟科學生參加 Project Morals & Money (Project M²) 教育平台以增加理財知識及財務智商。兩名中六學生於二零二六年一月舉行的2026香港經濟奧林匹克獲得卓越成績，B李凱揚奪得個人總分金獎，C楊凱博獲得個人總分銀獎。
- ② 中四、五經濟科學生參加經濟資訊圖表大挑戰2025/26「經濟資訊圖表知多少」網上問答自我挑戰（挑戰一），培養學生數據素養及提升閱讀和運用經濟資訊圖表的能力。另外有三組學生參加了「經濟資訊圖表設計及匯報比賽（挑戰二）」。
- ③ 中四、五經濟科學生參加全港理財爭霸戰2026網上問答比賽，除了學習更多理財知識，更從而認識香港在創新及金融科技發展。

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」，詳情請參考教學發展小組報告。
- ② 為幫助中五級經濟科學生鞏固課程所學，並把經濟學的理論活用到日常生活中，本學年舉辦「呂中經濟台」活動，讓學生學懂以經濟學理論分析時事，亦運用影音短片製作技巧完成作品。學生就短片拍攝內容進行匯報及解答老師與同學的提問，有助深化學生的經濟學概念應用。

二十二、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」繼續以「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 本年度本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 本科老師於本學年就中四級有關商業擁有權一課與經濟科合作進行協作課研，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

配配合國民教育，本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，並以於大灣區創業作示例，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，加入了中國的數據及例子作教學示例，使學生對國內營商機遇、商業活動及模式等有更多認識。

校外活動

- ① 中四至中六企會財科學生參加Project Morals & Money (Project M²) 教育平台以增加理財知識及財務智商。
- ② 中四至中五企會財科學生參加全港理財爭霸戰2026網上問答比賽，除了學習更多理財知識，更從而認識香港在創新及金融科技的發展。

校內活動

- ① 中四級企會財科學生均參與(二零二六年二月舉辦之)EC Shop營銷活動，透過實際購貨及銷售



EC Shop 教育計劃

實踐學習到的理論，加深對商業運作之認識。

② 經濟科及企業、會計與財務概論科合辦「EC Shop教育計劃」，詳情請參考教學發展小組報告。

教學發展小組

本組關注香港教與學最新發展，為老師提供相關資訊，並透過工作坊、公開課及參與自主學習計劃等活動，提升課堂效能，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、郭慧貞老師

一、自主學習

- ① 本學年為自主學習協作課研的第五年。本學年常規化相關研究，所有學科均須參與。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 本年參與香港中學校長會Buddy Project計劃，在交流團使用人工智能協助同學進行反思。本計劃率先在新馬綠色文化探索之旅及廣州近代史考察團使用。

二、公開課

今年有十位老師參與香港中學校長會「自主學習節」公開課，與多間中學一共33位副校長及老師交流。公開課科目包括中國語文、英國語文及數學。

三、教師發展

- ① 二零二五年十二月一日舉辦教師發展日，題目為《超越資訊搜尋：與「共建知識」》，邀請香港中學校長會代表匯基書院劉振華校長，讓同事了解人工智能教學的最新發展，促進同事之間專業交流，並更新教學策略。

② 二零二六年三月二十六日，校長及四位教師參加滙基書院主辦「學校「發展交流會」，分享對「應用的構想、計劃，彼此交流、合作伙伴 LexGo 分享及聯校 Create with AI 學生活動。

③ 四月三十日，三位中二學生參與 EduSpark Dialogue 專題論壇及 Kids' AI Summit，主題為提升學生人工智慧素養，探討 AI 時代的教育新型態。

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、二零二五年十月八至九日，邀請樂文書店到校作綜合圖書展。下學期二零二六年四月十六至十七日，邀請三聯書店到校作另一次綜合圖書展，期間邀請部份圖書館管理員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，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」，二零二六年三月二十四日及二十五日邀請 MHC 咖啡隊協助舉辦「Library Café」活動。圖書館預先選取一批與「操練身體、舒暢精神和心靈健康」相關的書籍，在午膳及放學後，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咖啡或朱古力飲料。

四、二零二五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



樂文書店到校作綜合圖書展



Library Café 活動

位初中學生須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。

六、推動全校學生使用 HyRead 及金閱閣電子書平台。本校於天窗數碼有限公司主辦的港澳數碼閱讀獎勵計劃 2025-2026 獲中學校際亞軍和中小學校際亞總殿軍。四位中一學生獲中學組閱讀之星卓越獎，七位學生獲閱讀一等獎和 70 位學生獲閱讀二等獎。喜見學生能善用平台作閱讀和學習。

跨學科英語課程 (LAC) 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：何孝禮副校長
組員：鄒碧雲老師、顏紹熙副校長、徐志軒老師、李仁俊老師、曹震安老師、李穎茵老師、戴綠芬老師、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、中一英語銜接課程
中一新生參與八月份舉行的中一英語銜接課程，幫助同學儘快適應數學、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。

四、課室告示板政策
學校將為各班教師提供名言英語佳句資源及正向標語，張貼於課室布告板。EMU 科目優秀作品或文章

列印張貼。透過提供正向語句、勵志海報及學生作品，營造積極的課室氛圍，同時利用 Google Drive 平台提升資源共享與管理效率。

境外學習委員會

本組統籌境外交流考察活動，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、陳燦英老師

一、本學年學校推行多項境外學習活動，涵蓋創科競賽、學術考察、義務工作、姊妹學校交流及職業探索。學生透過前赴菲律賓、台灣參賽，到內地不同省市、新馬及日本等地考察，實地認識各地的創科發展、歷史文化及職業動向。二零二五至二零二六年度之交流團及海外比賽資料，可參考本頁的表格。

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，使他們能夠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、梁定勤老師、羅梓泓老師

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

二、為師生設立校本資優教育資訊網頁作為提供最新的資優教育相關資訊的平台。當中包括校外資優課程資料、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資訊等等。

三、二零二五年於九月十五日舉行了校內資優學生周年聚會。

四、本年度共有 99 位同學為香港資優教育學苑（The Hong Kong Academy for Gifted Education, HKAGE）之學員。學

二零二五至二零二六年度交流團及海外比賽資料

項目	地點	日期	參與人數
菲律賓機械人比賽	菲律賓馬尼拉市	二零二五年九月十八日至二十三日	8
台北機械人比賽 VEX V5	台灣	二零二五年十二月十七日至二十一日	9
新馬綠色文化探索之旅	新加坡、 馬來西亞吉隆坡、 新山	二零二六年三月二十九日至四月四日	15
廣州近代史考察團	中國廣東省廣州市	二零二六年三月三十日至四月一日	40
汕頭姊妹學校交流暨藝術考察之旅	中國廣東省汕頭 及潮州市	二零二六年三月三十日至四月一日	20
廣州姊妹學校籃球交流團	中國廣東省廣州市	二零二六年三月三十日至四月一日	19
大灣區職業探索之旅	中國廣東省廣州市	二零二六年三月三十一日至四月一日	30
Minoan Robotsports Competition Global Olympiad	希臘克里特島	二零二六年四月一日至九日	3
北京姊妹學校交流暨歷史文化考察之旅	中國北京市	二零二六年四月二日至六日	30
2026 VEX ROBOTICS WORLD CHAMPIONSHIP	美國密蘇里州聖路 易斯市	二零二六年四月十九日至三十日	3
深圳創新科技體驗之旅	中國廣東省深圳市	二零二六年四月三十日	40
內蒙古治沙及科學探究之旅	中國內蒙古自治區	二零二六年六月二十三至二十七日	20
日本歷史文化考察團	日本福岡縣福岡 市、北九州市、長 崎市	二零二六年六月二十六日至七月一日	30
珠海航天航空探索之旅	中國廣東省珠海市	二零二六年七月二日	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	二零二六年七月七日至八日	129
英國倫敦戲劇藝術研習之旅	英國倫敦	二零二六年七月十六日至二十七日	17
泰國服務團	泰國素叻他尼	二零二六年七月二十日至二十五日	8

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、講座和比賽讓學員選擇參加。

五、二零二五年十一月提名13位在人文學科、數學或科學方面具傑出表現或極高潛能的中一至中三級同學參加香港資優教育學苑舉辦之甄選測驗。甄選測驗於二零二六年三月進行。此外，藉「校長提名」方式於領導才能範疇和視覺藝術範疇分別提一名位中二級資優同學，他們須提交學生個人檔案而無須參與甄選測驗。最後，有一位中五同學透過「尖子培育計劃」加入學苑。最終獲取錄的同學會於二零二六年五月正式成為香港資優教育學苑之學員。

六、本年度提名12位中三至中五同學加入香港大學「菁英聚港大計畫」(Academy for the Talented)。至今本校共有51位同學為該計畫之學員。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同學選擇參加。新加入之同學受邀出席二零二六年一月三十一日於香港大學舉辦之入學典禮。二零二六年二月九日為16位學員舉辦了校內迎新聚會，由香港大學入學事務處職員分享該計畫提供之課程和活動。

七、提名十位中四至中五同學加入香港科技大學「卓越先修計劃」(Pre-University Scholars Program - ELITE)。該會員制計劃提供理學、工程學、工商管理、人文與社會科學等不同範疇之學分課程、學習營和企業合作項目讓同學選擇參加。推薦四位中五同學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)。

八、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
* Medicine Summer Clinical Attachment Programme 2025	CUHK	1	F.5
* JC School of Public Health and Primary Care- Summer Discovery Academy	CUHK	1	F.4
* Science Academy for Young Talent (SAYT) - Summer Course (Courses: Bondings in Organic Compounds, and Reactivity and Selectivity of Organic Reactions; Relativity and Particle Physics; Weather and Climate; Great Discoveries in Biomedical Sciences Practical One; Analysis in Modern Chemistry; Nutrition Across the Lifespan)	CUHK	11	F.4, F.5
* Summer Program for Gifted & Talented 2025 (Courses: A Glance at the Physical World; Looking into Abnormal Psychology)	CUHK	2	F.1, F.4
* HKU Astronomy Summer Class 2025	HKU	4	F.4
* PolyU Summer Institute 2025	Poly U	3	F.5
* The Center for the Development of the Gifted and Talented – Summer Course (Course: Look Inside Our Body - Animal Physiology)	HKUST	1	F.4
*Summer Discovery Academy 2025 (JC School of Public Health and Primary Care)	CUHK	2	F.4
* Science Academy for Young Talent (Course : Nutrition Across the Lifespan; Great Discoveries in Biomedical Sciences Practical One)	CUHK	1	F.5
中學 / 大學雙修課程 2025 (課程 : Chemistry Level 1, Pre-Stage Mathematics)	HKUST	3	F.1, F.3
CUHK Winter Program for Gifted & Talented 2025 (Courses : Aspects of Chinese Medicine; Introduction to psychology; Marketing in the Real World; Applied Biochemistry I; Introduction to Criminal Psychology)	CUHK	6	F.1-F.5
Science Academy for Young Talent – Autumn Course (Course : Great Discoveries in Biomedical Sciences (Senior Class))	CUHK	1	F.5
Student Leader Training Certificate Course 2025/26	The HKFYG Leadership Institute	1	F.5
Aerosim Inter-school Aviation Tournament 2026	Aerosim (HK) Limited	3	F.4

* 二零二四年至二零二五年度補遺資料。

STEAM 教育委員會

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獲得良好的發展。成員包括：

組長：張泰洛老師

組員：顏紹熙副校長、李穎茵老師、黃君臨主任、鄭濤雅老師、黃志華老師、李崇高老師

一、本校的 STEAM 教育以三個分層模式進行。第一層是「普及化 STEAM 教育」，目標是全校所有學生，主要科組內或跨科組協作模式進行的課程、早會、周會及 STEAM Day 等方式推行。第二層是「抽離式 STEAM 教育」，目標是對 STEAM 有興趣的學生，主要以 STEAM 相關的學會、工作坊、課程及校外考察活動等方式推行。第三層是「STEAM 拔尖教育」，目標是對 STEAM 有濃厚興趣和傑出表現的學生，主要以參加全港校際比賽、國際性的比賽、在公開展覽中展示成果等方式進行。

二、第一層「普及化 STEAM 教育」，主要由五個在科組內或跨科組進行的課程，一個周會和兩個同樂日組成，當中涉及科學科、電腦科、設計與科技科、數學科、物理科、化學科及生物科等，詳情如下：

	STEAM 活動	類別	內容	人數
1	中一級：微型機械蟲 中二級：機械蠕蟲 中三級：自動化機械車	課程	在製作微型機械蟲和機械蠕蟲中，主要涉及設計與科技科和科學科的知識。在製作自動化機械車中，主要涉及電腦科、數學科和設計與科技科的知識。	300
2	中一級：紙製過山車 中二級：電容車	課程	主要涉及科學科和設計與科技科的知識。	330
3	中四至中六級：使用數據記錄儀收集實驗數據	課程	主要涉及數學科及物理科或化學科或生物科的知識。	100
4	中二級：運用影片製作和剪接技巧去記錄科學實驗的過程	課程	主要涉及初中電腦科及科學科的知識。	165
5	中三級數學科和科學科周會	周會	主要涉及數學科和科學科的知識。	165
6	中一級和中二級 STEAM Day	同樂日	透過設計和製作遙控氣墊船和多足機械人，學習到科學科、電腦科、設計與科技科和數學科等的知識。	330

三、在第二層「抽離式 STEAM 教育」，主要由八個學會、一個工作坊、三個 STEAM 主題課程及四個校外考察活動等方式推行。詳情如下：

	STEAM 活動	類別	內容	人數
1	科學學會	學會	對象：中一至中六學生 目的是營造全校的科學學習環境。	40
2	生物學會	學會	對象：中三至中六學生 目的是培養學生對生物科的興趣。	50
3	魚菜共生學會	學會	對象：中三至中六學生 目的是維持一個可持續發展的魚菜共生系統，推廣並激發學生對魚菜共生的興趣，以及把中醫藥元素融入魚菜共生系統之中。	20
4	珍珠養殖學會	學會	對象：中一至中二學生 目的是把創業理念結合於珍珠養殖之中。	10
5	編程小組	學會	對象：中一至中五學生 目的是提升學生的編程知識與技能。	30
6	設計與科技學會	學會	對象：中一至中六學生 目的是提升學生的解難、設計及製作能力。	60
7	數學學會	學會	對象：中一至中六學生 透過數學周及各項個人與班際比賽等活動，營造全校的數學學習環境。	25
8	數學建模班	學會	對象：中二至中五學生 目的是裝備學生掌握充足的數學建模技巧。	20
9	視藝科	工作坊	高中視藝科學生學習如何使用設計與科技技巧去完成 SBA 功課。	5
10	機械人訓練班	課程	透過學習機械人的製作和編程技巧去協調感測器和機械人完成任務。	15

11	運動科技及遊戲開發訓練班	課程	透過學習物聯網技術和編程技巧去收集感應器的數據，並透過遊戲開發在運動場景中應用。	15
12	雲端科技及人工智能技術開發訓練班	課程	透過雲端和人工智能技術去處理來自感應器的數據，並把感應器放到不同的運動場景使用，讓學生學習到最新的運動科技。	15
13	大灣區職業探索之旅	校外考察活動	透過活動了解到在大灣區的 STEAM 相關行業，為學生未來的職業生涯去準備。	30
14	深圳創新科技體驗之旅	校外考察活動	透過活動了解到無人機和純電空中巴士技術和應用，了解 STEAM 的最新科技。	40
15	內蒙古治沙及科學探究之旅	校外考察活動	透過活動了解到如何透過 STEAM 科技去為內蒙古進行治理減少沙漠化的工作。	20
16	珠海航天航空探索之旅	校外考察活動	透過活動了解到最新航天航空的發展和相關的 STEAM 知識。	40

四、

第三層「STEAM 拔尖教育」，本校超過三分之一的學生在本學年有參與全港跟 STEAM 相關的校際比賽，當中有四支隊伍參加了境外跟 STEAM 相關的國際比賽。另外，本校也舉辦了一場「呂中創客嘉年華」和參與一場「樂齡科技博覽暨高峰會」的公開展覽活動，展示學生作品，學生也在過程中向公眾人士講解和互相交流心得。除此以外，本年度公民與社會發展科、電腦科和設計與科技科一起合作參加 STEAM 公共服務，讓學生以科技導師的身份到社區中心教導長者使用手機的應用程式。不但可以推動跨代共融的理念，更希望同學在未來設計 STEAM 相關作品時多留意長者的需要，用 STEAM 的知識技能貢獻社會。以下列出部分跨學科參加的校際比賽資料和所有國際比賽和參與公開展覽展示的資料。

STEAM 活動	類別	內容
1 Samsung Solve for Tomorrow	跨學科比賽	由電腦科和設計與科技科一同帶領五位學生參加由三星電子香港有限公司主辦的 Samsung Solve for Tomorrow。
2 社區創新大賽 2025	跨學科比賽	由電腦科和設計與科技科一同帶領七位學生參加由香港社會服務聯會主辦的社區創新大賽 2025。
3 AI 數碼古董珍玩藝術設計比賽	跨學科比賽	視藝科和設計與科技科一同參賽，於個人賽組別獲得金獎、團體賽獲得優異獎。
4 菲律賓機械人比賽	海外比賽	八位學生參與在菲律賓馬尼拉舉辦的國際奧林匹亞機器人大賽「亞太區（菲律賓）邀請賽」與在場超過 160 支來自 20 多個國家或地區的队伍一起進行比賽。
5 台北機械人比賽	海外比賽	九位學生參與在台北舉行的 VEX V5 機械人比賽，與在場 72 隊來自 12 個國家或地區的队伍一起進行比賽。
6 Minoan RobotSports Competition Global Olympiad 2026	海外比賽	三位學生參與在希臘克里特島舉辦的 Minoan RobotSports Competition Global Olympiad 2026，與在場超過 900 隊來自 40 個國家或地區的队伍一起作賽。
7 VEX ROBOTICS WORLD CHAMPIONSHIP	海外比賽	三位學生參與在美國聖路易斯市舉辦的 VEX ROBOTICS WORLD CHAMPIONSHIP，與在場超過 850 隊來自 60 個國家或地區的队伍一起作賽。
8 呂中創客嘉年華 Maker Faire	公開展覽	由六個不同的學會共 110 位學生籌備和提供總共 17 個攤位活動。
9 樂齡科技博覽暨高峰會	公開展覽	七位中五級的學生在香港會議展覽中心舉辦的「樂齡科技博覽暨高峰會」向超過 2500 位公眾人士展示他們的得獎作品。作品的目的是幫助舒緩患上認知障礙症的長者而設的。學生們都在展覽中向在場人士分享作品的製作理念和提供體驗活動。
10 創善先導計劃長者手機班	STEAM 公共服務	公民與社會發展科、電腦科和設計與科技科合作參加名為「創善先導計劃」，讓學生以科技導師的身份到社區中心教導長者使用手機的應用程式。計劃現時已有 28 名來自中一級至中五級的學生在五個長者中心一共 15 次的課堂。活動不但期望去推動跨代共融的理念，更希望同學可以在將來設計 STEAM 相關作品時多留意長者的需要，可以用 STEAM 的知識技能貢獻社會。

PSHE 學習組

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、

溫兆微老師、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「Ideapop! 2026」全港中學生初創計劃匯報比賽，並晉身準決賽。

三、公民科與中史科合辦「廣州近代史考察團」，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察驗真、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：陳穎思老師、霍瑞棠老師、鍾栢熹老師、

楊君諾老師

一、校內設有多元化藝術活動，包括音樂、視藝、戲劇及舞蹈等等，各科組合作無間，每年均舉辦呂中藝術節，增加校園及學生的藝術氛圍。

二、本校每年都會為高中學生舉辦「其他學習經歷日」，活動分兩部分。第一部份安排藝術團體到校表演和分享藝術。今年我們十分榮幸邀請香港獨立藝術創作者 Alysa Leung 及音樂人丁浩峰（阿

丁），與學生分享「社區表演藝術計劃」。第二部分為學生提供超過十個藝術工作坊，包括蝶古巴特、Installation Art、個人儀表髮型課、踢躂舞、街舞、製作微縮食品、電影巡禮等等，讓學生能接觸更多不同種類的藝術，發掘興趣，體現了呂中的藝術教育普及化。

三、本校視覺藝術科學生占饒世康及SD張仲欣，獲選為本年度藝術推廣大使，向校內學生推廣視覺藝術及舞蹈。

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，例如中一新生簡介會中，合唱團、管弦樂團、中樂團分別於禮堂和一樓平台演出。

五、本校合唱團、管弦樂團和中樂團共參加了七場比賽，分別獲得一金、五銀、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十三屆約翰·布拉姆斯國際合唱團比賽暨音樂節，並勇奪金獎和青年組別冠軍殊榮。

六、本年度中國舞、爵士舞、西方舞以及拉丁舞的學生共參加二場舞蹈比賽，當中獎項包括：三個乙級獎、七個甲級獎、一個優等獎。

七、本年度戲劇學會於香港學校戲劇節獲得三項團體獎、八項個人獎。

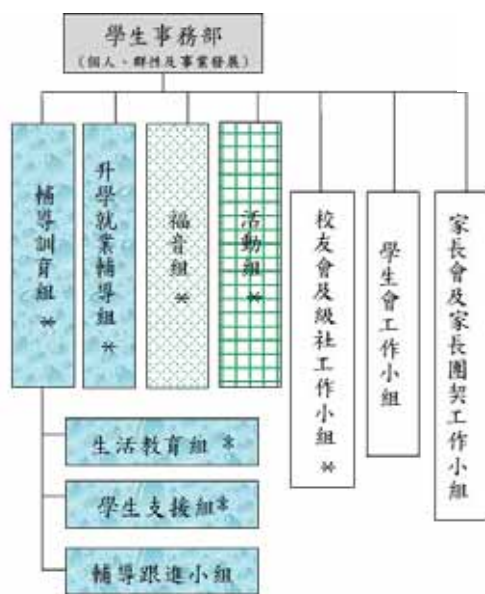
八、戲劇科為舞台支援隊和舞台管理小組定期進行訓練，讓學生在學校全年各大小舞台活動上提供支援，如中一新生簡介會、周會、中六惜別會表演、綜合藝術表演、午間音樂會等等。



「香港學校戲劇節」《真鮮味大排檔》製作團隊合照

(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：



- 二、二零二五年八月十八日至十九日、八月二十一日至二十二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、八月二十三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二十三日舉行「中一律已互勉訓練營」，訓練學生於集體生活的紀律精神及與人溝通合作的技巧。
- 五、十月二十四日為家長晚會，於本校禮堂舉行「第36屆家長會幹事就職禮暨會員大會」，當晚敦請陳敏兒女士作專題演講，之後有分級專題講座或由班主任會見家長。
- 六、二零二六年一月三十一日至二月二日為家長日，班主任與家長討論學生學業情況、在校及在家的表現。

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）、陳嘉茵主任（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、鄧嘉豪老師、謝荻苓老師、黃嘉欣老師、社工高玉珍姑娘、社工黃嘉琦姑娘

- 二、本校繼續秉持「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，確保政策合乎人性、嚴寬適當，並配合輔導以根治問題。
- 三、本校老師除了忙於每日的教學工作外，亦輪流負責每日於上課前、小息及午飯時校內當值的責任，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，亦協助推行朋輩支援計劃、義工訓練和舉辦家長講座。
- 六、「學生支援組」與家長及相關專業人士保持聯繫，協助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，亦讓一眾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同工跟進學生的課業問題，在了解學生的實際難處後，提供適切的輔導與督導。此外亦開設溫習小組，以鞏固學生課堂所學。
- 九、各級訓導聯絡人定期舉行會議，主要檢討學生的紀律問題，從而作出適切跟進。

十、「輔導跟進小組」定期舉行會議，主要檢討需要跟進的個案，以便作出適切跟進。

十一、風紀隊工作報告：

- ① 風紀隊總隊長為：SA 方宇迪，副總隊長為：SA 陳忠信、SB 李嘉慧。全校風紀員有75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，同時亦於水運會、陸運會、小六家長講座、中一迎新日、家長日等當值。
- ② 二零二五年八月十五日上午，在校內進行團隊建立領袖訓練活動，由二零二五至二零二六年度風紀隊領袖生主持，以增強風紀員之間的認識和合作，加強他們的領導能力。同日下午，在校內進行新風紀員訓練，由二零二五至二零二六年度風紀隊領袖生主持，讓新加入的風紀員對風紀隊的工作有更深認識。
- ③ 十月四至五日舉行兩日一夜新風紀員野外歷奇訓練營，提升風紀員的領導才能及團隊合作精神。
- ④ 十二月三十日舉行風紀員冬日郊遊，二零二六年三月二十六日舉行風紀員同樂日，提升風紀員對團隊的歸屬感。
- ⑤ 三月五至三月二十四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：陳嘉茵主任、張巧慧老師、古敏儀老師、鄺穎欣老師、蔡淑榕老師、蔡偉鋒老師、林曉楠老師、黃嘉欣老師、社工高玉珍姑娘、社工黃嘉琦姑娘

一、推動社會服務

- ① 本年度繼續推行「投入社群·義工服務計劃」，

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 為鼓勵學生積極參與社區服務，認識身處的城市和社區中不同群體的需要，學校加入成為「公益少年團」會員學校，並推行「初中義務工作計劃」：由今年度開始，全體中二級學生將會登記成為公益少年團會員。透過不同的體驗及服務，讓學生擴闊視野，培養回饋社會的精神。

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」。活動於二零二五年十月展開，內容包括個人成長、團隊建立歷奇日營、長者服務日，以及於「健康周」協助帶領攤位活動。

④ 楊紫琳在激烈遴選過程中脫穎而出，當選成為由香港青年交流促進聯會舉辦之第四屆「愛心行動獎 2024-2025」的愛心行動學生大使。

⑤ 本校參與香港中華基督教青年會 2024-2025「YM Volunteer@SCHOOL」獎勵計劃獲積極參與獎。

⑥ 十一月十五日，20位高中學生為浸聯會舉辦的步行籌款活動擔任義工。

⑦ 十二月二十日，19位高中學生參與沙田浸信會社會服務處之新界區賣旗日。

⑧ 二零二六年六月二十九日舉辦「中二級義工服務日」，活動包括社區導賞、探討貧窮議題以及共融體驗活動。

二、「新生輔導日」

二零二五年九月二十七日舉行「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。

三、「Leap 計劃」

為中一、二學生舉辦成長小組「Leap 計劃」，透過歷奇活動、山藝、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「Wild Adventure World」、「Sze The World」與郭賢偉副校長、謝荻苓



VIVA 聯同學生挑戰「百人起舞」，展現「難先要你做」精神

四、性教育

本組致力培養學生尊重異性的態度及在兩性關係中的責任感，並協助他們應對媒體色情化帶來的衝擊。為此，本組透過周會及班主任課等平台，傳遞相關訊息：

① 二零二五年八月二十二日，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 因天氣惡劣而停課，原定於九月九日由「香港性文化學會」講員為中六學生主講的「大專的挑戰」講座，改於二零二六年一月七日舉行。此講座讓學生認識「大學五件事」、大學生活術語、O Camp 和住宿文化等。學生因而知道大學和中學生活的差別，例如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 十月二十一日，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。

④ 十月二十一日，由「香港性文化學會」講員為中四學生主講「同性戀的迷思」講座，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。

⑤ 十一月四日，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」講座，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 十一月二十八日，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，活動引導學生深入了解婚姻的真正功能與意義，並指出婚前同居往往令雙方過早陷入複雜的關係束縛，既不符合試婚初衷，亦可能對未來婚姻關係帶來負面影響，增加日後離婚的機率。

- ⑦ 二零二六年一月六日舉行「眾裡尋他／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。
- ⑧ 二月十三日，由「香港性文化學會」講員為中一學生主講「認識性騷擾」講座，介紹何謂性騷擾及其罪責、被性騷擾應如何尋求協助，以及兩性相處的合宜社交距離。
- ⑨ 二月二十六日，由「香港性文化學會」講員為中四學生主講「『性』在有承諾」講座，引導學生認識性行為所帶來的身心影響，明白在生理及心理上，最安全的性關係發生在相愛委身的婚姻關係中。
- 五、精神健康教育
為照顧學生的情緒健康，提升學生的抗壓、抗逆能力，本組透過周會、班主任課等講授有關訊息：
 - ① 二零二五年九月八日，邀請20多位校友回校向中五同分享中五學習生活要注意的事項，和如何面對考試壓力。
 - ② 二零二五年九月至二零二六年三月，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舒緩緊張的情緒。
 - ③ 九月十六日，由香港青年服務處社工主領情緒體驗工作坊。是次活動引導同學運用五感去體驗與表達情感，從而提高對日常生活各種情緒狀態的覺察力，並增進日後管理與調節情緒的能力。
 - ④ 二零二六年一月五日，由香港大學心理系博士研究生暨臨床心理學家為中一學生主講「放榜前的情緒管理」講座，協助學生面對中學階段首次接收考試成績，引導他們掌握調整情緒和面對壓力的技巧。
 - ⑤ 一月二十六至三十日舉行「健康周」，各級舉行



伴我同行計劃團隊訓練



快樂爆谷 @Wellness Week

- ⑥ 四月二十日，由香港大學心理系博士研究生暨臨床心理學家為中三學生主講「壓力管理」講座，幫助中三學生面對選科所帶來的壓力。
- ⑦ 香港大學心理學系邀請本校進行「香港中學生手機成癮和精神健康狀況的風險和保護因素」研究計劃，旨在了解香港中學生手機成癮及精神健康狀況。研究結果將有助建立更有效的方法，以提升青少年的精神健康。我們安排全校學生以自願性質參與。數據收集分別安排於十月及二零二六年二月以問卷形式進行。
- 六、周會講座及班主任課
本組透過不同班主任課及周會，向學生貫輸正面的價值觀。
 - ① 二零二五年六月三十日，本組舉辦電影《香港四徑大步走》觀賞活動，讓學生思考生活的意義，積極面對日常生活中的嚴峻山嶺。活動期間有幸邀請跑手曾小強先生作映後分享，透過講述比賽點滴及與學生交流，深化了學生對電影的理解。
 - ② 九月至二零二六年三月，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 九月五日，由香港神託會創耆坊同工為中三學生主領生命教育講座，以提升學生對生命意義的理解，學習感謝自己及自我關懷，並接納生命中的不完美。
 - ④ 九月十六日，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。
 - ⑤ 九月二十六日，由「香港性文化學會」講員為中

二學生主講「社交媒體：愈看愈自卑？」講座，引導學生理解社交媒體的邏輯是報喜不報憂，勉勵學生無需與網絡虛擬形象攀比。同時，講座亦協助學生發掘個人優點，學會與內心對話。

⑥ 十一月十七日，由「香港性文化學會」講員為中一及中二學生主講「永世不『悶』娛樂不死」講座，引領學生檢視自己不玩電子遊戲時的「沉悶指數」。講座旨在培養學生的創意思維，並明白沉悶是由心境，而非環境引致。

⑦ 十一月十八日，由「香港性文化學會」講員為中四學生主講「從MBTI認識自我」，讓學生對時下流行的MBTI有基本認識，了解常見錯用MBTI的例子，並透過MBTI欣賞自己和別人的不同優點。

⑧ 十一月十九日，由「新念坊」主領禁毒講座，讓中五及中六學生了解和探討新興毒品的發展趨勢，以及如何面對高危處境。

⑨ 十一月二十七日，由「宣明會」社工主領「CAN。餐。哪」活動，讓中三學生認識發展中國家飢餓的情況，明白糧食問題除了導致當地兒童飢餓，更剝奪了他們的學習機會。活動讓學生理解珍惜食物的重要性，亦鼓勵學生在日常生活中以行動回應貧窮社群的需要。

⑩ 十一月二十八日，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。

⑪ 二零二六年一月五日，由「開心樹」同工為中二學生分享在落後國家工作的經驗，鼓勵學生充實生活，並時常感恩。

⑫ 一月七日，由「東華三院平和坊」社工為中五學生主講「成癮行為——不賭成就夢想」講座，提醒學生賭博對生活的影響及預防賭博成癮的方法。

⑬ 三月五日，由專業劇團為中四學生上演互動劇場，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於廉政公署的呂中校友向師弟妹分享廉潔訊息。

⑭ 四月八日，由「香港性文化學會」講員為中二學生主講「您就是您，獨一無二」講座，分辨傳媒及潮流文化對塑造自我形象的影響，讓學生學習欣賞自己和他人，認識何謂真正的美和自信。

⑮ 五月十一日，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。

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、心理和社交各層面得以發展，塑造健康校園，推廣關愛氣氛。成員包括：

組長：陳嘉茵主任

組員：郭賢偉副校長、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 為有需要學生安排言語治療服務或言語治療識別評估。

⑥ 為有社交需要學生安排小組及個人訓練服務。

⑦ 向有需要的學生提供學習、功課和測考調適。

⑧ 設立「朋輩支援」計劃，協助中一級學生更快適應校園生活。

⑨ 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。

⑩ 設立「關愛大使」計劃，協助班主任推廣關愛文化。

⑪ 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。

⑫ 為老師及家長舉辦講座、培訓及工作坊，讓他們了解有特殊教育需要學生的學習特性，從而配合學校的措施。

⑬ 鼓勵老師參加由教育局、香港各所大學及志願機構為教師提供的培訓。

學習支援

一、二零二五年十月至二零二六年五月期間於課後舉行「朋輩支援——學習成長坊」，由就讀大專院校的校友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

習成長坊每學期設有星期二及星期三兩個小組，參與人數共卅人。

二、上學期及期終考試前舉辦「考試溫習班」，超過十名校友協助學生準備考試。上學期共有86名學生參加，下學期共有86名學生參加，每日平均輔導30多位中一及中二學生。

三、二零二五年十月至二零二六年二月由來自星橋教育中心的校外導師開設十節「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，共有八名學生參加。

四、言語治療師全年提供恒常小組訓練，提升學生的語言解釋、表達能力及社交溝通技巧。二零二六年三月十八日更邀請校外機構到校舉辦定向解難活動，增添活動趣味。

五、針對中三級同學TSA及校內評核需要，言語治療師於下學期提供三節訓練，提升學生內容構思、組織能力、詞語運用及表達技巧。

推廣關愛文化
一、領袖訓練

① 二零二五年七月十九日舉辦「學長訓練日」，由香港基督教女青年協會社工帶領多位朋輩學長接受訓練，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 二零二五年九月初分班舉辦「見面日」，讓全體中一同學認識所屬小組的學長。
- ii 九月二十七日由學長籌辦「中一新生輔導日」的競技遊戲及參與小組分享。事前，朋輩支援計劃在校內舉行四節「中一新生輔導日學長訓練」，讓朋輩學長熟悉輔導日的流程和帶領遊戲技巧，共60名學長參加。
- iii 十月開始，星期五午膳時間在一樓十周年紀念花



Green Project 籌委會成員



家長義工教授製作月餅

園舉行「Board Game Friday」，以促進學長與中一同學關係。

iv 十一月二十五日舉辦「全方位學科常識問答比賽」，由學長帶領中一同學以問答形式進行試前溫習。

v 十一月舉辦「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。

vi 二零二六年二月十三日舉辦「朋輩學長及中一同學聯誼晚餐」，由負責老師及社工帶領合共50名朋輩學長及中一學生在校享用火鍋，以促進學長與中一同學的關係。

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 二零二五年九月二十九日舉行「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 十月舉行「和諧粉彩書籤工作坊」，關愛大使負責製作有正面訊息的手工書籤。

iv 十一月十七日午飯時段在Chill Zone 聯同MFCafe成員舉行考試加油站活動，於考試前為同學加油打氣。

v 二零二六年一月十九日舉行團隊活動日，舉辦「攻防箭」活動，讓同學透過活動增加彼此認識。

vi 三月二十三日舉行「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。

vii 四月二十日舉行第二次團隊活動日，由幹事籌備活動，服務他人之餘亦訓練同學作為領袖角色的工作。

viii 五月十八日午飯時段再次在 Chill Zone 聯同 MFCafe 團隊成員舉行考試加油站活動，於考試前為同學加油打氣。

② My Friend's Club

i 九月邀請新成員加入 My Friend's Club，繼續秉承過往精神，透過學習不同社交技巧、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。

ii 二零二五年九月至二零二六年七月期間組成「MFCafe」團隊，全年聘請外來導師教導咖啡室營運方法。學生按興趣分為不同小隊，分別負責服務、產品研發、推廣及財務工作，共同學習營運咖啡室。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 名學生參加此活動。

iii 本年 My Friend's Club 增設飛鏢班，讓學生學習正確的擲飛鏢技巧及飛鏢比賽禮儀，更為學生的學習生活增添新意。

iv 二零二五年十一月十七日及二零二六年五月十八日午飯時段在 Chill Zone 聯同關愛大使舉行考試加油站活動，於考試前為同學加油打氣。

v 與東華三院何玉清教育心理服務中心合辦成長課，透過十次社交技巧、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。本年更着重學生多了解自己，透過認識個人情緒，學會面對情緒，從而紓解情緒與壓力。

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



關愛大使團隊活動日

正能量、紓緩壓力及促進社交能力。

④ Green Project

為善用 Chill Zone 的空間，以及提高同學的環保意識，學生支援組分別於二零二五年十一月及二零二六年四月舉行兩次 Green Project 活動。活動由四位學生支援組的學生策劃，向同學及老師收集二手物品後再供全校師生取用，希望達至彼此分享的目的。

⑤ 其他活動

i 中一迎新周於二零二五年八月十八至二十三日舉行，內容包括中一女生活講座、英語教學銜接課程、班主任課、自主學習工作坊及團隊建立活動。二零二五年八月十八日因天氣緣故，教育局宣布所有全日制學校停課，當日活動已按事前學校通告有關惡劣天氣的安排而調動。

ii 二零二五年九月，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，藉此鼓勵師弟姊妹。

iii 二零二六年三月二十六日舉行日本茶工作坊，讓同學在繁忙的課業中有一喘息的時間，放下重擔，品味茶亦品味生活。

iv 五月十二日中三中四級周會以「Love is Power」為主題，邀請本港殘疾人奧運羽毛球運動員朱文佳先生向學生分享不一樣的生命的故事，宣揚正向訊息。

v 六月十六日邀請導盲犬協會的治療犬到校，讓學生在試後親親毛孩、紓緩壓力。

vi 七月三日舉行「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。

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，八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，紓緩家庭壓力，為學生營造健康的成長環境。（詳參家長會報告）

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、鄺紫盈老師、黎健主任、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、陳逸恒老師、助理行政主任陳暉彤小姐

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」。會員主要職責為推廣及協助升學輔導組的升學及就業相關活動。

三、二零二五年九月中完成二零二四至二零二五年度中學文憑試中六畢業生出路調查。122名中六畢業生中，香港大學錄取11名、香港中文大學88名、香港科技大學5名、香港理工大學11名、香港浸會大學2名、香港城市大學6名、香港教育大學兩名、嶺南大學一名、指定專業／界別資助學位課程13名、自資學位課程8名、副學士及高級文憑10名、海外進修8名。

四、本組與升學及就業學會共同出版以下手冊及通訊：

① 二零二六年四月出版「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「bimess_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：

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，及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，建立短期和長期的人生目標。

④ 升輔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，成為班主任老師和組長的

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

溝通橋樑。組長與各級統籌老師和班主任於學年初檢討及修訂ISP課程，並定期檢討。

⑤ 中三、中四級在班主任課加入介紹應用學習課程，為中三、中四學生提供另類選擇，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中安排「個人生涯規劃」課，進行高中選科輔導。於二零二五年十一月十八日進行「中三升中四選科輔導」周會，於二零二六年一月二十六日進行中四模擬選科與學習檢視。

ii 二零二六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。四月十七日晚上與何孝禮副校長及五位科主任舉行「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。四月二十四日舉行高中學長分享會，由8位中四、中五學長與中三學生分享，幫助中三學生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 二零二五年九月二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 二零二五年九月二十九日、二零二六年一月十五日及五月二十一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。

iii 於十月二十四日家長晚會中，為中四班主任

準備「其他學習經歷」及「個人生涯規劃」資料。

③ 高中專業輔導（中五）

- i 二零二五年九月二日及九月三十日與班主任合作進行兩次「個人生涯規劃課」，引導學生規劃未來。

- ii 十月二十四日家長晚會中，為中五班主任準備畢業生出路概況及升學出路資料。

- iii 二零二六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，班主任亦於五月十三日「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 二零二五年七月十四日下午，為中六學生安排「文憑試放榜輔導日」，教導學生在「大學聯合招生辦法」最後階段的改選策略。

- ii 中六文憑試放榜日及翌日為中六學生提供在校及網上升學輔導及支援，以協助學生改選大學課程。

- iii 二零二五年九月二日舉行「聯招攻略」講座，引導學生規劃未來的升學計劃。

- iv 九月三十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。

- v 十月二十四日家長晚會中，向中六學生家長介紹大學聯合招生辦法及升學出路。

- vi 十一月十日邀請22名正就讀於大學的校友與中六學生分享大學選科心得及大學生活。

- vii 十二月十一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（E-APP）所需注意事項。

- viii 「升學輔導師友計劃」（Career Mentor



校友向同學分享大學生活



醫療機械人創新技術中心參觀活動

(Scheme)

透過科任老師讓中六學生更了解個別大學課程及專業，以協助學生於大學聯招選科，亦減少中六班主任的工作量。中六學生可自行決定是否參加計劃，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，並於文憑試放榜後跟進。本校社工亦為有志報讀社工系的學生舉辦講座。本學年共有三位老師及一位社工為中六學生提供聯招選科輔導。

- ix 二零二六年五月十六日為中六學生及其家長安排「放榜輔導日」，邀請校友分享多元出路，學友社社工舉辦「如何預備子女放榜」家長講座，浸信會愛群社會服務處社工帶領中六學生進行模擬放榜。

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：中三學生在老師指導下寫一封信給父母／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：在中二至中六加入升學及就業元素，包括訓練職場所需的各種英語能力（聆聽、閱讀、口語及寫作）。同時在中一、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 本組善用民青局賽馬會青年生涯規劃計劃撥款聘請東華三院何玉清教育心理服務中心舉辦活動，

由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，向他們講解中三選科考慮因素及介紹職業等。

ii 中四及中五：八位中四及中五學生透過職場體驗計劃學習實用職場技巧。二零二五年十月至二零二六年二月共舉辦了四次工作坊及一次模擬面試。

iii 中五：一月十六日透過課堂讓中五學生了解並發掘不同的可轉移技能。

iv 中六：五月十六日，由浸信會愛群社會服務處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 本校連續二十年與「吐露港扶輪社」結盟，舉辦「亦師亦友」計劃。透過小組形式，讓學生接觸不同專業的導師，認識工作世界及培養專業態度。今年參與的導師共九人，學員為共20名中四及中五學生，全年度共舉行了三次聚會：

- i 二零二五年十一月十一日於本校進行簡介會。
- ii 十一月十七日於本校舉行開幕禮，典禮後安排學員及導師共晉晚餐，互相認識和分享。
- iii 二零二六年三月二十三日邀請身兼藝術家與教育者的郭燕芬老師分享其在藝術和教育界的工作經驗，隨後學員與導師共晉晚餐。
- iv 六月二十二日舉行閉幕典禮。

九、本組與校友的合作

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，本組於二零二五年十一月一日下午舉辦「職業輔導日」。當天8位各行各業校友回校，與中五及中六學生分享寶貴的工作經驗及工作上的苦與樂。

② 「Alumni Sharing Knowledge Seminar」系列 (ASK Programme) 邀請各行各業的校友於周會和學生分享工作點滴，包括工作態度 (Attitudes)、工作技能 (Skills) 及工作認知 (Knowledge)。二零二五年十一月五日邀請兩位從事美容及商業的校友與中三及中四學生分享工作經歷，另於二零二六年二月二十七日邀請一位從事社會創新工作的校友與中五同學分享，讓同學了解其工作點滴。於四月十七日邀請一位從事音樂工作的校友與中二同學分享其人生經歷，讓學生了解其正面人生觀。

十、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 推廣及推薦學生參加由大學入學計劃及校外團體舉辦的活動

i 推薦學生參加大學入學計劃

a 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2026年香港「博雅人才培養計劃」。

b 推薦五名中六學生參加「大學聯招校長推薦計劃」，及兩名參加教育局「學校推薦直接錄取計劃」。

c 推薦兩名中六學生參加香港演藝學院「校長推薦計劃」。

ii 推薦學生參加大學舉辦的活動

a 五名中四及一名中五學生參加由香港中文大學主辦的「中大課程體驗日2026」。

b 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2026」。

c 一位中六同學參加由香港中文大學醫學院舉辦的醫療機械人創新技術中心參觀活動。

d 兩位中六同學參加由香港大學舉辦的香港大學社會科學學院課程體驗日2026。

e 三位中五同學參加由香港大學舉辦的「Budding Medical & Health Researchers 2025-2026」。

f 一位中五同學參加 HKBU Summer Programmes 2026。

g 一名中三同學參加香港都會大學李兆基商學院青少年暑期課程2026。

h 一名中五同學參加由香港理工大學舉辦的 PolyU Summer Institute 2026。

i 兩名中五學生參加香港理工大學「青少年研究指導計劃2026」。

j 一名中四同學參加 St Anne's College Oxford Hong Kong Summer School。

iii 推廣及推薦學生參加由校外團體舉辦的活動

a 上學年學生參與教育局「商校合作計劃」，兩位中五學生在香港海洋公園萬豪酒店工作五天，另一位中五學生參加屯門區福利服務工作體驗計劃2025，認識不同服務對象的特質和潛能。

b 上學年五位中四及中五學生參與由僱員再培訓局舉辦的「ERB 青年實習計劃2025」，認識及體驗工作世界，提升人際關係技巧及協作能力，並發掘自我潛能及興趣，規劃未來進修及事業發展方向。

c 上學年學生參加由青年成就香港部 (JAHK) 舉辦的工作影子計劃。一位中四學生參加歐洲清算銀行的活動；兩位中四學生參加星巴克工作體驗活動；八名中四至中五學生參加

星展銀行的工作坊。另有四名中四學生參加了 JAHK 及香港上海滙豐銀行合辦的「HSBC x JA 青年創業體驗計劃 2025/26 夏令營」。

d 上學年兩位中五學生參加環境保護署舉辦的「工作影子計劃」，參觀由環保署營運的環保設施，實地了解環境及生態局各個辦公室的日常運作和工作環境。

e 本組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。

f 一名中五學生參加 ARCH Community Outreach Careers Programme。

g 兩名中四學生參加 2026《香港 200》領袖計劃。

h 一位中三、四位中四學生參加國泰航空舉辦的 I Can Fly Youth Academy 2026。

i 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。

j 三位中四及一位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「沙田醫護達人計劃」。

k 一位中六學生參加靈實醫院暑期義工計劃。

l 一位中五及一位中六同學參加由香港中文大學、香港科學園及 InnoHK 微生物菌群创新中心 (MagIC) 合辦的 Microbiome Summit 2026。

m 與非牟利學生組織「昇普計劃」於二零二六年一月十三日舉辦英國升學講座。

n 兩位中三、八位中四、六位中五、一位中六學生參加由青年成就香港部及跨國企業（彭博新聞社、美國銀行、國銀航空、慧甚研究系統公司、星展銀行及法國巴黎銀行）合辦的工作體驗計劃及工作坊。

o 八名中四至中六學生參加沙田民政處、沙田區青年網絡及區內社福機構合辦的「全方位生涯



「屯門區福利服務工作體驗計劃 2025」

規劃：工作體驗計劃」。一位中五同學參加教育局「商校合作計劃」舉辦的導師計劃 (2025/26)。

p 一位中五學生參加教育局「商校合作計劃」舉辦的工作體驗計劃，於四月到香港銅鑼灣皇冠假日酒店前堂部實習。

q 一名中四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 2026」。

② 學生校外傑出表現如下：

i 上學年 6A 劉浩嵐榮獲「兒科醫學會鵬程奮進堅毅獎學金 2025：卓越成就獎學金」、領展主辦的「領展大學生獎學金 2025——大學一年級獎學金」及「中原慈善基金獎學金 2025-2026」。

ii 上學年 5C 楊凱博榮獲「第三十七屆香港特別行政區傑出學生選舉十大傑出學生」。

iii 上學年 4A 陳靜榮獲「普林斯頓大學圖書獎 2025」及「領展二十周年傑出學生首三十名獎學金」。

iv 上學年推薦五名中六學生申請由香港大學舉辦的「First in the School」獎學金，6C 陳思瑤獲選。

v 上學年 6E 鄭懿倫榮獲「準英語教師獎學金 2025/26」。

vi 上學年 3C 黃天悅、何泊新及 3D 孫信榮獲「第二十一屆沙田區傑出學生獎（初中組）」，其中何泊新獲推薦參加「新界區傑出學生選舉 2025」並獲選為「新界區優秀學生」。

vii 上學年 5D 楊紫琳榮獲由童夢同行主辦的「香港學生服務領袖選舉 2024+25 傑出服務領袖獎」。

viii 推薦兩名中四及一名中五學生參加由學友社舉辦的「傑出中學生領袖選舉 2025 -

- 2026」。
- ix 一名中三及一名中四學生參加由青苗基金舉辦的「香港傑出學生選舉 2025 - 2026」。
 - x 兩名中四及三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 2025-2026 年度沙田區傑出青年選舉（第十五屆），其中 D 黃天悅榮獲傑出青年獎，SE 郭琇彥獲得嘉許獎。
 - xi 兩名中五學生參加南華早報主辦的「The Student of the Year——Visual Artist」及一名中五學生參加「The Student of the Year - Linguist (English)」。
 - xii 一名中五及三名中四學生參加元朗青年商會主辦的「第三十八屆香港特別行政區傑出學生選舉」。
 - xiii 四位中三、兩位中四及兩位中五學生參加第二十二屆沙田區傑出學生選舉。
 - xiv 兩名中六學生參加「尤德爵士紀念基金高中學生獎」。
 - xv 一名中六學生參加「尤德爵士紀念基金海外獎學金」。
 - xvi 推薦兩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」。
 - xvii 推薦一名中六學生參加由教育局舉辦的「香港賽馬會主席卓越獎學金 2026/27」。
 - xviii 一名中三學生申請「領展二十周年傑出學生獎學金 2026」。
 - xix 推薦兩名中五學生申請循道教會助學基金。
 - xx 推薦一名中五學生申請「原來我得㗎」美國中學交流計劃獎學金。
 - xxi 一名中三學生申請「成長希望獎學金 2025」。
 - xxiii 推薦三名中五學生參加「哈佛圖書獎」。
 - 三名中五學生參加「普林斯頓大學圖書獎 2026」。



福音茶座



換領棉花糖

福音組

- xxiv 一名中六學生參加由傑出青年協會舉辦的「明日領袖高峰論壇暨明日領袖獎」2025。
- ③ 聯合本地大學舉辦面試工作坊及升學講座
- i 二零二五年十一月二十七日邀請香港中文大學醫學院舉辦升學講座，向 14 位中三至中六學生介紹課程及收生要求。
- ii 二零二六年五月五日與生物科合作，邀請香港中文大學生命科學學院舉辦升學講座，向 20 位中三至中五學生介紹課程及收生要求。
- iii 三月十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。
- iv 四月二十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。
- 十一、本組協助有需要的學生及校友撰寫推薦信及證明書，六月至八月期間，共撰寫推薦信三篇，二零二四至二零二五年度全年合共 22 篇。

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、曹震安老師、張泰洛老師、羅梓泓老師、張學霖老師

一、學生團契

本年主題為「由靈開始」，全年舉行 23 次周會。第一次團契周會專為中一學生而設，約有 110 位中一學生出席。第二次團契為小組重聚，旨在讓中二至中六團友跟去年小組組員重聚，約有 85 位學生參與。感謝天父，不少學生都願意恆

常出席團契，每次聚會平均有80多位學生參與。

二、福音周：

二零二六年三月十六至二十三日舉行福音周，主題是「我的名字」。福音周的安排如下：

- ① 周會：三月十七、十九及二十日分別舉行了中一二級、中三四級及中五級周會。三次周會均由新約舞流主領，以舞蹈表達福音信息。

② 午飯時間活動

- i 三月十六日舉行「雪櫃磁石貼工作坊」，透過手工向同學傳福音，是次活動約20位學生參與。

- ii 三月二十三日舉行 Busking，由團契敬拜隊學生分享詩歌及信息。

③ 課後活動

- i 三月十七日由沙田浸信會和第一城浸信會弟兄姊妹帶領福音統籌及團契合辦「福音嘉年華」活動，讓學生透過攤位遊戲、詩歌分享和新興運動（門陣），明白我們每一個人在神眼中都是獨特，祂在我們誕生之初便深深愛着我們，祂的愛是無條件的，不是因為我們的表現，祂記得我們每一個人的名字。是次活動約有120位學生參加。

- ii 三月十九日舉行「福音茶座」，約有170位學生參加，分16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，讓大家可以輕鬆的氣氛下，一邊品嚐茶點，一邊談信仰。

- iii 三月二十日舉行由 All Things Bright and Beautiful 主領的現場音樂及即席繪畫音樂會，以「我的憂傷應該放哪裏」為主題，讓學生感受從神而來的愛和擁抱。是次活動約有80位學生參加。

⑤ 跟進栽培



團契職員合照

感謝天父！三次周會共有15位學生願意決志信主；有25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25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：二零二五年十二月十八日舉行全校聖誕崇拜，由浸會大學基督徒樂隊主領敬拜及分享信息。

- ② 福音周會：二零二六年四月二十八日、二十九日及五月四日舉行中一二、中三四及中五級的福音周會，分別由香港教育大學盧善姿教授、潘健侶教練（蘇樺偉先生的跑步教練）及翟文鳳女仕分享。

四、團契職員培訓

- ① 聯校事奉人員訓練日：二零二五年十月四日，27位團職參與由 FES 舉辦的「聯校事奉人員訓練日——Jesus is the Question」，讓團契職員在主題活動中了解自己和身邊的事奉者，為新的一年共建基督的身體做好準備。

- ② 團職退修日：二零二六年二月二十五日在靈基營舉行，讓團職退修反思，重新得力，一同享受安靜親近神的時光。是次活動共有33位團職參與。

- ③ 團職培訓營：七月十至十一日，30位中二至中六的團職參加由 Alpha Hong Kong 於烏溪沙青年新村舉行的聯校團職培訓營，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。

五、堂校合作

邀請沙田浸信會和第一城浸信會參與本校中一至中六級的福音事工，包括主領福音統籌的培

訓小組和初信學生的栽培小組，以及協助學生團契、福音周活動和暑假期間的中一迎新周。

六、Alpha course

團職及導師於二零二五年九月九日參與 Alpha course 培訓，並在團契的四次小組時間中試行 Alpha course，老師觀察小組組員的反應不錯。

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，並寓活動於輔導，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、彭凱鋸老師、蔡偉鋒老師、黃君臨主任、楊君諾老師

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、服務五類，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力，並使學生得到專業培訓；後者還可加強校方與校友的聯繫，推動校友會工作。

二、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



秋季旅行日

行音樂隊伍選拔。各球隊及射箭訓練班則在七月至八月期間進行。

三、學生領袖訓練

由高年級學生擔任課外活動領導角色，帶領課外活動工作，為呂中多年來的傳統。上年度活動組於二零二五年八月二十五日假沙田突破青年村舉辦學生領袖訓練日營，培養學生領袖的領導才能。

四、社際活動

二零二五年九月二日舉行社大會，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。每年設有社際龍虎榜，紅、黃、藍、綠四社同學均全力以赴，競逐冠、亞、季、殿席位。本年度社際龍虎榜冠、亞、季、殿軍分別為黃社、紅社、藍社及綠社。（詳見另表）

五、校內活動

二零二五年十月二日課外活動全面展開，項目共 80 多項；活動除了由老師、高年級學生主領外，亦有由校友或校外導師負責。期望寓活動於輔導，發展全人教育。十月二十三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、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。各項比賽成績請參閱校外活動獲獎名單。

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：林鳳薇主任

組員：羅嘉瑩老師、黎芊晴老師、張學霖老師、

劉燕群老師、鄭穎欣老師、蔡偉鋒老師、

曹震安老師、鄭紫盈老師、陳栢希老師

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：

中一級頤社 1A 陳祈睿 顧問：蔡偉鋒老師

中二級瑩社 2C 陳昀晴 顧問：曹震安老師

中三級義社 3B 曾卓喬 顧問：張學霖老師

中四級格社 4B 容浚 顧問：黎芊晴老師

中五級緣社 5B 羅子穎 顧問：鄭紫盈老師

中六級鋒社 6B 鍾睿傑 顧問：陳栢希老師

三、四十八年來各級社名稱依次為：明道、仁、煒、

暉、傑、熹、智、信、煜、昆、俊、煦、昕、俾、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、頤。

四、各類活動

① 秋季旅行日

中二至中四級社職員於學校秋季旅行日進行級社活動，級社職員設計各樣競技及遊戲供同學參加。

② 試後級社活動

中四、中二及中五，以及中三級的級社職員，分別於二零二六年六月二十九日、三十日及七月七日舉辦全級遊戲活動。活動旨在讓同學舒緩學業壓力，並持續深化同學間的聯繫與歸屬感，進一步團結全級。

五、各級活動

① 中一級

i 二零二五年九月由學生投票選出屬社名稱——「頤社」。

ii 十月九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 十月二十一日至二十三日原為今年中一頤社學生三日兩夜律已營，因颱風關係，營會改為十月二十二日至二十三日，學生從中學習律已及團結。

iv 為配合學校發展計劃，於二零二六年三月二十六日午膳時間舉行數次「班際單車機接力賽」，中一五班各派出十位同學應戰，每人輪流在單車機上全力踏30秒，以接力形式累積距離。1A班與1B班並列冠軍，校長親自頒獎。

② 中二級

i 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。

③ 中四級

i 午間閃避球大賽：為配合學校發展計劃，級社職員於二零二六年三月至五月期間舉辦多次閃避球賽。賽事以循環賽形式進行，每班作賽三場，共九場。活動成功推動全級參與，增進班際交流，提升各班的團隊凝聚力。

④ 中六級

i 二零二五年十月二十二日舉行鋒社傳燈禮，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 二零二六年一月十六日下午在禮堂舉行舉行鋒社惜別會，中六各班逐一表達對離校的不捨之情、對老師的謝意及與同窗的情誼。

iii 六月二日為鋒社謝師宴，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。



鋒社惜別會

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，並派發選科家長資料。為中四班主任準備「其他學習經歷」及「個人生涯規劃」資料，以簡介學校「其他學習經歷」的課程及講解家長如何協助子女學習及進行個人生涯規劃。為中五班主任提供畢業生出路概況及升學出路等資料。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、家政科及家長會合辦中華文化周，於二零二六年二月四至十一日舉行一系列活動，包括早會分享、中一至中四周會期間舉辦各類中華文化工作坊、中五周會粵劇互動講座、中二午間講壇介紹中華文化、新春嘉年華及道風山考察等，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、中四社際辯論比賽

中文科、公民科及中文辯論隊合辦中四社際辯論比賽，藉此提升學生對辯論的認識及興趣，提升學生的思辨能力。比賽於二零二六年二月中旬展開初賽，並於四月十六日舉行決賽。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。

四、廣州近代史考察團

公經社科、公民科與中史科於二零二六年三月三十日至四月一日，帶領各名中三至中五學生前往廣州考察。透過走訪廣州獨特的歷史古蹟與建築，學生能深入了解鴉片戰爭後廣州作為通商口岸的歷史變遷，並回顧孫中山先生等關鍵人物的奮鬥事蹟。此行旨在讓學生掌握近代中國發展脈絡，從歷史的傳承中感悟國家民族的奮進精神，從而增強學生的家國情懷，並提升其國民身份認同感與歸屬感。

五、深圳創新高科技及珠海航空體驗之旅

公經社科與設計與科技科分別於二零二六年四月三十日及七月二日，帶領各名初中學生前往深圳及珠海考察。透過「深圳創新高科技體驗之旅」及「珠海航空體驗探索之旅」，學生得以親身接觸大灣區內國家在自動化、航天工程及新能源交通領域的最新發展，從而激發對工程技術的興趣，並提升國民身份認同感。

六、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」。二零二五年十一月至二零二六年四月，約20名中二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IG Post、校內壁報及海報等方式宣傳，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 銷售活動已於二零二六年四月順利完成。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。

七、呂中創客嘉年華 Maker Faire

本年度的「呂中創客嘉年華 Maker Faire」在「呂中資訊日」當日舉行，由編程小組、生物學會、視覺藝術學會、家政學會、設計與科技學會及基督徒團契攜手籌辦。當日共設立2個特色攤位，由超過110位中一至中五的同學負責攤位運作，向來賓展現及分享「創客精神」。這次活動不僅讓參與者親身感受「從操作中學習」的樂趣；對學生而言，這更是一次寶貴的成長契機。他們從昔日的「學習者」蛻變為知識的「傳遞者」，他們在分享所學及協助他人解決問題的過程中，進一步深化與內化學科知識，有助建立自信，成為具備綜合能力的學生。



中華文化周攤位活動

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，為那一天抹上新色。

數字教育初探與AI冒險之旅

溫家傑校長

科

技浪潮正以銳不可當之勢席捲全球。當我們驚嘆於生成式人工智能（Generative AI）帶來的便利時，我們已然身處數字技術與人工智能深度交織的新時代。作為致力培育未來領袖的搖籃，學校於2025/26至2027/28學年正式啟動為期三年的「人工智能賦能自主學習（SRL - AI Empowerment）實施計劃」。這不僅是一項教學技術的革新，更是一場引領全校師生共同探索、成長的「AI冒險之旅」。

願景與基石：以人為本的AI數字學習生態圈

我們為這場冒險定下了清晰的願景：致力構建一個安全、面向未來、以英語為教學語言（EMI）的優質學習生態圈。在這裡，人工智能將賦能學生進行自主學習、提升教師的專業教學效能，並啟發具有道德擔當的「僕人領袖」，最終為社會帶來正面的改變。所謂「生態圈」，意味着學校的每一個元素——無論是學生、教師、管理層、家長，還是Wi-Fi、BYOD等數字設備，都必須和諧互動，共同滋養一個充滿正能量、兼顧文化與倫理的數字校園氛圍。

在這場數字教育的初探中，我們引進了聯合國教科文組織（UNESCO）的AI能力框架作為我們的核心價值與信念，築牢四個觀念基石：

- ① 以人為本的心態（Human-Centered Mindset）：我們堅信AI必須服務於人類的需求，保留人類的主體性，絕不能取代批判性思考。
- ② AI倫理（Ethics of AI）：引導學生關注演算法偏見、公平性、透明度，以及訓練大型模型對環境永續發展的影響。
- ③ AI基礎與應用（AI Foundations & Applications）：掌握數據集、演算法的基本運作邏輯。
- ④ AI學科教學法（AI Pedagogy）：教師需清晰拿捏何時該運用AI輔助教學，更要警惕何時使用可能會阻礙學生在各學科及跨學科領域中的認知發展。

四大支柱：航向未來的核心目標

為了確保這場冒險不偏離航道，學校樹立了四大支柱作為發展目標：

賦能學習與生活：培養全面的AI素養與生活技能，確保呂中人在AI時代游刃有餘。

自主學習，追求卓越：依託完善的BYOD和高速Wi-Fi環境，推動個性化、主動探究的學術自主。

創新教學與優化行政：將AI融入日常教學以提升課堂參與度，同時優化行政工作流程，讓教師能騰出更多時間專注於學生心靈的導航與陪伴。

安全、保障與社會福祉：嚴格恪守數據安全與倫理，引導學生運用科技造福社會。

實踐藍圖：管理與教學的雙軌並進

在管理與組織層面，我們由校長和副校長領導統籌下，全面制定有關數據私隱、網絡安全及學術誠信的指引。同時，深化教師的專業發展，從「學習AI知識」走向「與AI協作」，全面優化學校的行政、財務及溝通工作。

在課程與教學層面，我們強調「教導AI知識」與「應用AI教學」並重。課堂上，我們尤其重視建立學生的學習信心與興趣。我們將AI適當地融入自主學習（SRL）的四個核心能力維度中，讓學生們的學習動機（想學）、學習行為（肯學）、認知策略（會學）及元認知策略（能學），在AI的賦能下得到全方位升級。與此同時，我們亦會把相關理念延伸至學生事務的不同範疇，促進學生進行自我反思、訂立目標、發展個人學業與生涯規劃，並深化信仰探索等。



教師參與AI教學講座

學生發展：OECD 框架下的 AI 素養「冒險指南」

根據歐洲委員會、經濟合作暨發展組織 OECD 及 code.org 最新發布的 AI 素養框架 (AI Literacy Framework)，我們將透過四大領域 (ECMD) 全面培育學生的知識、技能與態度：

與 AI 互動 (ENGAGE)：讓學生理解 AI 的基本概念、運作方式，並能夠在日常生活中辨識出 AI 的存在。關鍵素養是具備計算思維與社會意識。學生必須能夠批判性地評估 AI 生成的內容（如分辨真偽、意識到潛在的偏見與局限），並理解何時以及如何適當地使用 AI 工具。

利用 AI 創作 (CREATE)：鼓勵學生將 AI 作為一種共同創作或解決問題的工具，與 AI 協同合作來激發創意、優化想法或加速學習。關鍵素養是協作能力、創造力與道德思維。在利用 AI 生成文章、圖片、程式碼或解決跨學科問題時，學生需要思考智慧財產權和版權等倫理問題，而非盲目複製。

管理 AI 的行為 (MANAGE)：刻意且明智地選擇如何讓 AI 輔助人類工作。學生將結構性任務（如資料整理）委派給 AI，讓自己能專注於需要創造力、同理心和審慎判斷的領域。可以將 AI 視為分析師、辯論隊友或生涯規劃導師，學會當家作主，讓科技為人服務。關鍵素養是批判性思考與溝通能力。學生需理解數據隱私、演算法偏見、問責機制等 AI 治理問題，確保 AI 的運作符合道德標準且安全可靠。

設計 AI 解決方案 (DESIGN)：這是技術層面最深的領域。學生不再只是 AI 的使用者，而

是問題的解決者。透過校園內的動手實踐，理解數據和模型設計如何影響 AI 系統的公平性與實用性。他們將探索 AI 系統的底層技術，學習如何構建、訓練、調整或部署 AI 模型來應對現實世界面臨的挑戰。關鍵素養是問題解決能力、創新力與好奇心。此領域將技術研發與實踐緊密結合，教導學生如何用負責任的方式設計出有益於社會的 AI 技術。

在這場冒險旅程中，大家將收穫豐厚的寶藏。

在知識 (Knowledge) 範疇中，學生理解 AI 的本質、它如何反映人類觀點、如何重譜工作及社會角色。在技能 (Skills) 範疇中，學生鍛鍊批判性思考（辨別真偽）、創造力、計算思維（拆解問題）、自省與社交覺察、協作、溝通及解難能力。在態度 (Attitudes) 範疇中，我們期望培養出負責任、充滿好奇心、勇於創新、靈活變通且富有同理心的呂中特質。

三步走戰略：穩步推進的三年歷程

目前，全校教師已完成了基礎 AI 培訓，並在 AI 自主學習教案設計與語文自動評估上初試啼聲。接下來，我們將分階段深化發展：

第一學年 (2025/26) —— 能力建設與工具多元化：也就是今年，我們的焦點在於提升教師團隊的專業技能，嘗試將 AI 應用擴展至教學與行政的多元層面。

第二學年 (2026/27) —— 以學生為中心的融合與數據驅動評估：重點轉向學生的個性化學習，在部分學科引入 AI 輔助的評估設計，並鼓勵學生參與相關 AI 創新競賽。

第三學年 (2027/28) —— 全面深化與輻射：將個性化學習與 AI 數據驅動評估推展至全校所有學科，全面建構完備的智能校園。

親愛的老師們和同學們，數字教育已經起航，這是一場考驗勇氣、智慧與道德的冒險。願你們在這條路上，既能借助 AI 的翅膀飛得更高，更能保持人類獨有的溫度與批判思考，砥礪鋒芒，身怡寧、志篤學、心懷天下，成為引領未來時代的卓越先鋒！



學生利用人工智能自學和共學

呂中 STEAM 教育的發展、成效與洞見

張泰洛老師

一、呂中的 STEAM 發展模式

為了啟發學生在科學、科技、工程、藝術及數學（STEAM）等領域的潛能，我們採用「普及化、抽離式、拔尖式」的三層架構發展模式，循序漸進地推行 STEAM 教育。

第一層：普及化教育

我們透過跨學科課程協作、週會專題講座及 STEAM Day 等活動，讓每位學生都能接觸到 STEAM 知識。

第二層：抽離式教育

對象是對 STEAM 展現濃厚興趣的學生，透過學會、工作坊、培訓班及境外考察，進一步深化他們的知識。今個學年學校舉辦了四個境外考察團，帶領學生們親身走訪海內外，深入了解國家及全球最新創科產業的蓬勃發展。

第三層：拔尖教育

本校有近三分之一的學生參與了全港性的 STEAM 校際比賽，並在各個賽事中屢獲殊榮。今年我們更有幸可以四度代表香港到境外參加國際比賽。而一年一度的「呂中創客嘉年華」，更成為學生分享創科成果、展現 STEAM 活力與樂趣的舞台。

二、歷史性突破：勇闖世界錦標賽

今年最令人振奮的創科里程碑，莫過於本校

VEX 機械人隊成功代表香港，遠赴美國參加頂尖 STEAM 盛事——VEX VS 世界錦標賽（WORLD CHAMPIONSHIP）。這項賽事是全球最受矚目的 STEAM 大賽之一，考驗學生的物理、編程、工程知識，以及團隊協作與危機處理能力。今年學生們與來自全球 60 多個國家或地區、一共有 850 多支的區域精英隊伍同場較量。這是本校參賽十多年以來的重大的突破。歐澤豪同學分享：「能夠夢想成真踏上國際賽場，與世界各地最頂尖的選手同隊協作和較量，這份經驗對我而言極其珍貴，終生難忘。」陳雋庭同學表示：「我希望能把在 VEX 中學到的 STEAM 知識與工程思維，毫無保留地傳承給師弟妹，鼓勵大家勇於發揮所長去實踐自己的夢想。」

三、以人為本，科技向善

呂中的 STEAM 教育不單追求知識上的學習，更鼓勵學生「以人為本，科技向善」，將 STEAM 知識轉化為關懷社區的實質力量。本校七位學生早前帶同得獎作品，在香港會議展覽中心舉辦的「樂齡科技博覽暨高峰會」向逾 2500 名公眾人士展示他們專為舒緩認知障礙症長者而設的發明。參與展覽的伍世麒同學反思：「與長者及照顧者直接交流，讓我能更深刻地理解使用者的真實需求，並為日後優化作品提供實在的參考。」

此外，STEAM 委員會與公民與社會發展科攜手合作，推行了「創善先導計劃——長者手機班」。計劃召集了 28 位不同級別的學生化身「科技導師」，在五個長者中心貼心地指導長者使用手機應用程式。黃奕誠和鍾穎同學感悟道：「在服務過程中，我們發現很多應用程式雖然便利，但部分設

計，如字體過小和介面繁雜等，往往為長者帶來困擾。當我們一步步協助他們克服障礙，看見長者重拾笑容和享受科技帶來的便利時，那份滿足感與成就感是無比重要的。」

結語：

回顧過去，呂中在 STEAM 教育的道路上從未停下開拓的腳步。學生的傾力投入、老師的悉心栽培與學校的堅實支援，讓我們在本地與國際賽事上碩果纍纍。展望未來，本校的 STEAM 教育將嘗試與人文關懷及身心健康等領域進行更深層次的協作。我們期盼呂中學生在學習 STEAM 知識的同時，亦能磨練出對人和社會的敏銳觀察力與同理心，成為兼具跨學科素養與社會責任感的優秀 STEAM 領袖！



創善先導計劃——長者手機班

呂智麗醫生「科研創未來」教育計劃

一、以蚌育夢·淨水興創——淡水蚌培育計劃

顏紹熙副校長

在

呂智麗醫生慷慨捐助的「科研創未來」教育計劃支持下，本校於科學實驗室外設立了淡水蚌養殖設施。這次計劃共招募了50位對生命科學抱有興趣的學生，透過親身參與，體驗水質淨化的研究及孕育珍珠的全過程。

課程初期，學生先前往香港三門仔魚排進行考察，向本地漁民了解傳統的養蚌技術，同時認識珍珠的形成過程及加工工藝。回校後，學生專注學習淡水蚌及其他水生生物的生態習性與養殖技巧，並親手參與淡水缸的設計及佈置，掌握照料活體生物的研究基礎。課程還涵蓋了學術研究方法，指導學生如何撰寫實驗報告及學術論文。

研究的重點在於測試淡水蚌淨化水質的能力。為了模擬真實環境，我們計劃到城門水塘採集水樣本。由於以往未有先例，我們不確定申請能否成功。經過多次與水務處溝通，提交了大量文件，我們終於成功取得特別許可，破天荒獲准進入水塘範圍採樣。取得水塘的水樣本後，學生隨即在實驗室模擬生態環境進行測試，將所得數據整理成報告，期望能為水務處的水質管理提供參考，讓學習成果走出校園，應用於社會。

除了科學研究，計劃亦包含商業元素。待淡水

蚌成熟後，學生將親手取出珍珠，參與首飾設計與製作。這些獨特的「校園珍珠」未來將推向市場發售。從養殖、研發到銷售，學生全程參與，實際體驗完整的商業鏈條，培養策劃與執行能力。

學生在過程中學到不少課本以外的知識，全程投入，亦感受到大大的成就感。未來我們會繼續進行更多跨學科的探索，讓學生累積更多不同體驗。



赴三門仔魚排進行考察



學生開蚌

二、格物育夢·知行興創——生物科技科研計劃

李凱盈老師

感

謝呂智麗醫生設立「科研創未來」教育計劃，慷慨資助本校科學教育，為學生提供了寶貴的科研平台與資源，讓他們能走出課室，在生命科學及生物技術領域中嘗試科研，培養科學素養與探究精神。

為配合生物科技教學及科研的發展，本校正籌劃建立全新的「生物科技實驗室」。實驗室將配備不同的生物科學設備，為學生提供符合專業標準的科研環境。實驗室的落成，為學生提供了深耕發芽的科研土壤，更讓學生能直接在校內進行專業的合成生物學實驗，將抽象的理論轉化為真實的科研成果，為學生埋下熱愛科研的種子。

在硬件設施提升的同時，本年度本校已是第三次以聯校方式參與國際遺傳工程機器設計競賽（iGEM）。回顧第一年參賽，同學遠赴巴黎，以「生物可降解的抗菌膠布」（Antimicrobial Black Solidier Fly Ecoplastic）為題參賽，最終贏得金獎，並獲得「最佳教育項目獎」和「最佳可持續發展項目獎」提名（全球高中組前五名）。第二年，鄭濤雅老師帶領同學以「古今交融：利用北蟲草與AI肽鏈治療非小細胞肺癌」（Merging Old and New: Treating non-small cell lung cancer by Cordyceps and AI-designed Peptides）為題，利用RFdiffusion與ProteinMPNN等AI技術研發新型肽鏈，旨在探索其與化療藥物「順鉑」（cisplatin）的協同效應，以減輕化療藥物劑

量，從而減輕其副作用。最終，團隊在巴黎全球總決賽中再次奪得金獎，並獲得高中組「最佳建模」及「最佳教育」提名（全球高中組前五名）。兩次比賽，同學除了埋首於實驗室，亦走出校園，訪問專家，並舉辦教育工作坊向大眾推廣合成生物學。參與 iGEM 讓同學能夠接觸超越中學程度的實驗，並在國際比賽中展現專業科研人員的堅毅不屈精神。這些難得的體驗，不僅讓他們增廣見聞，更提升了他們對科研的理解。

此外，本校「魚菜共生學會」也是教育計劃內的另一發展方向。由學會負責老師梁定勤老師帶領同學，透過魚菜共生系統認識科學研究流程。今年學會嘗試在系統中種植中醫視為具清熱解毒、活血調經功效的草本植物——金盞花。老師和同學們更發揮創意，將收成製作成曲奇餅及肥皂，結合科研與生活。

但願科研種子繼續在校園內遍地開花，培育出更多具備科學探究精神的學生。



金盞花肥皂

MVPa60 在呂中

王穎欣老師

教

育局自2021/22學年起推行「躍動校園活力人生」計劃（ASAP），旨在協助

本港學生達到世衛 MVPa60 建議，並培養堅毅等正面態度。自2024/25學年起，教育局向學校發放一筆過津貼，支援校方舉辦體育活動及計劃。本校利用這筆津貼，購置了十輛智能健身單車，外借與學生的運動器材，並於排球場四周的柱子上加裝了保護軟墊，確保學生可以在安全的環境下運動。

本校向呂中學生發出了一份問卷調查，發現他們的運動興趣相當廣泛。最普及的運動包括跑步、緩步跑、急步行、籃球、羽毛球、游泳和單車。此外，跳繩、排球和跳舞等也頗受部分學生歡迎。多數受訪者表示，與去年相比，今年增加了參與中等至劇烈強度的體能活動。儘管運動量有所增加，但許多學生反映未能達到「每星期每日進行60分鐘運動」的目標。一般非校隊成員的每日平均運動時間大多落在「10-30分鐘」或「30-40分鐘」區間；而校隊成員的運動時間則明顯較長，多數能達到「50-60分鐘」甚至「60分鐘以上」，可見大家仍需努力。

有關呂中現行的推廣措施：

首先，「體育服日」由去年每星期一天，增加到本年度的兩天。這項措施獲得了壓倒性的正面支持，絕大部分受訪學生「非常同意」或「同意」星期三和星期五允許穿著運動服回校，能極大程度地方便及推動他們參與運動。

其次，增設校內運動時間（小息及午膳）的成效良好，大部分學生認同利用小息或午膳時間提供額外運動時段，能有效鼓勵他們活動身體。

第三，引入智能健身單車的評價兩極，雖然有學生認為能帶來動力，但亦有不少學生希望校方能引入不同類型的運動器材，以切合所有學生的興趣或實際使用需求。

學生就「學校如何鼓勵學生多做運動」提出了許多具建設性的想法，最熱門的建議是擴大體育服裝政策：極多學生強烈建議增加可穿著運動服回校的日數，甚至有聲音希望「每天都能穿運動服」，認為這是降低運動門檻的最直接方法。

另外，設立獎勵與學分機制：許多學生提議將運動參與度納入「體育科持續評估（CA分）」，或推行積分獎勵計劃（例如做滿一定時間可換取獎勵），以實質誘因提升動力。

再者，豐富賽事與活動選擇：學生希望能多舉辦「班際比賽」和「運動體驗日」，並建議學校引入更多元化的「新興運動」。也有學生希望在午膳或放學後開放更多類型的運動設備。

最後，優化校園設施配置：少數學生關注場地安全，例如提出需要維修地面傾斜的籃球場；另外也有學生建議為有潛質的項目（如單車）設立校隊。

整體而言，呂中學生對於增加日常運動量抱有積極態度，「服裝的便利性」是現階段最能直接促使學生參與運動的核心關鍵因素。



一樓七輛智能健身單車深受歡迎



利用應用程式記錄學生運動量

共築幸福 @Chill Zone

陳嘉茵主任

本

校新翼二樓，有一個特別的空間，那裏有鞋櫃、書包架；有一間不常開的咖啡店；有一張櫻花粉色的長椅、有三張小圓桌；更有窗戶把那裏圍起來，設有冷氣、充電線方便使用者。這裏是一個讓學生喘息的空間；這裏是二零二五年五月開幕的 Chill Zone。

數年前校方特別向沙田社區基金會申請資助，期望建立一個有助學生身心靈健康成長、向社區人士展現才能的空間。由構思、設計、招標、裝修，到後來添置一件一件家具、「收養」一隻一隻毛絨玩偶，慢慢築起這滿有祝福的一隅。

暖色系的設計營造讓人放鬆的環境，學生可在小息、午息和放學後到這裡談天說地、討論功課。並且已得校方批准，學生可在此處使用 iPad 作學術用途，更能體貼學生的需要。

為善用 Chill Zone 每一寸空間，這裏設置了流動飛鏢靶。偶然會看到不同年級的學生和老師在此玩樂一番，是一個增進情誼、師生交流的美好地方。

Chill Zone 開幕至今約一年，舉辦的活動多元化，期望能為學生的校園生活添上一點溫度。

首先是成為 MFCafe 的大本營。本校咖啡隊成立多年，以往只暫借家政室一角進行活動，雖能作小規模試業，但只設「外賣」，未能「堂食」。如

今 Chill Zone 成為 MFCafe 的所在地，這裏不時傳出陣陣的咖啡香。除了帶來嗅覺與味覺的滿足，學生看着自己的製成品和來賓的笑容，亦帶來心靈的滿足。

為了讓學生在繁忙的學習生活中，有不一樣的體驗，學生支援組在此亦舉行不同的活動讓學生參加。例如日本茶工作坊讓學生透過泡茶、品茶，接觸新事物，感受新體會。開辦兩次午間拼豆手工活動，讓學生在午息時善用時間製作手工藝品，製成品可送給自己，亦可送給他人，分享快樂。又因學生在專心拼圖案時能忘卻心煩事，這個活動深受歡迎，更有學生在放學後來「加班」，每每看到學生拿著精美的製成品及帶著滿意的笑容離開。另外，進行兩次 Green Project 環保活動，先請學生向全校師生徵收二手物品，然後開設攤位送出，觀察到學生反應不錯，大部分物品都能順利送出，除了為環保出一分力，亦造就籌備學生的個人成長。

Chill Zone 是個分享愛和支持的地方，本年度兩次考試加油站亦在這裏進行，活動包括 MFCafe 成員沖泡暖心朱古力為學生加油，關愛大使特意製作手繪文件夾，更設打氣展板，讓學生寫下鼓勵的話，彼此互勉。

冀盼這小小的空間，成為呂中學生新的聚腳處，亦透過不同活動為學生帶來不同的體驗，當中每個笑容和感受為平日生活增添幸福。曾聽過一個說法：「幸福越與人共享，它的價值越增加。」——森村誠一（1933-2023）。願我們在 Chill Zone 分享快樂，共享幸福。

國旗下的講話：從消失的薯片到遠方的戰火——我們為何需要「軍事安全」？

溫家傑校長

在

日常生活中，我們總能遇到一些看似微不足道卻讓人無奈的現象。比如放學後走進便利店，拿起一包最愛的薯片，你可能會發現它的價格雖然沒變，但裡面的空氣好像越來越多，薯片的份量也明顯減少了。這在經濟學上被稱為「縮水式通脹」（Shrinkflation）。多數人或會認為這不過是零食商轉嫁成本的商業詭計，但事實上，這包縮水薯片的背後，正隱含著一個與我們每個人都息息相關的宏大主題——國家安全。

每年的四月十五日為國家「全民國家安全教育日」。提及「國家安全」，不少人總覺得這是電視新聞裡的大事，與普通人的現實生活相距甚遠。然而，透過這包薯片，我們得以窺見一個冷酷的現實：我們生活中的每一分錢、每一口食物，其實都與遠方數千公里外的國際局勢，以及我們背後的「軍事安全」防線緊密相連。

核心：軍事安全是所有安全的「護身符」

將視線由日常消費移向地緣政治，中東局勢再度成為全球焦點。伊朗、以色列與美國之間的衝突不斷升級，無人機群劃破夜空、攔截飛彈的火光如流星般落下的畫面，在新聞中頻頻出現。這些並非電影特技，而是當地平民正在經歷的恐懼實況。

在國家的「總體國家安全觀」中，共涵蓋了二十個重點領域。而在這密不可分網絡中，軍事

安全無疑是所有安全領域的「硬保障」。

一、經濟安全的漣漪效應

中東地區是全球能源的「心臟」，而衝突焦點之一的霍爾木茲海峽（Strait of Hormuz），更是全球能源供應的「頭號生死線」。作為波斯灣進入印度洋的唯一門戶，全球約20%的液態石油及大量液化天然氣都必須經此處輸往世界各地。一旦該海峽因軍事衝突而遭到封鎖，全球油價必然飆升。油價的上漲將直接推高物流運輸、工廠生產以至包裝塑料的成本，進而引發全球供應鏈斷裂與惡性通脹，最終由每一位消費者的錢包來買單。由此可見，軍事安全是經濟、金融與能源安全的先決條件。

二、現代軍事與人工智能安全的結合

這場中東衝突同時展示了高科技武器的現代化對決。以導航的精準打擊與高度自動化的防禦系統，表明現代軍事安全已不再純粹取決於兵力與士兵的勇氣，更是「科技安全」與「人工智能安全」的博弈。

二零二六年二月底，伊朗最高領袖哈梅內伊在美以聯合的精準空襲中喪生，這場震驚全球的「斬首行動」，背後依賴的正是龐大情報網絡、衛星監控與高科技導航技術的完美融合。血淋淋的現實告訴我們，即使擁有頂級的傳統安保，在現代高科技的「精準鎖定」面前依然無所遁形。現代軍事安全早已超越了傳統防線的概念，若無法掌握尖端科技與人工智能的自主權，國家的防禦將形同虛設。因此，國家必須堅持以技術的自主研發，確保芯片與演算法不受制於人，方能在複雜的國際局勢中「禦敵於千里之外」。

擔當：中國智慧——從「衝突者」到「和談者」

面對動盪不安的國際局勢，國際社會展現出兩種截然不同的應對路徑。部分大國選擇不斷增加武器供應，甚至直接進行軍事介入，試圖以武力解決爭端；與此相對，中國則展現了另一種大國方案——外交斡旋與大國智慧。

回溯二零二三年，在中國的積極推動下，對立了數十年的宿敵沙特阿拉伯與伊朗在北京握手言和，這正是中國落實「全球安全倡議」的成功實踐。中國發展強大的國防實力，從來不是為了威脅他國，而是為了在國際社會中扮演「和平使者」的角色。我們堅持「勸和促談」，主張安全不應建立在他國的不安全之上。當一個國家擁有強大的軍事實力，卻依然選擇用文明與對話去化解衝突時，這無疑是我們身為中國人的自豪與驕傲——我們是用實力去守護和平，而非製造動盪。

聯繫：香港與祖國，那份「帶你回家」的承諾

回到我們生活的香港，在「一國兩制」的框架下，國防事務由中央政府全權負責。平日在軍營開放日中展現颯爽英姿的駐港部隊，不僅是國家主權的象徵，更是香港繁榮穩定的「定海神針」，讓廣大市民得以在「東方之珠」安心生活、自由學習。

更讓人動容的，是每當世界某個角落發生戰亂，國家總是第一時間啟動撤僑行動。無論身處多麼遙遠、危險的彼方，只要持有中國護照，當看見五星紅旗抵達的那一刻，便知道最強大的護盾已經來到身邊。這種「祖國帶你回家」的承諾，背後所依憑的，正是強大的軍事、海外利益與社會安全保障。

國民責任，從細微處出發

「國家安全」從來不是一個虛無縹緲的口號，它關乎我們手中薯片的重量，更關乎每個人未來的夢想能否在和平中實現。如今，國家安全所涵蓋的二十個領域已深深滲透到我們生活的方方面面。作為學生，固然不必手握武器走上戰場，但我們依然可以從以下三方面實踐國民責任：

一、提升素養：努力學習科學與科技知識，未來為國家的科技強軍與創新貢獻力量。

二、理性思考：面對錯綜複雜的國際資訊，保持獨立思考，不盲目跟風，不傳播未經證實的謠言。

三、居安思危：時刻銘記當下的和平與穩定，乃是背後無數守護者默默付出、砥礪前行的成果。

希望當我們下一次購買零食時，不僅能聯想到物價的變動，更能體會到這份得來不易的穩定與安全感。維護國家安全是全體國民的共同責任，讓我們由細微處出發，為祖國與香港的明天努力學習。



升旗禮

Beyond the Blackboard: Redefining Learning with AI and LoiloNote in the Modern Classroom

Mr. Chui Chi Hin

The digital revolution is no longer a distant wave on the horizon; it is the very current reshaping of our classrooms today. In recent years, Artificial Intelligence (AI) has emerged as an inevitable trend that is fundamentally revolutionizing the landscape of global education. This paradigm shift requires educators to look beyond traditional teaching paradigms and actively equip themselves with the latest technological trends. To design the best possible education for our students, we must first understand how these tools alter the mechanics of learning.

For generations, teachers were viewed as the primary, if not sole, source of knowledge within a classroom. A student's academic progress depended heavily on what was dictated from the whiteboard. Today, that monopoly on information has vanished. With advanced AI tools at their fingertips, students can now explore, research, and learn virtually whatever they want, whenever they want. However, this abundance of information brings a new challenge: how do we ensure that this access leads to genuine intellectual growth rather than dependency?

As educators, we have to rethink our core purpose. Our role has profoundly shifted from being information providers to becoming **facilitators of learning**. The ultimate objective is no longer just transferring a curriculum, but teaching students how to learn by themselves in a sustainable, independent, and responsible manner.

From Passive Shortcuts to Active Inquiry

The greatest pitfall of the AI era is the temptation of convenience. The critical point we must instill in our students is that technology should not be used to bypass the cognitive heavy lifting required for true education. It is incredibly easy for a student to copy and paste an entire assignment into an AI prompt and passively wait for a generated answer. This practice kills curiosity and stunts intellectual development.

Instead, our mission is to train students to use AI as a collaborative partner. They need to

learn how to interact with it dialogically—using it to ask guiding questions, clarify confusing concepts, and provide step-by-step hints that allow them to solve problems on their own. AI should be a personal tutor that sparks thinking, not an automated clerk that does the work for them.

To turn this philosophy into practice, I have begun designing custom AI-driven applications and resources tailored specifically for our curriculum. A prime example is our newly launched Vocab Hub: F.1, designed for independent vocabulary revision. Instead of memorizing long, dry lists of definitions, students engage with gamified modules such as *Sentence Striker*, *Meaning Matcher*, and *Vocab Scramble*. By leveraging AI to create dynamic, contextual learning paths, students can take full ownership of their studies, discovering that technology can make academic mastery both rigorous and deeply engaging.

LoiLoNote: The Nexus of Interaction and Organization

While AI serves as an intellectual catalyst, a robust digital ecosystem is required to keep students grounded and organized. This is where **LoiLoNote** becomes an indispensable asset in our teaching toolkit. With the implementation of the Bring Your Own Device (BYOD) policy, student learning habits have undergone a massive transformation. Walk into any classroom today, and you will see students naturally compiling, highlighting, and creating their own personalized study notes directly on their tablet screens. LoiLoNote acts as the perfect platform to support this habit, serving as a centralized, intuitive source where students can store, categorize, and cross-reference their learning materials.

Beyond simple organization, LoiLoNote has completely redefined the boundaries of classroom interaction. In a traditional setting, collecting homework, reviewing answers, and sharing exemplary work could take days. LoiLoNote condenses this workflow into seconds, optimizing the feedback loop between teacher and student:

- **Versatile Submissions:** Teachers can assign digital tasks instantly. Students are given the autonomy to choose how they present their work—whether they prefer submitting an annotated soft copy directly on the platform or simply snapping a quick photograph of their physical workbook.
- **Instantaneous Peer Learning:** Because submissions happen digitally and in real time, teachers can seamlessly review the class's progress on the fly. If a student produces an outstanding response, the teacher can instantly disseminate that sample to every device in the room, turning a single student's success into an immediate learning opportunity for all.
- **Co-Creation via Shared Notes:** The "Shared Note" feature has truly revolutionized group work. It creates a digital canvas where the inputs, arrows, and ideas of all students and teachers are displayed instantly. This real-time synchronization breaks down physical barriers, encouraging quiet students to contribute alongside their peers and fostering an intensely collaborative, high-energy learning atmosphere.

Looking Forward

As we look to the future, technology will certainly continue to advance at an exponential rate. Tools that seem cutting-edge today will become the baseline of tomorrow. Yet, amidst this rapid evolution, the human element of teaching remains entirely irreplaceable. Algorithms can provide data, but they cannot provide mentorship.

As facilitators, our ongoing mission is to carefully design tasks that help students maximize the benefits of AI, while utilizing collaborative platforms like LoLoNote to deepen human interaction within the classroom. By guiding our students to navigate these tools responsibly, ethically, and critically, we ensure that they do not become passive consumers of technology, but rather empowered, lifelong learners ready to shape the future.



A collaborative, tech-enabled English lesson using LoLoNote

在「論壇劇場」裏練習「作選擇」

陳穎思老師

當同學在台上演出自創選段時，若你認為某角色的做法可以有第二個選擇，你可隨時在觀眾席上叫停演出，並走到台上，請原來的演員坐回觀眾席，由你自己親自與其他角色即興演出，試驗你的想法，看看事情會如何發展。」

「Stop」，是本年度中一戲劇課下學期進行「論壇劇場」(Forum Theatre)時的一個關鍵環節。「論壇劇場」是「應用劇場」(Applied Theatre)的一種形式，透過戲劇探討真實生活的處境，讓學生既有情感投入，也懂得進行理性反思。

從反思式學習建立自我與身體覺察

過往數年，本校戲劇科一直在恆常課堂中加入應用劇場的要素，讓學生透過戲劇觀察自己與身邊世界。今年，中一課程進一步全年以反思式學習為主軸，循序帶領學生建立自我覺察 (self-awareness) 和身體覺察 (body awareness)，而不單是學習舞台表演技巧。

上學期，課堂首先從「thoughts and feelings」出發，透過劇場遊戲和即興創作，讓學生多留意自己的感受和想法，並嘗試用聲音與語言表達出來。中段加入一系列以身體為重心的練習，讓學生在安全的環境中探索身體訊息，發現原來姿態、眼神、站位本身已經在「說話」。

到了下學期，課程把這兩方面整合起來，邀請同學以「中一日常生活」為素材分組創作短場

景：學業壓力、家庭溝通、同輩相處、時間管理、社交媒體、自我形象等都是他們每天會遇到的真實困難。然後，以這些作品為基礎進行論壇劇場：任何一位學生都可以在台下隨時喊「Stop」，走上台取代角色，嘗試以另一種方式處理同一個情境，讓全班一起觀看和思考不同的可能性。

在舞台上培養同理心

要能夠適時地喊「Stop」，學生必須先設身處地，感受那個角色當下的想法與情緒，再作出自己認為較好的選擇；其他演員則繼續以原有角色的立場真實回應。這種切身的碰撞，讓學生在實踐中培養同理心 (empathy)：一步步理解別人的處境，意識到每個行動背後都有其難處與限制。

每次介入之後，我們都會暫停下來，全班一起討論：這個新做法有沒有為任何一方帶來改變或改善？為甚麼？對其他角色有甚麼影響？過程中，學生學習尊重不同意見，並從單一角度看事情，轉化為與人商量、互相補充的選擇。

戲劇課與價值教育的連結：在衝突中發掘可能性

課程結束時，很多學生在反思分享中形容這一系列學習經歷「深刻」甚至「震撼」。他們覺得最特別之處，是在沒有被責備的情況下，透過角色去嘗試平日不敢嘗試的表達、相處和解決方法；即使某些提議最後被大家認為「未必可行」，過程中的實驗和討論本身，已為他們打開了新的視角，更能理解不同人物背後的心理狀態和感受。

戲劇課堂同時是推動價值教育的重要平台。論壇劇場的獨特之處，在於它同時要求同學「感受」和「思考」：既要運用同理心設身處地感受另一個

人的處境，亦要理性反思選擇背後的價值取向——甚麼是尊重，甚麼是對自己和他人負責任的做法。兩者並行，正是戲劇課能夠深入觸及品格教育的原因，也延續了本校戲劇科一直強調的信念——劇場是一個發掘無限可能性的地方，而課堂的責任，是陪伴學生學懂並愛上「發掘可能性」這份勇氣，讓他們將之帶回真實世界，一步一步實踐。



解構、反思、分享

中國語文科中四級公開課

陳子峰老師

中

國語文科高中課程以十二篇範文為教學核心，平日上課大多由老師講授為主，是次公開課則抽取蘇洵《六國論》一文，讓學生分組討論，一方面要學生思考課文論證上有什么不當之處，另一方面學生亦要將蘇洵《六國論》與蘇轍《六國論》作對比，以見兩文觀點之異同。

為配合學校「自主學習」的教學方針，課堂以四學（自學、共學、互學、導學）的方式設計。課堂進行前，學生已學習蘇洵《六國論》的課文內容。由於課堂上學生需要把兩篇《六國論》作對比，因此他們需要在家中預先自學蘇轍的《六國論》，並回答 Google Forms 內的問題，讓老師得知學生在家自學的情況，適時作出跟進。

在課堂上，老師以異質分組的方式將學生分成六組。討論環節共有六條題目，每組獲發兩條題目，一題用作匯報，一題用作評鑑。學生先用二十分鐘討論（共學），接着每組輪流匯報。一組匯報完成後，另一組要就着相同的題目進行評鑑（互學），之後再由老師作釐清及補充（導學）。

設計課堂時，已預知當中的難處，例如課堂時間緊迫，能否有足夠時間讓各個組別的學生完成匯報？討論內容與當時的時代背景具有密切關係，本班學生並沒有修讀中史，他們會否難以回答？一組匯報完成後，另一組需要就着學生的匯報立刻作出

評鑑，這對於中四學生而言，會否難度太高？

針對以上考量，課堂作了適量調節。例如在老師回饋時，只抽取重點作評鑑，以騰出更多時間讓各組學生發言。此外，設計討論題目時，額外補充了與時代背景相關的資料，讓學生結合資料思考及討論，縱然學生沒有相關的歷史知識，也可以就着題目適切地回答。另外，在同儕互評方面，亦預先設計了互評表，每組可依照互評表的項目，對匯報組別作出評鑑，這樣學生有了評鑑的方向，回應時便會更具體。

是次公開課共有四位校外老師觀課。課後開會交流期間，各位老師均對於學生投入認真的上課態度予以讚賞，亦對於課堂的設計給予不少正面評





價。有老師建議可以在課後給予練習，讓學生整理課堂討論的內容，然後完成相關題目，進一步鞏固課堂所學。另外，亦有老師建議在互學環節，可以開放給其餘組別的學生就着題目互相評鑑，以提升學生的參與度。以上種種建議，均補足了課堂設計上思考不周之處，使下一次再教授相關課文時，可以令學生有更大的得益。

Catering for Learner Diversity: Takeaways, Reflections, and Insights from the Course by a BAFS Teacher

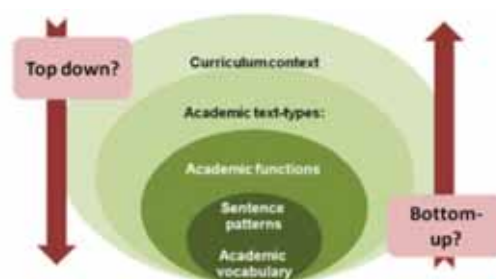
Ms Kwok Wai Ching

Honest Confessions as a Teacher

Let's be completely honest for a moment. What can I do when some of my students stare blankly at case studies and feel completely paralysed upon first encountering the Form 4 paper, while others improve steadily paper by paper? Some know the concepts inside out but struggle to express their ideas in writing, while others find it difficult to define even the most basic concepts. Fortunately, I had the opportunity to attend a professional development course on catering for learner diversity, organised by the Faculty of Education at The University of Hong Kong. The course provided me with essential linguistic scaffolding frameworks that help bridge this gap, and I am deeply grateful to the school for this support.

Unpacking the "Genre Egg"

Content and Language Integrated Learning, along with the Genre Egg Model (adapted from Rose and Lin), helped me gain insights into systematically providing feedback by deconstructing academic texts from the macro to the micro level. The outer layers of the model define our specific curriculum context and the required analytical essay genre, such as assessing corporate expansion. Moving inward, it highlights essential language functions, such as comparing management styles or justifying financial decisions. Next, it addresses sentence patterns, providing students with targeted grammatical frameworks — such as causal structures — to link a business action directly to its consequence. Finally, at the core lies academic vocabulary. By unpacking this

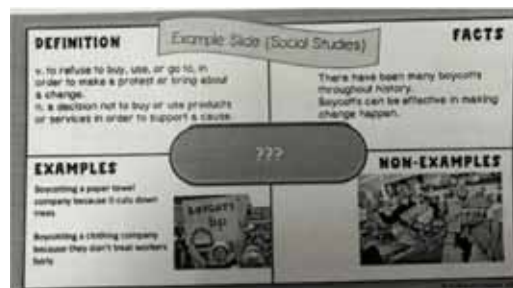


The "Genre Egg" (adapted from Rose, 2012; Lin, 2016) - A common framework for developing academic language awareness and providing language scaffolding for students in EMI subjects

model into cohesive writing templates, I can provide a vital linguistic safety net for struggling students while still equipping advanced learners with the tools to broaden their vocabulary and deepen their analysis.

The Frayer Model: Prepare for Writing

Another tool that I found useful is the Frayer Model. We often mistakenly equate a student's ability to memorise a business definition with genuine understanding. The Frayer Model utilises a visual four-quadrant graphic organiser that guides students from conceptual understanding to text production within a case study context. Incorporating this model into students' notes can help them recall examples and develop business acumen as part of their regular note-taking practice.

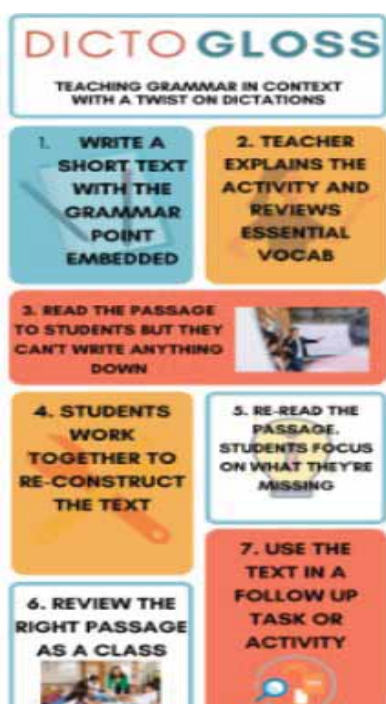


Frayer Model

Rather than merely copying from a standard textbook, students unpack core concepts into key characteristics, contextualise their knowledge by identifying concrete examples, and connect these examples with facts identified from the case study. Crucially, going one step further to identify non-examples helps clarify what the concept is not. This comprehensive breakdown serves as an excellent pre-writing scaffold.

By repeatedly using the model for pre-writing discussions and as a guided framework, students of different abilities are able to construct and produce texts more independently. Having learnt the Frayer Model, I find my previous approach to guiding writing further reinforced and reassured, with the model's support and structural roadmap likely to be adopted across a wider range of topics.

Building with Blocks - What Are the Materials for Constructing Your Own Text



Group micro-teaching practice on Dictogloss.

In Business, vocabulary cannot be learned through the rote memorisation of isolated word lists — terms gain meaning from their strategic context, whether in catering, smartphone manufacturing, hotel management or garment retailing. The Dictogloss strategy addresses this by offering a collaborative listening and reconstruction activity that combines vocabulary learning with grammatical accuracy.

After introducing key target terminology, the teacher reads a short text aloud at a natural pace. The first reading encourages students to focus on understanding the core business argument. During the second reading, students jot down fragmented content words and essential terms. In mixed-ability groups, they then combine their notes to reconstruct the paragraph, aiming for logical coherence and grammatical accuracy. Finally, the class compares their versions with the original text.

This collaborative approach supports learner diversity by allowing higher-ability students to guide the structure and synthesis, while less proficient students contribute the business-specific vocabulary they captured.

Yahoo have failed to meet the taste and preferences of the netizens. Since netizens wants to get the information directly and quickly, but the main page of Yahoo contains many other information that netizens dont want to know, netizens choose to use google, which is more cleaner and faster. This makes no one uses Yahoo, makes Yahoo getting out from netizens' eye and lead to the failure of Yahoo.

Challenging

It is believed that for political factors, government intervention and policies are the most important factors in causing the rising status of the HKTVmall, a shopping and entertainment platform. In the early 2020s, to tackle the spread of the COVID-19 pandemic, the Hong Kong government implemented a series of control measures, such as encouraging citizens to avoid frequent exposure to the outside and issuing stay-home-order. This greatly reduced the flow of consumers to physical stores. Online payment channels: Thanks to the rise of technology and the government policies for the COVID-19 pandemic, online payment channels are widely used by people nowadays. So more people will choose to shop online instead, favouring the HKTVmall as an online shopping platform as it fosters convenience for consumers and thus boosts sales.

Group micro-teaching practice on using Frayer Model to evaluate student's work.

Honest Reflection as a Student

This is not limited to business-related subjects. As a student, what happens if your study efforts do not translate into better results? Without clear language scaffolding, it is easy to attribute poor performance to a lack of knowledge or weak language skills. Rather than settling for the vague conclusion that “I need to study harder,” students can use the Genre Egg and Frayer Model as highly structured tools for reflection and improvement.

This approach provides students with a diagnostic vocabulary to evaluate their own work. Imagine this internal dialogue: “I think my concept was correct because the characteristics in my Frayer Model were accurate, but I lost marks for not using the appropriate sentence patterns to connect the management strategy to the financial outcome.” Suddenly, the monster under the bed has a name. Students are able to identify exactly where they need to improve.

For teachers, this is the power of integrating language and content — it clarifies examinations and empowers students with the direction and confidence needed to move their learning forward.

“As students differ in many ways, including their needs, interests, backgrounds, experiences, learning styles, aspirations, and levels of readiness to learn, e.g. cognitively, emotionally, and socially, we need to understand, respect and respond to their individuality and uniqueness.”
— *The Education Bureau (EDB) of Hong Kong, Secondary Education Curriculum Guide (SECG), Booklet 5: "Embracing Learner Diversity" (2017)*



課堂進行實習教學



參觀香港體育學院

從分數到素養：體育教學的革新之旅——五周進修的反思與實踐

蔡偉鋒老師

作

為一名體育教師，我常問自己：除了強健體魄，我還能給學生留下什麼？在香港繁忙的學制下，體育課往往往課時不足，亦不自覺地陷入「以考試為本」的循環，學生重複着單調的技能練習。帶着這些困惑，去年五月，我有幸參與了由香港教育大學主辦的「體育學與教之新發展範例」課程。這五周的進修，成為我教學生涯的重要轉捩點，讓我重新思考體育課的真正價值。

課程中，教授引導我們批判地審視香港學校體育的現狀。我深刻意識到，若體育課只以考試為最終依歸，那麼「體育素養（Physical Literacy）」的終極目標——培養學生終身運動的習慣，便淪為空談。縱觀現時的教育趨勢，健康生活模式，特別是如何在日常中增強學生的 MVPAG0（每日進行六十分鐘中等至劇烈強度的體能活動），是我們所面對的一大挑戰。為了改變，我將教學目標重新定調：以「提升興趣」與「多元參與」為本，設計課堂。

在課程結構上，我以往以多圍繞籃球、排球、田徑及體操等核心項目，雖然紮實，但久而久之可能令部分同學感到單調。修畢課程後，我決定為課程注入新活力。今年，我在中三男子體育課中加入了「手球」，中四則引入了「欖球」。沒想到，學生反應熱烈！透過結合進修時學到的「領會教學法」，學生不僅在練習動作，更在理解戰術與團

隊合作中獲得樂趣，那種在球場上展現的專注與投入，讓我堅信：適度為課程注入多元刺激，正是提升學習動機的關鍵。

在評估制度上，我希望透過獎勵提高學生的「運動動機」。體育科引入了校內「單車機挑戰計劃」，只要學生累積特定踩踏成績，即可獲得獎勵分數。當我看見每天放學後，單車機前那一群揮灑汗水的身影，加上校園內不同的措施配合（例如體育服日），我深刻感受到運動熱情已在校園內萌芽。此外，我亦嘗試在中一級社活動中舉辦「班際單車機接力賽」。看着學生積極的參與，證明了運動不只是個人的技能磨練，更是社交互動的絕佳機會，成功推動了校園的體育氛圍。

展望未來，我期望將這份獎勵制度進一步深化。明年，體育科將「水陸運會工作人員」納入獎勵範疇。長遠而言，我個人期望能將此計畫推展至校外，鼓勵學生走出校門，參加比賽、接受訓練，甚至是參與體育盛事的觀賞活動，都能獲得認可與加分。我希望透過這些舉措，能讓學生明白，體育的範疇極其廣闊，不僅是競技場上的爭勝，更包含了參與、欣賞與服務。

我相信，體育課的價值遠超於知識。透過調整教學內容與評估模式，我們能為學生創造一個更具動機的運動空間。未來，我將繼續秉持這份熱忱，不僅是教導運動技能，更是與學生一起建立終身運動的基礎，讓體育課成為他們校園生活中最富教育意義的一課。

穿越時空的歷史課堂感想

李賽琴老師

今

趙二零二五年六月二十七日至七月一日期間的陝西歷史博物館之旅，令那些曾在教科書上見過的圖片突然變得立體鮮活。作為中史教師，此次參觀讓我深刻體會到實物教學的不可替代性，特別是在講授秦、漢、唐三代歷史時，這裡的文物能為學生打開一扇直觀歷史的窗口。

秦代展區最令人震撼的莫過於等比例復原的兵馬俑方陣。近距離觀察，每個俑的面部表情、髮髻樣式乃至甲片紋理都清晰可辨。更令人驚嘆的是陳列的銅弩機與三稜箭鏃，其標準化設計展現了秦國驚人的軍事科技——弩機零件可互換使用，箭鏃的流線造型能有效穿透甲冑。這些實物佐證了課本所述「秦器械精良」的記載，讓學生直觀理解秦軍「橫掃六合」的技術基礎。

漢代墓葬區陳列的綠釉陶倉與陶灶模型也特別引人深思。這些陪葬明器與秦兵馬俑一樣，反映了古人「事死如生」的觀念，而漢的出土陶器更折射出當時的社會經濟重心——糧倉形制多樣，灶台設計精巧，甚至配有陶製的豬狗家畜，生動展現了漢代「重農積粟」的國策。這種物質文化證據，比單純講述「文景之治」的戶口數字更能讓學生感受漢代的民生面貌。

唐代展廳的唐三彩馬俑群也令人過目不忘。那些肌肉飽滿、鞍轡華麗的駿馬，既有中亞汗血寶馬的修長體態，又具西域裝飾風格，特別是一尊載

樂駝俑，胡商面容與駱駝造型相得益彰，實物所呈現的文化交融景象，遠比課本描述的「絲路繁盛」更為具象。當學生看到這些帶有明顯異域元素的文物，自然能理解唐代「長安胡化」的歷史情境。

相比平面的課本插圖，博物館的實物能激發學生多感官的歷史想像。當他們親眼見到秦箭鏃的寒光、觸摸漢陶倉的質感、端詳唐三彩的釉色時，歷史不再是枯燥的考點，而成為可感知的文明記憶。特別推薦在講授「秦統六國」、「漢代經濟」、「唐代中外交流」等單元前組織參觀，讓文物為歷史教學提供最權威的註腳。實在多謝教育局及康文署舉辦的「陝西秦漢文明教師考察之旅」，讓文物活出歷史。



自製兵馬俑



漢服體驗



陝西考古博物館參觀



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、鄺穎欣老師、黎健主任、李懿婷老師、
廖倩雯老師、徐雯疆主任、陳暉彤小姐

美術編輯：吳詠研小姐

學生編輯：6A 韓采桐、6F 鄭馨兒、6F 何漫之、5A 陳靜、5A 盧曉柔、5B 丁煒晴、5B 羅子穎、
4A 何思錡、4A 袁希瑜、4D 盧泳雯、4E 何泊蘄

校友編輯：曾碩晞（柏社）

封面攝影：3B 胡嘉信

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.blmess.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