浸信會呂明才中學

呂中家書

2021.7

浸信會呂明才中學家長會．家長工作組
http://www.blmcss.edu.hk/pta/

伴你同行 成長路



相信大家一定聽過龜兔賽跑的故事，故事的教訓都是我們耳熟能詳的：我們應該學效烏龜不怕困難，努力不懈，不要像兔子一樣，恃着自己有天份而躲懶。這個教訓固然是好，但心裡面總是帶着種種疑問。

首先，是誰決定要賽跑的呢？是烏龜？是兔子？抑或其他動物？在賽跑之前，烏龜爸爸會否和兒子一同操練？兔子媽媽會否督促兒子認真準備？

另一個更加重要的問題：為何牠們要賽跑？是否森林裡每種動物都要跑得快？跑得快固然有許多好處，例如可以逃避其他動物捕食，但烏龜有殼可以保護自己，兩種動物各有所長，何必只用單一標準去比較牠們呢？

在龜兔賽跑的故事裡，可能烏龜會不斷提出疑問，為何牠要被安排參加這場賽事，牠可能會覺得無論牠如何努力都是徒然。事實上，烏龜並非沒有能力，只是牠的能力並不能在田徑場上好好發揮。如果將牠安置在池塘，烏龜便能發揮牠的才能，肯定自己的價值。所以，烏龜爸爸與其和兒子一同練跑，不如先發掘兒子的才能及需要，因材施教。

天父所造每種動物都是好的，每一種都很獨特。

郭賢偉副校長



回顧與感恩

溫家傑校長



在挑戰中看見……
家長、同事、家人的關顧愛護

在疫情的初期，我看到很多家長和同事、朋友互相送贈禮物。記得有一次在家長團契過了幾天後，有一位家長致電學校與我聯絡，表示很想為我和學校禱告，於是我們透過電話一起禱告。在這段時間我深深感受到各位家長的關愛。在疫情中，我嘗試烹調不少菜式，而我的兒子也為我煮了不同的食物，待我回家可以享用一餐「好飯」，對我來說，充滿驚喜。





在挑戰中看見……
學生的自主和抗逆力

在疫情初期，學校安排同學回校取用老師已準備的筆記和用品，看到大部分的同學都很準時和用心檢查各份資料。他們都很守規矩，按老師的期望和指示，在校園內適當地保持社交距離，情況理想。至於上課，同學都很用心地學習，亦樂於參與不同的課堂討論和活動。由二月起，學校安排師生下午回校進行音樂、體育、視覺藝術、話劇等實體課，感恩同學都很投入學習、珍惜與同學相處和溝通的機會。進行線上課程期間，亦有同學選擇回到圖書館進行網課。他們認清和面對自己的學習情況，選擇回校進行網課，認真地學習和學會選擇，真是值得感恩！













來自學生團契的同學分享：

「感恩的是，我們突破了種種障礙，利用現今發達的網絡科技，進行了聖經問答比賽、呂中小知識與腦筋急轉彎等活動，讓同學用 Kahoot 和 Quizizz 這些應用程式來作答。很開心，團友皆十分投入參與活動。另外，有人以為團友一聽到查經周必定會逃之夭夭，缺席當天周會，但事實是團友皆抱着認真、想更深入認識聖經的好學心態，出席查經周的人數跟往常並沒有分別。雖然團友當中有些不是基督徒，但他們也會積極投入去認識神。」

「對我而言，看見各組員在下學期縱使測驗和功課增多，但仍熱衷於每星期五在團契見面，樂於分享、耐心聆聽，這便是作為組長最大的滿足。」

「到五月中，疫情終於開始緩和下來，感恩我們也終於能夠舉行整個學年唯一一次的實體團契，更感恩當天有很多同學前來參加。雖然聚會中的活動十分簡單，但大家也非常投入，難得可以真實地見面，大家都非常珍惜。」



中三同學：

「由於疫情的關係，原來 John Hopkins CTY 的夏令營改作網上舉行，我參加了 Bioethics In The Age of Pandemics，主要介紹什麼是生物倫理，還有在資源短缺下如何精確分配醫療資源。不幸地，由於時區的關係，我只能在凌晨十二時上課，下課後還要和同學討論功課和題目，經常要三時多才能睡覺，可是這些付出都是值得的，因為我得到了很多寶貴的收穫。」



初中同學：

「幸好得到學校老師的幫助，我才能更明白課業。我為了不落後進度，每次上課前我都會做好預習，雖然還有些不明白的地方，但我不至於完全不懂。再加上面對繁忙的校園生活，會有一點吃力，但也不失為一個學習管理時間的好機會，讓自己能平衡各方面的需要。」

在挑戰中看見……
教職員的專業和同心



我們透過 Zoom 進行不同會議，會上同事進行深入討論，勇於表達不同的看法，最後作出決定。在疫情中，各位老師繼續參與不同的進修和教師培訓的活動，投入專業發展。同時，在校園中有一班功不可沒的幕後功臣，職工們都盡忠職守地管理學校每個地方，讓同學可以有一個健康、衛生的校園。當中我們進行多次消毒，清潔校園的每一個角落。

與此同時，校園內增加了很多新的設施：演藝廳於四月中投入服務，希望在不久的將來，設備更加完善。在這演藝廳裡可以進行不同周會和藝術表演。



在疫情期間教育局派員到訪學校，進行重點視學，當中有三個回饋重點：(1) 停課期間及復課後，校方均能就學生的需要及發展作出迅速回應，計劃周詳、實施流暢和評鑑細緻；(2) 教師認真盡力維持和支援學生學習及發展；(3) 充分體現學校的全校參與及全人發展教育理念。當然，我們仍有很多進步的空間，但這些回饋是對全校上下，不論是校長、各位教師、職工和同學的種種付出和投入的肯定。







在挑戰中看見……
自己的安靜和空間

在疫情中我自己也有一些安靜下來的時間和空間，很感恩我可以抽空打理和照顧所養的一些魚和植物，亦會騎單車、自己一個去飲茶，可以靜下來去思考一些事情；更學習了一些新的事物，例如學習剪輯影片和整理我的網頁。我可以安靜下來聽聽早會，以及寫下早會後的得着、反思和感受。



在挑戰中
我們也會看到……

疫情中，我們總有一些混亂、納悶、疏離和不安，但當靜下來，我們在這些背後仍會看到關顧、愛護和盼望。我看到同學們的抗逆力增加了，自主學習的能力強了，看到很多上帝奇妙的帶領。

最後以一節《聖經》金句與大家分享：

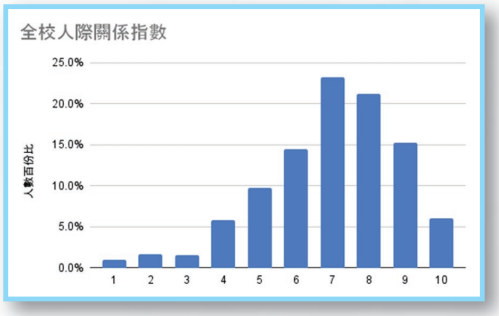
「要常常喜樂，不住的禱告，凡事謝恩，因為這是神在基督耶穌裏，向你們所定的旨意。」帖前五章 16~18 節

盼望大家在回顧中，能常常感恩！

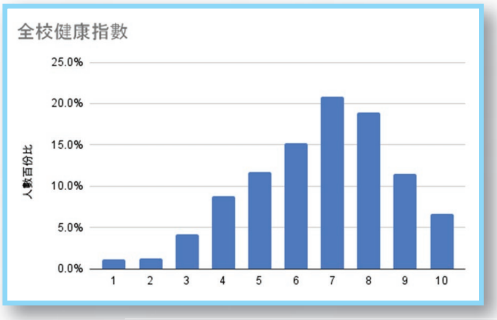
後記

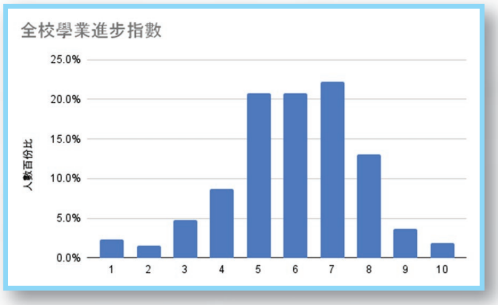
呂中學生學習指數

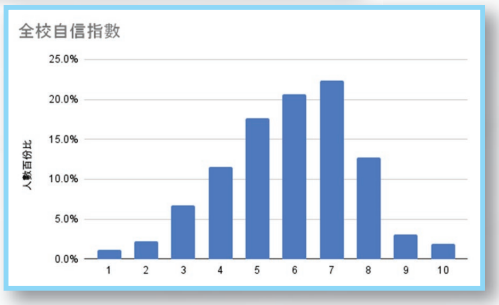
6 月 7 日早會時段，校長安排所有學生進行了問卷調查，讓學生們就一整年的開心、自信、健康、人際關係、學業進步各範疇作自我檢視及評價，1 分最低到 10 分最高。另外，邀請學生分享感恩事項。當天已有約 600 位學生完成了問卷。截至 6 月 14 日總回應人數為 725 人，總回應率為 81.2%。結果如下：

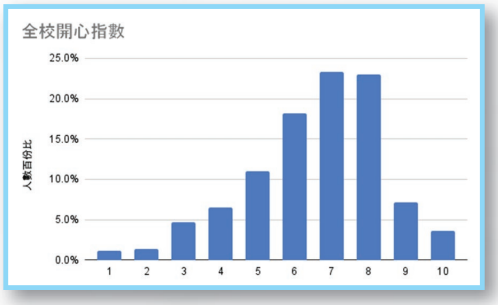












整體情況

全校學生的「人際關係指數」、「健康指數」及「開心指數」平均介乎 6.5 與 7.0 之間，認為自己的「人際關係指數」、「健康指數」及「開心指數」為 8 分或以上的分別佔 42.6%、37.0% 及 33.8%，情況理想。「自信指數」及「學業進步指數」平均約為 6.0，認為自己該兩項指數為 8 分或以上的近 20%，情況可以。所有指數評為 1-3 分的百分比平均不多於 10%，其中人際關係指標及健康指標分別錄得只有 4.1%及 6.5%，「學業進步指數」及「自信指數」稍遜，分別有 8.7% 及 10.0%。



整體來說，學生學習生活愉快，與朋友建立美好關係，重視健康，作息有序，飲食均衡。他們對學業進步看法傾向樂觀，但相比之下對自己的信心似乎不太足夠。全校約有 5-10% 的學生需要特別關注。

按年級比較

所有級別中以中一最為理想，所有指數均為全校最高，其中「人際關係指數」、「健康指數」及「開心指數」三項的平均指數更愈 7.0 分，分別有 61.8%、56.9% 及 48.6% 中一學生在這三項指數中達 8.0 分或以上。其次是中三級同學及中六級同學。中五級同學除了人際關係指數達 6.8，其餘四項只有 5.6 與 6.1 之間，屬偏低；需要多加關注。

各指數的級別標準差屬低水平，特別是自信及學業進步方面平均值所描述的與各級表現情況相若。然而，在開心及健康方面，標準差為 0.38 及 0.44，顯示不同班別、級別的情況有較大的差異。分級數據中顯示，中二及中四級的開心指數介乎 1 至 3 之間的分別佔 9.3% 及 10.2%，校方需多加關注。

需要特別關注支援措施

校方會特別關注開心指數只有 1-3 分的同學，各級班主任會個別關心同學，了解情況，並主動提供情緒、朋輩、學業支援。部分同學自信心不足，尤其中二及中四級，需要多加培育能力感，教導他們適當地設定學習目標，有效策劃學習計劃及適切地調節自我評估的適合度。絕大部分學生對學業成績有高期望，學科老師已加強課後支援，在考試期間推行朋輩學長計劃，在考試後整體進行補課直至七月下旬。



與其抱怨躊躇，不如感恩前行

讓我們一起分享感恩事項，部分節錄如下：

中一

1. 擁有新的友情
2. 同學都接納我
3. 有好學校，老師
4. 跟小學同學的友情沒減淡
5. 升上中學之後英文成績進步了
6. 有三位知己一直陪伴我
7. 經過四年的努力，爸媽終於決定不離婚了
8. 有神的帶領

★ 有好的同學、老師；
有健康的身體；
有蠻不錯的成績；
感恩天父讓我有很多樂於助人的朋友，他們真的幫了我很多：解答我的問題，並提醒我要帶什麼回學校。

★ 感恩可以進入呂中。在這裏，我認識了很多知心好友，他們讓我感到很窩心，也讓我在陌生的中學有了依靠；也很感恩有循循善誘的老師，他們的耐心教導，讓我掌握了學科的知識，讓我在考試中更有把握。

★ 感謝所有老師，即使受疫情影響，仍十分盡責，盡力教導學生。亦感謝班上所有的同學，陪伴我一起面對種種困難。

- My class teacher takes good care of our class. I am happy that I can take some new and awesome subjects like History and Science.
- Teachers help us face our struggles.
- My classmates always spread positive thoughts which cheer me up.
- There is a good hand sanitiser in front of me. The disinfectant supplies are sufficient in school.
- I get knowledge here. I have a fruitful learning experience in school.

中二

★ 很感恩神選擇住在我的心裏，讓我更堅定地選擇祂；
很感恩上帝能賜我一個事奉的機會，讓我能在神裏面有作為；
很感恩神叫我成長，讓我能明白到很多不同事物，好讓我能較為自信起來；
很感恩我生在一個基督教的家庭裏，讓我在這平安既充滿愛的家庭裏成長；
很感恩我的父母十分明白我、很關心我；
很感恩這一年的朋友也十分接納我。

★ 雖然今年因為疫情緣故，很多時間只能用 zoom 上堂，但很感恩仍有實體課的機會，更令我們學懂珍惜這些日子。也很感恩老師們都特別用心跟進我們的學習情況，讓我們「學得好」且「學得開心」。

★ 有一位特別好的老師當我們的班主任、因為小組報告認識了幾個好朋友、和班上的同學相處得不錯。

★ 感恩在疫情下老師們仍然用心教導我們，老師今年都很辛苦，但是卻一直努力適應網上教學，學習如何使用 Zoom 和解決網路問題。雖然現在實體返學的日子比之前少很多，但也很感恩，希望之後不用再 Zoom，可以繼續實體上堂。

中三

★ 我和朋友第一次設計的卡簿受到很多人的歡迎，售出了三十多本。
感恩今年未曾生病；
感恩我今年參加了的學界比賽都能順利舉行；
感恩我在學業上遇上問題時老師都很樂意解答我的問題；
感恩班上的同學都相處得很和諧；
感恩能跟朋友們一齊度過疫境，遇上困難時都能互相幫助；
感恩香港疫情暫時受控，我們能上學。

★ 有一班很好的朋友和我一起，又健康；
感恩能有美好的家庭。

中四

★ 今年非常感恩遇到了一班很好的老師，能耐心地指導我解答我的問題，也很感恩今年參加了許多課外活動，包括當了朋輩學長和風紀。感恩今年參加了許多比賽，讓我增廣見聞。我更加感恩的，是遇到了一班有趣和善良的同學，令我學習得更開心。

★ 沒有感染疫情，能夠一家和睦，父母健在，身體健康，能上學，還能在學校上學，更多認識神，有受浸的考慮。

★ 可以返學，可以認識到新同學，每周可以有團契，沒有被病菌感染，可以應付各學科。

★ 感恩這一年有較多時間回校園，雖然並不多，不過也感謝學校安排我們能有時間回到校園，享受校園的生活。

★ 非常感恩可以在中四修讀文學，並遇上負責、有趣的科任老師，令我對學業再次產生興趣，期待每天在學校的生活。同時，我也認識了一群志同道合的朋友，為學校生活增添樂趣，在閒暇之餘與朋友聊天，得以放鬆。

★ 感恩遇上一班好朋友，一直在身邊陪伴着自己。感恩疫情令我學會珍惜與人相處的時光，感恩一直以來最畏懼的數學科有進步。

★ In spite of the pandemic, I can still go to school to get to know my new classmates and teachers. Special thanks to the people who are working hard to prepare a better campus for us.

★ Thank you to everyone who helps me. This year might seem to be the worst year. I've learnt how to manage my time well and stay focus when facing challenges.

中五

★ 冇病、冇痛、有手、有腳，接觸到《進巨》這一套「超正」的動畫；認識到一班來自不同學校但會一齊“aim medic”的人

★ 自己以及身邊朋友沒有染上肺炎；沒有因為疫情而心情過度低落；感恩停課期間反而多了時間溫習，追趕進度；也有時間和家人朋友相處，甚至可以參與各樣課外活動，是不一樣但同樣愉快的學年。

★ 社交舞在疫情下仍然能順利進行；能夠繼續有團契聚會以及和團友傾談，福音週順利進行並認識到更多朋友。

★ 很感恩這個學期有很多補課，真切感受到老師對我們班的關懷和愛護，令我得以跟得上學習的步伐。

★ 不能相處的距離感反而給予我空間以自省、反思，真確地認識自己的為人，並賦予適當的定位，從而在人際相處中更加游刃有餘。

中六

★ 考 DSE 時沒有失眠，不緊張，又沒有病

★ 考試時的心理質素比平時在學校考試時好

★ 同學之間感情好好，考完 DSE 都約了全班同學出來相聚

★ DSE 主科可以在自己的學校考，不用太緊張

★ 疫情無阻呂中老師給予學生的備試支援

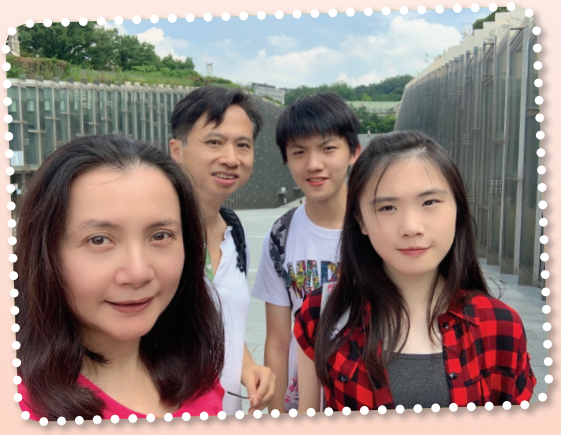
★ 擁有一群可以一起瘋癲的同學，和擁有幾位可以共同努力奮鬥的知己。

★ I am grateful that my family, teachers and classmates were all very understanding and supportive. They understood my struggles during the time of the global pandemic and it really helped me go through the tough period this year. I would not be here without their love and care. I am very thankful for having such amazing people in my life.

家長會幹事分享　伴你同行成長路：不一樣的學習

主席的話

廖雪梅女士



疫情轉眼已接近一年半了，開始時大家無所適從，停學停工……加上人心惶惶，大家在家中也不知如何自處！

接着社會上出現不少應變措施：在家工作，在家上課，林林總總在家學習軟件亦應運而生，大家對科技應變能力也像看科技片一樣突飛猛進。與此同時，家庭對電腦需求也日益緊張，父母要用電腦工作，子女要用電腦上課，一時間電腦供不應求，先不說經濟壓力，就是有能力購買，也不是即買即有。留家抗疫期間家人間難免有磨擦；爭機爭枱爭 WIFI……要家人合作，不要在視訊鏡頭附近出現及發出聲音……

疫情時好時壞，周而復始。後來，大家總叫適應了，也已有應對的措施和裝備……對於在家工作 / 上課 / 學習已猶有餘力，父母子女間相處也日漸適應了。

這年半來，大家都經歷了很多，尤其在學習方面，跟以前截然不同，顛覆至極。由幼稚園開始一直叫着自學口號和重申如何重要，但原來真的要「完全自學」時，連我們家長都要摸索如何引導子女自學；老師們努力準備在網上教授；孩子們努力去接收隔空學習；也要學會更專心，因為學習同時，總或會有家人在「旁邊陪伴或在左右」，他們必須更專心上課……還有；沒有小息，沒有和同學暢談的時間，只可「獨自作戰」；有時完成網課，還要趕回學校或補習社，難免疲倦，我們只好鼓勵他們！但已經不可說：「這些我們都經歷過」，各位家長可告訴子女：我們一起經歷吧！經歷令人成長，也令人進步。

事情總有正反兩面：在家學習，困難不少，但也能間接訓練學生自學精神；遇有不明白的地方，除了向老師或父母求助，求教互聯網也是一較快尋求知識方法。只是也不能盡信所有網站，必須在有公信力的網站或官方網站搜查資料，或再向師長求證。

縱然疫情穩定，恢復全面授課，但各位同學也應保持應變之心，準備隨時再次網上授課。在空閒時不妨自學與課題有關的知識，也要跟同學保持聯絡，始終中學同學難能可貴，可能是一世朋友。

期待疫情消逝，期待恢復正常生活模式，期待踏上沒有疫情的新天地！謹記學到的新知識，汲取教訓，一同向更美好的世界出發！

第二副主席

孫淑嫻女士

無論是校方、家長或學生，在這一年多的疫情影響下，大家都變得不一樣；不一樣的學習模式改變了我們的生活習慣。

以往孩子對電腦運作不太熟悉，經過多月來網上學習課堂，現在真的進步了不少。 以往他們在學校上課的日子，回到家做完功課後只顧看電視或玩遊戲機，現在在家的時間多了，他們也會主動幫忙做家務。

疫情令我們改變，雖然帶來了新的機遇，然而仍希望疫情快過，我們能夠回復正常的生活。



聯絡

曾艷紅女士

在成長的路上，每個人難免會經歷困難和挫折。本以為 2020 年初那場突如其來的新型冠狀病毒病疫情，會隨着時間而消失，讓我們能夠儘快恢復正常生活，但 2021 年疫情仍很嚴峻，孩子們在 2021 年第一季度仍要留在家裏上網課。

有了去年疫情在家網上學習的經驗，今年的網課很快便能適應，並且能自律地規劃時間安排。作為家長，最深的體會是孩子學會了自主學習，也學會了自律。但我們也擔心孩子長時間在家中上網課，與人的交往變少，特別是與同學的交往變少，戶外運動也少了很多。

我和孩子的爸爸鼓勵孩子和同學、朋友、親戚聯繫，相約去參加一些戶外活動。我們清晨帶孩子去公園鍛煉，週末帶孩子行山、騎車，豐富孩子的生活。孩子爸爸還經常約他的朋友帶上家中小孩，週末一起踢足球，一起聚餐，同齡的孩子一起玩得盡興，吃得開懷。

在疫情中，真誠地感謝老師辛勤付出，網上授課、批改作業、測評，一絲不苟，讓孩子們學習跟上進度，做到停課不停學。

讓我們祈禱疫情能夠早日結束，讓孩子們回到呂中美麗的校園。恢復正常的校園生活，讓孩子們在溫暖的呂中大家庭中快樂成長。





呂中家書編輯

詹麗花女士

風雨中的路上，我們更需要互相支持，以儲備更多正能量應對不時之需！

這半年孩子逐漸回校學習，夾雜着線上課堂，又是一個新的學習方式。雖然以前星期一至五，孩子全日在校學習令我們家長輕鬆不少，但現在半日在家學習，也有很多收穫呢！孩子在家的半天也可以進行不一樣的學習——課本以外的學習。

女兒在家時，來到廚房幫忙準備晚餐，從媽媽的煮食過程學到如何清洗、處理食材，如何安全地使用煮食爐及煮食用具，如何健康地使用調味料……



有一次因我外出未能準備午餐，當我回到家發現兩孩子正一起在廚房製作食物：一個在洗切蔬菜，一個在烹煮，看到這一幕很感動也很感恩。第一次可以「坐定定等食」，不論煮出什麼味道的菜餚，都令我覺得美味可口！這也是孩子的一種學習和成長，期待孩子學習學科知識的同時，也期待孩子學習處理生活事務！

呂中家書編輯



楊輝葉先生

2021 年 4 月 10 日（星期六），我和太太一起參加網上教會團契聚會。當天我們邀請了一位居住在德國的朋友，教授我們一班團友煮「麻辣雞煲」。由於我和太太怕辣，我倆改了煮「不辣雞煲」。當晚我們一家四口很快便吃完美味的「不辣雞煲」了。在過去一個多月的日子中，感恩太太也煮了數次美味的「雞煲」給我們吃呢！

聖經提摩太前書六章八節記載：「只要有衣有食，就當知足。」願我們無論日子如何，一生都學習作個感恩人。

家長會網頁



葉凱珊女士

人們都說：「書是良師，書是益友。」

在這段非常時期，閱讀成了我和孩子在家學習的新常態。

美麗的童話世界

當我孩子還是幼年時，我們喜歡讀童話故事。

孩子總是幻想着自己是一位公主，住在大大的城堡裏，過着幸福生活；幻想着自己是一條美人魚，住在美麗的海洋裏，每天可以和魚兒玩耍，可以和海龜一起橫跨大海；還幻想着自己是一個小精靈，能從花叢中飛過，從草坪上飛過，從小溪上飛過……那時，書本開拓了孩子思維，增強了我們的想像力。

美妙的兒童小說

到了現在，孩子和我喜歡一起閱讀小說。當閱讀小說時，感情會隨着書中字裏行間的情感而變化，讀到好玩的地方會跟着快樂，讀到主人翁被壞人欺負的時候我們會生氣。

總感覺書本是另一個小世界，只是生活的地方不一樣，書本的世界裡有好人也有壞人，但是人心是不會變的。當閱讀一篇篇的情節就好像在聽一個個發生在別人身上的故事，這段時候讀書成為我們的興趣，書成為我們的益友。

在書的世界，我和孩子都成長着，享受着，沉迷着。

成長路上，我與孩子一同與書同行。

家長會早會分享

同心同根



6月1日的家長會早會邀請了家長會主席廖雪梅女士、兩位副主席黃漢忠先生及孫淑嫻女士分享「同心同根」。

主席先訪問黃漢忠先生，他不僅是家長會第一副主席，同時也是校友、學生家長、校友家長、家長義工和家長校董。由於他是首屆呂中生，故尊稱為「大師兄」。只要是呂中生，都可叫他一聲大師兄。他的大女兒已於呂中畢業，適值今年大學畢業，小女兒則是應屆畢業生，他也任務完成，在呂中家長會畢業，三父女齊齊於今年畢業，載譽而歸。完成人生路上一個重要里程碑，再踏上另一個階段。

問及孫淑嫻女士，她除了是家長會副主席，原來也是校友、學生家長、校友家長、家長義工，身份不遑多讓，同樣尊稱「大師姐」。同樣她的兩名兒子就讀呂中，大兒子也是應屆畢業生。

兩位副主席都是明道社的校友，當年互不相識，但大師兄的兩名女兒、大師姐的兩名兒子分別入讀了母校，他們才重新認識。當他們的子女分別入讀後，兩人不約而同加入家長會，致力為學校服務，為學校出一分力。二人在家長會中相識、相認到成為好同工、好朋友，皆因這兩位同學、校友家長，他們的心早已從當年入讀呂中開始，已經種在校園、植在呂中這個大家庭。這無名的根，在適當時機，有着無形的引力，吸引他們回到母校，不問收穫，無私付出，當有需要幫忙時，他們也會不辭勞苦，默默付出。

巧合非偶然，二人當年在呂中，相信怎也想不到現在的相遇；同樣地，他們二人的子女也是同級不同班，也不相識，但想深一層，不知到若干年後，二人的孫子孫女如能入讀呂中，那他們的子女會否又像他們一樣進入家長會，相識相認，重複今天的事蹟呢！說到此，不禁有所期待。這只是其中一個發生在呂中生身上的故事，要在呂中承傳精神，同心同根，就要靠呂中生去維繫了。主席也說到自己雖然不是呂中生，但亦要做呂中人，也要跟從子女和校友，植根呂中。

「大師兄」和「大師姐」並不是獨特的兩個，他們只是芸芸中的兩個呂中人而已！在呂中背後，一大群的無私師兄、師姐也在默默付出金錢及時間，不問回報，更不為眾知；還有無數的畢業生及在校家長，也同樣在默默無私地付出。他們的回報，或只有付出後的自我喜悅吧。



這群人的聚合，正是呂中的生命力。他們的根、他們的心，也同樣植在呂中，為呂中加油，為現在及未來呂中生的承傳，作出帶領作用，身體力行，才是最好佐證。

風紀及圖書館管理員分享



5D 王倩樺



今年，我很榮幸能擔任總隊長一職，感謝老師對我的信任，讓我可以有機會帶領約六十多人的風紀隊。當我知道自己將成為總隊長，我既興奮又擔憂。上年疫情，作為隊長的我鮮有機會訓練自己，今年成為總隊長，讓我感覺有點彷徨，害怕未能勝任。但感恩有三位老師及副總隊長的幫助，協助我順利完成風紀隊的工作，自己亦開始越來越有信心做好總隊長一職。

今年，我們再次因疫情而無法順利回校上課，我們亦很久沒試過全校一起回校學習。這對風紀隊來說也無疑是遺憾的。起初，我確實有點沮喪，因我們缺乏機會訓練自己成為出色的風紀員，也無法如常舉辦風紀的團體活動。但在上線上課堂的日子，也不代表我們完全和風紀毫不關聯。例如每天需準時登入參加早會，每天要安排什麼時候溫習、做功課等，種種都是關於風紀的特質——自律。

而上學期正式復課後，我發現成為總隊長和我的想的有很大分別。總隊長不單止要比其他人更早回校當值，做好準時的榜樣，還需處理其他文書上的工作，例如分配崗位、編排當值表等。這些都是很花時間和心機的。所以成為總隊長後，我學會要盡責，一切工作皆需努力做好。在當值期間也要盡心盡力，將細節做好，例如開窗及開冷氣等，也需親力親為，以及提醒風紀要做好每個細節。再者，一些中三的風紀員首次嘗試風紀工作，需要鼓起勇氣進入課室提醒同學預備早會，這時候我和其他隊長便會發揮重要作用，鼓勵新的風紀員勇敢嘗試。有些工作難免有點辛苦，所以很多人說風紀隊工作是吃力不討好的。我也曾經想過，這樣究竟是否值得呢？自己應否選擇更為輕鬆的職務呢？其實這沒有一個最好的答案，但我可以肯定的是，在這個難得的經驗中，我得到了很多，亦學習了不少。與同學之間的交流，和老師維持聯繫，與一班風紀員一起為着同一個目標努力，這種經歷是很難在其他職務中體會到的。



此外，在風紀隊中，我亦認為聯繫友誼是非常重要的。由起初的互不相識，到後來拉開話閘子，討論日常的趣事等等，其實都需要大家的主動。一個團隊最重要的便是「團魂」，方可合作無間，互相配合完成工作。雖然我們未能一起參與原本計劃的風紀營及團體活動，但在當值間，看到新舊的風紀員互相支持，交流站崗心得，也讓我倍感安慰。我希望大家的友誼不是短暫的，而是能長久地成為別人的後盾。所以在擔任總隊長期間，我不但學會要自律，還從風紀員身上學會要主動與他人溝通以建立關係，每一個隊員不單是工作上的同行者，更希望能成為談天說地的朋友。

最後，我最大的期望是能早日回復全日實體課堂，讓所有同學能儘快享受校園生活，締造美好回憶。我也希望更多人加入風紀隊，發掘自己更多的可能性與潛力。







（接上頁）



6B 蕭欣祈

作為 2019-2020 學年的風紀隊總隊長，2020 年對我而言是很難忘的一年，隨着疫症而來的，是無數個被打斷的計劃。風紀隊一直以來的計劃和已經編排的活動在漫長的停課日子中無法進行，連帶當值的日數也大打折扣。雖然任期沒有改變，但我真正以風紀隊總隊長的身份執行職務的時間只有六個多月。因此，除職位、職責上的分別，我時常都感覺與其他隊員無異。疫症帶給我很多考驗，也磨練我成為一個新常態下的領袖，建立一套專屬自己帶領團隊的方針和發掘出自己作為領袖的特質。

一直以來，同學對風紀隊的印象都偏向負面，因為風紀隊的日常職責就是要管理學生紀律。其實風紀員和每一位呂中的同學一樣都是學生，所以更能切身體會同學的需要，並且會因應當下所遇到的狀況作出相應的對策，而非只懂得按照程序做事。疫情下，風紀員也是被困在家裏，與其他同學所經歷的一樣。因此，作為隊內的領袖，我的任務便是向他們表達關心。

2019 年 9 月，我在有蓋操場的講台上分享我上任的感受，心裡祈盼着來年可以平穩渡過。當天的我，沒想到一年後既不能如願在排球場講台上移交風紀總隊長的職份，也不能在眾人見證下完成卸任儀式。在停課期間，我雖然不需配戴「Head Prefect」的徽章，但亦時刻謹記這個身份，並且協助和根據老師的指示把最新的信息轉達給其他風紀員，同時與他們保持聯絡，建立關係，更希望能儘快回到校園重拾領袖的身份。

很多時候，事情往往和我們所預想的不同，也會出現無法預計的意外。世紀疫症和過去作為領袖的經歷帶給我的是：領袖需要時刻銘記自己的身份，謹記自己是團隊內的榜樣，並且在重拾這個身份時，盡全力完成份內之事。同時作為學生的我，也學會了把握機會、勇於接受新挑戰，並且在生活、興趣和學業之間取得平衡。



2A 楊璧瑩



我擔任圖書館管理員短短兩年，卻已完全愛上了這份職責。我上任不久，便發現原來圖書館的工作並不輕鬆。除了最基本的借還服務，我們還要整理新書和執拾書架。紀錄及整理舊卷都是例行公事。縱使在疫症下，我當值時間不多，也從一名對操作影印機一竅不通的無知小子，進化到對操作影印機稍有心得的初級技術員。從前我包書十分混亂，現在算是整齊了一點……我們沒有辦法掌握全世界的知識，但是學懂管理知識，不是讀書人的責任嗎？其實，圖書館每一分的繁忙都叫人愉快。

另外，圖書館是讓我遠離煩囂的桃源。圖書館冬暖夏涼，寧靜而不陰森，是學校最舒服的地方。學期快完結了，在此鼓勵大家下一年踴躍參與服務，成為圖書館管理員會令你獲益良多的。



3A 羅柏喬

在成為圖書館管理員的日子裏，我學到了如何與人合作和團結精神。無論是整理圖書館的資料或是在旅行時一起燒烤、玩遊戲，這些事情也增加了我們之間的認識和默契，也同時使我獲益良多。

4E 楊逸翹



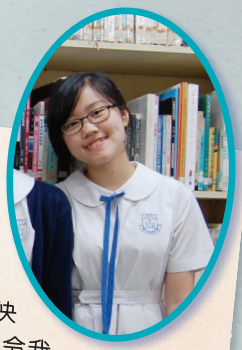
轉眼間，我已經擔任了四年圖書館管理員。四年來，我的變化很大，由一個小學弟，搖身一變成為一位學長，與此同時，我也見證着圖書館的變化。它從一個屹立了四十年，充滿歷史的圖書館，變成一個更寬敞，有着比原先大兩倍的全新圖書館！很榮幸我有機會曾在這兩個圖書館服務，對我來說，我很喜歡這兩個地方帶給我的感覺。除了圖書館自身外，我更喜歡星期五當值。每個星期五來到圖館是我最期待的事情，直到現在，我一直都很慶幸我選擇了星期五當值。

5E 李慧君



當初成為一名圖書館管理員，只是抱着想要在閒暇的小息和放學時間充實一下自己，並趁機令自己有更多機會接觸到書籍。在後來，也逐漸體會到了當中的樂趣，除了平時為同學們處理借書還書，也需要進行包書、將還書放回書架等一系列工作，才能夠令圖書館順暢地運作。擔任管理員令我對於圖書館的認知加深了不少，是一件十分有趣和有意義的事情。除此之外，圖書館亦令我有機會和不同級別的同學在當值期間進行交流並成為朋友，每年舉行的登山旅行也能令大家互相了解更多。而轉眼間，今年已經是我成為圖書館管理員的第四年，逐漸成為了團隊之中的領袖角色，也令我明白到了團隊合作的重要性。許多事情在大家一起的努力下便會變得事半功倍，這份工作在不知不覺間陪伴了我度過不少愉快的時光，成為人生中一段寶貴經歷。

6F 梁熙淳



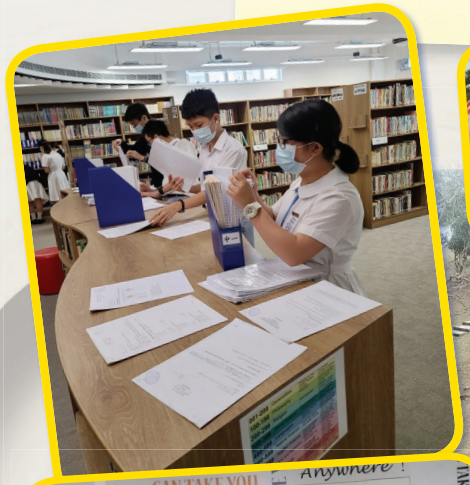
不知不覺已經在圖書館服務六年了，還記得當初戰戰兢兢來到這個陌生的地方，今天我卻是帶着快樂的回憶離開。在這裏結識的朋友令我每次當值變得有趣，我也會期待每週放學後大家一起工作。在這裏也有不少的學習，包括如何成為負責任的人，簡單如準時，完成指定工作等，都是我們在一次次的錯誤中學到的。在這裏做領袖也讓我有不少成長，我懂得更從容地拿捏分寸，也發現認真工作不代表死氣沉沉，對組員的關心，建立團隊士氣也非常重要！

很榮幸能夠認識一班互相支持的隊友，也感謝劉老師對我們的照顧和教導。



6B 陳曉荷

很高興能夠從中一下學期開始就加入圖書館管理員的團隊，為學校圖書館服務。起初成為圖書館管理員時，大家大多都是因為喜愛閱讀，而又希望在學校中擔當一些職責而選擇成為一位圖書館管理員。一開始作為一位新人，真的從師兄師姐身上得都了許多的幫助，提點我許多在圖書館服務中應做的事，又以前輩的角色關心我和其他新生。因着這個機會認識了一些興趣相似的朋友，雖然因為學業生活越來越繁忙，閱讀的時間越來越少，但是在這裡認識的朋友成為了一種支持，令我更有力量去面對。隨着年級的上升，我也成為了一位領袖，很可惜在最後一年因疫情而不能經常上學，也甚少有當值的機會，但我在這段時間學習了許多事，學會與其他年級的同學溝通，亦令我增加了勇氣和自信。雖然中學六年因疫情而有許多的遺憾，但在圖書館服務的時間為我的中學生活增添了不少的色彩。最後，希望其他年級的圖書館管理員也能珍惜與同學一同當值的時光，享受在圖書館服務。











家校合作分享會

校方與家長會於 6 月 11 日合辦一年一度的家校合作分享會，旨在讓家長了解學校的最新發展，就家長關心的議題作交流。當日雖然受颱風影響，但仍有 100 多人 (報名 181 人) 出席，足見家長關心子女接受教育的情況，也樂於支持學校發展。我們為此獻上感恩！

校長及副校長透過影片分享過往三年學校關注項目的發展成果：包括 (一) 課堂內外的教學更新情況；(二) 學校更新設施 (包括新翼大樓) 的使用情況；(三) 未來一年課程發展，包括高中核心科目優化與革新；及 (四) 國家安全教育措施。

(一) 教學更新

在訊息爆炸的知識型社會，知識的創新速度驚人，流通量與日俱增，要一一掌握所有知識，實是天方夜譚。同學迎向未來，知識本身固然重要，然而習得知識的能力，包括篩選、組織、詮釋、應用、創建知識的能力更不可或缺。某些知識隨時日不斷修正、更新，甚至失效，但掌握創造知識的能力，自主調節學習能力、元認知能力、創新能力、解難能力、溝通能力、協作能力等，卻可以歷久常新。這些能力不單幫助我們應付面前學習和考評的挑戰，對將來生活和工作也極其重要。畢業多年後，很多學到的知識或許早已忘記得一乾二淨，但這些能力卻能伴隨一生，幫助學生發展及創造更多機會。

我們自 2012 年起以「學習社群 創建未來。僕人領袖 走在前沿」作願景，期望學生能成為高效能學習社群；希望學生在學業、活動、人際關係、品格建立、生活紀律、身心健康、靈性培育上都有所裨益，在嚴而有愛的環境中成長、突破、蛻變。雖然 2018 至 2021 年的學校發展計劃因為疫情緣故未能順利推行，但也已經取得一定成就，大家可以透過短片略知一二 (請掃描右側二維碼)。

學校因疫情延長發展年期，由 2021 年延展至 2023 年，希望過去三年的發展計劃能充分落實及推展。未來兩年，我們會積極推動自主學習，將過往一些已經建立了，並內含自主學習的元素加以整合，例如：7Cs 能力為本學與教、學思達教學法、flipped the classroom 翻轉課堂策略、合作學習策略、STEM、自學、預習、開放教室等等，讓學生「想學」、「肯學」、「會學」和「能學」。透過建立教師協作課堂研究，優化協作及反思平台，提升學生學習的成效和效率，以推動老師團隊成為專業學習社群。











（二）設施更新

學校於 2014 年啟動校園優化計劃，為期十年，分兩個階段進行；旨在為廿一世紀學與教作好硬件上的準備。新翼大樓已於 2019-2020 學年供中五及中六級同學上課之用。除此以外，演藝廳也於 2021 年 4 月竣工，並於 4 至 5 月期間用作舉辦週會、學生活動、體育科社交舞課程及舞蹈組恆常練習。7 月期間安裝可摺疊式觀眾席，預計 2021 年 9 月新學年正式全面投入服務。屆時將成為舞蹈、音樂、戲劇等表演藝術場地，亦可用作舉辦週會、工作坊、大班課、視覺藝術展覽及電影播放之用，另設有舞蹈室一間供練習之用。新翼天台為天台操場，可進行不同球類活動。學校已申請優質教育基金建立箭藝場，以支援體育科、科學科和學生支援組，協助推行校本融合 STEM 箭藝課程。

新翼天台操場與剛完成重置的舊翼天台花園相連，花園設置綠色植物牆，青蔥小徑，加上配置簡樸的桌椅，環境恬靜優雅，是三五知己輕鬆暢談的好地方。呂中不單是學習的地方，也是體會生活的地方。

新擴建的圖書館於 2020 年 1 月啟用，在疫情期間圖書館仍然開放。不少同學自攜電腦到學校圖書館進行網課及自習，高峰期一天多達五十多人次使用。學校圖書館全天候開放 wi-fi 無線網絡，學生依章自律使用。有助學校積極施行「學生自攜電子裝置 BYOD」計劃，讓電子裝置在呂中校園成為學生主動學習及追求知識的工具，讓學習更自主、更有效。

另一個全天候開放 wi-fi 的地方就是地下的創客教室 (Maker Lab)。創客教室除了提供一個不同科目 (設計與科技科、視覺藝術科、科學科、電腦科) 協作的場所，未來將和圖書館一樣，開放無線網絡給所有學生使用。在工作人員的協助下，學生可自行製作作品，完成專案。今年疫情期間，我們特意安排所有中一至中三同學下午回校進行（包括設計與科技科在內）實踐科目的實體課堂，同時亦讓參加資訊科技或機械人比賽的各組別在創客教室研究及實踐方案。

為期十年的校園優化計劃已過了七年，我們特別感謝過去為學校捐獻的家長，大家的一分一毫成就了這些更新變革，讓我們看見川流成河，聚沙成塔。進入第八個年頭，校方將繼續積極進行籌款活動，以完成計劃中的其他項目，包括：重新裝修家政室，增設多用途學生活動中心、校史室及健身室，優化全校公共空間，設置「同心牆」等等。我們邀請家長繼續與我們攜手合作，讓孩子在一個理想的校園成長和發展。



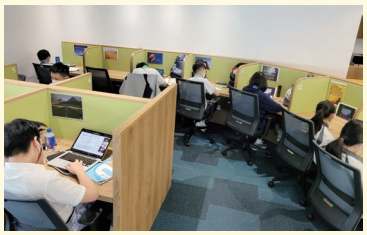










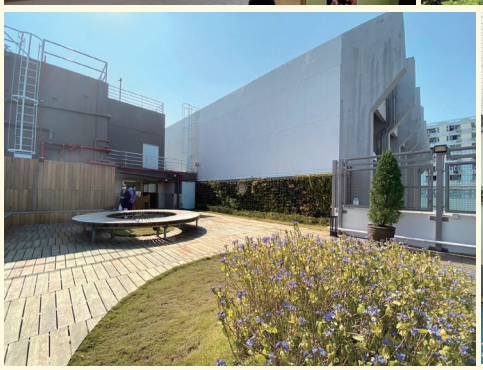














（三）課程革新

課程優化專案小組討論變革方向，包括(一)因應校情及學生需要回應高中核心課程的優化建議；(二)來年維持中四選科組合，不作變更，以減少對應屆中三同學的影響；(三)全面審視初中及高中的課程銜接；(四)未來兩年審視現有選科組合，全面諮詢；(五)考慮引入新課程。

是次課程規劃考慮以下因素：

1. 教育局核心科目的優化建議及課程規畫框架
2. 學校重視的價值和信念
3. 學生的學習和發展需要
4. 教師人力資源

呂中致力培育學生慎思明辨，情理兼備，並提升跨文化理解及共融。四個核心課程最大的改變就是通識科，通識科已被取締，改為公民及社會發展科，課時較原通識科少 100 小時，課程內容減半，取消獨立專題報告。一般學校將原本通識科中四至中六課節減半，但我們另有看法。呂中由原本安排中四 6 節、中五 7 節、中六 7 節，即合共 20 節;改為中四 4 節、中五 3 節、中六 4 節，即共 11 節，保留原先課時的 55%。公民及社會發展科共有三個單元，首兩個單元內容牽涉單一地區，相對簡易；第三個單元則較複雜，牽涉範圍較廣，內容包含以往通識教育科的能源科技、公共衛生及醫療、全球化等課題，有較大空間作多角度分析及深入探究議題。我們傾向投放多一點時間在單元三，並在其中加設以議題為本的探究、辯論等活動，訓練學生成為情理兼備、多角度思考的世界公民。公民及社會發展科要求高中學生全級到內地考察，這能造就學生自主學習專題。學生藉內地考察經歷，對中國經濟、民生、環境、藝術或歷史，作深入了解及探討。此外，初中公民教育科也會參照課程發展處「生活及社會科」更新及優化，以期銜接高中公民及社會發展科。

呂中一直培育學生中英兼擅、廣泛閱讀、樂於協作溝通。至於中、英文科，高中課程原則上沒有太大的變動，中文科及英文科的課節不減反增。我們在中、英文科文憑試標準課程以外，增設兩個增潤課程，以加強學生的語言溝通能力及創造力。英文科以跨學科閱讀學習為重點，中文科以口語訓練為焦點，讓學生在匯報、演講、討論、評論、辯論等範疇有傑出表現。

我們在不同科目設置具適切深度及廣度的課程，提供多元學習機會。在數學科方面，來年變化不大。學校將檢視是否需要多開 M1/M2，以切合學生選科需要。數學科高中課程總課節增加兩節，另外，三個選修學科的課節共增加六節，每科增加兩節。由於將來大學最低收生要求由 3322 + 22 改為 332A+222（暫定），所有選修科目重要性立時提升，增加課時有利學生考取更好成績，順利入讀大學。冀相關額外課時能為各科發展課程深度和廣度提供足夠時間及空間。

除此以外，我們也會積極考慮引入新課程，提供多元學習機會，如其他語言學習、英國文學、應用學習等，以配合不同學習意向及能力學生選科的需要。在 2021 至 22 年度，我們引入其他語言學習(日文)文憑試課程。我們同時亦積極籌劃在初中強化英文資優課程，在各班加強英國文學學習元素，聘請兩位英語外籍老師與本地老師一起推行口語訓練及閱讀計劃；希望將來英國文學成為一個選修學科。

未來兩年，我們將透過全面諮詢及精細策劃，重組中四選科組合，希望將來的學科組合更適切學生需要，更能發揮同學所長。








（四）國安教育措施

現時校方已成立國家安全教育委員會，成員包括校長、副校長、個人、社會及人文教育學習領域課程主管及公民及社會發展科科主任、教師校董暨公關及文獻組組長、有法律學位的前線教師代表。今年 25 位老師完成 38 個由教育局提供有關基本法或國家安全法的培訓講座，67 位老師出席辦學團體舉辦之「學校法律及國家安全」講座。我們已完成國家安全教育檢視及來年計劃，並於 6 月 7 日和 6 月 11 日的早上和晚上諮詢家長會、教職員工及出席家校合作分享會的家長。按教育局要求，學校需要在 2021 至 2022 年啟動國家安全教育，在 2022 至 2023 年全面實施。

在教育局的框架下，國家安全教育措施包括(一)學校行政；(二)人事管理及教職員培訓；(三)學與教；(四)學生訓輔及支援；(五)家校合作。

學校行政方面，我們將安排在開學禮、結業禮、畢業禮中奏唱國歌；在陸運會、水運會、校慶典禮升掛國旗及奏唱國歌。另外將更新符合國安法的校舍管理及舉辦活動機制和程序。

人事管理及教職員培訓方面，校方按教育局規定更新聘請機制及合約細則。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，並推動教職員工參與有關國安教育培訓。

至於**學與教**方面，校方根據教育局通函 6/2021，就國安教育、基本法教育、憲法日教育更新各科課程。

學生訓輔及支援方面，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，並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。校方亦計劃在國家安全教育日向學生展示國家安全的相關資訊。

家校合作方面，在每年第一次學校通告發放相關國家安全教育的資訊，與家長會持續溝通，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，一如以往，與家長溝通及協作。