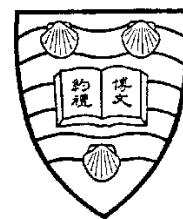


長洲官立中學 家長通訊



學校電郵：ccg@ccgss.edu.hk

學校網址：http://www.ccgss.edu.hk

五月份 2010/11



1908-2011

校訓

博文約禮

目錄：

職業面面觀 感想	P.1-P.2
校務消息	P.2-P.3
關顧與服務	P.4-P.10
關注事項	P.11-P.19
新老師介紹	P.19-P.20
獲獎消息	P.20-P.28
老師及學生 心聲	P.29-P.33
聯絡學校	P.33

「職業面面觀」活動感想

黃佩婷(6A)、曹振盛(5A)

這次活動的主題是「職業面面觀」，學校邀請了一些校友到校跟中四至中七的同學分享他們的工作經驗和心得，包括黎國治先生及陳志威校友、孔憲禮校友、李英修士、張文輝校友、黃子安校友。其目的是讓同學更了解各行各業的前景及情況，為自己的生涯規劃作好準備。所謂的「生涯規劃」就是一個人對他的生涯做一個最適合的妥善計劃與安排，最終達到自我實現的境界，圓滿地完成既定的生涯目標。



我很榮幸能夠擔任這次活動的主持。各校友分別從事不同行業，如理財、物業、工程及一些政府部門等。校友分享他們的工作心得及成功之道，使同學們獲益良多。特別是黎國治先生對同學們的建議使我印象深刻，他說出了時下年青人應徵工作時常犯下的毛病，如遲到、沒有禮貌、衣衫不整等。他對我們的忠告和建議使我們終生受用。

另外，林英修士從事青少年輔導工作，亦曾任教師、營舍及青年中心主任，他豐富的工作經驗和詳盡的講解令同學知道更多有關歷奇這行業的情況，歷奇教練在不久將來也是一個不錯的出路，對這行業有興趣的同學有很大的啟發。

之後，各班分成不同組別跟校友詳談，增加同學與校友交流的機會。同學們可向各校友發問有關職業出路、條件要求、工作上遇到的趣事及困難，甚至是他們成功之道等問題，這互動的方式可讓同學深入了解各行各業的情況和前景。黃子安校友更提醒我們，學位對每個人來說也是很重要的，有學位才能提高自己的競爭力，我們應多自我增值。

所以，每一個人不一定都可以飛黃騰達，不一定都可以名成利就，但是每一個人都可以很充實、有意義的過一生，我們應盡早計劃自己前路，使我們不會虛度歲月。美好的生涯不會自己從天上掉下來，我們應為自己定下生涯目標，並擬定一個適合自己的生涯規劃。最後，這次活動完美結束，在此再一次多謝各校友百忙中抽空與同學分享，讓同學上了寶貴的一課，並以他們為榜樣。

黃佩婷 (6A)

今次學校舉辦名為職業面面觀的講座，透過校友詳細的親身分享，令我對不同工種有了更加深入的認識，與此同時亦能夠為我將來的發展路向起了一個定位的作用。另外，他們所提及的各種面試技巧及需要注意的事情，更令我獲益良多，從而提升了自身的競爭力，為將來在尋找工作方面可以準備得更充裕。

我個人認為這次講座的流程十分好，因為同學們可以首先聆聽各嘉賓在不同行業的經驗分享，而介紹的工種類型亦很多元化，包拓投資界、社福界、環保業界、公務員業界等等，令同學所涉獵的範疇亦相應增加。講座完畢後有與嘉賓的交流時間，可以給予同學一個寶貴的機會去深入探究不同行業的特點，從而可以有更詳盡的資訊為日後選擇工種作一個參考。

交流環節中跟我們分享的嘉賓是林英修士，他是鮑思高青年中心的負責人，同行的亦有一位負責歷奇工作的導師。在今時今日以金錢掛帥的社會裡，人們工作為的當然是賺錢，所以往往傾向於一些能夠賺得較多的行業，例如金融業投資界。但正因如此，很多情況下就會忽略了其他工作所帶來的滿足感。以這次歷奇訓練導師的工作為例，他們的工作是幫助青少年或其他組別的人士去突破自己，雖然他們賺得不及投資或地產等行業的多，但是卻比其他以錢掛帥的行業來得更有意義、更有色彩！由於他們是去幫助別人，令他人成長，這種滿足感我相信是其他行業不能給予的。

在這次講座過後，我亦有把新聽到和新學到的資訊去沈澱及思考，這一次的講座除了令我對各行業有了更多的認識外，亦令我作出了一個反思。在現時日新月異的社會中，有著各式各樣的工作供我們去選擇、去嘗試，究竟人們在選擇的時候，是以什麼因素去作決定？到底是周邊不同的客觀因素？或是打從心底裏的個人想法？所以衍生出來的，就會有些人忠於自己，相反有些人就只是盲目跟隨著社會的主流，為工作而去工作。現實社會裡能夠願意跟隨自己心中夢想的人，少之又少，但社會上隨波逐流的人卻比比皆是。我個人是十分不認同這種風氣的，雖然沒有準則去判定究竟怎樣才算是正確。但是我認為人生光陰有限，我們應該去做的，是去把生活填滿色彩，過一個有意義的人生！

這次工作坊實在令我裨益不少，若再有機會的話，亦希望校方可以再舉辦類似的講座或工作坊。另外，希望將來我亦可以有所成就，有機會回校與未來的學弟學妹作分享。

曹振盛 (5A)



教務消息

(一) 活動/假期

6/6	端午節假期
10-21/6, 24/6	下學期考試(中三：8日)
10-24/6	下學期考試(中一至中二，中四至中六：10日)
15/6	第二次教師專業發展日
22-23/6	中三全港性系統評估
27-30/6	試後檢討(4日，用專題研習日時間表)
27/6	中三全港性系統評估(後備日)
30/6	香港特別行政區成立紀念升旗禮
	高級程度會考放榜及中一至中六核對成績表
1/7	香港特別行政區成立紀念日假期
2/7	第三次學校管理委員會會議
4-8/7	試後活動(5日)
5/7	中學學位分配結果公布
7-8/7	升中一新生註冊
11/7	第二次家長日
12/7	結業暨頒獎典禮及升中一新生學科測驗
13/7-31/8	暑假
16/7	升中一新生及家長迎新日

(二) 二零一一年全港性系統評估(中三)

是項評估由香港考試及評核局舉辦，旨在讓政府及學校了解整體學生在中、英、數三科的基本能力水平，藉此改善學與教，以及讓政府為有需要的學校提供支援。有關中三同學的評估時間，安排如下：

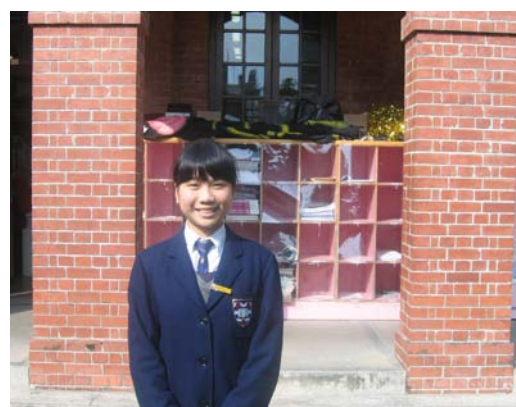
紙筆評估

2011 年 6 月 22 日	2011 年 6 月 23 日
中國語文 – 寫作 (75 分鐘)	數學 (65 分鐘)
休息	休息
中國語文 – 閱讀 (30 分鐘)	英國語文 – 寫作 (40 分鐘)
休息	休息
中國語文 – 視聽資訊 (約 15 分鐘)	英國語文 – 閱讀 (30 分鐘)
中國語文 – 聆聽 (約 20 分鐘)	英國語文 – 聆聽 (約 25 分鐘)

如受惡劣天氣或其他突發事情影響，評估日期將順延至2011年6月27日。

(三) 學友社傑出中學生領袖2010-2011

本校派出兩位領袖訓練團隊成員，參加由學友社主辦的「傑出中學生領袖選舉 2010-2011」，經過三輪面試及評選工作坊後，本校 6A 黃麗英同學從一百二十間中學超過 400 位參選學生中，成功被選出成為三十位傑出中學生領袖其中一位。黃同學在 2011 年 4 月間到了中國西安進行為期 7 天的交流考察，參與一連串的培训體驗活動及進行社會實踐計劃，從而提升個人素質及領導技巧，成為社會領袖作好準備，邁出重要一步。



(四) 學生支援小組

學生支援小組於 2010 至 11 學年成立，主要支援校內有特殊需要的學生(包括讀寫困難、過度活躍及專注力不足、聽障及言語障礙等)，務求為學生提供適切的輔導，提升他們在校的學習及與人相處的能力。小組工作包括：籌劃及推行全校參與的融合教育政策、為有特殊學習需要的學生提供課程調適和考試特別安排、申請政府的學習支援津貼等。小組更會安排外購服務，邀請校外的專業人士為有需要學生提供合適的培训。

小組成立至今，已完成以下工作：

- 1.透過社工及教育心理學家為有特殊學習需要的學生進行評估及制定跟進的工作；
- 2.與任教老師開會，交代已接受評估學生的情況，商議如何在教學上作出調適；
- 3.通過「特殊教育資訊管理系統」呈報有特殊教育需要學生的名單及學生所需的支援層級；
- 4.商討及執行為有特殊教育學習需要的學生學期考試的特別安排；
- 5.為有特殊學習需要的學生申請文憑考試的特別考試安排；
- 6.運用政府發放的學習支援津貼，外購服務，為相關學生提供培訓；
- 7.與教育心理學家合作撰寫及執行個別學習計劃

其中，考試安排方面，我們為有需要的學生於下一學年舉行的文憑考試提出考特別安排的申請，包括：延長考試時間、特別考場安排及豁免部分考卷等。校內考試方面，我們已同樣安排特別的試場及延長考試時間，務求在公平的情況下考核每一位學生的能力。

外購服務方面，是年我們合共開辦了三個課程，分別由語言障礙支援中心舉辦的「伶牙俐齒」中學校本言語治療計劃及共融教室舉辦的「字字珠璣」中文讀寫小組及「溝通無界限」社交治療(共融)小組。

校方更安排不同組別的老師修讀特殊教育需要的專題課程，致力幫助有特殊教育需要的學生獲得適切的學習機會。

另外，為了在長官推廣共融的校園文化，五、六月期間，本校十八名學生將會參加由乘風航及明愛樂義學校合辦的「伙伴計劃」。樂義學校是一所嚴重智障兒童學校，本校學生將會擔任義工，兩次探訪樂義學校之餘，更會聯同該校學生一同登上「歡號」，接受一天的海上歷奇訓練。活動完結後，學生會將活動所見所聞向全校同學介紹和分享。

本小組共有五位成員，分別是兩校駐校社工、呂嘉強老師、岑翠玲老師和司徒天琦老師。如各家長對小組的工作有任建議或疑問，歡迎致電本校，向上述老師或社工作出查詢。

關顧與服務

(一) 升學及就業輔導組

在1月14日，本組為中七同學舉辦了HKUS升學講座，目的在於提供學生有關副學士及高級文憑課程之升學資訊，讓同學了解大學之外的升學途徑及報讀方法，為畢業後的前途做好準備。

在1月27日「職業面面觀」活動中，本組有幸邀請到從事各行各業的校友，到校與中四至中七的同學分享他們的工作經驗和心得。出席校友包括黎國治先生、陳志威先生、孔憲禮先生、李英修士、張文輝先生及黃子安先生。同學表示透過和校友的互動，令他們對各種職業的就職要求、出路發展、培訓計劃等有更深入了解。

本組於3月18日的班主任課中，向中六同學派發了「專心一致」工作紙，目的在於培養同學專注能力，提升學習效能。同學們透過思考和探討成功學習的關鍵因素，明白到確定讀書目標、自我約束的重要性。

此外，本組在5月13日為中三同學舉辦「升中四選科簡介會」，讓同學進一步認識新高中各選修科的課程內容，以期同學能選擇最適合自己的高中學科。所有中三同學均有出席，並在講座中非常留心，家長亦踴躍參加。

另一方面，由教育局及香港輔導教師協會合辦、每年一度的「暑期工作體驗計劃」，今年有一位中五同學申請參加。成功申請的同學將於暑假前往計劃指定的機構任職，體驗實際工作生活。該項計劃有助同學培養待人接物，為未來就業打好基礎。

(二) 德育及公民教育

德育及公民教育組於一至五月進行多項配合本港及國家發展之特訂活動，成果如下：

活動主題	1—5月活動成果 / 評估
「母親的抉擇—戀愛?亂愛」 性教育講座	「母親的抉擇」中二、中三級性教育講座主題為「戀愛?亂愛」，內容是關於戀愛交往對象和分手應有的態度。同學在這個講座裏，學會了交往對象時要互相尊重、互相信任，這樣才可以建立良好的戀愛關係，而分手時則需要面對面道出分手的理由，令對方受到尊重。雖然分手會令人受到很大的傷害，但交往卻是一件令人開心的事，因此同學們應享受交往時的樂趣。
「家計會—性行為的抉擇」性 教育講座	家計會陳姑娘為同學進一步講解性知識和正確的性觀念。性教育是現今社會日趨迫切，因為不少青少年對此感到好奇和困惑，特別是在性行為的抉擇時，往往因未能顧及後果而犯下錯誤。所以今次能透過講座增加同學對性教育的了解，從而訂下準則，保障自己。 透過這次的活動，不但加深了同學對性知識的了解，更令同學明白到做事要顧及後果，特別在對於性的抉擇，更加不能草率，要三思而後行。現時本港都有健全的法例保障青少年，但事實上最重要的不是法例的懲治，而是青少年本身要自覺，培養正確的價值觀。
「平等參與 體育共享」 生命教育講座	「平等參與 體育共享」生命教育講座特別邀請四位視覺殘障的義工為同學進一步講解殘障人士的需要及和他們正確相處的觀念。透過他們的親身經歷令同學明白到不少人生道理。當同學遇到困難，可以找家人和朋友幫助。講座更提到一些預防眼疾的方法，例如定期檢查和配戴合適的眼鏡等。透過這次的活動，不但加深了同學對視覺殘障人士的了解，更令同學明白到即使患上眼疾和遇到無數的困難，都不應該放棄自己，放棄生命，因為人生還有很多有趣的事等著我們去做，而且當同學遇到困難，還有家人和朋友支持，所以應勇於面對和解決困難。
生活教育劇場 講座 1 左鄰右里歌劇團表演之生活 劇場	「麥子劇場教育」三位演員為同學送上精彩的表演。他們的表演主題是「畢業生、貝多芬和愛迪生」。透過他們的表演中分別講述三個不同的故事，令同學明白到不少人生道理。當中包括職場面試的禮儀和技巧，例如：儀容要適當、有自信心和對工作有熱誠。透過這次的活動，不但加深了同學對「麥子劇場教育」的了解，更令同學明白到發揮創意其實很簡單。創意的來源可以在日常生活中發掘出來，即使是一段說話都可以成為劇中的對白、即使是一個行為亦可以成為劇中的動作，所以如要增加自己的創作力，要多留意生活中的一點一滴。

活動主題	1—5 月活動成果 / 評估
生活教育劇場 講座 2	「麥子劇場教育」導師在此次講座播放了一段動畫，帶出這天的主題——創作元素，例如：音樂、動作、表情、顏色等。希望藉此告訴同學創作時加入不同的元素，才可以創造出獨特的作品。其後四位導師分別帶領每組同學跟據已派發的文章，創作劇本，並要求劇本中包括不多於五句的台詞。最後由四組同學輪流演出各自的劇本。在此次講座同學也體會到劇本中的台詞，於語言上的表達不一定是必須的。相反以表情、動作可能更能令人留下深刻的印象。而用其他創作元素去演繹出各種自己想要表達的事物、事件，甚至思想感情等，會令創作更有趣、更耐人尋味。所以，同學們在日常生活中也可以發揮自己的創意，即使只是一句打招呼的說話，也可以說得有趣一點。
衛生署性教育工作坊— 「避無可避」	性教育組、德育及公民教育組為中四級同學提供了兩節性教育工作坊。在課堂上，衛生署護士首先幫助同學了解「性」，讓同學對性有初步的認識，然後再分享一些例子和討論工作紙的題材，讓同學明白愛和性不一定是相連的。最後，她們還教導同學有關避孕和安全措施的知識，讓同學能提高警惕，安守本份。 性對於青少年來說或許不太陌生，但性對於青少年來說或許存在誤解，甚至誤入歧途。兩節性教育課成功地將五花八門的性知識歸納，並釐清錯誤的見解，把同學們天真的幻想變得道德化。在課堂上同學要學習如何使用安全套，這樣能幫助青少年正確使用安全套的用法，從而減低性幻想和錯誤的觀念。
生活教育劇場 工作坊 1	「麥子劇場教育」導師在此次工作坊為同學講解創作的概念。創作是在有限的空間內利用不同的元素來講故事，同時透過講故事和訂立主題來發表個人見解。當中更進行了不少的討論，例如從學業、工作、家庭各方面去分析創作的元素，從而明白日常生活便是最有效的創作來源。透過這次的活動，令同學明白到創作的概念。最重要是人們在日常生活中會有很多感受，而這些感受可以透過創作，以一個更活潑生動的方法表達出來，這樣便是創作的真正目的。
師友多「繽紛」分享活動	中六級同學早前參加由升學及就業輔導組舉辦的「職業面面觀」活動。在早會上他們向全校同學講述此次活動邀請了不同行業的成功校友蒞臨本校為同學分享的心得。校友分享了自己行業的特色、範疇和面試注意的事項等。這次活動亦令同學們真真切切地明白到「行行出狀元」這個道理，只要找到自己的興趣，鎖定目標，並加以努力，享受工作，無論投身任何行業，都都會有成功的一天。希望透過這次活動，讓同學更了解各行業的前景和狀況，從而為自己訂立一個人生規劃。
生活教育劇場 工作坊 2	「麥子劇場教育」導師在此次工作坊為同學講解創作概念和設計戲劇步驟。當中進行了不同題材的討論，而訂立的主題會隨著人生和時間而轉變。同學們可從工作和生活兩方面去分析，在工作上會有不同的職務如家務、功課、上班和補習等；在生活上卻會面對不同的事物，如學業、朋友和家人等。同學從而設計一個獨特的戲劇。透過這次的活動，令同學明白到創作的概念。前次工作坊提到在日常生活中同學會有很多感受，而這些感受可透過創作，以一個更活潑生動的方法表達出來。這次更進一步利用創作概念來設計戲劇，從多方面分析，並找出適用的部分，整合拓展，最後連成一個有序次、條理的故事。
「共創成長路」攤位遊戲	是次攤位的主題環繞青少年的減壓方法。在遊戲當中介紹多種減壓方法，並鼓勵同學們要積極面對問題。以攤位遊戲的方式讓同學了解壓力，跳出了傳統的沉悶講解，令同學能透過有趣的方式了解壓力，從而有助同學個人成長。求學的青少年每天也要面對不同的壓力，有來自家庭、學習、個人、交友等。如果沒有適當地處理，可能會影響日後身心的成長。
千「語」鶴關懷活動	二零一一年三月十一日，日本東北岸發生黎克特九級強烈地震，並引發海嘯及其它災害，紅十字會以「保護生命、關懷傷困、維護尊嚴」為口號，迅速展開籌款及賑災行動，更呼籲各界踴躍支持。為響應紅十字會的呼籲，本校德育及公民教育組、視覺藝術科與學生會將於三月三十至四月六日期間舉行籌款活動，詳情包括：賑災籌款活動及參與紅十字會舉辦的千「語」鶴關懷活動，向全校學生收集紙鶴，串連一起於校內顯示，以表達本校同學向受影響人士送上默默祝福與支持。

活動主題	1—5 月活動成果 / 評估
樂施會—「氣候變化與貧窮」講座	樂施會義工吳思虹小姐為同學講解氣候變化與貧窮的關係。當中播出了兩段影片，反映氣候變化與我們息息相關，例如不少的地區因全球增溫而缺水大旱，使農業物失收。又出現冰川溶化，令海平面上升，最後世上所有低地平原，都被海水浸過，影響深遠。 透過這次的活動，不但加深了同學對氣候變化與貧窮的了解，更令同學明白氣候變化與人類活動有關，例如：城市化、砍伐樹林、交通運輸、工業發展和發電廠等都會加劇溫室效應，導致全球增溫。最終受害的其實都是人類，貧窮問題只是其中之一。所以大家要為地球出一分力，從個人開始，減低對環境的破壞。
廉政公署青年及德育組 《拓思》同學分享文章	中三丙林文聰、鄭樂培、中六甲董家豪、劉沛文、鄭惠兒和黎志雄，共六名學生向廉政公署製作的德育期刊—《拓思》投稿，發表對「社交網站的利弊」的意見。
父母親節家庭共融活動	父母親節家庭共融活動的主題為「懂得感恩」，內容包括：文章分享及製作心意卡。文章為<懂得感激>： 「對好的事情懂得感激是很容易。但那些懂得感激挫折的人會迎來碩果纍纍的人生。學會對自己的煩惱感激，它們就會變成你的祝。……」所謂「身在福中不知福」，父母經常對你在生活或學業上，加以鞭策、提點，但你卻反控他們很囉嗦。當你對父母感到煩厭時，你有沒有想過父母背後的心思呢？嘗試把你的不滿轉化為正面的想法，你會發現這些都會是很值得感恩的事啊！接着為實踐感恩：製作心意卡：先剪下長方形圖案。然後沿黑線剪出心形圖案，沿虛線摺疊，並在心形圖案上寫祝福語句。把長方形圖案貼在顏色紙上，張開心形圖案便成。這次活動中，生活教育大使負責指導同學們製作心意卡，活動的反應十分好，同學們積極地參與活動，能透過心意卡設計活動感謝父母多年來的照顧，亦藉心意卡表達謝意，同時學懂了感恩的重要。

(三) 輔導組

輔導組於下學年舉辦朋輩輔導計劃，成員包括廿七位中四至中六的大哥哥、大姐姐及三十九位中一的同學。朋輩輔導成立至今，已先後舉辦了迎新活動及歷奇訓練等活動，加深學長與中一新生的認識。大哥哥及大姐姐更會定期與學弟午膳，分享學習、讀書的心得及校園趣事，希望透過雙方的努力，營造一個和諧友愛的長官校園。學長更會協助學弟為中期測驗及下學年考試制定溫習時間表，提升考試的成績。六至七月期間，小組更會舉辦燒烤活動，總結半年所學之餘，更希望來年雙方的友誼及關係可以持續下去。

以下是學生就歷奇訓練的一些感想：

活動令我明白到原來團隊精神是很重要的，只要有少少的不合作，也會對全隊構成影響。另外，我覺得活動十分好玩，過程亦十分刺激，加上主持投入生動，令我希望朋輩輔導組可以再次舉辦同類的活動，但最好選擇在校外舉行。(中一丙班 吳朗賢)

這次的歷奇活動非常充實，令我獲益良多。首先，是次活動並非想像中沉悶，而是一項訓練創意、合作性和膽識的活動。最令我印象深刻的是用黏土拼出一些有意思的句子，再由同組隊員估出句子的內容，但過程中不能說話和做動作，只能靠那一塊小小的黏土作為溝通的工具。黏土雖小，但完全激發出我們的想像力，最重要是拉近輔導學長與學弟妹的關係，令我們更容易溝通，減少了之前的隔閡，我們更明白大家的想法。(中六甲班 鄭穎雅)

歷奇訓練是我們與中一學弟妹的第二次正式聚會。這次活動形式輕鬆，導師表現風趣幽默，而且遊戲很有趣，整個氣氛都十分融洽。最重要是學長與學弟妹可以共同參與遊戲，互相合作，大家藉此機會多作溝通，更加深雙方的了解，從中建立互信之餘，更拉近彼此的關係。活動中令我最感振奮的是，每一位中一的學弟妹都十分投入，看到他們主動討論遊戲對策，並願意提出意見，令我明白到中一的同學並非如起初我想像般冷淡。這次破冰活動令我更有信心，可以與他們建立良好的朋輩關係。(中六甲班 黃麗英)

另外，輔導組將於八月暑假期間舉行本校第二乘風航海上歷奇訓練活動，現呼籲長官同學，尤其是下一學年將要面對公開考試的同學接受大海的洗禮與挑戰，於開學前夕，定下奮鬥的目標。活動日期為八月廿七至廿八日，如有任何疑問，歡迎向呂嘉強老師查詢。

(四) 訓導組

為訓練同學紀律，培育品德，使同學有積極的人生態度，訓導組聯同不同的青少年機構及水警海港警區警民關係組等，舉辦一連串的領袖訓練活動，如中一步操紀律訓練及領袖工作坊，以提升他們的自信心及抗逆能力。

同學亦能把所學的領袖訓練回饋社區，領袖生及中五同學曾為長洲聖心小學、國民小學及錦江小學等舉辦小學禁毒講座，使小學生了解有關健康禁毒的資訊，以營造無毒健康校園。亦有部份中三、中四及中五同學協助水警海港警區及少年警訊主辦水警社區聯絡日。當日為馬料水水警分區基地帶領長洲居民進行導賞參觀及主持攤位遊戲等，以向社區宣傳減罪等正面訊息，以防止罪行在社區發生。



水警社區聯絡日

鑑於近年青少年網上欺凌及店舖盜竊等問題日趨嚴重，受到社會廣泛的關注，訓導組聯同警民關係組同工舉辦兩次相關議題的講座工作坊，讓中一、中二同學以不同的角度反思網上欺凌及店舖盜竊等問題，使同學辨識違法行為發生的原因，從而避免誤入歧途。

早前訓導組帶領中四部份同學探訪赤柱東頭懲教所，以了解懲教處人員如何協助罪犯改過自新，以認識懲教處的工作。

(五) 健康及性教育組

活動一覽 (2010-2011)

日期	活動名稱	對象	機構
11 月 26 日	「寧缺勿濫」工作坊	中四	衛生署
12 月 17 日	大膽的愛、小心的做	中四、中六及中七	母親的抉擇
1 月 7 日	戀愛戀愛	中二、三	母親的抉擇
1 月 28 日	性行為抉擇	中四至中七	香港家庭計劃指導會
3 月 18 日	「避無可避」工作坊	中四	衛生署
6 月 3 日	「做個醒目自由人」工作坊	中五及中六	衛生署

(六) 課外活動組

這一次主要介紹「運動學會」類別的課外活動。

籃球隊

女子籃球隊聘有義務教練，逢星期三晚在南蛇塘體育館練習。本年度成績進步，女乙在香港學界體育聯會荃灣及離島區中學分會主辦的校際籃球比賽中勇奪冠軍，女丙亦在八強中僅負於應屆冠軍，未能晉級。球隊現時仍有訓練，為來年度的比賽作好準備。

羽毛球學會及羽毛球隊

逢星期三五時至六時在南蛇塘體育館練習。本年度成績令人滿意，在香港學界體育聯會荃灣及離島區中學分會主辦的校際羽毛球比賽中，男乙及男丙俱順利進入八強。女乙則進入最後四強。

田徑隊

在香港學界體育聯會荃灣及離島區中學分會主辦的校際田徑比賽中，個別項目表現出色，結果男乙獲團體季軍，女乙獲團體殿軍。此外，男子接力隊在九龍工業學校的友校接力邀請賽中亦勇奪軍。

(七) 傳媒教育組

校園電視台分別由二月至四月期間舉辦三次培訓活動，包括有基本分鏡技巧、Storyboard 的應用、剪接軟件教授及採訪技巧等，以培養同學的創意思維及分析能力。

經過培訓活動後，同學能活學活用，除拍攝校內活動外，亦有參加不同外界團體舉辦的項目。如由「香港品牌發展局」、全

港兩大廣告協會「香港廣告商會」及「香港廣告客戶協會」及星島雜誌集團主辦的「全港中學生學界廣告橋王爭霸戰」，同學運用 Storyboard 的方法，向廣告商及商品客戶推介其創作的廣告方案深得評判認同。

訓導組與校園電視台合作，參加由香港愛心魔法團及禁毒基金撥款主辦的「同一樣的魔法，不一樣的天空」十八區全港中學禁毒計劃，由於同學創作的劇本表現出色，我校隊伍已成功通過初賽，順利進入準決賽。這項活動非常有意義，同學通過學習魔術及劇本創作活動，提升自信心，並以正面朋輩關係互相提點鼓勵，增強對抗毒品的決心。

校園電視台亦有和環境教育組合作，參加由漁農自然護理處主辦的「郊野小記者」計劃，六名同學分別到八仙嶺郊野公園及城門郊野公園，採訪漁護處職員的工作，如巡邏、保育及設施維護等，使同學了解保護大自然的重要性及提升他們的採訪技巧。



郊野小記者

(八) 環境教育組

為了向學生推廣綠化意識及培養學生對種植的興趣，本組參與了不同的種植活動。於三月份，本組參與了由康文署主辦的「一人一花種植計劃」種植大岩桐。由老師派發花苗、植料及花盆，並教授種植方法，當天同學反應熱烈，已派發的花苗超過一百棵，經同學們的悉心照料，大部份的花苗已陸續開花。此外，同學於校園內的有機耕作農田上種植的車厘茄已有收成。同學能夠親身品嚐自己種植的有機蔬果，在實踐有機生活的同時，亦把環保訊息帶給身邊的人。此外，本組於5月7日帶領中三同學參加由離島區議會舉辦的離島區健康城市植樹節「綠色大嶼」植樹活動。當天同學步行至昂坪彌勒山，親手種植了超過30棵樹木，為昂坪的生態環境及對抗氣候變化出一分力。



一人一花種植計劃

於一月份，本組參與了由世界自然基金主辦的「后海灣紅樹生態考察」，帶領中五同學到米埔學習濕地的功能和其相關的保育課題。同學已把當天考察活動中的所見所聞製作成海報，並張貼於本校地理室門外。此外，本校中四的同學於三月參與了由漁農自然護理署舉辦的郊野小記者校際比賽，分別到八仙嶺郊野公園、香港標本室及城門郊野公園考察，從而認識保護郊野公園時所面對的困難和挑戰，以及管理的策略。同學已完成報導作品並遞交漁農自然護理署。再者，本校的環境保護大使已於四月份完成「專題環保障」訓練，到香港天文台考察及進行工作坊活動。最後於本月底，本組將舉辦環保小手工創作班，讓同學利用廢物循環再造，製作屬於自己的綠色手工藝品，藉此向同學推廣善用資源及美化環境的訊息。



離島區健康城市植樹節



后海灣紅樹生態考察



郊野小記者

(九) 家長教師會消息

原定於 2 月 12 日（星期六）舉行的「粉嶺桑果農場」親子旅遊，因參加人數未足夠，結果取消，希望下次能獲更多家長支持。

2 月中，本會參與由學校課外活動主任胡麗瑛老師負責的「愛與美攝影比賽」的評審工作。在胡老師悉心指導下，同學的參賽作品，有很高的水準，盡顯同學對攝影的技巧及心思。本會亦贊助是項活動的獎品。

2月26日（星期六）下午2時至5時，本校家長及老師參加了由離島區議會離島區健康城市工作小組主辦和香港大學家庭研究院合辦，名為「離島區健康家庭」講座，地點在國民學校舉行，講者是前社會福利署副署長，現在香港大學家庭研究院朱楊珀瑜女士（銅紫荊勳章；註冊社工），朱太從事家庭治療、對家庭問題、夫婦溝通及父母與子女溝通有很深入的了解，朱太提出了很多方法，如何預防家庭可能發生的問題，又若有問題發生了，如何解決。又有個案討論，令與會者獲益良多。同日黃昏，下午5時半至8時在佛教慧因法師紀念中學，本校家長老師及學生合共36位參加了由長洲中、小學家長教師會主辦的「新春傳統盆菜宴」。彼此趁新春大家聚首，互相問好，大會聘請了元朗一間盆菜專門店為大家提供巧手盆菜，又有學生表演唱歌、家長表演及長洲曲藝社獻唱名曲。本校退休校長張寶珠女士也是表演者之一，張校長粵曲造詣深厚，與會者都有繞樑三日之感。此外，大會又蒙各校的家長教師會主席慷慨送出精美禮物抽獎，大家都歡度了一個愉快的晚上。席間本會派發宣傳單張介紹本校，希望與會者更能了解本校近況。

3 月 4 日（星期五）至 3 月 5 日（星期六）是學校一年一度的開放日，為響應本年主題「創意無限 綻放光芒」，本會製作展板介紹本校校友李冠良同學的藝術成就並展出黃晉翹校友的攝影作品及得獎獎盾及獎盃，希望鼓勵在校同學努力發揮創意，多參加比賽為校爭光。本會又備小食及飲品供參觀者享用。

本會獲得資深體適能教練陸尚義先生義務指導本會家長有關「肌筋膜放鬆法訓練班」分別於3月17日（星期四）及3月31日（星期五）在長洲海傍街體育館活動室舉行，共有33人次參加，在陸師傅教導下，與會者都能掌握肌筋膜放鬆法，盼望日後不斷練習，定必自我減壓，身心康泰。本會又得執行委員彭燕明女士擔任導師，由3月19日至5月28日共10次，星期六下午在學校家政室舉辦「家居小廚」興趣班，內容有芒果芝士凍餅、日式焗芝士蛋糕、芒果布甸等製作，共有四個家庭參加。

4 月 4 日，本會支持學生會舉辦的日本地震賑災捐款，捐出港幣壹仟元予紅十字會，希望這些捐款能表示我們對日本災民的關心。

4月16日（星期六）至4月17日（星期日），本會參加了長洲區中學家長教師會聯展，本會獲得胡麗瑛老師、陳高霑老師及李秀群教學助理協助下，製作四幅展板，介紹學校及本會工作，在長洲碼頭對開空地展出，同時多謝十多位同學在場任講解員，讓坊眾更能了解學校情況及本會工作。

5 月 6 日（星期五）下午 7 時至 8 時 45 分在學校禮堂舉行了第二次「我和校長有個約會」活動，有 26 位家長參加。家長與校長坦誠對話，交流教導子女心得，校長更能掌握家長對子女的要求，從而協助學生達成家長的期望，家長能更明白學校近況及發展，增強彼此溝通。

我們將於7月初出版家長教師會刊物，歡迎家長踴躍投稿，如蒙賜稿，請於5月30日（星期一）前交刊物主編劉永源老師。此外，七月及八月我們會舉辦學生暑期興趣班及學科進修班，現正收集同學及家長的意見，希望各位能大力支持。



肌筋膜放鬆法訓練班



長洲區中學家長教師會聯展

(十) 學生會

學生會於下學年舉辦了多項班際比賽，包括射籃、數獨及象棋比賽。

賽果如下。

數獨比賽：

冠軍 中一級：1B 中二級：2A 中三級：3B 中四級：4C 中五及中六級：5B

象棋比賽：高級組冠軍：5B 亞軍：4A 季軍：4C

初級組冠軍：1A 亞軍：3B 季軍：2C

另外，學生會將會舉行班際閃避球比賽之餘，更於7月7日假長洲體育館舉行第二屆BAND SHOW，同學如有興趣參與表演，歡迎聯絡各TEMPO 成員。

(十一) 扶輪少年服務團

本校扶輪少年服務團的會員於 15/5/2011 (星期五)在長洲參與「樂施米義賣大行動」。今年「樂施會中國發展基金」籌款活動的主題為「助人·自助·讓笑顏遍大地」。本校同學透過此活動，支持更多內地貧窮人士，讓他們共同發展更好的生活，自力更生，笑得開心。

學生感想(中四甲 張淑玲)：這次的樂施米活動，極具意義。我深深明白到我們負出的每一分鍾、每一分錢都能幫助落後偏遠地區的小朋友、同胞們重建家園，改善生活。相比起，生於香港的我們，我們更加幸福。若我們有能力幫助有需要的人，那一點勞累亦不過於此。透過樂思會幫助偏遠地區，我想我們的心意他們是會感受到的。假若，樂施米的善款能夠拯救一條生命、幫助一個小朋友、完成一個夢想、建立一個家園，我們又何樂而不為呢？



參與「樂施米義賣大行動」的同學的大合照



長洲居民捐款支持「樂施米義賣大行動」

(十二) 圖書館

1. 第二十二屆中學生好書龍虎榜讀後感寫作比賽

為提高學生的閱讀課外書籍的興趣，圖書館鼓勵同學參與「第二十二屆中學生好書龍虎榜讀後感寫作比賽」。中四乙學生鄭雪芯獲得由香港教育專業人員協會頒發的「讀後感寫作比賽(高級組)校內作品推薦獎」。而校內比賽結果則如下：

獎項	姓名	班別
冠軍	鄭雪芯	中四乙
亞軍	郭曉彤	中四丙
季軍	林嘉恩	中四丙
優異	蔡麗霞	中四甲
優異	譚進浩	中三乙

2. 書展

為推廣校園閱讀風氣，圖書館邀請齡記書店於 2011 年 5 月 16 日及 17 日（星期一及星期二）於本校禮堂舉辦書展。書展第一天安排各初中班別由隨堂老師帶領到禮堂參觀。另外，書展第二天則鼓勵所有學生於小息、午膳及放學後到場參觀。



學生參觀書展的情況

關注事項

學與教

學與教小組於三月期間就本年度推行的正向思考和課堂提問及鼓勵預習等策略進行了一次全校性問卷調查，收集各同學的意見，調查結果如下：

有關課堂提問方面，66%的同學認同老師在課堂提問能令自己集中精神和提起對課文的興趣；72%同學認為老師的提問加深對課文的認識和思考；約有 60%的同學則認同老師的提問令自己對課文更有興趣。

預習方面，77%的同學認同預習對學習有幫助，更有 62%的同學表示由 2010 年 9 月至 2011 年 2 月期間曾在家中備課和預習未教的課文，有 77%同學表示未來數個月會嘗試備課和預習。由此可見，長官同學樂於回應老師的提問的同時，更有濃厚的自學精神，調查結果令人鼓舞。

有關正向思考方面，89%的同學認同每個人都擁有一定的潛能，只要適當的引導，都可以發揮出來；90%的同學認同透過努力和有效學習，每個人都可以有進步。接近 55%的同學認同偉人和名人的故事，如斷臂鋼琴師劉偉對自己有啟發和鼓舞的作用。

針對上述的問卷調查，各科老師會在課堂內加強提問及預習，提升學堂的互動性，希望有助各位同學應付快將來臨的考試。

另外，學與教的展板上介紹了三位同樣善用正向人生，改變自己命運的成功人士。一位是劉曉鋒先生，他自幼患有「杜興氏肌肉營養不良症」，肌肉不斷萎縮，12 歲更要以輪椅代步。然而，在他的堅持下，不但成功入讀大學，更被譽為「香港霍光」及獲選香港十大傑出青年。另一位是黃愛恩女士，她利用三個指頭彈琴，成功入讀中文大學音樂系，更在殘奧馬術比賽擔任表演嘉賓。而李祺則自稱自己中學是一名「頹」學生，覺悟後努力學習，不但入讀外國名牌大學，更進入了歐洲核子研究中心。三位善用正向思想的人，經歷了三段同樣精彩的人生，對於各位同學來說，帶來了甚麼的啟示？

其實，我們只要對自己的生活有目標、對自己的生活有熱情，對周遭的事物感興趣，人生不論順與逆，只要抱正向的思想，生活總有美好的一面。

生活教育

本年度「生活教育」繼續於每週星期五第七節由班主任施教，主題為「立己達人・凝聚共識・『戲』談生活」。中一至中三級透過賽馬會青少年培育計劃「共創成長路」課程，中四至中七級則透過校內不同組別有系統地推行活動，達致「生活事件」六個範疇之預期成果。

首先，賽馬會青少年培育計劃「共創成長路」課程（中一級至中三級）於一至四月份繼續以不同主題加強同學與他人的聯繫、建立健康的信念和清晰的價值觀。同學於課堂上表現投入，積極地作答，氣氛融洽。香港理工大學「共創成長路」研究人員更於十一至十二月份到訪本校觀課，對課程的安排、老師的教授及同學的投入程度都有正面的回應。

此外，第二層培育活動已接近尾聲。「飛躍成長路」青少年成長計劃(中一級)於一月份與長洲家福會合作，安排中一同學和中四、五學長探訪長洲獨居長者，同學們表示學懂關懷長者，學長亦從中懂得如何關心及帶領學弟、學妹。三、四月份，中一同學與學長們共同面對不同的挑戰。在「長洲攻略」中，同學們在有限的時間內到訪長洲不同的角落，他們都積極投入完成各項任務。在「燒烤晚會」中，同學們初嘗原野烹飪的滋味，合力地製作不同的佳餚；「奇妙之旅」青少年成長計劃(中二級)於一月份前往保良局北潭涌渡假營進行兩日一夜的歷奇訓練營，同學們既要在郊野煮食，又要夜行，他們表示體驗深刻。二月下旬同學們探訪溫浩根護理安老院，與大約六十位長者見面，透過遊戲、唱歌、魔術及雜耍表演，歡愉地渡過週末。於三月份，多元智能興趣班更加插了新的課程，如蛋糕班、美式足球班、棋藝班，同學們都踴躍參與，並且對多元智能更感興趣；「情 TEEN 新世代」青少年成長計劃(中三級)在三月份於西貢戶外訓練營舉行兩日一夜的歷奇訓練營，同學們皆積極投入地接受羅門炮架及竹筏的挑戰，更克服了獨自夜行的活動，雖然他們表示懼怕，但是從中學習到如何正面地面對過往的負面情緒。於四月份舉行的情緒攤位義工服務中，同學們於校內藉著不同的攤位遊戲及展板，讓全校同學認識如何正面地處理壓力、憂鬱及憤怒情緒。於五月份，同學們將參加一連串的情緒劇場，透過戲劇了解自己及別人的情緒更多。

「共創成長路」活動相片

中一級



同學們於「長洲攻略」中勇於用英文邀請外國人一同合照。



同學們在「燒烤晚會」中合力地完成了他們的菜式——橙蛋、薯仔蛋。



同學們順利完成了兩日一夜的歷奇訓練營。



義工服務過後，同學們於安老院開心地合照，留下美好的回憶。

中三級



同學們在訓練營中興高采烈地坐在自己組別製作的竹筏上，期待出海。



在義工攤位服務中，同學們與自己悉心設計及製作的攤位，拍下開心雀躍的一刻。

而中四至中七級於一月至五月亦進行多項活動。

活動主題	工作組別	1—5 月活動成果 / 評估
「母親的抉擇—戀愛?亂愛」性教育講座 7/1/11 	性教育組、 德育及公民 教育組	「母親的抉擇」中二、中三級性教育講座主題為「戀愛?亂愛」，內容是關於戀愛交往對象和分手應有的態度。同學在這個講座裏，學會了交往對象時要互相尊重、互相信任，這樣才可以建立良好的戀愛關係，而分手時則需要面對面道出分手的理由，令對方受到尊重。雖然分手會令人受到很大的傷害，但交往卻是一件令人開心的事，因此同學們應享受交往時的樂趣。
香港大學專業進修學院升學講座 14/1/11 	升學及就業 輔導組	講座為中七學生提供由香港大學專業進修學院保良局社區書院所開辦的副學士及高級文憑課程之升學資訊，當中亦介紹有關學院的校園設施、課外活動，以及介紹曾修讀副學士或高級文憑課程成績優秀的學生銜接大學的情況，讓同學了解大學之外的升學途徑及報讀方法，為中七畢業後的前途做好準備。 是次講座讓同學明白到副學士和高級文憑的分別，不是一般同學認為前者是不及後者的高級，而是在於修讀前者的學生會修讀較多的專業性的科目，而後者則是多讀一些普遍性的科目。這差異使同學在選擇科目時會更審慎，同時這講座亦讓同學知道不能直升大學學生的前途並不一定是黑暗，仍有其他升學或就業的途徑，問題在於同學如何選擇未來的道路。
樹仁大學升學講座 21/1/11 	升學及就業 輔導組	講座能令中七同學更清楚該學校的收生要求，並提供足夠有關校園生活的資料，使同學對該學校有更深認識。

「家計會一性行為的抉擇」性教育講座 28-1-11 	性教育組、 德育及公民 教育組	家計會陳姑娘為同學進一步講解性知識和正確的性觀念。性教育是現今社會日趨迫切，因為不少青少年對此感到好奇和困惑，特別是在性行為的抉擇時，往往因未能顧及後果而犯下錯誤。所以今次能透過講座增加同學對性教育的了解，從而訂下準則，保障自己。 透過這次的活動，不但加深了同學對性知識的了解，更令同學明白到做事要顧及後果，特別在對於性的抉擇，更加不能草率，要三思而後行。現時本港都有健全的法例保障青少年，但事實上最重要的不是法例的懲治，而是青少年本身要自覺，培養正確的價值觀。
---	--------------------------------	---

「平等參與 體育共享」 生命教育講座 11-2-11 	德育及公民 教育組	「平等參與 體育共享」生命教育講座特別邀請四位視覺殘障的義工為同學進一步講解殘障人士的需要及和他們正確相處的觀念。透過他們的親身經歷令同學明白到不少人生道理。當同學遇到困難，可以找家人和朋友幫助。講座更提到一些預防眼疾的方法，例如定期檢查和配戴合適的眼鏡等。透過這次的活動，不但加深了同學對視覺殘障人士的了解，更令同學明白到即使患上眼疾和遇到無數的困難，都不應該放棄自己，放棄生命，因為人生還有很多有趣的事等著我們去做，而且當同學遇到困難，還有家人和朋友支持，所以應勇於面對和解決困難。
生活教育劇場 講座 1 左鄰右里歌劇團表演之生活劇場 25/2/11  	德育及公民 教育組	「麥子劇場教育」三位演員為同學送上精彩的表演。他們的表演主題是「畢業生、貝多芬和愛迪生」。透過他們的表演中分別講述三個不同的故事，令同學明白到不少人生道理。當中包括職場面試的禮儀和技巧，例如：儀容要適當、有自信心和對工作有熱誠。透過這次的活動，不但加深了同學對「麥子劇場教育」的了解，更令同學明白到發揮創意其實很簡單。創意的來源可以在日常生活中發掘出來，即使是一段說話都可以成為劇中的對白、即使是一個行為亦可以成為劇中的動作，所以如要增加自己的創作力，要多留意生活中的一點一滴。
生活教育劇場 講座 2	德育及公民 教育組	「麥子劇場教育」導師在此次講座播放了一段動畫，帶出這天的主題——創作元素，例如：音樂、動作、表情、顏色等。希望藉此告訴

11/3/11



同學創作時加入不同的元素，才可以創造出獨特的作品。其後四位導師分別帶領每組同學跟據已派發的文章，創作劇本，並要求劇本中包括不多於五句的台詞。最後由四組同學輪流演出各自的劇本。在此次講座同學也體會到劇本中的台詞，於語言上的表達不一定是必須的。相反以表情、動作可能更能令人留下深刻的印象。而用其他創作元素去演繹出各種自己想要表達的事物、事件，甚至思想感情等，會令創作更有趣、更耐人尋味。所以，同學們在日常生活中也可以發揮自己的創意，即使只是一句打招呼的說話，也可以說得有趣一點。

衛生署性教育工作坊—
「避無可避」

18/3/11



性教育組、
德育及公民
教育組

性教育組、德育及公民教育組為中四級同學提供了兩節性教育工作坊。在課堂上，衛生署護士首先幫助同學了解「性」，讓同學對性有初步的認識，然後再分享一些例子和討論工作紙的題材，讓同學明白愛和性不一定是相連的。最後，她們還教導同學有關避孕和 safety 措施的知識，讓同學能提高警惕，安守本份。
性對於青少年來說或許不太陌生，但性對於青少年來說或許存在誤解，甚至誤入歧途。兩節性教育課成功地將五花八門的性知識歸納，並釐清錯誤的見解，把同學們天真的幻想變得道德化。在課堂上同學要學習如何使用安全套，這樣能幫助青少年正確使用安全套的用法，從而減低性幻想和錯誤的觀念。

「專心一致」班主任課

18/3/11

升學及就業
輔導組

原來大部分同學們都可以集中一段頗長時間，但不少人在唸書和做功課時卻難以集中精神，容易分心。這次活動便介紹了一些有效的方法，從而達致專心一致。例如：改善協作環境、創立讀者空間、培養良好習慣、先易後難、容後處理、我手寫我腦和建立時間表等。此次活動可令同學達致專心一致，更懂得珍惜時間。諸如訂立時間表去管理自己的時間，訂立目標令自己做事更專心一致，更有動力去完成。又可為自己創造一個安靜的學習環境，其實都是一個十分有效的方法。

生活教育劇場
工作坊 1

25/3/11



德育及公民
教育組

「麥子劇場教育」導師在此次工作坊為同學講解創作的概念。創作是在有限的空間內利用不同的元素來講故事，同時透過講故事和訂立主題來發表個人見解。當中更進行了不少的討論，例如從學業、工作、家庭各方面去分析創作的元素，從而明白日常生活便是最有效的創作來源。透過這次的活動，令同學明白到創作的概念。最重要是人們在日常生活中會有很多感受，而這些感受可以透過創作，以一個更活潑生動的方法表達出來，這樣便是創作的真正目的。

生活教育劇場
工作坊 2

1/4/11

德育及公民
教育組

「麥子劇場教育」導師在此次工作坊為同學講解創作概念和設計戲劇步驟。當中進行了不同題材的討論，而訂立的主題會隨著人生和時間而轉變。同學們可從工作和生活兩方面去分析，在工作上會有



		不同的職務如家務、功課、上班和補習等；在生活上卻會面對不同的事物，如學業、朋友和家人等。同學從而設計一個獨特的戲劇。透過這次的活動，令同學明白到創作的概念。前次工作坊提到在日常生活同學會有很多感受，而這些感受可透過創作，以一個更活潑生動的方法表達出來。這次更進一步利用創作概念來設計戲劇，從多方面分析，並找出適用的部分，整合拓展，最後連成一個有序次、條理的故事。
--	--	---

家長通訊		第十六頁
「共創成長路」攤位遊戲 8/4/11 	德育及公民教育組、共創成長路社工	是次攤位的主題環繞青少年的減壓方法。在遊戲當中介紹多種減壓方法，並鼓勵同學們要積極面對問題。以攤位遊戲的方式讓同學了解壓力，跳出了傳統的沉悶講解，令同學能透過有趣的方式了解壓力，從而有助同學個人成長。求學的青少年每天也要面對不同的壓力，有來自家庭、學習、個人、交友等。如果沒有適當地處理，可能會影響日後身心的成長。
樂施會－「氣候變化與貧窮」講座 15/4/11 	德育及公民教育組	樂施會義工吳思虹小姐為同學講解氣候變化與貧窮的關係。當中播出了兩段影片，反映氣候變化與我們息息相關，例如不少的地區因全球增溫而缺水大旱，使農業物失收。又出現冰川溶化，令海平面上升，最後世上所有低地平原，都被海水浸過，影響深遠。透過這次的活動，不但加深了同學對氣候變化與貧窮的了解，更令同學明白氣候變化與人類活動有關，例如：城市化、砍伐樹林、交通運輸、工業發展和發電廠等都會加劇溫室效應，導致全球增溫。最終受害的其實都是人類，貧窮問題只是其中之一。所以大家要為地球出一分力，從個人開始，減低對環境的破壞。
父母親節家庭共融活動 6/5/11 	駐校社工、德育及公民教育組	父母親節家庭共融活動的主題為「懂得感恩」，內容包括：文章分享及製作心意卡。文章為<懂得感激>： 「對好的事情懂得感激是很容易。但那些懂得感激挫折的人會迎來碩果纍纍的人生。學會對自己的煩惱感激，它們就會變成你的祝。……」所謂「身在福中不知福」，父母經常對你在生活或學業上，加以鞭策、提點，但你卻反控他們很囉嗦。當你對父母感到煩厭時，你有沒有想過父母背後的心思呢？嘗試把你的不滿轉化為正面的想法，你會發現這些都會是很值得感恩的事啊！接着為實踐感恩：製作心意卡：先剪下長方形圖案。然後沿黑線剪出心形圖案，沿虛線摺疊，並在心形圖案上寫祝福語句。把長方形圖案貼在顏色紙上，張開心形圖案便成。這次活動中，生活教育大使負責指導同學們製作心意卡，活動的反應十分好，同學們積極地參與活動，能透過心意卡設計活動感謝父母多年來的照顧，亦藉心意卡表達謝意，同時學懂了感恩的重要。

活動名稱	內容及學生感想	相片
義工訓練日營 25/1/2011	義工訓練日營當天，主要是玩一些與義工活動有關的遊戲。首先，我們全部人一起玩一個有關島嶼下沉的遊戲。主持人會說哪個島下沉，然後，整個島的人就會跑到其他島去。若是出界，便會「坐牢」。 接著，我們依據名牌上的顏色分成了各個小組。這些小組需要玩一個類似野外定向的東西，首先有一張相片，提示我們第一個目的地。然後到達第一個目的地後，要玩遊戲，	 同學合力完成「考驗」

活動名稱	內容及學生感想	相片
義工訓練日營 25/1/2011	達到指定要求，再獲得下一個目的地的提示。到了其他目的地後，亦是同樣的要玩遊戲。 其中我較深刻的遊戲，是要在短時間內模擬到老人院做義工的場景。這個遊戲充分考驗了我們的應變力，同時，亦考驗了我們的服務技巧。而在這個遊戲最後，姑娘給予的評價，也充分讓我們明白到做義工所需要的條件。我們的一組，決定要做熱身操及唱歌表演以帶給老人家歡樂。我們預備了整個流程，由開始到結束語，都全都做到。而姑娘對我們流程編排完善，以及我們有為老人家著想給予高度評價。而藉此亦反映做義工，所需要的正是為對方著想。 其實整個訓練日營各式各樣的遊戲，正正是代表了在義工活動中各種不同的需要及體驗。其實，在義工活動內，我們實在需要和別人合作、協調，所以團體活動就是反映了這種人與人之間的關係。而玩的遊戲，都是主要以義工的態度出發，需要用心，以對方角度來思考等等。透過這樣玩遊戲，我們亦能從中學會了義工的主要態度，及更懂得團體合作。	 同學分組進行活動
探訪護老院 11/3/2011	3月11日，我們分組到東明護老院進行探訪。那裏環境清幽、寧靜。看到這個環境，我就覺得老人家們都會喜歡。 當天下午，進入護老院後，我先和同學看看其他人的大概訪問情形，然後才一起探訪一位老婆婆。那位老婆婆臉上滿是笑容，只是耳朵有一點兒的不靈光。而她的孫子就正站在她身後。對於我們的提問，老婆婆都十分樂意回答，也沒有露出一絲不耐煩。每當她聽不清楚我們的提問時，她的孫子就馬上在她耳邊覆述剛的問是，婆孫間的默契盡顯。 我們當天只探訪了一位老人。從以往的經驗，我知道這一次的探訪的過程十分順利。因為未必每一位老人都願意接受一班陌生義工的探訪。這一次，這位老婆婆正面的回應大大地鼓舞了我。我相信這將成我日後繼續參與義工服務的動力。	 同學探訪長者的情況

		 同學與長者玩遊戲
--	--	--

家長通訊		第十八頁
長洲大搜查 18/3/2011	3月18日下午，我們來到長洲商業廣場一帶進行「長洲大搜查」。每位同學分別向兩位不同的長洲居民進行問卷調查，了解不同居民生活上的難處。訪問後，就會把訪問結果交由大坑青年中心整理，再轉交區議員作進一步跟進。 當天我們每人手上拿着兩份問卷，走到商業廣場一帶做問卷。每位接受訪問的長洲居民面對我們手上一份涉獵頗多方面，內容詳盡的問卷，都沒有被嚇怕。他們反而在我們提問時提及不少重要細節，好讓我們作一個更仔細的紀錄。 我覺得這一個問卷調查對我們而言十分好。透過訪問，促使我們走出日常的象牙塔，讓我們能更進一步地了解一般長洲居民的生活，更明白「家家有本難唸的經」。	 同學訪問居民對長洲居住的意見
探訪香港戒毒會石鼓洲康復中心 25/3/2011	石鼓洲戒毒中心的探訪，讓我明白吸毒人士跟常人無異，只是他們曾經誤入歧途，後改過自新而已。他們雖然不曾認識我們這班學生，但他們仍待我們像新朋友般，說說笑笑。在遊戲中，他們也盡量參與活動，和以最大的能力贏出比賽。 令我印象最深刻的並不是玩遊戲，反而是沿路走上小禮堂的那段路，因為接待我們的工作人員很友善，也滿足我們的好奇心，就如朋友相處一般。但後來分享會上才知道原來他也是一位「過來人」，一位憑藉自己的努力和堅毅的「成功人士」。當他成功戒毒後，為了可以幫助其他人，決心考上大學，成為一位準社工，同時也定時到石鼓洲幫助有意戒毒的弟兄，就如從前他被幫助一樣。「施與受，同樣有福」，我相信我們能從這位弟兄身上，深深體會到。	 本校同學與石鼓洲戒毒中心的弟兄一起清理雜草，體驗生活 

		成功戒毒「過來人」阿輝分享他非一般的經歷，鼓勵同學堅拒誘惑
探訪長洲聖心學校 1/4/2011	在這次探訪長洲聖心學校，我需要負責其中一個攤位遊戲。而這次攤位遊戲的題目是宣傳健康飲食的訊息。就著這個題目，我們攤位遊戲是要同學以類似「釣魚」的方式，釣出兩個健康的食物和兩個不健康的食物，目的是希望同學能夠分辨健康及不健康的食物，從而可以好好選擇自己的飲食。 在這個攤位遊戲，我主要負責協助小學生玩遊戲。不過，對於不同的小學生，有時需要用不同的說話才能讓他們明白玩法，當中很考我們的應變能力。同時，我們需要主動和他們接觸，所以其實當中亦考驗我們的說話技巧及溝通能力。 除此以外，其實小學生們都很有趣，亦十分主動活潑。只要我們願意付出耐性以及心機去和他們溝通，他們都會願意和我們當朋友。所以在這樣負責攤位遊戲的時候，我感到自己就和他們建立了一段關係似的。大家彼此在笑著，他們愉快地玩遊戲，	 長洲聖心學校學生換領禮物的情況

	和我們溝通，我們也就這樣積極地回應他們，彼此十分愉快。雖然時間很短，但我相信彼此也很愉快。其實不同的義工活動，應該也是有著這一種意義。透過溝通，大家在短時間內建立了一段能夠彼此信賴的關係，然後在這樣的氣氛中，大家都會從中獲得快樂，因為和朋友一起大多數時間都是快樂的吧？所謂「助人自助」，相信就包含了這樣的意思吧！	 本校同學告知小學生遊戲玩法
探訪弱能人士 8/4/2011	弱能人士未必要完全依賴他人，才能做事。正如我們到香港聖雅各福群會探訪的輕度和中度的弱能人士，他們就是一個很好的例子，說明弱能人士也可以憑自己的力量做事。他們在中心負責一些較簡單的工作，如入信封、包裝等。這些工作對我們來說，可能只是一些微不足道的事情，但對他們而言，是一份能夠憑他們的自身能力完成的工作，我相信這份工作除了能為他們帶來微薄的收入，更可為他們帶來成功感和增強他們的信心。 另外，他們在我們同學的帶領下，也踴躍地作出回應，很容易就融入活動，使我們親身地感受到他們的熱情和歡迎，因此我們同學也很快就跟他們融洽相處，渡過歡樂的時光。	 本校同學與弱能人士一起做活力操  同學與弱能人士彼此建立一段純樸的

「生活教育」課節透過多元化學習活動及「生活事件」學習情境培育學生的「堅毅」、「尊重他人」、「責任感」、「國民身份認同」、「承擔精神」、「關愛」和「誠信」，裝備學生持守正面的價值觀和積極的人生態度，勇於實踐和承擔，貫徹「立己達人・凝聚共識」的精神。

新老師介紹

黃新亭老師

黃老師之前在將軍澳區任教，現在本校任教 3A 班的化學科及 4B、5B、5B 班的通識科。

黃老師認為本校的初中學生天真爛漫，十分活潑，偶有稚氣未改的行為出現；而高中學生相對其他學校的同學善良、純品，惡習亦不明顯，但較容易受外界影響，跟隨其他同學作出一些不恰當的行為。

黃老師認為本校環境優美，尤其是公立校舍。公立校舍種滿了各式各樣的花草，令環境更添優美，這美麗的環境有賴校工的悉心照顧。除此之外，公立校舍十分寧靜，是溫習讀書的好地方。當溫習時覺得苦悶之際，望出窗外，看到一片綠油油的植物，所有的苦悶便會消除。希望同學們能珍惜這個讀書的好地方。



王琮琮老師

王老師身材高挑，是全校女教師最高的一位，很容易便認出來。

王老師之前在德望學校的中學部任教地理及通識科。現在本校任教 1C、2A 及 2C 班的綜合人文科以及 4A 班的通識科。

王老師認為本校學生十分活潑好動，偶爾有貪玩的情況出現。認為同學們上課時需要加倍的專注及更認真地上課。

校內種植許多植物，十分漂亮，這全靠校工的悉心打理，才令學校環境更覺優美。還有 A 校舍的紅磚屋，百多年的歷史文物別具特色，正是本校比其他學校更特別之處。



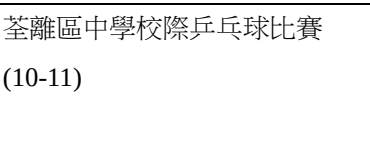
獲獎

	舉辦機構	活動名稱	獎項	獲獎名單
1.	本校	社際足球比賽 	冠軍: 北社 亞軍: 南社	黃偉成(7A)、黃永輝(5A)、唐信安(5C)、鄭柏林(5D)、林振權(5D)、黃偉亭(5D)、郭家安(4A)、溫悅聰(4A)、何潤生(2B)及謝子臻(2C) 陳國豪(7A)、梁鑑熙 (5B)、郭文樂(5D)、馮浩賢(4A)、陳浚維(4B)、梁曉峯(4C)、黃鎮濤(3B)、鄭梓風(3C)、張俊偉 (2A)
2.	本校	社際籃球比賽 	<u>男子組</u> 冠軍: 東社 亞軍: 北社	黃偉絡(3A)、黎梓豪(3A)、黃銘熙(3C)、劉樺基(4A)、蔡宇樂(4B)、陳浩霖(5A)、陳浩陽(5D)、鄭家俊(5D)及黎詠豪(7A) 郭家安(4A)、黃永輝(5A)、羅宇盟(5A)、羅政朗(5B)、唐信安(5C)、鄭柏林(5D)、黃偉亭(5D)、黃偉成(7A)、郭光晉(7A)

			<u>女子組</u> 冠軍：北社 亞軍：西社	盧靖雯(2A)、蔡咏彤(2C)、張樂詩(2C)、梁慧儀(4A)、梁巧茹(4B)、馮玉鈺(4C)、鍾紫慧(5A)、黃寶兒(7A) 盧詠琪(1A)、吳均鈺(2A)、黃曉君(2B)、陳茵彤(3A)、鄭紫玲(3A)、李凱兒(3C)、郭文琛(4A)、楊紫瑩(5A)、陳欣儀(5C)
3.	家長教師會及本校環境教育組	<u>親子全方位學習日</u> 環保飲食餐單比賽  生態日記	冠軍 亞軍 季軍 優異獎 冠軍 亞軍 季軍 優異獎	梁鎮培(2C) 林文聰(3C)、梁子俊(3C)及吳國樑(3C) 林殷言(2C)及羅凱琳(2C) 黃彥男(2C)、黃嘉瑤(2C)、黎君如(2C)、張淑瑩(2C)、林曉晴(3A)及張綽瑤(3A) 林幸兒(4B) 林麗婷(4A) 張浩俊(4B) 蔡麗霞(4A)、羅嘉雯(4B)及蕭楚濤(5B)

4.	本校訓導組	<u>同心結力抗毒大行動2010</u> 標語創作比賽 四格漫畫比賽 製造同心結比賽 	冠軍 亞軍 季軍 冠軍 亞軍 季軍 冠軍 亞軍 季軍	董家豪(6A) 林殷言(2C) 鄭銘諾(1A) 鄭銘諾(1A) 林殷言(2C) 陳樂心(2C) 黎穎彤(5C) 柯紀如(5C) 黃彥明(5C)
5.	離島民政事務處	道路安全橫額設計比賽 	優異	林文聰(3C)
6.	迪士尼	資優迪士尼YES Programme	證書	蔡咏彤(2C)、郭麗盈(2C)、林曉彤(2C)、杜安怡(2C)、鄭樂培(3C)、林文聰(3C)、黃紹章(3C)、王曉敏(4C)、郭曉彤(4C)、林鳳儀(4C)、

				羅慧心(4C)、曾穎心(4C)、冼若盈(4C)、葉守恩(4C)、葉樹恒(4C)及黎灝提
7.	Lion Globe	Most Improvement Award Prize Presentation 	最佳進步獎 2010 (2009/2010 年度)	卓嘉豪(1A)、吳嘉倩(1B)、沈卓盈(1C)、譚進浩(2A)、嚴子晴(2B)、溫嘉慧(2C)、鄭敏婷(3A)、張淑玲(3B)、郭海欣(3C)、郭子軒(4A)、孫展彥(4B)、蘇靖峰(4C)及羅敏儀(4D)

8.	香港學界體育聯會荃灣及離島區中學分會	荃離區中學校際足球比賽(10-11) 	男子甲組季軍	隊員：黃永輝〔5A〕、馮劭康〔5B〕、梁鑑熙〔5B〕、吳啟聰〔5B〕、張偉賓〔5C〕、唐信安〔5C〕、黃偉亨〔5D〕、鄭栢林〔5D〕、林振權〔5D〕、黃志明〔5D〕、郭文樂〔5D〕、陳國豪〔7A〕、黎詠豪〔7A〕、黃偉成〔7A〕、楊梓鋒〔7A〕、蕭楚濤〔5B〕
9.	香港學界體育聯會荃灣及離島區中學分會	荃離區中學校際足球比賽(10-11) 	男子乙組季軍	隊員：張俊偉〔2A〕、黎卓冬〔3A〕、黃鎮濤〔3B〕、黃銘熙〔3C〕、鄭梓風〔3C〕、吳國樑〔3C〕、郭家安〔4A〕、溫澤朗〔4A〕、馮浩賢〔4A〕、馮迪勤〔4A〕、陳浚維〔4B〕、李俊杰〔4B〕、林振康〔4B〕、梁曉峯〔4C〕、陳翊駿〔4C〕、張煜航〔4C〕
10.	香港學界體育聯會荃灣及離島區中學分會	荃離區中學校際乒乓球比賽(10-11) 	男子甲組亞軍	隊員：唐信安(5C)、黎俊生(5C)、冼越霖(5C)

				
11.	香港警察公共關係科	傑出少訊學校支會及老師	傑出少訊學校支會老師 2010 傑出少訊學校支會 2010	冼偉源老師  唐大衛老師 

12.	本校	Valentines' Day Radio Show Best Messages 	Merits	Kwok Wing Yu (5C) S1A and S2B
13.	德育及公民教育組	第十九屆全港中學生十大新聞選舉專題特寫比賽 	高中組 入圍隊伍	張雯靜(5A)、陳可欣(5A)、黎家怡(5B)及吳楚媛(5B)

14.	德育及公民教育組	第五屆品德教育漫畫創作比賽 「全民就緒 迎接亞運」 四格漫畫設計比賽 	冠軍 亞軍 季軍 優異	林殷言(2C) 黎鎧霖(1C) 曾曉彤(3B) 麥映桐(3B)及劉珮然(1C)
15.	本校圖書館	上學期班際借閱龍虎榜  	<u>初中組</u> 冠軍 亞軍 季軍 <u>高中組</u> 冠軍 亞軍 季軍	中一丙 中二丙 中一乙 中五丙 中六甲 中四丙

16.	本校圖書館	「風度文采」讀書隨筆寫作比賽 	高中組優秀獎	劉淑云(5C)及林穎琪(5C)
17.	香港學界體育聯會荃灣及離島區中學分會	女子乙組籃球比賽	冠軍	梁巧茹(4B)、梁慧儀(4A)、馮玉鈺(4C)、陳茵彤(3A)、鄭紫玲(3A)、張嘉晴(3B)、何家怡(3B)、黃曉君(2B)、符棉棉(2C)
18.	香港學界體育聯會荃灣及離島區中學分會	女子乙組羽毛球比賽	殿軍	梁巧茹(4B)、張嘉晴(3B)、鄭紫玲(3A)、陳茵彤(3A)、梁慧儀(4A)
19.	主辦/協辦：離島區議會「離島節2010」籌備委員	十八區啦啦隊大賽	優異	陳頌雯(5A)、陳迦維(4C)、杜嘉瑩(4C)、馮玉鈺(4C)、鄭詠儀(4C)、陳芷瑩(4C)、葉倩彤(4C)、郭海欣(4C)、黎翠瑩(4C)、鄭敏婷(3A)、黃曉晴(3B)、張芷晴(3B)、何家怡

	會主辦 離島八區鄉事委員會、離島民政事務處			(3B)、胡偉瑩(3C)、羅依婷(2B)、林紀因(2B)、馮雪妍(2B)、阮穎深(2A)、連樂婷(2A)、張樂詩(2C)及梁靜文(2C)
20.	廉政公署	iTeen 記者計劃 	嘉許狀	黃偉絡(3A)、鄭樂培(3C)、陳凱盈(3C)、郭欣琪(3C)、林文聰(3C)
21.	德育及公民教育組	「理想人生的故事」四格漫畫班際設計比賽 	冠軍 亞軍 季軍	中二乙 中二丙 中一丙

家長通訊				第二十五頁
22.	香港小童群益會	國情教育及交流計劃 香港中學生眼中的中國年度大事選舉 2010「思考國情」工作紙 校內得獎名單 	初級組 冠軍 亞軍 季軍 優異 高級組 冠軍 亞軍 季軍 優異	郭麗盈(2C) 陳洛堯(3B) 林金蘭(3B) 黎鎧霖(1C)及麥映桐(3B) 何海晴(6A) 郭詠瑜(5C) 陳巧雯(5C) 羅偉成(5D)及曹安貽(5D)
23.	香港小童群益會	香港中學生眼中的中國年度大事選舉 2010	我最深刻的年度大事印象獎	郭麗盈(2C)、郭詠瑜(5C)、陳巧雯(5C)、何海晴(6A)

				
24.	I-learner	I-learner Certificate 	Top Reader Improvement award Exceptional Achievement Award	Kwok Lai Ying(2C), Fung Ho Man (2C), Lam Yan Yin (2C), Ng Shuk Yi(3A), Chan Miu Ting(3A), Chan Ho Hei(5A), Lam Ka Yan(4C) and Wong Hiu Tung(4C) Lam Yan Yin (2C), Ng Hoi Dong(4B), Lam Ka Yan(4C), Wong Hiu Tung(4C), Sin Yeuk Ying(4C) S4B and S5A
25.	本校科學學會	放紙飛機最遠比賽  	<u>初中組</u> 冠軍 <u>公開組</u> 冠軍 亞軍 季軍	李逸升(1C) (1050厘米) 何潤生(2A) (1190厘米) 譚進浩(3B) (990厘米) 梁巧茹(4B) (980厘米) 黎翠瑩(4C) 馮玉鈺(4C)

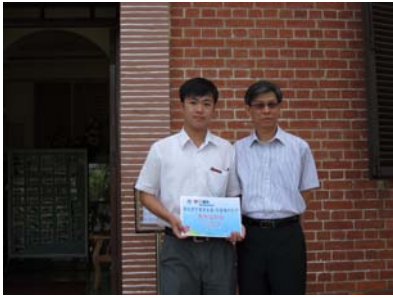
26.	離島區議會離島區健康城市工作小組	離島安健旅遊大使計劃 	金獎 銀獎 銅獎 參與證明	陳妙婷(3A)、林曉晴(3A)、楊智衡(3A)、陳洛堯(3B)、羅詠琪(3B)、李嘉文(3B)、冼豪賢(3B)、陳妙君(3C)、郭家營(3C)及冼嘉玲(3C) 朱毓慧(3A)、王玉加(3A)、陳凱盈(3C)、陳雅莉(3C)、郭紫晴(3C)、黎曉彤(3C)及胡偉瑩(3C) 張綽瑤(3A)、林良盛(3A)、梁緣(3A)、李卓霖(3A)、黃偉絡(3A)及麥映桐(3B) 廖子軒(3A)、張芷晴(3B)、鍾紫程(3B)、何家怡(3B)及梁羽(3B)
27.	滙豐銀行	滙豐少年警訊獎勵計劃	最佳少訊中學 學校支會 安慰獎 (水警海港區)	張詠儀(5C)、陳巧雯(5C)、阮穎淇(5C)及黎曉欣(5C)

				
28.	i-Learner	智愛中文閱讀平台 	金獎	陳皓明(1C)、馮浩文(2C)、劉珮璇(3C)
29.	社會福利署	《家庭實況刻：一念之間》徵文比賽 	初中組第三名	馮美儀(2A)
30.	九龍工業學校	友校 4×100 接力邀請賽 	冠軍	隊員：馮浩賢(4A)、陳翊駿(4C)、梁俊傑(5D)、鄭柏林(5D)及黃偉亭(5D)

31.	本校學生會	數獨比賽 	中一級第一名 中二級第一名 中三級第一名 中四級第一名 中五及中六級第一名	S1B S2A S3B S4C S5B
32.	本校	班際秩序比賽	初級組 冠軍	中三丙

			亞軍 季軍 <u>高級組</u> 冠軍 亞軍 季軍	中二丙 中一丙 中六甲 中五丙 中四丙
33.	Hong Kong and Macau Certificates of Participation	The 3 rd English Radio Drama Competition 	Certificates of Participation	2A Yun Wing Sum 2A Wong Yan Kiu Emily 2A Kwan Chung Ho 2B Wong Chun Hin Timothy 2B Wong Wing Sum
34.	本校	2010/2011 年度專題研習日 太陽能車速度比賽 	第一名 第三名	S2B：李珮嘉、練朗珩、麥文基、董嘉熙及溫悅彤 S2B：鄭頌榮、鄭豪麟、鄭思敏、卓嘉豪及張朗賢 S2C：謝子臻、黃智健、黃嘉瑤、黃彥男及黃思雅

35.	香港機械奧委會、香港大學工程學院、香港專業教育學院(青衣分校)工程系、康樂及文化事務處及香港科學館	第 13 屆香港機械奧運會 2011 中學 陸上機械人組 C 型腳掌二足伺服馬達機械人短跑比賽	亞軍	楊敬琛 (2B)
-----	---	---	----	----------

				
36.	聯合國兒童基金會	兒童權利公約 及 小學禁毒講座 	證書	曹振盛(5B)
37.	English Club	Easter Egg Design Competition 	<u>Junior</u> Champion 1 st Runner-up <u>Senior</u> Champion 1 st Runner-up	Wong Ting Yan(3C) Chan Lok Sum(2C) Ko Ho Yi (5D) Wong Yin Ming(5C)
38.	香港學界體育聯會荃灣及離島區中學分會	荃離區中學校際乒乓球比賽 (10-11) 	男子丙組 季軍	隊員：冼旺林(1B)、關開政(2A)及蔡偉恆(2B)
39.	香港學界體育聯會荃灣及離島區中學分會	荃離區中學校際乒乓球比賽 (10-11)	男子組 總冠軍	隊員：唐信安(5C)、黎俊生(5C)、冼越霖(5C)、張煜航(4C)、梁曉峯 (4C)、周穎鋒(4B)、梁子俊 (3C)、冼旺林 (1B)、關開政(2A)及蔡偉恆(2B)
40.	漁農自然護理署	2011 年郊野小記者校際比賽	高中組 優異獎	4C：鄭詠儀、馮天曦及王曉敏

老師及學生心聲

與英皇書院及金文泰中學學習交流

胡麗瑛老師、陳高霑老師

新高中課程已經開展了快兩年，無論在學習內容、上課的模式，也有不少改變。昔日在課室內施以單向式的教學法，已經不能滿足現代學生的需求。課堂內外



金文泰中學李校長與英皇書院中學的學生及老師合照

的活動必須多元化，目的也是能擴闊學生的視野、培養積極的人生觀、將來能成為一個樂善勇敢的青年人。由於這個新課程的改革是全新的也是全面的，每一所中學都會以校本的形式設計不同的授課內容及模式，務使新課程能順利推展。全港的官立中學有三十多所，遍佈港九各個角落，肩負教育本港莘莘學子的重任。如果我們官立中學能成為一個整體，互相學習，交流教學心得，我想再大的教育改革，教育者也可以輕輕鬆鬆的以開放和樂觀的態度面對。

今年，本校積極發展官校之間交流文化活動，並於 3 月至 5 月期間，進行了 4 次交流活動。我們與英皇書院及金文泰中學進行了學習交流活動，讓長洲官立中學的學生，能到該校與她的學生一同上課，體驗不同學校的校園生活與文化。到英皇書院交流的同學共有六位，他們除感受以英語上課的模式外，也在午膳時間，參加了校園電視台廣播，運用英語與該校的外籍教師及英皇書院的學生交談討論，過程輕鬆愉快。透過這次廣播，讓平時不太敢說英語的長洲同學，也變得有自信，樂意以英語與人溝通。至於到金文泰中學交流的同學則有四位，除體驗在不同的學習環境學習外，並透過課堂體驗和了解該校新高中「其他學習經歷」(OLE)的課程模式。同學參加了該校音樂劇的課程，學習以自創的舞蹈配合音樂演出，雖然短短的 2 節課，本校的同學非常投入。此外，兩校的校長及副校長對本校的同學非常關心，有如自己的學生一樣照顧。讓我們深切的感受到，30 多所的官校其實都是一個整體，一個真正的大家庭。既然是大家都是「親友」，互相探訪是自然的。

英皇書院及金文泰中學亦於 5 月初回訪本校，探究長洲非常有特色的太平清醮



金文泰中學師生回訪本校

及包山文化。透過互訪，除了擴闊學生的視野外，老師之間也可以互相交流教學心得，讓兩校之間的關係能更緊密。在推展新高中課程的時候，使老師的教學更順利，讓各校的學生獲益更多。希望將來，官校之間互相交流，互相學習的文化，能不斷延續和擴大，讓全港所有的官校可成為一個團結的教育團隊。



金文泰中學鄭副校長向交流學生詳細講解各項學習活動



英皇書院陳校長與長洲官立中學的學生及老師合照



英皇書院學生回訪本校，課後與黃校長暢談



英皇書院學生能回訪，本校學生感到很高興



兩校學生相處愉快

我今次被選中做交流生，真是感到十分榮幸。還可以嘗試一大清早由長洲往香港讀書的感覺，原來是十分疲倦的。此外，我還可以體驗一下其他中學的讀書氣氛與我們學校有什麼不同，從中可以借鑒友校的優點。當回到本校後，我會以今次的交流經歷來改善自己學習上方面的不足。



歡送會上合照

我最深刻的課堂是藝術發展課，與此相對應的是我校的其他學習經歷課堂。老師先講解舞蹈創作等原理，然後讓同學自行創作，在班上表演評分。我們透過溝通和合作，並配合音樂，創作了共 16 個小節的舞蹈，我覺得非常有成就感呢！

長洲官立中學 范浩欣



大家都是官校的兒女

我認為在金文泰中學上數學課時，最能帶給我深刻的印象。因為該課的教學內容我還未有接觸過，所以便感到很困惑。幸好老師好像知道我心中的擔憂，在他循循善誘的教導之下，令我能夠掌握到該課的學習重點。此外，我也發覺金文泰中學的老師跟我們長洲官立中學的老師一樣，會耐心地教導學生，解答學生的疑難，令我感到十分有親切感。

長洲官立中學 曹振順



這個名牌是這次交流活動的紀念品

這次的交流活動，令我得到的不只是課堂上獲得知識，更得到金文泰中學同學的友誼。讓我回想起在英文課節所學到的一句說話「There's much more to these people than meets the eye. I think it was the valuable experience.」。我衷心的感謝學校及金文泰中學給我這次交流的機會，經過這次交流活動，我對自己的能力更肯定，更有自信心。



We were in the hall of King's College.

In this programme, each participant was sent a buddy to help get familiar with the school. Therefore, I met some new friends easily. My classmates there were all passionate, courteous and friendly. We talked about our schools and the things happened in our daily lives. Indeed, I have learnt something important from them – confidence. They were willing to answer questions actively and confidently during the lessons. This trip to King's College is really an eye-opener. It is a good opportunity for us to attempt different things and get in touch with the outside world. However, the time for the exchange was too short, lasting only two days. If resources permit, I hope the programme be lengthened to five days.

Ngan Po Yee



We were having lunch with an American lady

I was afraid at first because King's College is a school with mostly boys, I couldn't foretell their responses. Luckily, the students there are very nice and accommodating, especially our buddies who helped us a lot these two days.

I was reluctant to leave the big English red brick campus and the



Mrs Chan, the Principal, kindly gave us each a souvenir. It is a file designed especially for the 85th anniversary of King's College.

King's College gave me a feeling that the students, teachers, Principal and campus were all very nice. On these two days, we walked around the school many times but we didn't find it boring because the campus is very beautiful. On the first day, we had lunch with an American lady and our buddies. We discussed what we think about the people in other countries. It was a big challenge for me to talk with others in English as my English is not so good. When I saw how courageous the students at King's College's were when chatting with the American ladies, I just tried my best. In this programme, I met many new friends who helped us these two days. We still keep in touch on the internet now.

Ip Sau Yan



This is their big playground I envied.

When I entered King's College, I was impressed by their great playground in the campus. There are basketball courts, handball courts and even a small swimming pool. I definitely envy the students in King's College because they have a good place to play sports. On the second day, we were asked to

boys of King's College and a brush of grass displaying "KC 85" for celebrating their 85th anniversary. All these left an excellent impression on me. As it was so fantastic, we both wanted the exchange to be prolonged, so we could have more experience of the outside world.

Loo Tsz Ying



We had an interview in the studio of Campus TV.

It was the first time I joined a student exchange programme. I could not believe that there is such a brilliant garden in King's College. There is a beautiful fountain and a brush of grass which showed "KC85" for celebrating King's College 85th anniversary. The red brick campus surprised me even though there's one at my school, as the scale of their campus was much larger than ours. On the first day, we had lunch with an American lady and we discussed the big hazard in Japan. It was a big challenge for me to talk in English. After school, the buddies took us to look round the school campus and we talked about our daily school lives. It is genuinely an unforgettable experience for me to participate in this exchange programme.

King's College are used to using English in the assembly. After school, we watched a basketball match and it was exciting. I have gained much knowledge and experience from the exchange programme. I want to thank our principal for giving me such a precious chance to be a participant in the exchange programme indeed. I hope that I can have a chance to join another programme in the future.

Lo Wai Sum



We were in the classroom.

It was the first time for me to join an exchange programme. I felt a little bit nervous and afraid before going to King's college. However, the students there and my buddy were ardent and helped me a lot these two days, I was so happy that I had participated in this exchange programme with the students at King's College. At lunchtime, there was a campus TV interview. It was a new experience for me as it was the first time for me to speak in front of the camera so I was quite scared. Fortunately, our buddies helped us a lot and the interview was conducted successfully.

荃離學界女子籃球比賽感想

梁慧儀 4A

早前，我們代表著學校參加了荃離學界女子籃球比賽的決賽。當天，我們各人都帶著緊張和沈重的心情，從每人的行為、言語可見，好像有些不怕說話、腸抽筋等。其實有幸來到決賽，心中已有說不出的欣慰。這次的對手是我們在小組中曾敗給她們的港青基信書院。比賽快要開始，大家心裏都有前所未有的壓力，不是擔心能否奪取冠軍，而是大家都希望能在場中發揮最好的一面。在比賽剛進行，大家的比數都很接近、不相伯仲。直至在比賽中段，大家的心理關口打開了，對方的啦啦隊更能幫助我們激發士氣。我們都做好自己的崗位，把握每一球，大家都把握防守的機會，不讓對方進攻得分。球證「唎」一聲，代表著這場賽事完結了！大家都一起抱著笑，呼叫出來。真的不敢相信，大家真的很開心。從各人的



終於勝利了，半年多不停的訓練及練習，原來並沒有白費發現，體育精神是最重要，全賴各人的堅持和經驗，才能得到這次的冠軍！

第二十二屆中學生好書龍虎榜讀後感寫作比賽

獎項：讀後感寫作比賽(高級組)校內作品推薦獎

姓名：鄭雪芯 班別：中四乙

書刊名稱：《埃及·猜·情·尋》 作者：金鈴

出版社：天地圖書有限公司

內容簡介：

一個不甘平凡的女子、一個性格浪蕩的醫生、一個身份成謎的考古學家，在埃及的天空下相遇，掀開一連串旅遊歷險故事。原本是普通打工族的金鈴，因經濟不景氣掉了飯碗，決心開展新生活，跳出原有框框。緣分偏偏把從未獨自旅遊的她帶到神秘文明古國埃及。金鈴在埃及，先後遇上吊兒郎當的麻醉科醫生樂天，及著名考古學家鈴木健治，隨後卻發現鈴木行蹤詭秘，更捲入黑幫鬥爭的危機中。究竟金鈴的首次旅程能否平安無恙？她又能否破解種種謎團？

閱後感想：

金鈴總共出了十本小說，我大約看過六個故事。金鈴的小說都有一個特色，那就是每次除了能看到的與旅遊有關的故事之外，最常見的就是作者金鈴是用第一人稱去描述故事。

金鈴的小說不僅著重推理與歷險，也很著重人物之間的關係。我們能從書中找出推理、歷險與愛情這三種小說中最流行的元素。金鈴的小說不僅內容精彩，也容易令人跟著主角的角度去思考事件的發生與經過，與主角一起追尋事件的真相。

金鈴的小說的精彩程度不亞於香港的名推理小說衛斯理。兩者的小說都令人樂於閱讀，直到故事完結也仍然對內容回味無窮。

本書刊對學生的幫助：

由於本書是以第一人稱去描寫全書，因此看完小說便能令學生更加清楚了解和明白第一人稱的運用方法與效果，更加明確地懂得去如何運用，令作文技巧大大提升。

聯絡學校

如有意見或問題，歡迎家長致電或親臨本校查詢。

電話：29810380

校長：黃廣榮先生 kwwong@edb.gov.hk

副校長：譚潔薇女士 mtam@edb.gov.hk

副校長：呂偉明先生 wmlui@edb.gov.hk

訓導老師：冼偉源先生

輔導老師：呂嘉強先生

學校社工：陳妮鳳姑娘 逢星期二、四

林銘茵姑娘 逢星期三、五

