

編者的話

校報《生韻》再次和大家見面了！今期《生韻》的內容豐富，報導精彩，期望同學能撥冗閱讀，瞭解校園資訊！

「學生會活動專欄」報導了充滿青春活力的舞林大會及精彩刺激的籃球比賽和閃避球比賽，選手們激情飛揚，共同為師生們奉上了精彩絕倫的比賽。

「校園活動花絮」內容豐富，分別報導了多項校園活動，其中包括突破學習日、科學週、大學遊蹤和祝福大行動等。這些活動既豐富了同學們的校園生活，又促進了他們的人生閱歷！

「師生分享園地」、「校友訴心聲」和「English Section」繼續為大家刊載多位師生和校友的分享。同學們可以透過這些分享，更加深入地瞭解眾師生及校友的心聲！

希望同學們在閱讀《生韻》之後，也能積極地投入到校園生活裡！



學生會活動專欄

舞林大會



在2017年1月5日的午膳時間，學生會舉辦了名為「舞林大會」的跳舞比賽。參賽隊伍有四隊，包括「Vermillion 1.5」、「哎呀唔係講笑 跳到腰骨就黎斷」、「Sunshine組合」及「朝鮮筋肉人」。他們都展現出精湛的舞技，舞姿極富青春氣息及力量，令人嘆為觀止。最終獲勝的隊伍是「哎呀唔係講笑 跳到腰骨就黎斷」。

此次活動的參賽者大多是中五及中六級同學。他們在學業上承受很大的壓力，希望是次活動能夠紓緩他們的壓力，並加深他們彼此之間的友誼。

籃球比賽

「one on one 籃球比賽」是學生會內閣參選時向同學承諾舉辦的活動，希望透過比賽，讓同學一展所長及展現課室以外活潑的一面。

球賽分男子初、高級組與女子組，於2017年1月6、7日及19、20日舉行。

活動十分成功，觀賽同學的反應很熱烈，每次進球都帶來不絕於耳的歡呼聲。選手的表現優秀，動作流暢迅速，激烈的攻防令各人大家都沒有時間喘息。至比賽完結的一刻，每一個選手都沒有因分數落差而放棄。

這次比賽能培育同學的體育精神，也給同學留下美好的校園生活回憶！



閃避球比賽

閃避球比賽於2017年4月至5月期間舉行，每組人數為10人，以班際形式進行。參賽同學面對手排山倒海的狂攻仍能靈活閃避，或勇敢的飛身接球，展示了一場精彩的球賽。

比賽期間，許多同學聚集在球場外圍打氣，歡呼聲此起彼落，老師亦受熱烈氣氛吸引前來觀戰。賽事解說員的講解聲情並茂，連觀賽同學亦十分緊張。

球賽不但見證了同學的相互合作，也促進了同學間的友誼。



生韻

第18期

目錄

編者的話	1
學生會活動專欄	1
校園活動花絮	2-9
師生分享園地	10-12
校友訴心聲	13
English Section	14-16
智言慧語	4,5

顧問

鄭德富校長、陳燕玲老師（學生會）
中文：陳美惠老師、駱明堂先生（教學助理）
英文：徐志軒老師、張家駿先生（教學助理）
編輯：林詠雪(4C)、蔡翰藍(4C)
校園記者：
林煒晴(4A)、何雅雯(4D)、
郭境汶(4D)、陳詠儀(4D)

其他學習經歷(OLE)

「其他學習經歷」(Other Learning Experiences, OLE)是高中課程一部分，內分德育及公民教育、社會服務、與工作相關經驗、體育和藝術發展五個範疇。本校同學今學年在這方面的學習獲益良多，各範疇的同學代表分別於3月22日至28日的早會上向全校師生分享。以下是各同學的分享：

藝術教育

何洁莹 5B

去年暑假，我參加由文化博物館舉辦的文化新人類活動，獲益良多。例如參觀了文化博物館的藏畫閣，我才瞭解到藏畫閣的保安系統、溫度和濕度的系統控制等方面的設計。而這些設計是希望燈光不會對藝術品造成破壞。

其次，參觀粵東磁廠。粵東磁廠是香港碩果僅存的手繪瓷器廠。香港現在只有一位能夠手繪清朝乾隆年間瓷器的彩瓷師傅，傳統的工藝可能會因後繼無人而失傳。粵東磁廠的師傅在不斷的嘗試中，學習和累積經驗，最後才能完成供人欣賞的藝術品。他的成功經驗告訴我們：惟有不斷嘗試，方能達到成功！



社會服務

黃嘉瑩 5D

做義工有什麼意義呢？增加其他學習經歷的時數？當一項課外活動？起初，我也有相似的想法，但當我接觸義工活動後，才明白做義工的背後不單單只是幫助其他人，還能有機會去瞭解他們的生活，從中學習。

有一次，我和一位長者做了一本生命冊回顧他的一生。他告訴我，有很多想做的事情最後也沒有實踐到。這次經歷，讓我更加珍惜生活中所擁有的一切，也學會了嘗試站在別人的角度去體諒人。

做義工看似很卑微，又得不到任何報酬，但它卻讓我明白到，為社會上需要的人做一點事情，帶給他們一點喜樂，是一件多麼幸福的事啊！



德育及公民教育

甘澤豪 5C

去年，身為公民教育大使的我經歷了各種活動，這些活動不但豐富了我的經驗，更帶給我改變。

當中，令我印象最深刻的活動是「專題搜集」。我們以「守護香港」為題，去發掘一些默默為香港守護一些事物的人物。我訪問的人物是網台主持「小菜」。他是一間遊戲機店的老闆，同時也開了一家代購店。他告訴我，開遊戲機店不是要別人放棄學業去打遊戲，而是希望透過分享他在童年時和朋友、同學的真正交流。他更利用自己的商店作平台，為本地畫師宣傳和代購，令大眾認識本地畫師，讓外人知道香港不是「文化沙漠」。透過這次交談，我瞭解到香港還有不多人正在默默地守護一些被忽視的東西，他們不求回報，不求成名，而我們又是否能成為他們中的一份子，去做一些「改變」呢？



與工作相關經驗

黃寶琳 3C

去年，我有幸成為升輔大使中的一員，這讓我有機會去接觸各個行業的人，和他們的接觸中，我瞭解到很多工作方面的經歷。

在迪士尼工作坊中，我瞭解到工作人員在任職前都需要經歷一番艱苦的訓練。不僅如此，演員們還要在夏天穿著厚重的戲服來演出，正因為有了他們默默地付出，我們才能在迪士尼中享受到那麼多的樂趣。

另外，在農曆新年期間，我在花車巡遊中幫忙做義工。我的任務是要給現場的觀眾派發禮物和表演舞蹈。工作人員害怕我們光看錄影學不會舞步，特意派了一位舞蹈教師教我們跳舞。出發前，他們還叮囑我們在花車巡遊中要注意的事項。我覺得這些工作人員做事認真負責，他們的態度也感染了我們這群義工。

在這兩次經歷中，我感受到各行業的人對工作的熱誠和認真，他們不只是為了一份薪水，更是為了帶給別人開心而努力工作！



體育教育

陳卓賢 3B

這次比賽，我們獲得了乒乓球比賽團體亞軍。我覺得此次比賽最深刻的經歷是16強遇到漢華中學，當時局數為2比2，我負責於最後一局出賽，那時我心情非常緊張，但是我最後也頂住壓力，贏得比賽。

樊諱諾 2C

雖然這次比賽我出場的次數比其他人少，但是我學會了鼓勵別人是非常重要的，例如當陳卓賢同學和金文泰中學及漢華中學選手比賽時，過程十分激烈，但在我們的鼓勵下，陳卓賢最終也取得勝利，所以我覺得鼓勵別人是非最最重要的。

陳子軒 3C

在這次比賽中，我學會了堅持和承受壓力。如果我們堅持到底，贏得一分，對整個局勢是十分重要的。而懂得把壓力轉化為動力也是十分重要的。堅持到底，頂住壓力，這樣才能有機會取得佳績！

乒乓球比賽後記

謝宏曦 4C

這次比賽，我最深刻的體會就是團隊精神的重要性。在十六強賽事中，我們面對漢華中學，起初落後局數2:0，本以為出線無望。後來，全靠我們齊心合力，全力以赴，最終反敗為勝。

比賽不但能磨練球技，更磨練我們永不放棄的鬥志，對我們每個人的成長很有幫助。



全方位團隊定向大挑戰

陳振業 5A、王梓銘 5A、范珊珊 5D、鍾靜儀 5D



活動當天，我們一大早便到達比賽場地，由於這是大家第一次參加這類型的比賽，所以都感到十分興奮和雀躍。

計劃好路線後，我們便正式進入「荒山野嶺」。在涼快的冬日，與大自然進行親密接觸時，大家都十分投入。沿着河邊尋找，很快地我們便找到了第一個檢查點。隨著相互的溝通與配合，我們的隊伍逐漸地培養了默契，大家行動乾脆利落，無論眼前的路有多崎嶇，大家都勇敢地踏過去。

由於經驗不足，我們在時間分配上出現偏差，在到達目標的檢查點後，我們便沒有足夠的時間返回起點，因此我們的成績也被取消。其實，當我們發現已經來不及回去的時候，也曾經想過放棄。後來一想，還是決定盡全力堅持到底。我們在炎熱的環境下全速奔跑着，好不容易，終於到達了終點。

儘管我們沒能獲得成績與排名，但我們已經竭盡全力了。經過這次比賽，我們彼此間更加瞭解，更加信任，這都是大家在比賽中共同獲得的寶貴經歷。



智言慧語（三）

衡量生命的輕重

有一位講師正在給學生們上課，大家都認真地聽著。「各位認為這杯水有多重？」說著，講師拿起一杯水。有人說二百克，也有人說三百克。

「有同學說對了，它只有二百克。那麼，你們可以將這杯水端在手中多久？」講師又問。很多人都笑了：二百克而已，拿多久又會怎麼樣！

講師沒有笑，他接著說：「拿一分鐘，各位一定覺得沒問題；拿一個小時，可能覺得手酸；拿一天呢？一個星期呢？那可能得叫救護車了。」大家又笑了，不過，這回是贊同的笑。

講師繼續說道：「其實這杯水的重量很輕，但是你拿得越久，就覺得越沉重。這如同把壓力放在身上，不管壓力是否很重，時間長了就會覺得越來越沉重而無法承擔。我們必須做的是放下這杯水，休息一下後再拿起，只有這樣我們才能拿得更久。所以，我們所承擔的壓力，應該在適當的時候放下，然後再重新拿起來，如此才可承擔更久。」

是的，隨著社會進步，人們的生活和工作也愈來愈忙，壓力和負擔也愈來愈重。不妨在適當的時候放下負擔，輕鬆一下，稍作休息後再重新拿起也不遲。

（轉摘自李焯芬《心無罣礙》）



韓國之旅體驗

周穎晞 4D

東區青藤是一個培訓學生領導才能，令學生更有自信的活動。它有三個宗旨：分別是助人自助、磨練自己及回饋社會。此次交流團的目的地是韓國首爾，由2017年12月21至25號。

第一天，我們去了東大門設計廣場，那裏有一個用很多玫瑰花組成的玫瑰花海，玫瑰花用白色的燈組成，在夜晚的時候看，十分美麗，且很有創意。

第二天，我們分別去了延世大學及國會議事堂。延世大學是韓國數一數二的高校。當天，一位經濟及歷史學教授給我們上了一課，讓我們獲益良多。之後，我們又去了國會議事堂。國會議事堂建築外面有24根柱子，代表全體國民的意見，房頂表示全體國民的意見最後集中起來，十分有意思。

第三天，我們去了Seoul Global high school進行交流。韓國的學生都很友善，他們告訴我們韓國流行的遊戲和一些好去處，讓我們對韓國有進一步的瞭解。

第四天，我們去了MBC電視台，導遊帶我們到模擬的錄音室體驗新聞報導，當我坐上去的時候，真的以為自己正在報導新聞。

最後一天，我們學做泡菜。泡菜是世界五大健康食品之一，對於身體很有益處，所以很受世人青睞。

在這次活動中，我不但學會了與人相處的技巧，更親身地體驗了韓國的風俗文化，使我對韓國有了更深一步的瞭解。



畢業感言

姚雍傑 6D

轉眼間，我已經在這裡生活了六年，現在，我即將離開這所母校，要和六年來一直陪伴着我成長的老師和同學分手……

記得剛入學的時候，我的脾氣不太好，經常和別人爭吵，甚至動武。每次，老師都會找我聊天，教導我應該如何待人接物。經過多次的磨鍊，現在的我已經能夠很好地約束自己，亦懂得如何去體諒他人。能在這所學校遇到一群循循善誘的老師，真是非常幸運。

在這裡，我還認識了不少的好朋友。我們一起打球，一起讀書，一起談心。朋友開心時，我們一起開心；朋友失落時，我們一同失落；朋友無助的時候，我們會伸出援手。我們一同渡過了六年的風風雨雨，互相扶持，互相幫助，我們是彼此的後盾。



無可否認，高中的壓力真的很重，尤其是要面對頻繁的補課，再加上海量的功課，真令我們喘不過氣來。然而，老師常常教導我們要享受讀書的過程，因為只有享受自己所做的事，你的生活才能活得有意義，你才能將你的潛能發揮出來。所以，補課雖然很辛苦，但卻值得我們去珍惜和享受。

同學們，不要因眼前的苦況便去逃避。即使是彩虹，也要經過一場雨才會出現。當你咬緊牙關衝過去，你的未來自然是一片光明。最後，我想跟大家說，中學生涯，轉眼便將完結，難得遇到一群好老師、好同學，真的要好好珍惜並牢記在心。

離別，只為下一次的重逢。我相信大家的感情是不會被磨滅的。

放下與領受

馮嘉欣 6C

身為高中生，面臨最大的難關莫過於DSE。

升上高中，我開始提高對自己的要求，亦開始思忖讀書的目的和未來的方向。眼見充滿未知之數的未來，隨之而來的就是憂慮、不安和焦急的情緒。深信神在某一個角落，但就是不能觸手可及，感覺與神的距離很遠。那段時間我沒有上教會，盡量避免祈禱，因為我害怕自己祈禱的時候會哭個不停。

直至升中六的暑假，在奮興營敬拜中得聖靈醫治並得到釋放。在敬拜過程中，我發現其實有很多事情都不用自己一個人去背負，記得其中一首歌的內容是這樣的：

往深海踏出去 放底一切顧慮
原來在愛中沒有恐懼
往深海踏出去 為要捉摸最愛之最
或許下沉 仍然走下去
讓我沉溺愛口

我開始明白聖經裏說耶穌的擔子是輕省的，



當生命中有神同在的人會變得輕省。

開學後，我有兩個領受，神再次堅定我為神做事的心。

第一個領受是指要把神的話作為精神食糧。在聖經裏，耶穌說要喝祂的血，吃祂的肉。這聽起來有點兒嘔心，但耶穌的意思是要把祂作為精神食糧，把祂的話記在心裡。

第二個領受是記載在哥林多前書2:9：「神為愛祂的人所預備的、是眼睛未曾看見、耳朵未曾聽見、人心也未曾想到的。」而愛神的人亦是尋求祂的人，讓人得以平安。

也許身為基督徒並不表達日子會變得順風順水，但當你願意敞開，讓神進入你的生活，祂便會牽著你的手，帶你走上幸福的道路，因為祂是愛我們的神，絕不希望我們走冤枉路。雖然我們肉眼看不見祂，但當你親身經歷祂的時候，便會知道祂是如此的真實。

南涌農耕 歸園田居

劉巧蘭校友

大約六年前我在母校中七畢業之後，於城市大學專上學院修讀社工副學士，成為註冊社工。去年5月份，我辭去社工一職，轉行做實習農夫。

我年少時曾在鄉村生活，自小喜歡種植蔬果。綠豆，就是我人生中親手種植的第一種農作物。中學時，我讀陶淵明的《歸園田居》，詩中所描述的田園簡樸生活很切合自己的個性，我似是找到知音。後來我多接觸了一點農耕，也曾到台灣的有機農場打工換宿，初步體驗農夫「日出而作、日入而息」的生活

有一次機會我去到新界南涌參觀羅屋農莊。我遇到了有心培育農作物的農



夫，又接觸了各類耕種方式，我眼界大開。例如，泥土保育原來極重要，農作物生長得好與否，那塊田的土質是關鍵。我後來決心辭掉工作，全時間留在南涌學習耕種。在那裡，我學習種禾和蕃茄。雖然遇到各類耕種上的難題，我仍然堅持，因為耕種帶給我無比的滿足和樂趣。我可以親手將一粒種籽種出農作食物，那份滿足感和喜悅，實在很大，因為這是長時間勤勞的成果。



農耕生活令我重新理解大自然各樣生物。當我每一天仔細觀察農作物的生長時，我喜悅無比。有一種花，名叫火龍果花，又叫霸王花，是壇花的一種。它開花的時間只有十個鐘，即晚上9點至翌日早上7點，之後便凋謝，結出果子。農夫需要晚上拿著電筒幫助一朵朵霸王花授粉，真有趣。

維持生計是新一代農夫須面對的困難之一。為了賺取金錢以便在南涌持續耕種，我嘗試過利用南涌的艾草製作艾草紅豆茶糕，頗受歡迎呢！無論如何，在充滿食物安全問題的今天，能為大眾種出健康和有品質的糧食，是我的心願。

（劉巧蘭校友於2011年中七理班畢業。她完成社工訓練之後曾在院舍任職社工大約兩年。近一年她參加活耕建養地協會，在新界南涌羅屋農莊從事農耕和環保推動工作。以上是她於2017年2月10日回校在早會分享的內容。）

訂立學習計劃及目標

吳岱騫校友

我是第三屆中七級畢業生。在劉永生中學裡，我慶幸認識了一班有熱誠的老師和一群真心相處的好朋友，一同努力學習，盡情玩樂，並且積極參與校內活動，包括水運會、三人籃球、歌唱比賽等，令我七年的校園生活過得多采多姿！校園生活除了讓我汲取知識外，也塑造了我自己的性格，學懂待人接物、處理人際關係等，對日後工作上有莫大裨益。

中學時代的我，只有空泛目標，沒有周詳計劃，只認為最好是能夠入讀大學。中五會考前，班主任估計我大約考取11、12分（當年直接升上中六的門檻



是14分)。我幸好最後能考獲19分，升讀中六！這次經歷令我有點自滿，以為讀書不需要持續努力。到高考，我終於遇上挫折，只好選讀了城大市場學副學士課程。該課程的學習模式，與中學的有很大轉變。每星期的案例分析、每個月的方案報告、每學期的論文，全是英語。我面對巨大挑戰。成績因此一落千丈。到第二年，我積極發奮，成績終於能追上。



幸運地，我能升上恆生管理學院四年制工商管理（榮譽）學士課程，並銜接三年級。我明白這可算是我讀書生涯中最後一次努力的機會。我必須取得優異畢業成績以獲得僱主的青睞。在我不斷努力下，我終於榮獲一級榮譽畢業。我現時任職大型商場的市場推廣部，工作包括在大型節日為商場安排以卡通人物為主的佈置、邀請藝人及歌星出席商場活動等。這工作充滿挑戰，給我很大滿足感！

回首過去，我若能早一點為自己訂立目標及學習計劃，我升學的路一定更順暢。機會永遠是留給有準備的人，我期望各位師弟妹能早些發掘個人興趣，了解如何實踐理想和達成目標，努力向前！

（吳岱騫校友於2007年中七理科班畢業，後於恆生管理學院工商管理學系取得一級榮譽畢業，現職市場推廣工作。以上是她於2017年3月27日回校在早會分享的內容。）

感受神恩

翁芷澄校友

數年前，我和一個同班同學發生磨擦，那時候，我們都用了不同的方式傷害對方，這導致我們心裏都有一個疙瘩。一直以來，我都認為：她是欠我的，即使我知道我也有做錯的地方，我也不願意跟她道歉……

直至今年暑假，我參加了聯校奮興營，神給了我一次和她復和的機會。在營會期間，神透過講員和經文提醒了我：其實我們早已習慣做審判和批評的人！當別人做得不完美的時候，我們並不是要審判或批評別人，而是應該接納和寬恕他們，因為每個人都有他的局限及缺點。

在禱告服侍後，我攬著她說：「對不起，原來我只是一直在控訴你，不肯承認自己的錯，直到今天我才有勇氣向你道歉。」我禱告主，也求主原諒我的罪；當我再說我也接納和原諒她的時候，我們都感動得落淚，因為我們終於在這件事上得到釋懷，不用再讓從前的憤怒捆綁我們。同時，我也明白到，當我們願意去承認自己的錯誤，我們就能夠獲得真正的自由。

最後，祝福校園裡的每個人都可以經歷神的恩典。

（翁芷澄校友於2016年中六畢業。現就讀於香港大學附屬學院——理學副學士。以上是翁芷澄校友在2016年9月8日回校在早會上的分享。）



Macau Exchange Programme 11th April – 12th April, 2017

In the Easter holiday, 30 students joined the Macau Exchange Programme organized by the English Department. We aimed at enhancing students' English proficiency and providing exchange opportunities for them to have English lessons in Pui Ching Middle School Macau, Yuet Wah College and The Affiliated School of University of Macau. We also visited Macau Tourism School. Here are the reflections from students who joined the tour.



Lee Yuen Ying 3D

When I was sightseeing in Macau, people were very nice. Besides, most of the food was yummy. I would love to live in Macau because there are many beautiful buildings. Students from the two schools we visited in Macau are very nice and I have made many new friends there.

Chung Hiu Tung, Katrina 3C

I think this trip is interesting. We visited different schools and had discussions with the students there. I think they are very nice and can speak English very well. Also, their learning atmosphere is great in class.

I think the dinner is really delicious as there is a great variety of food choices and a good dining environment.

In short, I think this is a good trip. If there is another trip to Macau in the future, I will definitely join it.

Tsoi Tsz Wa 3C

In these two days, we visited many schools such as Pui Ching and Yuet Wah. I think the students were very nice and they spoke English very well. Furthermore, the learning atmosphere in Macau is better than in Hong Kong. They often form groups and sit together when they have lessons. This helps establish a closer relationship with each other. Also, students are very proactive and attentive during lessons. They are very brave to speak in English so that they can improve their English more quickly. Moreover, the food in Macau is very yummy, and I think the dinner which we had was truly delicious.

In this trip, I can learn more about the culture in Macau and identify the differences between studying in Macau and Hong Kong. I have had a really unforgettable time there and I hope I can have more chances to visit other places.

Law Choi Wa 3C

The learning atmosphere in Macau is very nice as the teachers employ many strategies to help student to learn English. The lessons are always lively as the students truly enjoy being in class. They try their best to answer all the questions. Also, their campus is really large. For the school we visited, the kindergarten, the primary and the secondary school campus are all located in the same place! Besides, advanced technology is used at schools for the students to learn more about science and technology. Lastly, if I have another chance to visit there, I hope that the trip can last for one week.

Tong Sze Nok 3C

This trip is so interesting. Students in Macau can speak English very well and they are very nice and polite. The learning atmosphere is good. Their school campus is very big and they have very good facilities with a high level of technology. I have learnt more about Macau's lifestyle. The food is very tasty too.

Lam Wai Ching, Jade 4A

We met two Japanese elders in a Portuguese restaurant. We spoke some simple Japanese to them and they said "Cheers!" in Japanese to us. In fact, they knew some English so we talked with some English and Japanese. We wrote some Kanji and English on a piece of memo so we could exchange our ideas easily. The language barrier we experienced did not stop us from sharing happiness together.

Also, I have met some nice people in the schools we visited. We talked in Cantonese. They were willing to take a lot of selfies with me. They told me that they felt quite relaxed at school and the majority of them could get into university very easily. Their education system is gorgeous!

Kong Lok Yiu, Beth 4A

Students in Macau are nice and friendly. The students of Pui Ching Middle School really like their campus because there are so many facilities such as a judo room. Actually, its school campus is huge. I find that most of the school campuses in Macau are bigger than those in Hong Kong. Also, some of the students in Macau can speak really fluent English.

Wong Sze Man 4C

This is the third time I visit Macau. I have to say that it is totally fun to travel around there and stay at the hotel for one night. It is especially a great opportunity for us to meet some new friends and know more about Macau's education. The people who we met are so nice and these experiences are going to be memorable.

Huang Ho Ting 4C

I have met some new friends and known more about the schools in Macau. The food is really delicious.

Lam Chun Hung, Kevin 4C

In this tour, I saw a lot of new things and tried some different food. The most unforgettable part was the visit to the first school. During the time we were there, we had a group discussion with the students. Their English was very good, which greatly surprised me. Also, their school campus is big and there are a lot of different classrooms. In short, this tour was wonderful. I'd love to join more other English exchange tours with my friends in the future..

Tung Ka Hin, Michael 4C

Macau University has introduced the school in an interesting manner, so I can understand the educational system in Macau better. I find that Pui Ching is a great school with great facilities.

Lee Chun Sing, Percy 4C

The teachers I met at the school in Macau are nice, and I could meet some new friends too. Besides, the food is very delicious.

Chan Chin Fung 4D

In the tour, I know more about Macau's education system and the learning atmosphere there. I think Macau's education system is better than Hong Kong because the learning dynamics are more interactive. Students often form groups to engage in some discussions. Also, there are more school facilities comparing with Hong Kong. They have a technology room to teach STEM to students. These are the things that I like about Macau.

Ng, Anson 4C

People in Macau are nice and their English pronunciation is very good. The students can speak better English than many Hong Kong students.

Wong Nok Yin, Angus 4D

In Macau, the students are nice and the lessons are relaxing. The school campus is also bigger than Hong Kong. They offer more subjects and electives to students. Studying in Hong Kong is comparatively more stressful. Also, the Students' Unions in Macau is impressive because they are able to hold a variety of activities.

Lam Wing Suet 4C

Schools in Macau have bigger classrooms and playground. They also have more resources for teaching and learning. Their libraries are accessible even to the public. Students are really nice and they are willing to share with us their daily school life enthusiastically. Besides, they are active in group discussions and always attentive during the lesson.



Lee Ting Wai, Tiffany 4D

Students in Pui Ching Secondary School are all nice and friendly. I have met some new friends there. The education system in Macau is totally different from that of Hong Kong. They don't have oral lessons. Yet I think the food in Hong Kong is tastier. Anyway, it is a good experience to join their lessons.

Lee, Zania 4C

The school campus in Macau is really big and Macau people are very friendly. Besides, students have higher chances to get into university, but the teachers are stricter than those in Hong Kong.

Cheng Fai Yam, Melody 4D

I think this exchange tour is great because I have met lots of friends. Students from Pui Ching, Yuet Wah and Macau University are truly enthusiastic. During the discussion, we talked a lot about the learning environment in Hong Kong and Macau. If they come to Hong Kong, I will definitely be their tour guide. I like them so much as they are so nice.

So Pui Man, Amy 4C

This is the first time I visit Macau. In this trip, we went to Pui Ching Middle School and Yuet Wah College. We learnt English through discussion and walked around the school campus. During the discussion, I found that the students could speak English fluently. Besides, they were very active and friendly too. The difference between the education in Hong Kong and Macau is that the learning atmosphere is a little bit more relaxing in Macau. About the food, it is very delicious. I have bought lots of food there.

Chow Wing Hei 4D

I am amazed by the advanced technology employed in the schools in Macau. Macau students can borrow books by scanning the QR codes of their i-Readers. In Pui Ching, they even have a 3D-printer to make their own robots! Their standard of English is similar to us so what we are learning is similar. Students in Macau are friendly and the school campuses are beautiful.

Schools in Macau are similar to those in Hong Kong except for the subject combination. Students are only allowed to study either the arts or science stream.

So Pui Man 4C

Actually, I've been to Macau many times. However, I never had a chance to communicate with the secondary school students in Macau. Luckily, we could pay a visit to three different secondary schools in this tour. For Pui Ching Middle School, the students were really friendly and easy-going. We became friends very quickly. Apart from Pui Ching Middle School, we went to Yuet Wah College where we had a reading lesson together. Afterwards, we also visited Macau University and had an English lesson with the S.3 and S.4 students there. We could experience the learning atmosphere in Macau. I think it is a comfortable environment for students to improve their English.

Chong Wing Yan, Amy 4D

In this tour, I find visiting Macau University the most interesting because the learning atmosphere there is so special. When teachers asked students to dictate something, the students would recite the sentences on the soft whiteboard distributed by the teacher. Also, during the lesson, the teacher asked each group two questions. The students needed to write their answers on the whiteboard. Afterwards, they have to put the whiteboard on the blackboard to present their answers. This is so interesting.

Chan Wing Yee 4D

The school campuses in Macau are very large. I think the size of the secondary schools in Macau is similar to the size of the universities in Hong Kong. Students there study very seriously. They always try their best and they are confident to speak English in class.

Ng Sze Leong 4D

In this English exchange tour, I have learned and experienced many things despite that fact that it lasted only for two days. I've understood better the differences between the education system in Hong Kong and Macau. In Hong Kong, students have less time for group discussions in English lessons. However, students in Macau are given more time to discuss different issues. Besides, I think Hong Kong students are too shy to express their ideas in English, whereas Macau students are very confident to express what they think about.

In short, I think this trip is fun. This trip also helps me improve my oral skills a lot. Moreover, I've met many new friends from Macau. This is a very fruitful and memorable experience.



Teachers and students often deliver enlightening speeches in morning assemblies in school. Below are three speeches delivered in the past few months.

Greek Mythology

Mr. Chui Chi Hin Jed

I've been talking a lot about the importance of reading and how to build up a regular reading habit. Today, I'd like to introduce to you how to choose the right books to read and recommend some great books to you.

I totally understand that you may not know how to pick the right books for yourself even if you're totally ready to start reading regularly. In fact, you may start with choosing a category of books to read. In English, we call it genre.

Genre is a particularly type or style of books that you can recognize because of its special features. Indeed, there are still many genres of books that you can read. Just think about what interests you most. For example, if you like romantic stories, reading about how people fall in love and develop an everlasting relationship, then you should read the genre of romance novels. However, if you enjoy watching movies like Star Wars, fantasizing about the thrill of robots fighting with humans, then you really ought to explore the genre of science fiction. Anyway, google the words "book genre", B-O-O-K, G-E-N-R-E, and you can read more about the choices you have.

In the second term, do you still remember that we introduced a lot of different fairy tales? Actually, it is also a literary genre. The books we recommended and showcased to you can all be searched through the genre "fairy tales". As you can see, there is so much to explore if you truly put effort into looking up a genre. In this final term, we are going to introduce a new genre to you. It is "Greek Mythology".

Greek mythology refers to the myths that belong to the ancient Greeks. The myths are mainly about their heroes, gods, goddesses and the nature of the world. I know that you may still be confused about what Greek mythology is. In fact, there are quite a lot of TV programs or movie characters which are based on Greek myths. Take Zeus as an example. He is the king of the gods in the Greek myths, and he is also the god of Thunder. Try to recall your memory. Do you recognize a very muscular man sitting in a grand Greek palace, holding a thunder bolt in his hand as a symbol of power and high status?

Let me tell you about the image of another character in Greek mythology. She looks like a human female with a scary face and a lot of snakes as her hair. If someone looks at her face, he or she will then be turned to stone. I bet this should ring a bell, right? This monster's name is Medusa. She is featured in a lot of different TV programs and films. As a matter of fact, I was really scared of her when I was a kid because I saw her kill someone in a cartoon. Anyway, it could be really fun to know more about Greek mythology and read the stories inspired by it.

In short, please pay attention to the posters and activities that you'll see in the coming months. We'll introduce to you some Greek myths as well as novels involving Greek gods and monsters. Stay tuned.



DIY English

Mr. Geoff Atcheson

DIY. What does it mean? It means... Do It Yourself.

When people hear about DIY, they usually think of projects about building things. In Australia, people build their own barbecues, construct their own plant greenhouses in their gardens and assemble their own outdoor storage sheds and car garages. Some people even build their own houses if they have enough time to do it! This type of DIY is not so usual in Hong Kong because there is not so much space to do these types of building projects.

But did you know there is another way to DIY? And you can do it anywhere, including in Hong Kong! It's called DIY English, and I recently met two people who practice DIY English in different ways.

Firstly, I was taking a taxi one day - one of the famous 'red ants' of Hong Kong. While I was talking to the driver about my destination, I noticed that his English sounded great, so I asked him how he got so good at English.

He told me that he always listened to old style western pop songs while driving his 'red ant' taxi. He said that older pop songs had words that were usually easier to understand than more modern songs or rap music. Besides, he loved the sound of the music of the older songs! When I asked him if he had any music to listen to, he switched on his CD player and inserted an SD card with all his favourite tunes on it. Then he started to sing along with the songs. It was very loud, but lots of fun. He was doing DIY English in a way that he really liked.

The other person I met was a visitor to Lau Wing Sang. He was a teacher from Tibet. When I was introduced to him, we started chatting about his trip and I noticed he was very good at having a conversation in English even though it was not his main language. His vocabulary and his intonation and expression were great. Of course, I wanted to know how he had developed such good English speaking skills.

He told me that whenever he could get a break from his work as a teacher, he would watch his favourite English language movies and listen to how the actors speak. He had to listen to the actors very carefully because he had decided he wouldn't show any subtitles on the bottom of the screen. This meant he had to really concentrate. He usually needed to watch the movies lots of times to understand all the words of the actors. However, by using DIY English this way he really learned about the intonation and expression, as well as increasing his English vocabulary, including English idioms.

Both of these people discovered their favourite way to DIY English. How about you? Can you think of a DIY way to improve your English? Audio books? Radio programs? TV News reports with subtitles? Podcasts about your favourite subject? Graphic novels or comics? There're lots of fun ways to DIY and improve English. Good luck!



The Goal of Life

Today, I'm here to talk about the goal of life. This topic is actually a lot more complicated than the literal meaning of these four words. To start with, let me ask you this. What is life? Someone identifies life as the time being a human. Someone might include reckon afterlife as life as well. Someone might believe in the spiritual resurrection of certain kinds of beings. However, I'm not here to talk about that.

Let me take you through what I want to say in a more organized way. That is what our government likes to say the most. Think about your desire. You must want something, no matter what it is. Maybe you want a bag of chips, or a great deep sleep. Perhaps you are longing to climb the social ladder. I believe some of you should understand what I'm saying. We, humans, are all driven by desire, be it a wish or a goal.

Now, think further. What do you want if you have accomplished your goal? Of course, it's another goal. That's for sure. Perhaps, you want to go to the university. Or you may want to drag Donald Trump and Kim off their seats to eradicate the possibility of the Third World War.

You may realize if you repeat what you've done a thousand times, you will finally stop

doing it. If you recall what you did in the past, you might think that some of the ideas you had were pretty dumb. However, were they meaningless? No. You cannot be who you are today if you experienced something different. This is what life is all about. We all make mistakes, enjoy success or lose someone we love at one point or another. All these make us who we are. Through experience and making choice, we can gradually understand who we are and what we want. Therefore, you have to get your priorities right. Then, you can comprehend better what your goal is!

In short, how to find the goal of life? You may not be able to answer right now. Take a step forward. Take life in your own hands. Live a life that you want, a life that you desire. Soon, you'll identify the goal of your Life.

Tsui Kin Lam, Brandon 3D



「突破」學習日

本校中三級全體學生於2017年3月23日下午走出課室，參加「全方位學習活動」。是次活動，本校十個學科安排了八項學習活動，供學生按個人興趣參與。這些活動既豐富學生的學習經歷，也增加學生對各學科的認識。以下是部分學科於活動後的分享：

地理科

何宗祐 3D

在這次地理考察，我認識到更多有關岩石及侵蝕方面的知識，如火山作用、岩石的外型及特徵，以及海蝕柱、海蝕洞等地貌名稱的由來及形成。這令我對世界地理地貌充滿好奇。

此次考察令我感歎世界的奇妙、造物主的可畏和人類的渺小。我對大自然心存敬畏，並盼望未來有更多機會參與這種大自然考察活動。

余芷殷 3D

在今次考察，學姊們很用心講解。萬宜水庫的海蝕穴是我最喜愛的景觀，因為它充滿神秘感，像有股魔力吸引我進內一探究竟。雖然海蝕穴不能內進，卻令我更生好奇之心。



中史及歷史科

盤慧雯 3B



我參加了九龍城及土灣歷史文化考察，認識了許多有關九龍寨城、宋王臺公園、牛棚和藍恩記石屋等歷史故事。我印象最深刻的是九龍城侯王廟。該古廟牌匾上的字是從右到左，而現今的文字卻是從左到右。其中，一筆「鶴」和一筆「鷺」，兩個字都是一筆寫成的。

視藝科

韓菲 3C



賽馬會創意藝術中心的藝術作品有很多類別，如繪畫、書法、電影戲劇、音樂、設計、攝影、文學創作、雕塑、陶藝、建築等。中心的工作室及櫥窗的設計充滿藝術氣息和不同風格，不但不會使人眼花撩亂，反令人感覺融和。

生物科

馮澤遠 3B

我們去大生圍考察。當地村民們除了養殖魚產，也種植蔬果，如油麥菜、菠菜、火龍果、木瓜等。

魚塘裏面棲息了不少雀鳥。我們悄悄地用望遠鏡觀看：有鷓鴣、大白鷺、小白鷺、家養八哥等。在導賞員的介紹下，我們學會了如何分辨大白鷺和小白鷺：大白鷺一般是黃咀黑腳，而小白鷺是黑咀黃腳。

由於前一天晚上下了雨，魚塘旁邊的草叢棲息了成千上萬的草蚊。草蚊雖然不會咬人，但龐大的數量卻足以讓我們拔足狂奔。然而，我們卻從漁民身上學會了驅蚊方法，就是將柚子樹葉搓碎塗在身上，因為草蚊討厭那種氣味。

漁民還向我們示範拋網捕魚。他們用一張手織網，網上共有八十個鉛墜。據說這張手織網已經用了幾十年。漁民將這張網一拋，就立即捕獲了十多條福壽魚。福壽魚生命力十分強，如果天氣不熱，離開水在岸上半小時也不會死亡。

在這次考察，我們還知道了一些有趣的養魚學問：例如脆肉鯪原來也是草鯪。在冬至後，養魚人家開始用蠶豆餵飼草鯪，一段日子之後，草鯪便會變成更美味的脆肉鯪。可惜的是，由於養殖成本高昂，港產脆肉鯪已經停產了，現時市面上的脆肉鯪都是來自內地。

希望未來有更多考察機會，令我增進知識。



資訊及通訊科技科

楊汶才 3A

突破學習日當天我參觀香港高等教育科技學院(THEI)，那裡設有多間電腦室及自修室，供同學製作軟件及遊戲，以及遊戲實驗室，供同學測試自行製作的遊戲。它還有一間小型影院，內裡裝設十個揚聲器，和優良的隔音設施，以播放全方位音效的影片。

我印象最深刻的是虛擬實境(VR)體驗。這是我第一次接觸這種技術，我覺得很新鮮。與一般電腦遊戲不同，它令玩家彷彿身處在虛擬世界中。VR技術除了作遊玩用途外，也有不少實際用途，例如幫助不同年齡人士活動肌肉等。

林展晴 3A

我在香港高等教育學院嘗試玩虛擬實境(VR)遊戲。這個遊戲是THEI學生親自編寫的，質素很高，絕不遜於專業水準。

我對VR的認識本來只局限於報章所述。現在當我親身試玩時，立即嚇了一跳，因為太真實了，彷彿親歷其境，實在十分新奇有趣。

這次活動我獲益良多，既對香港的科技發展有了更深認識，也提升了對科技的興趣。



造訪深圳市高級中學

本校參加了教育局「香港與內地姊妹學校交流計劃」，以期增加內地的學習機會，幫助學生擴闊視野、增廣見聞，達致兩地的學術及文化交流。於2017年4月7日，27位中三至中五同學（包括普通話話劇同學及合唱團同學）在陳靜岩老師、郭頌恩老師和周悅君校友的帶領下，展開2日1夜的深圳市高級中學研學之旅。以下是同學交流後的分享：

譚伊棋 3B

乘搭旅遊巴士途中，我望出窗外，看見寬闊的街道沒有香港街道那樣擠擁，且予人一種舒適感覺。深圳高級中學舞蹈團和管弘樂團的同學，練習時很認真和努力，我十分佩服。

蔡芷樺 3C

深圳市民除運用普通話，也會運用廣東話溝通。深圳在科技方面發展很迅速，市民外出購物可直接以微信支付，不必帶着沉甸甸的錢包，十分方便。他們還會通過手機程式快速打車，方便又便宜，我大開眼界。

江希婧 3C

以前我有種自豪感，認為香港教育比內地好，殊不知深圳現在已經追上我們了，且有後來居上之勢。深圳近年發展快速，不再像昔日的落後。

麥祖兒 4D

國內學生對學習抱有很大的熱誠，他們的毅力很值得我們學習的。我以為深圳一定會比香港落後很多，但現在我目睹深圳的發展，感覺全不一樣。

王菘蔚 3B

深圳是我出生和成長的地方，有著我許多成長的回憶……

這次回來深圳，我感慨萬分。看見深圳的變化非常大，到處一片繁榮，我十分開心。我感覺深圳與香港的學生分別很大，他們做的每一件事情，都十分認真。譬如他們舞蹈團和交響樂團的表演，十分專業，我深感佩服。身為管弦團團員，我應該向他們好好學習。

劉綺彤 3B

我們參觀深圳博物館，看到了許多歷史文物，當中有佛教的、有深圳歷史的、有革命歷史的。這些文物記錄著時代的變遷和發展，好像告訴我中華文明的璀璨光輝。在兩天一夜的交流中，我學到了知識，也開闊了視野，一切難以忘懷。

林芷盈 4B

此次交流團，令我瞭解了更多中國文化和內地中學的學習情況。內地的學生，讀書十分用功，做事非常認真，這些都是值得我們學習的。

在博物館中，我們瞭解了更多的深圳文化；在深圳的小街逛街，更能感受到當地的特色。這次交流團令我獲益良多。



以下是綜合各同學交流後的心得分享：

（馮家寶 3B、黎守謙 3B、甘景圖 3B、馮澤遠 3B、蔡詩琳 3C、司徒朗悅 3D、麥詠晞 4A、廖詠詩 4C、羅佩儀 4D、陳樂彤 4D、張凱婷 5A、朱珮希 5C、高穎好 5C）

甫進入校舍，我們就看到「歡迎劉永生中學的同學和老師」的字顯示在佈告板上。這裡的校園十分宏大，設施既先進又多樣化；校園生活亦是多姿多彩。而其中讓我們格外難忘的是舞蹈部的嚴格排練。舞蹈部的成員們縱使要進行艱辛的訓練，但她們還是咬緊牙關不斷重複練習，沒有放棄。這種精神實在難能可貴，值得我們學習！

之後，我們還參觀了她們的課室，以及欣賞她們的音樂和跳舞表演。據瞭解，這群女孩子曾勇奪多個獎項。正所謂「台上一分鐘，台下十年功。」她們的背後是比別人加倍的付出及努力。這不禁讓我們反思自己的學習態度是否如她們般勤奮。

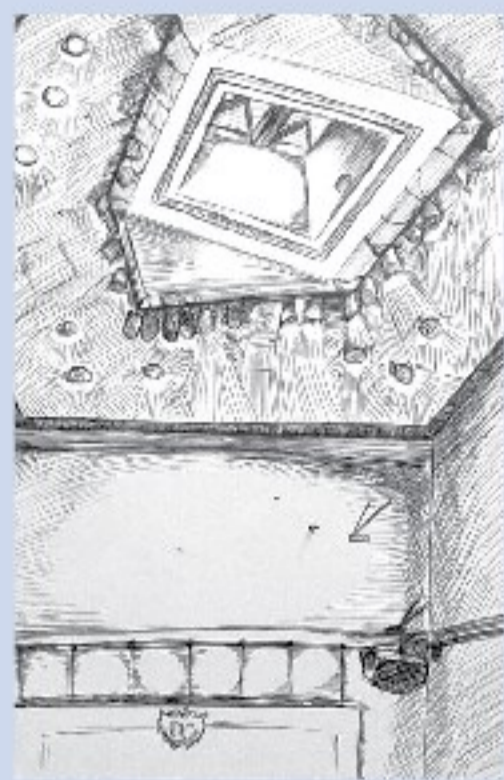
翌日，我們還遊覽了深圳一些著名景點，如深圳博物館、荷蘭花卉小鎮、歡樂海岸等。那裡遊客眾多，繁華不亞於香港。這次交流，不但擴闊了我們的視野，還加深了我們對深圳的發展、歷史和文化等諸方面的認識。

希望以後還有類似的機會，讓我們可以到其他地區交流和學習。



藝育菁英港大寫生

本校學生劉殷勤、施冠豪、陳朗升、陳曼琦和林詠雪同學參加了「藝育菁英」的「大師承傳工作坊」，被導師挑選為表現優秀學生，並於2017年3月18日獲邀出席特備的戶外寫生活動，跟隨鋼筆畫大師劉秀成教授到香港大學美術博物館參觀展覽及現場寫生。以下是他們的分享：



施冠豪 4A

當天，我們參觀了路易十五的中國皇帝掛毯與北京宮廷戰圖銅版畫，在解說員的介紹下，我認識到當時的藝術和國家政治的發展情況。

之後的寫生活動中，負責課程的劉教授與我們交流了用鋼筆繪畫的經驗及對藝術的看法，使我們的寫生技巧有所改善。最後，我很慶幸可以參加是次大師承傳工作坊，其不僅增加了我對藝術各個層面的認識，也獲得了寶貴的寫生經驗。

林詠雪 4C



展覽其中一個主題是《中西合相——當代圖騰》。其展出了60多幅呂豐雅的作品。呂先生的作品美輪美奐，精湛細膩，最令我難忘的是他的取材平凡至一根苦頭、一個南瓜；真實至一顆心臟，讓我明白靈感原來近在咫尺。

其後，我們在室內寫生。看着年紀相若，來自其他學校的學生不慌不忙的在博物館內尋找獨特優美的角度，繼而胸有成竹地下筆，我感到羨慕之餘，又有一種無形壓力。活動完結時，眾人拿起完成的畫合照，我不禁感到機構給予我「菁英」這個名銜的重量，亦流露對這身份的尊敬。



陳朗升 4B

這次寫生對我日後的藝術發展有啟蒙作用。香港大學充滿文學色彩和文化氣息。在這樣的環境寫生，不但陶冶性情，也找到不少靈感。除此之外，劉教授還教導我們如何使用鋼筆描繪寫生作品。這是一次非常難得的機會，可以得到這位大師的教導，令我感到十分自豪。



陳曼琦 4B

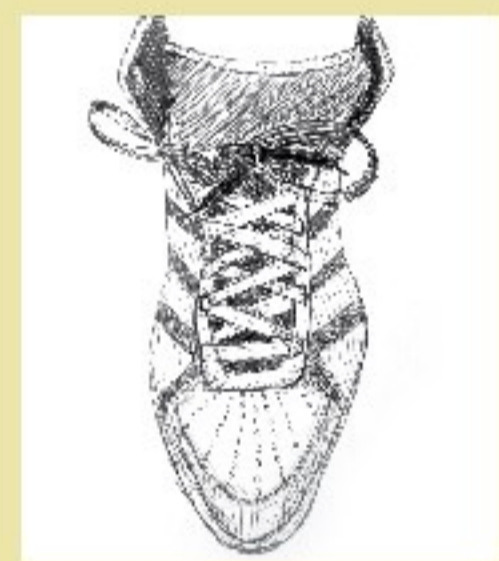
這個活動令我大開眼界，其中最令我印象深刻的是巨大的法國掛毯和西方贈給中國的版畫，這兩系列的美術品的精細程度實在令人讚歎。

另外，得到劉教授的指導，使我在寫生過程中有了新的體驗，讓我學會運用多種媒介去作畫。寫生後，劉教授還給我講評，這讓我在日後的繪畫技巧上可以日益精進，十分感激他的指導。



劉殷勤 5A

這次寫生有幸得到大師指點，讓我反思自己的不足，並加以改善。活動中認識了志同道合的新朋友，我們互相交流，交換意見。鋼筆寫生是我日常不大重視的媒介，經過這次寫生，令我意想不到的是一支鋼筆竟有多種畫法，而當中的技巧並非一朝一夕便能練成。這使我加倍珍惜這次學習的機會。



智言慧語（一）

智言慧語：印度聖雄甘地的故事

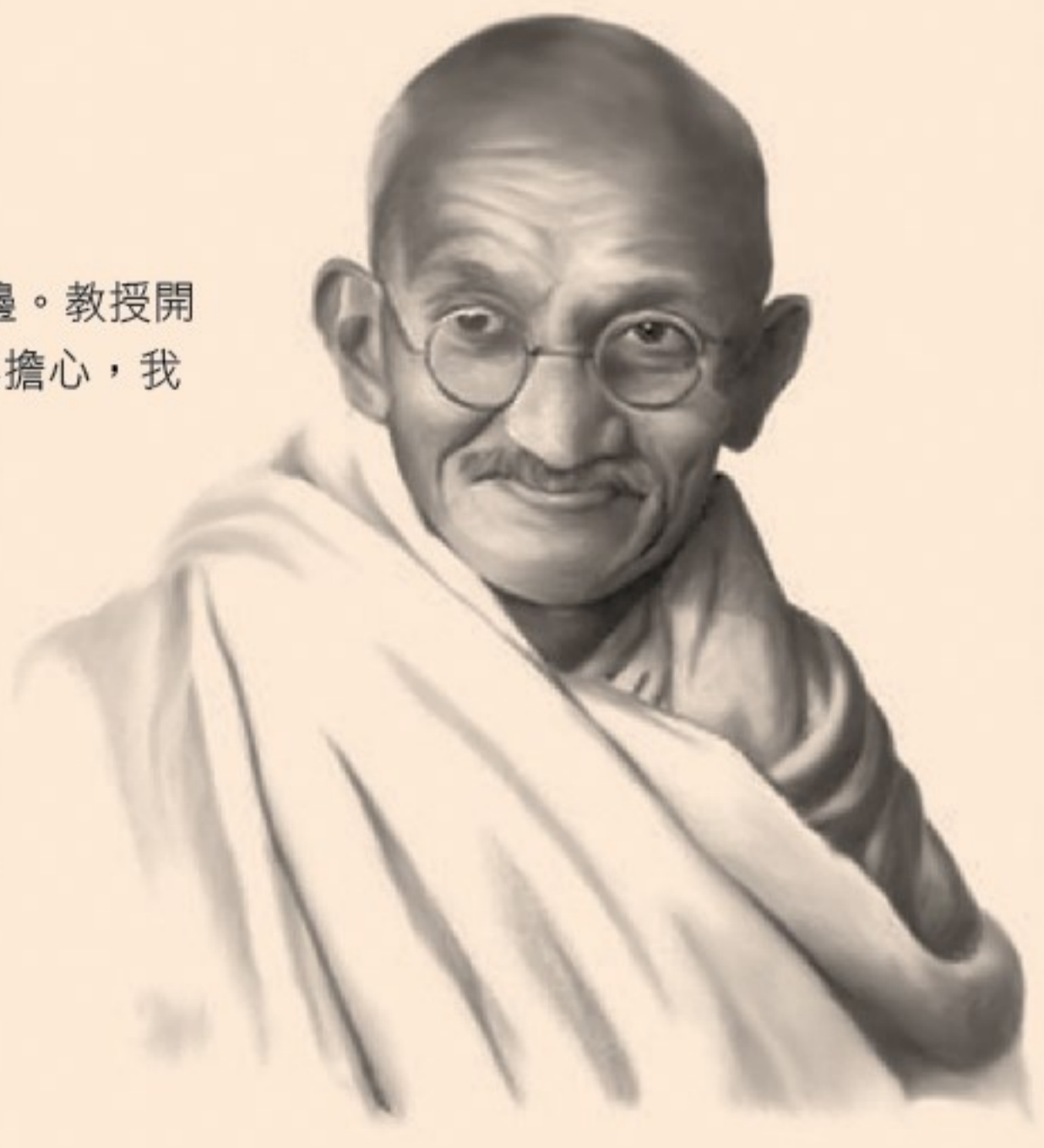
以下是一個關於印度聖雄甘地的智慧機敏故事。

甘地在倫敦修讀法律的時候，某教授不喜歡他。一天教授在校園餐廳用膳。拿着餐盤的甘地坐到教授身邊。教授開口說：「甘地先生，你不明白，豬和鳥是不會坐在一起吃東西的。」甘地看着他，回答說：「教授，你不必擔心，我馬上飛走。」說完走到了另一張餐桌。教授氣的滿臉通紅。

有一次，教授問甘地一個問題：「甘地先生，你若在街上看到地上兩個包裹，一個裝着智慧，另外一個裝着很多錢，會選擇哪一個呢？」甘地毫不猶豫的說：「當然是有錢的那個。」教授帶著諷刺笑說：「我就會選擇智慧，你知道嗎？」甘地聳聳肩淡定回答：「每個人都會選擇自己沒有的東西。」教授這次怒不可遏。

下一次，教授在甘地的試卷上寫了「白痴」二字交給甘地。甘地拿了試卷，走到教授跟前說：「教授，你在試卷上簽了名，卻忘記給我打分啊！」

面對一些人，一些事情，動動大腦，從容不迫，巧妙的化解才是人生智慧。



科學週 2017

本校於2017年4月27至5月4日舉行科學週，目的為培養學生對科學的興趣；並促進學生對科學的探究精神。以下是同學分享：



吳狄朗 2C

我們的攤位是「不爆的泡泡」和「最大的泡泡」，負責研究泡泡製作的最佳比例。我們的攤位辦得成功，當中我學曉新的科學知識。

李鈺熙 4D

為何燈泡會發光？燈泡裡有什麼？在這次的科學週的週會上，我不但知道了答案，更瞭解了許多有趣的科學知識。原來，我們生活中的很多電器都充斥著許多有趣的物理常識。

伍英蕙 4D

攤位遊戲令我瞭解到人體對於不同刺激的反應，例如讀出紙上文字的颜色，令我知道原來眼睛看見同一樣事物時，右腦和左腦會理解成不同訊息。

楊汶才 3A

這是我首次擔任物理魔術攤位的表演人員。此次活動令我明白：當我們做一件事時，不用把它想得太複雜，只要肯下功夫，堅持不懈，最終一定會成功。

馮嘉琪 5D

在科學攤位上，我將生物課上學到的運用在實際的操作上，並向同學講解，能學以致用，我感到十分開心。令我印象最深刻的項目是VR體驗，因為能體驗進入人體心臟及肺的內部，感覺十分新奇有趣。

蘇卓文 4C

解剖青蛙是難能可貴的經歷，因為在中學的課程中，並沒有太多機會能夠接觸到兩棲類動物。這次活動經歷，令我對兩棲類動物的身體結構有更深的了解。



智言慧語（二）

「四塊糖果」的故事

著名教育學家陶行知先生當校長的時候，有一天看到一位男生用磚頭砸同學，便將其制止，並叫他到校長辦公室去等候。

陶先生回到辦公室時，男孩已經等在那裏了。他掏出一顆糖給這位同學：「這是獎勵你的，因為你按時前來辦公室。」

接着他又掏出第二顆糖，說：「這也是給你的，我不讓你打同學，你立即住手了，說明你尊重師長。」

男孩接過第二顆糖，陶校長又說道：「據我了解，你打同學是因為他欺負女生，說明你很有正義感，我再獎勵你一顆糖。」

這時，男孩感動得哭了，說：「校長，我錯了，同學再不對，我也不能採取打人的方式。」陶先生於是又掏出一顆糖：「你已認錯了，我再獎勵你一塊。我們的談話也結束了。」

陶行知先生這樣做的好處有三點。第一沒有當面訓斥，在其他同學面前給孩子保留了面子和尊嚴；第二點避免了自己感情用事，給了自己冷靜思考和進一步調查事件緣由的時間；第三，給孩子留下了反省自己錯誤的時間，使他有機會緩解衝動，認識錯誤。



大學遊蹤文稿

升學及擇業輔導組於3月29日舉辦「大學遊蹤」活動，帶領中二級同學分組參觀本港各大學校園，包括香港大學、中文大學、科技大學、理工大學、教育大學或浸會大學。是次活動主要是希望讓中二級同學體驗大學生活及認識大學環境，提升他們的學習動機，以入大學為目標。以下是同學於活動後的分享：

香港科技大學



呂芷晴 2C

原來大學的地方這麼大，到處都充滿著新科技。我好像有點期待自由的大學生活，也有點害怕學業緊湊的大學生活。我希望能進入大學，所以會更努力讀書。

黃凱鈴 2C

在這次活動中，我感到十分新奇。例如大學的課室和實驗室與中學的區別很大。這些東西不但增加了我的見識，也增加了我對大學的認識及期望。

黃子駿 2D

大學四周的環境十分舒適，令我沉醉在這次行程中。參觀了科大後，令我對大學生活倍感興趣，亦增加了我努力讀書的意志。

香港大學



薛芊蕾 2D

師兄跟我們說，在莊月明文娛中心有一個傳說，本來只顧著玩耍的我突然認真豎起耳朵聽……還有在學生會附近的雕像，第一眼看見覺得很恐怖，但聽老師說是六四事件的象徵後，我感到十分傷感。

最後，我認為大學有著強大的氣勢，象徵香港的知識庫存，這些都讓我讚嘆不完。

鐘昕桐 2D

校區很大，建築十分漂亮，風景也很美麗。經過這次活動，使我更加瞭解這所大學，同時也增加了我對它的興趣，回去之後，我一定得好好對它進行一番瞭解。

香港中文大學



鄭嘉敏 2A

我最喜歡大學圖書館，因為我覺得那裡很有學習氣氛。這所學校很大，到處充滿歡樂，而且環境很優美，我希望自己將來能夠入讀這樣歡樂的大學。

楊啟堯 2C

我認為這次的旅程十分有意義，因為我經常在電視中看到這所學校，這次親身到訪才發現原來校園是這麼大的，十分驚嘆。

陳凱晴 2C

這次「大學遊蹤」，改變了我對大學的既有印象。原來大學的校園是那樣的優美、清幽。最令我感到意外的是——原來大學生也是十分忙碌的，感謝師兄師姐們抽空帶我們遊覽校園。

香港理工大學



胡敬僑 2B

這次活動對我來說是一次新的體驗，讓我可以預先體驗一下大學的校園生活。原來校園生活是那麼的多姿多彩，只要我們認真感受，就會發覺校園裡歡樂處處，所以我一定會更加珍惜現在的中學生生活。

袁彩怡 2C

大學有很多不同的設施，令我對大學更有憧憬，更希望可以讀大學。雖然我的成績不好，但我會加倍努力學習的。

香港教育大學



符錦源 2A

這是我第一次參觀大學，我感到非常興奮。我覺得這所大學十分大，還有很多的設施，使我瞭解了大學生的生活。

劉榮浩 2A

山，空濛濛地向後蔓延；天，空曠曠地乘載著雲。風，從我耳邊吹過，我感受到大學裡的同學們在享受著青春結出的果實。他仍笑著，像融融的太陽，明亮灼目。感受著這一切，我的思緒飛揚，但是純粹的快樂是要通過努力，十年寒窗才可換來的，所以我要更努力，有花堪折直須折，莫待無花空折枝。

香港浸會大學



麥若南 2B

經過這次遊蹤後，我深深瞭解到大學的生活模式。我想我已經有點愛上了大學的生活。感謝校友的分享，介紹非常詳細。我亦會開始努力讀書，希望將來可以升上大學。

李偉圖 2C

令我印象最深刻的是參觀中醫藥大樓，那裡有很多中醫藥藥品，還有小遊戲可以玩，令我學會了很多中醫藥知識。我覺得這次的活動使我獲益良多。

吳心淳 2D

我們參觀了許多設施，感覺整所大學非常大，很容易迷路。另外，我們還去了校友就讀的傳理視藝大樓，並且參觀了拍攝電影的場所，同學們都感到非常興奮。參觀了這麼多的新事物，讓我更瞭解浸會大學。

合唱團、中樂團及管弦樂團

本校合唱團、管弦樂團和中樂團於三月參加了香港聯校音樂協會舉辦的「聯校音樂大賽2017」，分別獲得兩個金獎（合唱團）及兩個銀獎（中、西樂團）。以下是各團員的分享：

合唱團



盧詠妍 1B

合唱團是我唯一參加的團隊，經過這次比賽，我提升了歌唱技巧，我真慶幸自己能夠加入合唱團。

朱凱晴 1D

比賽時，我緊張得全身發抖。當我們以為自己不能獲得任何獎項而感到沮喪時，評判卻宣佈我們獲得金獎，這著實讓我們大吃一驚。我會記住這難忘的一天！



管弦樂團



張允恩 1C

比賽的時候，我們盡情地演奏，最後，皇天不負有心人，我們獲獎了。十分感謝我們的指揮，因為他一直以來都很耐心地教導我們。

吳藹瑩 2C

當我步進比賽場地時，見到其他學校的團員都比我們多，而且他們的參賽歌曲也比我們的長，這使我們倍感壓力。

拿不到金獎是意料之內的，但我們能以不錯的成績奪得銀獎，也足以為我們留下美好的回憶。



中樂團



陳盈盈 2A

預備期間，我見到每個人都盡力練習，這令我明白團隊的成功，是需要每個人的付出。今次的比賽，我們獲得了銀獎，希望下一次比賽可以拿到更好的成績。

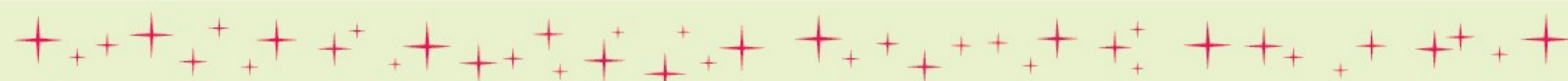
李嘉慧 5C

比賽的難忘之處，在於它記錄著我們每個成員的成長。過程中，團員們從一盤散沙，到慢慢磨合，最後並肩作戰，向著同一個目標進發。那個時刻，我充分感受到團隊的精神及力量。

比賽已經結束。但是，當中片段，卻一直留在我腦海深處，直至永遠。



無伴奏合唱營



合唱團十多名團員參加了由青協舉辦的「2017國際無伴奏合唱營」。以下是同學的分享：

陳依琦 1D

我這次合唱營中，我上過beatbox課、跳舞課、唱歌課和編曲課。我覺得beatbox課最辛苦，學了兩小時，一個音都學不會，只記得B、T、K的發音。相反，跳舞堂及唱歌堂對我來說是較輕鬆的。

儘管如此，我仍覺得所有課堂都充滿歡樂，我十分享受這次活動。

蔡焯瑤 1D

和外國導師一起唱歌的時候，我感到十分興奮。他們給我們作示範，唱得十分動聽，我也聽得十分入迷。

拍音樂錄像當天，正下着大雨，但我們仍然堅持拍攝。我感到非常滿足，因為這是我人生第一次拍音樂錄像呢！

黎穎霖 4C

在第一天的集體遊戲中，我們組沒有表現出很好的默契。後來，經過一輪歌唱訓練後，我們互相配合，彼此間增加了不少默契。而在外國導師的指導下，我們的歌唱技巧有了很大提升。



聯校奮興營

港島區聯校學生奮興營以「來，跟從我！」為主題，於2016年8月20至22日在赤柱聖士提反書院舉行。營會內種種活動都旨在挑旺同學的基督徒生命，將祝福帶回校園，在校內作基督徒的榜樣。本校的領隊導師是高焯鳴校友。是次營會有三個主題，分別為「安息」、「和好」以及「福音的大能」。以下是兩位同學的分享：

翁芷澄 (2016中六畢業生)

聯校奮興營，顧名思義，是一個奮興我們生命的營會。這一年，神不單止將復興的火燃點這一代的年輕人，還讓我們在愛中與祂相遇、與祂同行。

第一天的晚會提及棄絕「老我」。我以往聽到這棄絕「老我」，總有一份懼怕，以為這是可怕的事。誰知道神用祂豐盛的愛來感動我，讓我明白神的心。在敬拜裏，神呼召一班年輕人不再在罪中跌倒，要在真理上站得穩。當時我深受感動。神呼召我們棄絕「老我」，目的不是叫我們難堪，而是得到真正自由，不再被壞習慣和罪捆綁，更叫我們不再活在不配和羞恥的感覺裏。原來神的律例，話語和每個呼喚，都是帶著愛，讓我們得著豐盛的生命。

因著神的愛，我們可以勇敢回應神。神透過彼得的故事來鼓勵我們。昔日，耶穌在水面上行走，彼得也勇敢地要到耶穌那裏去。當講員邀請我們去默想和體會彼得的心，我們才發現，彼得心中是多麼渴慕與耶穌一起，他多麼渴望與耶穌經歷神蹟奇事。那一天我決定回應神：就是在校園裏傳福音，讓神的大能扭轉每一個生命。當天我決心像彼得一樣往深海踏出去，勇敢前往神指示我去的地方，不再回頭！我縱然軟弱，仍然選擇與耶穌一起，在祂的愛中走下去。

約翰一書四章十八節提及，愛裡沒有懼怕；愛既完全，就把懼怕除去。神的愛能夠使我們不再活在懼怕和羞愧裏，讓我們得著真正的自由！



梁曉瑩 6C

聯校奮興營經歷很難忘。

營會第二天下午，我參加「靈情加油站」工作坊，其中一個環節叫「彼此相愛」。在看完耶穌為門徒洗腳的經文後，我們要想一下在生活中與人交往是否遇到困難，然後向神祈禱。當時我腦海中浮現了一個人名，我知道他不太喜歡我，因為他受朋友的影響，認定我是招人討厭的人，但其實我倆沒怎麼相處過。於是我就向神禱告。

晚會過後，我們在敬拜當中有一段時間向神認罪。當我祈禱認罪後，便有人在我背後拍我，原來就是我在下午想起的那個討厭我的人。他主動向我道歉，說想與我重新認識。

神希望人與人之間的關係得到復和。神會聆聽大家的禱告，在祂那裡充滿著滿滿的愛。只要大家願意向神祈禱，神就會給予勇氣讓你和你身邊的人的關係得到復和。因著祂的愛，我願意以神的眼光看待身邊每個人。我不在乎人的外表，而是看重人的內心。我不去惹惱他人，即使生氣，亦會盡快消解憤怒和原諒他人。這就是我對神的回應。

Watoto音樂佈道會

非洲烏干達Watoto兒童合唱團於去年10月起有半年多的日子在亞洲多個地區巡迴音樂佈道，呈獻全新製作的表演節目——“Oh, What Love”。本校教會中華傳道會柴灣堂及柴灣百德浸信會於去年12月25日（星期日）下午在本校舉辦其中一場音樂佈道會。

Watoto的兒童每一個都經歷過家庭分離，被逼流落街頭風餐露宿，在垃圾堆中尋找食物。Watoto機構拯救他們，安排他們居住在Watoto兒童村內。自1994年起，Watoto兒童合唱團走訪世界各地，藉著歌舞介紹其願景及使命。訴說當地這些孤苦孩童的困境，以期獲得支援，令孩童得以培育和重建家園。其音樂揉合了現代福音與傳統非洲音樂，充滿動感，表彰神改變他們生命

Watoto兒童村內的受助兒童介乎兩歲至十二歲。他們須上學讀書接受教育。村內設社區中心，可以舉行學生集會、社區活動及教會崇拜；並設有診所，提供醫療服務。兒童從中找到平安穩、人生意義和活潑靈命。以下是兩位參與同學的分享：



何嘉莉 3D

聖誕節大家會做甚麼事呢？今年聖誕節我獲柴灣堂邀請擔任Watoto音樂佈道會的義工。Watoto大部分是非洲烏干達人。我最初擔心會受到他們歧視和排斥，然而他們來到學校時卻給我們大大擁抱，並說“Merry Christmas, nice to meet you! What is your name? How are you today?”我非常感動，因為我沒想過他們會這樣熱情。

我們一班義工有搬運的、有弄傳單的、有設置攤位的……種種工作都非常辛苦，但我們沒有埋怨，因為我們深知我們的辛苦，一切都為了上主。

Watoto音樂會開始後，我們眾義工趁著空閒進入禮堂，欣賞他們美妙的歌舞。不知道是否自己的淚線太淺，在欣賞過程中我竟然情不自禁流下眼淚。當時我腦海只記掛着一句「願一切榮耀歸於神！」

音樂會結束之後，攤位義賣隨即進行。我們盡力吸引顧客，為的不單是賺取金錢，而是希望運用義賣的收益購買抑壓愛滋病的疫苗，讓被愛滋病折磨的烏干達人有藥可用。

晚餐時間，Watoto的同工和兒童邀請我們一起吃晚餐，互相交流。我印象最深刻的是Shylock，她就是第一個向我打招呼的Watoto同工。她的音樂天份很高，聲線也十分獨特。她不斷地向我分享她的信仰經歷，我們很快便交了朋友。

李鏗詠 2A

聖誕節很多人都外出遊玩，不過今年我卻選擇在Watoto音樂佈道會擔任義工。

我印象最深刻的，是與天真可愛的非洲小朋友一起參加聖誕派對。大家雖然互不相識，但都看作朋友，十分開心。我們贈送聖誕禮物給他們。對於香港兒童，一份聖誕禮物可能無足掛齒；不過對於這些非洲小朋友來說，一份聖誕禮物可以帶來無比滿足。當我看到他們拿到禮物時的興奮樣子，我覺得我們香港兒童真是「身在福中不知福」。

最後，我們依依不捨地和這些非洲小朋友告別。我覺得他們算是不幸中的大幸，因為在Watoto機構的幫助下，他們可以過新生活，可以重新做一個快樂的小朋友！然而非洲仍然有很多人受到病患困擾，甚至甫出生已患上愛滋病。為了稍盡綿力，我在攤位上購買一件外套，幫助遠方的小朋友！

湯博士訪問

訪談對象：湯兆昇博士 校園記者：何雅雯 4D、郭境汶 4D

5月4日科學週期間，學校邀請了中文大學湯兆昇博士和本校同學主持電力物理講座。我們有幸於活動完結後得蒙湯博士接受訪問。

1. 湯博士是何時及怎樣發現自己對物理方面感興趣的？

準確來說應該是高中的時候。初中時我對觀星、天文方面感興趣，但升上高中後，發現單單只是觀星好像缺少了點什麼。我便開始想，到底為什麼星星會發光呢？它是怎樣發光的呢？就這樣，我開始從這些問題著手研究，發現原來當中的原理都與物理學有關，自此我就對物理產生了興趣。

2. 為何您會選擇從事教育行業？

因為我發現做研究並不是一個最好的選擇——它對社會的影響不大。除了學術界之外、普通的市民對此根本不認識。反之，教育的影響更大。我能夠將物理的知識傳授給下一代，啟發他們的科學思想，使他們可以自己創造可能性，向不同方面發展——這樣意義更大。

3. 為何您會參與《學是學非》的節目？通常大學教授不是很忙嗎？

當教授可以傳授知識、對象局限於大學生圈子，但社會上仍有很多人不懂科學、科技對人類生活發展的重要。我希望能將科學以一種更生活化、更有趣的方式帶到社會大眾之中，且引起他們對科學的關注。《學是學非》這類涉及科學領域的節目正好合適，所以我便參與其中，擔任客席主持。

4. 作為《學是學非》的客席主持，有沒有覺得自己更廣為人知？對您有什麼影響嗎？

肯定會有些影響。現在小孩子見到我多數會和我打招呼，有時候也碰到過一些家長來找我簽名、合影。這些都令我感覺自己備受重視，甚至會生出不少的榮譽感。而我能藉此機會接觸到更多的人、向更多人傳授科學知識。



5. 您如何教導同學或大眾將物理的知識應用在日常生活中？

在電視節目上，我用一些簡易的、令人感到有趣的方法去吸引人們多留意物理知識；比起在學校授課，我認為用幾十秒的內容去解釋物理知識是很困難的，因為你需要將內容濃縮化，也可能是將一大篇的文字，演變成一段短片，中間要經過多方面的思考。

6. 據網上資料顯示，以前您的數學成績很差。可是物理和數學有密切的關係。您是怎樣去克服這個問題的？

我不斷地做數學練習題，令自己的思維能力變得更強。所以到了中學的階段，我自己的數理能力已經變得很扎實，足以令我應付物理要面對的數學問題。

7. 在您的教學生涯中，有沒有遇到一些困難令您至今仍記憶猶新？您又是如何去面對這些困難的？

困難肯定有的。物理實驗通常要花費很多時間，所以時間的限制是教學的困難之一；其次是學習物理的學生人數不斷下降，其實學習物理知識可以訓練分析能力，讓自己的目光變得更遠大。

8. 學習物理很不容易，湯博士有什麼鼓勵的話要對同學們講嗎？

希望各位同學能夠瞭解自己的理想，並探討固中學問。無論是物理科，還是其他的學科，都需要瞭解當中的深層意義，才能令自己所學沒有白費。

(以上是湯兆昇博士於2017年5月4日接受校園記者的訪問。)

Peace Box 祝福大行動

學校應Peace Box祝福大行動創辦機構的邀請，認領50個Peace Box，邀請全校師生參與其中。活動提倡和平與愛的信息，透過轉贈小禮物將關愛送給一些基層家庭，尤其是年幼的子女或一些貧困、病患中的弱勢社群，讓他們感受人間有情、互助關懷的幸福。以下是捐贈同學的分享：

江樂瑤 4A

我捐玩具是希望幫助一些弱勢社群家庭，他們可能沒有能力負擔子女額外的娛樂，因此，我希望藉此活動幫助他們。

那些玩具都是我小時候的玩過的，現在已不適合我了。它們對我來說可能只是一些浪費空間的東西，但對其他小朋友來說，可能是一些有趣的玩具。雖然它們並不新潮，但卻能為小朋友帶來快樂，如童年時的我一樣。

捐贈舊物可能只是一些微不足道的小事，但對受惠者來說，卻充滿着愛心和溫暖。只要我們每人都獻出小小的心意，這個社會便會充滿著愛。



灣仔社區保育同學感受

綜合人文科陳燕玲老師及周思慧老師於2017年3月24日帶同二十位中二級同學，參加聖雅各福群會「灣仔社區文化保育考察」活動。他們參觀了北帝廟、和昌大押、舊灣仔郵局和藍屋一帶，透過導賞員的講解，他們瞭解該區建築、歷史及人文特色，從中認識保育和可持續發展等課題。以下是同學的體會：

鄺嘉欣 2B

透過是次考察，我瞭解灣仔的歷史變遷和居民對灣仔的感情。我印象最深刻是北帝廟和藍屋一帶的地方。北帝廟被評定為一級的歷史建築，內裡的銅像已有百多年歷史了。藍屋這間屋子的外觀平平無奇，想不到竟是一級歷史建築。

隨著經濟發展，灣仔不少大型填海工程及舊區重建項目拆毀了不少頗具特色建築物，不少居民也需要搬離這個他們成長的地區。他們會忍心看到自己的社區因為城市發展而面目全非嗎？城市發展是否比歷史和文化保育更重要呢？

