

肇訊

鄧若璠題

二零二六年夏
王肇枝中學校友會贊助

王肇枝中學 電話：26561270

網址：<http://www.wscss.edu.hk/>

《肇訊》第五十期編輯委員會

編輯委員：6A 丁思雅 6A 徐麗媛
4A 鄭梓彤 4D 陳嘉皓
2B 鄭芷晴 2B 俞晶涵
2B 蘇婉淇

顧問老師：香致坤老師 黃嘉兒老師
葉寶玲老師 陳懿晴老師
譚祉恬老師 Mr. Joseph Wariner

《本期專題》



「圖書館新姿」

《編者的話》

本校圖書館換上全新裝修，以更清新明亮的面貌迎接同學；此外，本年中，本校多個隊伍接連報捷，勇奪多項殊榮。本期《肇訊》將帶你穿梭書香新地標，並走進得獎同學、團體背後的故事，共證校園散發的創新與光芒。

李居之圖書館裝修改建

——訪問何思穎老師

6A 丁思雅



經歷數月的大規模裝修，學校李居之圖書館終於二零二五年十一月以全新面貌亮相。除了藏書與閱讀區更加舒適明亮，館內更增設了咖啡間與展覽室，令師生耳目一新。咖啡間讓人在書香中稍作歇息，展覽區則可進行專題展覽或講座。這個結合閱讀、休憩與展示的多元空間背後有何理念？我們特別訪問了圖書館主任何思穎老師，為大家詳細介紹改建背景、理念、具體工程及未來發展等。

（記：記者 何：何思穎老師）

記：這次圖書館大規模裝修改建的主要原因是什麼？可否簡介一下背景、過程？

何：工程於二零二五年八月正式動工，並於二零二五年十一月二十一日舉行了開幕典禮。是次新館舍的改建承蒙李居之校長家族慷慨捐贈八十萬元支持，使計劃得以順利推行，為師生打造更理想的學習空間。

記：在提升水平方面，除了硬件升級，軟件（如館藏資源、電子服務、閱讀活動）有哪些同步優化？

何：改建後的圖書館不再只是閱讀書籍的地方，而是全面升級為校內的「學習知識中心」，空間設計更具開放感與靈活性；而增設了咖啡間，讓學生在舒適放鬆的氛圍中閱讀與交流，營造既專注又愉悅的學習環境，提升整體學習體驗。

記：新增咖啡間的構思從何而來？

何：新增咖啡間的構思由鄭校長倡議。近年不少圖書館及書店，如西西弗書店、西半山柏道的 Books & Co. 等，都設有咖啡及輕食空間，將閱讀與生活品味結合，營造輕鬆而具文化氣息的环境，我們的咖啡間也有相近意念。



學校希望同學能在享受咖啡的同時，以更「chill」的心情投入閱讀。咖啡間現由學校 Career Ambassador 負責營運，讓學生在實踐中學習服務精神及職涯技能。至於圖書館的寧靜氛圍，空間設計已作分區規劃，確保閱讀區保持安靜，互不干擾。

記：新圖書館設計上又帶給師生怎樣全新的使用體驗？

何：圖書館內亦有增設供學生學習及閱讀的區域，如窗前的高腳凳，天空圖案的燈帶下方的沙發座椅等。同學們在閱讀期間抬頭仰望，便能見許多寫有打氣話語



的卡片懸掛在上空，為同學們送上絲絲溫暖。另一邊的長條型座椅拼成了一個十字架，象徵王記的基督教背景。

記：展覽廳及會議廳的設立是否代表圖書館未來會承擔更多文化推廣或學術展示的角色？

何：此外，圖書館內亦增設展覽廳及會議廳，象徵圖書館未來將承擔更多文化推廣與學術展示的角色。現時中文科、英文科及中國歷史科已在館內舉辦展覽與讀書會，日本文化學會亦曾舉辦相關文化活動，使圖書館成為跨學科交流的重要平台。



記：在提升水平方面，硬件升級、軟件方面有哪些同步優化？

何：除了上述硬件設施的全面升級外，圖書館亦同步優化館藏資源及電子服務，引入更多電子書及數碼閱讀平台，以配合時代發展。如館內新增讀書會場地及互動電子白板設備(Smart Board)，可作展覽、講座及讀書會之用，讓學生在互動與分享中深化閱讀體驗，推動校園閱讀文化。

記：改建後，圖書館的使用人次或借書量有沒有初步變化？

何：改建後，圖書館的使用人次明顯增加，整體氣氛更為活躍。不少學生於課餘時間主動前來溫習或閱讀。Coffee Corner及讀書會空間尤受同學歡迎，成為校園內熱門的學習與交流地點。裝修後圖書館的分區十分清晰，同學們更能自由地暢遊在書海，享受知識的樂趣。

記：現時圖書館又有哪些推廣校內閱讀的計劃？

何：現今，圖書正推行多項閱讀推廣計劃，包括教育局「閱讀千里號」計劃、公共圖書館閱讀計劃、中英文科廣泛閱讀計劃、網上閱讀平台「篇篇流螢」，也曾與沐恩書院及迦密柏雨中學聯辦聯校讀書會及作家講座。此外，本年度起，圖書館每兩個月出版一期《圖書館通訊》，每期刊載呼應十二項價值觀的中、英文篇章各一篇，平均每月提供一篇文章供同學閱讀。完成相關問卷，可獲小禮物一份。

記：未來圖書館還有哪些進一步的發展計劃？

何：展望未來，圖書館亦計劃推動更多聯校讀書會，加強校際交流；同時積極推廣電子書閱讀，培養學生數碼閱讀能力。正如上面提及，圖書館呼應校方提倡的12項價值觀（即：「堅毅」、「尊重他人」、「責任感」、「國民身份認同」、「承擔精神」、「誠信」、「仁愛」、「守法」、「同理心」、「勤勞」、「團結」和「孝親」）定期出版上述圖書館通訊。透過多元化活動，營造濃厚閱讀氛圍，培養學生終身閱讀的習慣。這便是新館舍設立的初衷和終極目標。

記：謝謝何老師。

這座明亮舒適的新圖書館，不僅是借閱書籍的地方，更是學習、交流與放鬆的多元空間，誠邀你親自來體驗。



茶香漫校園 藝韻育英才

茶藝班介紹

6A 徐麗媛

本校茶藝班自成立以來，以弘揚中華傳統文化為初心，成為校園內一道獨特的風景線。開設茶藝班的初衷，不僅是讓學生在課堂之外接觸具有深厚文化底蘊的藝術形式，更希望可幫助學生舒緩學習壓力，習得禮儀之道與待人接物之法，在潛移默化中涵養內在修養。

經過數年的耕耘，茶藝班的成效有目共睹。負責茶藝班的何思穎老師表示，學生在禮儀表現、專注力和文化素養上均有顯著提升，許多同學已能自信得體地接待校內外嘉賓，待人接物更顯溫文有禮。在茶藝學習中，透過反覆練習沖泡技巧與完整禮儀程序，同學們的專注力與自信心也大幅增強。



茶藝班的突出表現更成為學校亮點。目前已有5名學生獲選為「茶文化大使」。在學校開放日活動中，茶藝班同學展現專業風範，兩天內共沖泡超過二千杯茶，細膩的技藝與溫暖的服務獲得來賓一致讚賞。在畢業禮等重要校內場合中，同學們的茶藝展示同樣備受嘉許，已逐漸成為學校的特色項目之一。

除了日常學習，茶藝班積極參與各類校內活動，包括開放日接待及各式典禮服務。在真實情境的磨練下，同學們不僅鞏固了所學技巧，更提升了臨場應對能力、自信心與團隊合作精神，真正做到「在實踐中成長」。

展望未來，何思穎老師表示，茶藝班將繼續深化發展，鼓勵學生報考公開認證考試以提升專業水平，同時進一步豐富課程內容。在傳承中華茶文化的同時，也為學生拓寬未來的個人發展空間。

學員分享 4C 應非凡



一杯清茶，不僅承載著千年文化，更在校園中悄然滋養著新一代學子的心性。學校茶藝班，正以溫潤而持久的力量，書寫著屬於這一代學生的文化與成長故事。

第五十七屆陸運會

本校第五十七屆陸運會於2026年3月18日及19日假大埔運動場舉行，天清氣朗，各健兒悉力以赴，努力爭取佳績，台上啦啦隊亦全力為場上運動員打氣，四社幹事帶領社員在閉幕典禮上為嘉賓和觀眾送上精彩的社舞表演。學生透過參與陸運會展現體育精神及享受多個月來辛苦練習之成果；最後全場總冠軍由信社奪得。

是次陸運會邀請得本港頂尖攀山專家曾志成先生蒞臨主禮。曾先生曾四次成功攀上珠穆朗瑪峰，亦創下完成攀登七大洲高峰的壯舉。近年更致力將登山運動帶入校園，他的人生哲學是「讓挑戰成為習慣」。曾先生分享了他在成長和創業路途上的一些挑戰，如在創業過程中所受的困難、個人傷患等，但最後均能靠著登山訓練中所得的堅忍精神化解，隨後曾先生勉勵同學不要視困難為困難，而是可以跨越的挑戰，無論情困境如何，均須以正面角度思維視之；而這些經歷可以令同學成長，及改變以後的人生。



2024-2025年度畢業頒獎典禮圓滿舉行

2026年2月13日，本校舉行2024-2025年度畢業頒獎典禮，有幸邀得香港大學副校長（健康）、香港大學李嘉誠醫學院院長、講座教授劉澤星教授擔任主禮嘉賓，並頒發畢業證書。



劉澤星教授是香港風濕病學的先驅。1992年，本港僅有三名風濕科臨床學者，劉教授迎難而上，積極建立科研網絡，為香港在國際風濕病學領域奠定重要地位。他曾任香港醫學專科學院主席，現為全國政協委員。2001年，他創立香港風濕病基金會；2011年，共同創立亞太狼瘡合作組織，推動區域研究，並制定亞太區首份類風濕關節炎治療指引。此外，他曾任亞太風濕病協會聯盟主席，獲選為歐洲風濕病學協會聯盟榮譽會員及歐洲科學院院士，同時獲多所海外醫學院頒授榮譽院士銜。在港大醫學院，他積極推動課程改革，倡設「增潤學年」，以拓闊學生視野。公餘時間，他熱愛跑步，身體力行，展現育醫造才的熱誠與堅持。

典禮上劉教授以「SECOND CHANCE」（「第二次機會」）為題發表演講，勉勵畢業生。他提到，離開校園後，人生難免經歷不順與挫折，但這並不可怕，因為總會有人給予我們第二次機會，讓我們重新出發；而當自己日後有能力時，亦可以把這些機會回饋他人。

劉教授分享了三段經歷。第一，他高考成績不俗，報考英國丹地大學醫學院，面試雖有失誤，仍獲主考教授給予機會，完成醫學本科及博士課程，他深懷感恩。第二，他熱愛長跑，初戰馬拉松因過份自信失敗，經檢討後終能每年完成賽事，體會到人生需要準備，往往有第二次機會。第三，他主持面試時，見不少考生因成績未達標或生病未能入讀心儀學系，大學仍讓他們在其他學系學習或康復後入讀醫學院。劉教授總結，人生難免失敗，只要做好準備、不灰心，總有機會發揮所長。



劉教授語重心長的分享，相信同學們皆能深受啟發，獲益良多。

WSC Got Talent

----才藝洋溢的舞台

5D 黃韋綸

2025-2026年度由音樂學會及舞蹈學會聯合舉辦的「WSC Got Talent」在4月30日順利舉行，藉此感謝各位同學的支持。是次才藝表演（Talent Show）除了有各參賽者帶來出色的表演外，更有幸能夠邀請到香港男子組合ALITZ以及本校校友、歌手蔡憶穎小姐擔任嘉賓。

伴隨著熱烈的掌聲和歡呼聲，以及兩位主持風趣幽默的介紹，各參賽者都在舞台上以最自信的一面帶來他們歌唱、舞蹈和樂隊演奏等表演。相信不論是浪漫感性的彈唱，或是動感十足的舞蹈，都在同學的腦海裏留下深刻的印象。而在整個禮堂裏，觀眾與參賽者所投入的氣氛，隨著ALITZ以及Dance Team分別帶來的跳唱和跳舞的壓軸演出來到了高潮。

眾參賽者的精彩表演可謂各有千秋，也展現了王記同學多才多藝的一面。而最後獲得季軍的是以《Antifragile》跳舞表演的4B尹仟漫；4A鄧淑靜為千禧年代的經典廣東話流行曲《心急人上》編舞，獲得亞軍；而獲得冠軍的是1C徐安雅，她表演的《Water》跳舞表演與其精湛的舞蹈獲得評判和觀眾的青睞；最後，獲得「最佳人氣獎」的組別則是加入了古箏元素的樂隊「古風小生」（成員有5C王紫漣、鄺紫晴、5D溫梓櫻和施鈺霖），她們所演奏的《煙火裏的塵埃》也展現了煙花感性的一面。

而幾位嘉賓和評判在尾聲時鼓勵一眾同學繼續努力，找到屬於自己的座標，並勇敢無畏地追逐夢想。希望同學能夠像表演的其中一首歌《Shooting for the stars》中所述，「為了更閃爍，踏向未來；為了更起脫，累也不改。」

近年我校不少同學在一些地區性學術、藝術活動競賽中表現出色，勇奪佳績，展現了不凡的才華與創意。以下分享一些同學的得獎感受，並期待你也能在不同領域發出光芒。

琴聲悠揚，伴我成長

——我的揚琴學習之旅

我從小學一年級就跟隨琴行老師學習揚琴，從開始接觸「陌生」的揚琴，到現在的「愛惜」，至今共經歷了八年的學習時間。

我剛開始只是想學一個樂器，但在老師的啟蒙下，透過學習基本功，學習揚琴的歷史、結構和音色，學習揚琴千變萬化的演奏技巧和剛柔並濟的琴聲後，就對揚琴產生了濃厚的興趣，因此立下要努力學琴的目標。在老師的辛勤指導和鼓勵下，我參加過多項香港、內地的比賽及演出，藉此挑戰自己及磨煉琴技，發掘音樂的不同演繹風格。

只透過學習與理解，還是遠遠不夠的。近年，我參加了「首屆中國揚琴精英展演暨青島揚琴文化節」與「第六屆國際揚琴音樂節」，分別在重奏比賽和獨奏比賽中得到金獎、傑出金獎（金獎的金獎）、銀獎，並且在「首屆香港國際揚琴音樂節」與「第二屆香港國際揚琴音樂節」重奏組、獨奏深造組和廣東音樂組奪得冠軍。通過參加這些比賽，在突破自己的極限的同時，我更加瞭解揚琴是一件「世界性」的樂器，比如伊朗的桑圖爾琴（Santoor）、印度的桑圖爾（Santur）與歐洲的欽巴隆（Cimbalom），從而令我真正瞭解世界揚琴的歷史與特色，亦令我的視野更加廣闊，更有信心以不同方式宣揚中樂文化。



2024年4月，我參加了「首屆中國揚琴精英展演暨青島揚琴文化節」，聯合世界各地揚琴演奏家四百多人一同演奏首演作品，場面十分壯觀及令人震撼，並成功創造了健力士世界紀錄；參與這次大合奏時，我除了得到觀摩其他演奏者的機會，還增廣見聞、

2D 蘇子晉



創藝展才

吸取了百人合奏經驗，受益匪淺。

學習揚琴的過程中，最有趣及最困難的就是調音，因為揚琴有144條琴弦，是世界上琴弦最多的樂器。它低音部的琴弦只在琴碼的左側有音，而中、高音部的琴弦在琴碼的兩側均有音；故在調音的過程中常遇到兩側音的準確度不一的問題，用調音鑰匙扭轉一下弦軸，有可能出現一側的音過高，而另一側仍然偏低的情況，這就為調音的過程增加了難度，尤其遇到潮濕天氣時，琴弦極容易走音，增加調琴難度，很是訓練我的耐力和克服困難的意志。

2024年及2025年，我分別考入了香港少年中樂團與香港青年中樂團，成為揚琴部成員之一。我剛加入樂團時一竅不通，例如收到一份我完全看不明白的簡譜或者五線譜時，當時覺得十分迷惘彷徨，現在我經歷了兩年樂團的訓練後，我對閱讀五線譜的能力和速度都大大提高了，也認識了不同的樂曲處理手法及風格，而且可以參與樂團的大型演出，令我獲益良多，也變得具自信，更豐富了我的人生經歷。

2025年，我考入了香港演藝學院，在短短的一年裏面我學到好多不同的樂理知識，例如在一些和弦轉換或者音程，也認識了一班學西樂的新同學。雖然剛開始學的時候聽上去感覺十分複雜，但經過老師的耐心解釋和同學的互相溫習，讓我對音樂範疇的領域又更進一步。



最後，我想說揚琴不僅是一項樂器，亦是一項興趣，更是我人生的一部分，它令我變得與眾不同，它教會了我堅持不懈的精神，它讓我在面對挑戰時更加勇敢及永不放棄，亦讓我明白了有付出才有收穫的道理！我知道未來的道路上還會有許多未知與挑戰等待著我，我相信只要我懷著夢想與信念，堅持不懈，勇往直前，就一定能夠走出一條屬於自己的音樂大道！

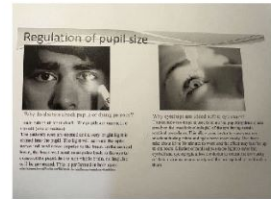


探索無界：從科學奧林匹克到數學港隊之旅

3A劉一諾同學憑藉卓越的數學能力，獲邀參加全港性數學特訓班；經選後，成功脫穎而出，成為全港僅8名的代表之一，稍後將代表香港出戰於蒙古烏蘭巴托舉行的國際中小學數學競賽，屆時將有來自34個國家或地區的選手同台競技。

3A 劉一諾

我參加了由教育局、香港資優教育學院及香港數理教育學會聯合主辦的「國際初中科學奧林匹克2026—香港選拔賽」及後續培訓課程。比賽以筆試形式進行，涵蓋物理、化學及生物的基本知識。在學校老師的鼓勵與協助下，我在初選中獲得二等獎，並成功入選後續課程。



課程中，多位講師帶領我們從微觀的粒子結構，一路探索到宏觀的人體生理系統，知識豐富，樂趣無窮。所涉內容不僅包括高中課程，甚至超越了香港中學文憑試的程度，能夠堅持完成整個課程，實屬不易。這次經歷讓我獲益良多：我不僅掌握了更紮實的科學知識，更學會了欣賞科學、敬畏大自然，真切感受到世界的奇妙。我體會到，在學習過程中多思考、多感受，便能於探索中不斷成長。

此外，我還參加了由保良局主辦的第二十八屆香港青少年數學精英選拔賽及後續課程。在學校老師的推薦下，我與同伴代表學校參賽，獲得一等獎及團體優異獎；其後在選拔課程中因表現優異，成功入選國際數學競賽香港代表隊。

選拔課程共六節課，設有六次小測，內容涵蓋數論、集合、代數等競賽課題。部分課題邏輯複雜，需要高效而靈活的思維來拆解。憑着對數學的熱情，我最終成功獲選成為八位港隊成員之一。這次經歷教會我：要主動追求理想，多結交志同道合的夥伴。我想鼓勵大家——保持熱愛，堅持到底，就能收穫意想不到的成長。



舞出初心，躍動光芒

5C 蔡雋榮 (舞蹈學會主席)

本校舞蹈學會本年參加了由香港舞蹈協會舉辦的第62屆學校舞蹈節比賽，並獲「優等獎」及「編舞獎」，成績美滿。

不知道大家對舞蹈有多少認識呢？舞蹈不只是肢體的律動，更是一種表達情感、展現團隊默契的藝術。本年度，本校舞蹈學會參加了由香港舞蹈協會舉辦的第62屆學校舞蹈節比賽，並榮獲「優等獎」及「編舞獎」，成績令人鼓舞。



近年，舞蹈學會的活動越來越受同學歡迎，成員的實力亦不斷提升。看見大家對舞蹈的熱誠與進步，我們萌生了參加比賽、挑戰自我的想法。報名後，我們立即邀請熟悉的舞蹈老師協助編舞，希望在有限時間內呈現最好的作品。

然而，準備過程並不容易。比賽前夕正好遇上學校考試，我們只能在考試後爭取時間加練。最後兩天，大家每天練習接近四小時，雖然疲累，卻沒有一人放棄。大家互相鼓勵，一次又一次修正動作，只為把演出做到最好。

當我們站在舞台上，隨着音樂起舞的一刻，所有汗水都變得值得。這次經歷讓我明白，只要有想法，就不要害怕開始；只要堅持初心，努力走下去，終能看見屬於自己的成果。



音樂薈萃·學校創藝作品2026



本校學生參加由教育局主辦的「音樂薈萃·學校創藝作品2026」，榮獲「傑出演出獎」及「傑出創藝作品（銀獎）」。是次活動鼓勵學生結合音樂創作與多媒體表達，讓同學在創作與演出中深化對音樂的理解。本校獲獎作品《清明 上河》由學生創作並親自演出，展現出豐富的創意與優秀的團隊協作能力。

5A 李子木

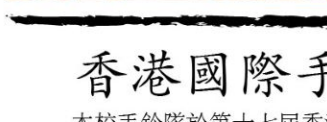
無論在中樂團、西樂團還是合唱團，指揮的身影總是隨處可見，但若果沒有指揮，揚琴、鋼琴、中阮、古箏、大鼓和大鈸又能擦出怎樣的火花呢？

「音樂薈萃·學校創藝作品」的參賽樂曲是2D蘇子晉所創作的《清明·上河》。一開始受到胡蕙筠老師的邀請，自己並不熟悉中樂，而我的隊友均是低年級中樂團的成員，最初我不免擔心與他們的合作和溝通會否順利；但四個月後，我很感恩當初願意參賽的自己。

過程中最難忘的莫過於大家一起練習的經歷。在時間緊逼的壓力下，我們不僅要在每天午膳時間練習，更要相約在聖誕假期間回校朝九晚五地加練，可謂血與淚交織的一天：拍子問題成了最大的隔閡，不是有同學慢了一拍就是有同學快了一拍；找到問題所在後，還回基本步，找自身的問題，先自己熟習，再和大伙夾，如此反覆再試。枯燥練習需要的耐性和互相體諒，比想像中多出百倍，但卻成為了我中學生涯中最為難忘的一天。大家彼此鼓勵和指導的畫面，從此定格在我的腦海裏。

得知晉升決賽後，歡呼中也不免劃過一絲擔憂，我們需要自行設計舞台燈光以及樂器擺位，更需要用人工智能自行製作背景圖片。透過多次向人工智能發放和修改指令，才勉強使一幅圖片誕生，但當中的細節更要微調。於是我開始研究《清明上河圖》，努力將這些細節描繪給人工智能知道。終於在一星期的反覆調整和修改後，才令四幅栩栩如生的圖畫顯示在螢光幕上。

決賽當天，大家都抱着激動的心踏上舞台，這一刻，我們的共同目標只有一個：享受舞台、享受音樂。最終，我們在決賽中取得銀獎。這個成績不僅是對我們這四個月來努力的肯定，更延續了我們對音樂的熱誠與盼望，相信將來，我們都能夠秉承着當時學習樂器的初心向前行，以及記得原來在音樂的這條路途上曾經有一班人一起為同一件事而笑過、開心過、努力過。



香港國際手鈴奧林匹克

本校手鈴隊於第十七屆香港國際手鈴奧林匹克獲得銀獎。

5B 梁凱晴

手鈴隊，13個人組成的家庭，由一群素不相識的人，變成一群充滿默契的家庭。我認為手鈴隊與學校其他不同校隊與眾不同，不是特別出名，而是特別有一種熟悉的歸屬感，是我一個很重要的家庭和共同戰鬥的夥伴。

手鈴，看着不同大小的bells和chime，心中唯一的想法是會不會打爛它們？但是一拿上手，打響它，頓時心中的雜念和想法一下子消除，聲音有多麼的神聖，清脆。一開頭的我單純地認為只是用手腕打響它，但是經過多堂的訓練，才明白到玩手鈴是可以有不同的技巧，例如Echo，Pluck，Mallet等等。手鈴老師Miss Hung經常跟我們說：「手鈴雖然要多人合作，但是也要表演到好像一個人表演成首歌。」每一次訓練時，我們都要細心聽身邊的人打出來的旋律，節奏，然後再融入他們，有時候還要分辨自己幾時是主角，幾時是配角。每一場表演、比賽，就好像呈現一個話劇，透過手鈴帶出來的旋律，為觀眾和評判講述一場精采故事。

是次獲得銀獎，保持上年的佳績，但是它並不足以叫我們自滿，而是增強了我們的信念，希望來年可以再下一城、一舉摘金。



音樂比賽獲獎

2026年5月2日本校合唱團於聯校音樂大賽2026——中學合唱團（初級組）獲得銀獎。

合唱團

5A 李子木

當伴奏與指揮有片刻的眼神接觸後，悅耳的琴聲在指間中徐徐響起，全體合唱團成員便會聚精會神地望向指揮，在指揮遞起雙手的那一刻，三部分明的和音傳入觀眾耳中，讓他們感受合唱帶來的魅力。

中三時我加入合唱團後便駐守在鋼琴旁，即使今年身兼團長也不例外。合唱團最難忘的，莫過於由不同的聲部和鋼琴伴奏組成，每個人都身肩重任，儘管大家拍子不同，旋律不一，但仍然可以合唱出一章章動聽的曲目，用歌聲和琴聲凝聚着大家，連繫着彼此。

每逢星期一，我們會在偌大的禮堂中進行一連串的發展練習和分聲部練習，當中，伴奏需要跟從指揮的指示彈奏一些音階協助進行發聲練習。在正式練習歌譜的時候，伴奏也要按不同聲部彈奏它們的旋律，亦需要彈奏自己的鋼琴部份。在合唱團中，大家或許甚少聽到伴奏的聲跡，但他們卻默默地為這個團體作出貢獻。

今年，我們參加了合唱大師班以及聯校音樂大賽兩個大型活動。合唱大師班在海外指揮幽默風趣的帶領和鼓勵下，我們與其他學校的合唱團成員聚首一堂，合唱將素未謀面的我們帶來了一場音樂上的交流，每一粒音符，我們都用心去唱，用心去記。在聯校音樂大賽中，我們踏上了今年第一個校外舞台，在舞台上盡情地展現近四個月的努力。皇天不負有心人，我們最終榮獲了銀獎的成績。

在合唱團的第三年，見證着舊團員的離開，新團員的加入，這似乎成了一個周而復始的循環，但唯一永恆不變的，是我們對合唱的熱誠和初心。在琴聲緩緩響起的那一刻，擁有着和台下觀眾同一刻心跳，同享這分秒的我們，開始向世界傳遞我們的歌聲，我們的盼望。



體育比賽獲獎佳績

2025-2026 U15壘球分齡賽

中國香港壘球總會於2026年3月至5月期間，分別在天光道壘球場及石硤尾配水庫遊樂場舉辦U15壘球分齡賽。本校於女子組勇奪冠軍，蘇滢夢同學更奪得「最有價值球員」獎項。

運動員名單如下：

1A黃思雅	1A吳欣樺	1B陸紫澄	1C郭芷瑾
1C吳楚君	1C蘇滢夢	2A林昱伶	2A陶曉晴
2B姜倚呈	2B梁洛陶	2C劉禹含	2C卓迪晴
2D黃欣儀	3A王靖琳		

2025- 2026 屈臣氏集團香港傑出學生運動員獎

「屈臣氏集團香港學生運動員獎」是每年最受關注的大型運動獎項，有助提升學生運動員投入訓練的動力。今年5月舉行頒獎典禮，本校4A 關翠怡獲得香港傑出學生運動員獎，就此關同學深感榮幸，並分享了獲獎感言：「雖然柔道訓練的過程充滿了汗水與挫折，但今天的肯定，正是對我過去努力的最佳回饋。在此，我衷心感謝教練、隊友及家人的支持，並特別感謝學校的提名，讓我能有機會獲得這項殊榮。」

中學校際乒乓球比賽

中國香港學界體育聯合（大埔及北區分會）於2026年1月至3月期間舉辦中學校際乒乓球比賽。本校派出三隊共十三名運動員參加乙丙組賽事。最終，男子乙組獲得團體第五名，女子丙組獲得團體冠軍。

得獎運動員名單如下：男子乙組團體第五名4B曾朗傳、4C張珀瑜、4C鄭茗青、4D郭施諾；女子丙組團體冠軍1B呂幸蕎、2A余伊嵐、2B鄭穎暉、2C姚穎芯、2D張倩瑜



第五屆《香港印記》短片比賽2025

本校同學於「第五屆《香港印記》短片比賽2025」中表現出色，憑著創新的構思及優秀的製作水準，榮獲季軍，並獲得港幣五千元現金獎，成績令人鼓舞。得獎短片以「友誼」為主題，細膩刻畫笑容背後的意義與真正的快樂，提醒我們幸福源自身邊真摯的陪伴與互相支持，讓生活變得更溫暖、更有力量。



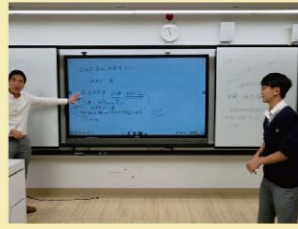
隊伍成員包括：5A 劉嘉瑋、文皓、5B 陳恩宇、黃浩林、葉陌、5C 羅梓睿、彭鴻羽、溫子康、5D 黃韋綸、岳梁斌。

5A 文皓

這次獲獎，不僅是一份榮譽，更是對我們團隊集體創作的一大肯定。

回想整個拍攝過程，我們曾為了幾秒鐘的完美鏡頭在烈日下反覆重拍，也曾為了一個剪輯點激烈討論。雖然精疲力竭，但這段並肩作戰的歷程，讓我們學會了如何用影像去說一個好故事，也切實體會到團隊合作的強大力量。

從前期將抽象的概念具體化為分鏡劇本，到現場調度燈光與演員，再到後期逐格調整節奏，我們在實戰中解決了無數技術難題。拍攝期間，面對器材限制與時間壓力，每位隊員各司其職，不僅在各自的崗位上發揮專業，更在意見分歧時透過理性溝通達成共識。這個獎項證實了我們具備將想法落實為高質感影像的能力，亦激發了我們參與其他比賽的意欲。期望能在未來，與隊友們參與更多有意義的比賽。



交流團花絮

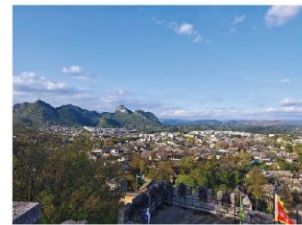
貴州交流團

2026年3月28日至4月1日，本校30位中三、中四學生前往貴州交流，隨團老師包括鄭思宏校長、陳家僑老師、許美儀老師、葉寶玲老師、黃智穎老師。行程則包括到訪姊妹學校——鎮寧縣行知學校，並參觀多處貴州名勝等。



4D 劉柏麟

在這次貴州交流團中，最觸動我的，莫過於到訪姊妹學校——鎮寧縣行知學校。那裡的設施簡樸，與我們日常的學習環境形成強烈對比：教室只能容納約二十人，食堂的裝修也比較簡陋。出發前，為了讓當地同學能真正投入活動，我曾與老師、組員詳細討論遊戲細節，從物資準備到流程安排，每一步都反覆推敲。那段日子壓力不小，甚至想過是否值得花這麼多力氣。



然而，當活動正式開始，看見他們從羞澀拘謹，漸漸展露笑容，最後全情投入、歡笑不斷，我心中的疲憊一掃而空。看到有同學在玩「黑魔法」時成功推敲出規律，他頓時茅塞頓開，說自己從沒想過香港有這些有趣的遊戲。那一刻，我明白了這次交流的意義——不是單向的給予，而是彼此的陪伴。他們也為我們準備了一些遊戲，雖然比較簡單，我們大多也玩過，但快樂和真誠是相通的。辛苦過後，看到他們的笑臉，一切付出都非常值得。

除了到訪姊妹學校，我們還走訪了多個貴州名勝，例如黃果樹瀑布、水廬洞、青岩古鎮、千江苗寨景區等。貴州壯麗的自然風貌令我大開眼界。原來神州大地上，還有如此鮮為人知的壯麗景象，讓我深感震撼。



這讓我不禁想起，國家主席習近平於2005年提出的「綠水青山就是金山銀山」理念，鼓勵我們善用大自然賜予華夏兒女的寶貴資源，讓生態環境帶動經濟發展。在黃果樹瀑布、千江苗寨與青岩古鎮，我看到許多小販售賣刺梨汁、老乾媽辣醬等當地特色產品，不僅為自己創造收入，也吸引遊客慕名而來。我們交流團的到訪，某程度上也參與了這條綠色經濟鏈，見證了這項政策的成功。

第二十八屆香港青少年數學精英選拔賽成績優異

比賽由保良局及香港數理教育學會聯合主辦。本屆賽事競爭激烈，共222所學校、931名學生參與，雲集全港數學菁英同場較量。



本校共派出五位中三同學參賽，分別為劉一諾、馬赫、黃謙喬、楊健一及周俊成。經過一番角逐，他們取得優異成績：劉一諾同學榮獲一等獎；周俊成同學及黃謙喬同學雙雙奪得二等獎。憑藉整體出色的表現，本校更獲頒團體優異獎，表揚同學共同努力的成果。

2026趣味科學比賽「格格可數」勇奪二等獎

比賽由香港學者協會、香港數理教育學會、香港教育工作者聯會及香港科學館合辦，本校成功奪得二等獎。

4A黃友德、4C甄烜德對設計與科技製作充滿興趣，獲老師推薦毅然報名。比賽當天他們看到其他學校的參賽作品精巧複雜，一度害怕落敗。甄烜德：「這次比賽讓我們學到自信之重要，不要被對手嚇倒，信心是在實踐中逐步建立的。他們鼓勵其他同學：「勇敢嘗試、認真準備，每個人都有機會發光。不要因為害怕而退縮，因為你永遠不知道自己的作品可以走多遠。」



來投身社會時，真正成為促進區域協作、教育共融的一份子。開局之年，正是我們這代人行動的起點。我們定會不懈努力，砥礪前行，為推進國家發展而努力奮鬥。

肇慶交流之旅

2026年5月7日至8日，本校8位由老師推薦的中四學生前往肇慶交流，隨團老師包括鄭思宏校長、謝可兒老師、陳家僑老師。行程中本校學生影隨廣信中學的學生上課（數學課、科創實驗課）、體驗內地高中的學習模式及校園生活；並參觀封開博物館和廣信塔，了解粵地文化。



4D 鄭梓彤

兩天一夜的肇慶交流團，雖時光短暫，卻在我心中留下了深刻印象。此行最重要的任務，便是拜訪華南師範大學共建的封開實驗學校——廣信中學。我們將在這裡體驗當地課程，並與這所學校結為姐妹學校。



交流團由八位經老師推薦的同學組成，廣信中學也安排了八位同學與我們一對一結伴。踏進校門的刹那，我們都為眼前的景象驚歎——校園面積約為本校的八九倍，宏偉的教學樓與寬闊的運動場相映成趣。這所擁有三千六百多名師生的學校分為初中部和高中部，接待我們的正是高一（相當於我們中四）的同學。

課程體驗是此行的重頭戲。我們首先體驗的就是數學課，他們的課程和我們很不一樣，在這節課上我學到了關於幾何的知識，另外我們還上了智能機器人的課程，我們可以親自上手操控機器人和機器狗，同學們也熱情的讓我們先體驗，最後我們還和班上的同學一起拍了合照，體驗課程的活動就此結束了。



其後的文化探索同樣收穫頗豐。我們去了封開博物館和廣信塔，了

解到了封開的歷史和歷史上的名人，在參觀過程中我和當地的夥伴們愈來愈熟悉，我們還上了將近二十層的廣信塔，望遠方的景色，好像所有的辛苦都值得了，最後我們一起吃了午餐，嘗到了很美味的杏花雞和粽子，我們十六個人也相聊甚歡，並參觀了他們的校園，了解了很多他們學校的趣事。

快樂的時光總是短暫，離別的時刻悄然而至。我們和當地的八個同學們加了微信，約定著下一次的見面，這次的交流團讓我不僅了解到了教學的不同，還了解當地文化，也交到了很多的朋友，希望下次能有機會再次探訪廣信中學。

公民與社會發展科肇慶考察交流

為深化學生國情和認識國家的最新發展，進一步了解並欣賞中華文化，中五級公民與社會發展科內地考察團於3月26至27日到訪肇慶。

同學透過遊覽七星岩、紫荊西堤文創街區、黃岩洞遺址等著名景點，親身



了解中國內地文化遺產的保育與傳承，以及國家開發自然地貌作為旅遊景點對可持續發展的影響。



師生的熱情招待下，同學們除參觀校園、欣賞表演和進行交流座談外，更與當地學生切磋技藝，建立友誼。

（七月初，本校分別有前赴四川、吉隆坡、墨爾本等地的交流或遊學團，因截稿所限未克報導，詳情可留意校網稍後的資訊。）

活動日參觀及活動

為拓展同學視野、探索多元出路，2026年3月6日校方精心策劃了不同級別的活動日。從國民教育到本土情懷，從個人成長到職涯規劃，讓同學在課堂外體驗學習，啟發未來。

中一：「賽馬會平行心間」個人成長活動

這次活動目的在支援中一同學的個人發展，透過多種體驗式學習，幫助學生學習辨識及管理情緒與壓力，培養自我關懷的能力。活動開始，由「賽馬會平行心間」中心的社工帶領學生反思生命中的「重要他人」，鼓勵他們感激那些支持自己的人的善意。學生透過摺紙藝術創作象徵作品表達感謝，從中體會正向關係與靜觀的價值。



隨後，本校社工主持了一系列聚焦朋輩關係的互動環節，透過有趣的競技遊戲，分享處理衝突的實用技巧與策略。這些活動讓學生學習如何在日常生活中更有效地溝通、化解誤會，從而建立應對社交挑戰的信心。此次「個人成長活動」為學生提供了探索自我與成長的寶貴機會，感謝社會服務專業人員的持續支持，並期待未來舉辦更多同類型活動，協助學生健康成長。

中二：實踐教育局「4R」發展框架的互動旅程

輔導委員會在「健康校園計劃」的支持下，為中二學生舉辦了活動，由香港基督教女青年會（YWCA）的社工帶領，旨在以互動且有趣的方式，讓學生掌握生涯規劃的概念與體驗。活動期間，學生模擬在類似真實生活的情境中獲取與消耗體力、金錢及時間，並有機會在多個「訓練區域」提升技能，包括職業訓練區、才藝展示區、競賽區及個人發展區。在專業社工的引導下，學生持續討論及反思自己的歷程。



此活動不僅提供了寶貴的生涯規劃學習體驗，亦呼應了教育局推廣的「4R精神健康約章」，即促進學生的休息（Rest）、抗逆力（Resilience）、放鬆（Relaxation）及人際關係（Relationship）。透過這次互動旅程，學生在輕鬆而有意義的環境中，為未來的生涯規劃打下了良好基礎。

中三級：走近解放軍駐香港部隊 體驗國民教育

中三級同學前往中國人民解放軍駐香港部隊展覽中心參觀學習。作為學校國民教育的重要一環，活動讓同學走出課室，透過實地考察感受國防建設的輝煌成就，深化對國家歷史與發展的認識。在解放軍官兵的細心講解下，同



學們先後參觀了「中國夢」、「強軍夢」等多個主題展廳。展廳內豐富的歷史圖片、珍貴的實物展品及現代化模型，生動展現了中華民族從站起來、富起來到強起來的偉大飛躍，以及國家在國防和軍隊現代化建設上的矚目成就。同學們表現出濃厚的興趣，專心聆聽、認真記錄，並不時與講解員交流展品內容，現場學習氛圍濃厚。此次參觀活動有效提升了同學們的國家認同感和民族自豪感。

中四級：探索本地文化 參觀文化博物館

約100名中四學生前往香港文化博物館，進行了富有教育意義的參觀活動，讓他們深入體驗香港流行文化的豐富歷史與創意演變。

學生們分成兩組，探索兩個不同但又相輔相成的展覽。第一組同學參觀「漫眾同樂—幽默漫格趣趣」。從《老夫子》等經典角色到當代作品，學生們深刻領會了自20世紀初以來塑造香港獨特面貌的幽默元素與藝術特色。互動區域和精心策劃的閱讀區讓學生能夠親身體驗本地漫畫行業的傳承。另一組同學參觀了「瞰潮



香港60+」展覽。展覽展示了超過1000件展品，闡述了從戰後時期到2000年代初香港流行音樂、電影及電視的發展歷程。透過審視這些展品背後的社會背景，學生們被鼓勵反思我們城市「東西方交匯」的特質，以及為未來保存多元文化遺產的重要性。

另一方面，約三十位同學則參觀石硤尾美荷樓。活動結合導賞參觀與戲劇體驗，讓同學們走進歷史現場，親身感受五、六十年代香港居民的生活點滴，對當年居民的居住環境、生活習慣與社區互動增加了認識。

中五級：機構參觀及實踐工作坊，拓寬視野，探索未來

中五同學則透過機構參觀及實踐工作坊，親身體驗不同行業的專業環境，拓寬視野，並反思個人的未來擇業方向。



5A何穎鑽同學參觀中華電力有限公司，她了解到中電員工二十四小時專心致志地工作，只為方便廣大市民的生活。中電積極發展多元供電來源，包括水力與廢物發電等，展現了持續努力的精神，並無時無刻維持穩定的輸送與配電。電力是香港不可或缺的資源，她期望中電持續發展，照亮香港美好的明天。

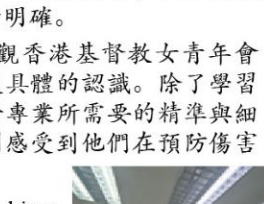
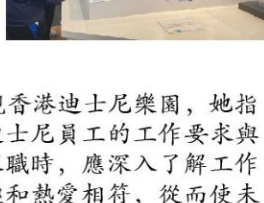
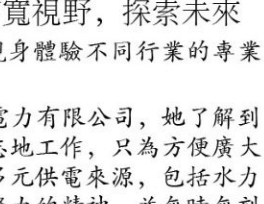
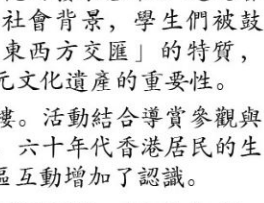
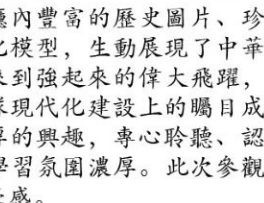


5A李珈慧同學參觀香港迪士尼樂園，她指這次參觀讓她更了解迪士尼員工的工作要求與經歷，也體會到將來求職時，應深入了解工作背景是否與自己的興趣和熱愛相符，從而使未來的職業方向更加清晰明確。

5D施鈺霖同學參觀香港基督教女青年會分享，這次活動讓她對運動治療師的職業有了更具體的認識。除了學習基本常識及實際操作貼紮技巧外，更體會到這份專業所需要的精準與細心。看著教練們專注協助運動員的模樣，她深刻感受到他們在預防傷害與復原過程中的關鍵角色。

5B賴芷喬同學參觀產品設計工作室—The Cabinet Hong Kong，她表示從小她認為設計行業較難入行，需要修讀設計或藝術相關科目才能投身其中；經這次參觀她明白也並非必要，只要對設計有熱忱、喜愛藝術，同樣可以入行。而設計靈感可來自日常生活、與人的對話、以及對各種事物的理解，因此最重要的是擁有一顆發現美與創意的心。

這些體驗有效連結課堂與職場，激發同學對不同職業的興趣。本校將持續舉辦類似活動，培養學生的好奇心、韌力及終身學習的熱情，幫助他們自信追夢。



生命教育大使分享

4A 陳凱晴 (2025-2026生命教育大使主席)



作為生命教育大使使我獲益良多。最初我是由老師推薦加入生命教育大使的，當時只是抱著好奇的心態試試看。然而，經過與組員一起籌備活動、經營攤位，我漸漸愛上了這份職責，並融入了這個溫暖的大家庭。在這裡，我不僅認識了許多知己，更學到了宣傳、海報設計、攤位管理等多種技能，不斷挑戰自己。最重要的是在籌辦活動中累積了豐富的活動經驗，也深深體會到團隊合作與溝通的價值。

讓我介紹一下「生命教育大使」。本校「生命教育大使」團隊由超過40位同學組成，分為品德教育、健康教育及公民教育三個組別，每組設有組長，並由老師悉心帶領。團隊的核心使命，是透過籌辦各類活動，推廣品德、公民及健康意識，並在學校大型活動（如家長日、頒獎禮、中一入學日）中協助接待來賓、服務師生。更重要的是，每位大使都以身作則，用正面的態度感染身邊同學，與大家共同進步。

也為大家回顧一下本年舉辦過的精彩活動：

正向資訊攤位：幫助同學培養正面思維，提升抗逆力。禁毒攤位：宣傳毒品的危害，加深同學對毒品的認識。熊貓主題活動週：設有中國傳統遊戲「投壺」，成功挑戰更可獲得啱啱獎品，寓教於樂。

中六打氣週：設有點唱環節，為師兄師姐送上真摯祝福，留下美好又難忘的回憶。

五月底則有另一個重頭戲：活動周。活



動多元化，由文青手作到港潮流行問答，一起用新角度認識今日中國。其中有三大攤位：潮流手機吊飾工作坊(自製專屬吊飾)、文青蓋印名片坊(印出文藝日常)、中港潮語流行文化問答(考考中港潮語、流行文化)。活動精采吸引，同學反應熱烈，攤位擠得水洩不通！

最後，如果大家也想挑戰自己、服務同學、收穫難忘的中學回憶，歡迎加入生命教育大使這個大家庭！

領袖生分享

5A陳恩橋 5D王明慧 (2025-2026總領袖生)

陳恩橋

極燦爛時光，一去難再遇上一次。

或許在大家眼中，領袖生的生活只是當值和檢查同學的校服儀容。然而在我眼中卻絕對不是。領袖生團隊，總是有強而有力的連結、豐富的體驗。擔任總領袖生的一年，我份外珍惜每天與大家一同站於學校門口當值的日子，當中或者偶感疲乏，但總有各位領袖生互相鼓勵支持。這些忙碌的日子正是我們學習擔當、學習合作的見證。



雖然一個團隊或許很難臻於完美，但看見這一個團隊有大的成長，猶似看著一株小樹苗慢慢長高一樣欣慰。記得六組初次當值的一日，大家都是摸著石頭過河，小心翼翼地認識嶄新的事物。一年過去，無論是對組員還是領袖生的工作大家已然熟絡，彼此之間的氣氛亦更加輕鬆從容。

在本學年，領袖生們已經參與了三次的訓練營。儘管訓練營裡，大家有著在遊戲中落敗的失落、不能完成任務的不忿、錯愕，但更多的，卻是享受活動的每個笑容，建立起與組員間的默契、凝聚力，令他們成為更團結的小組，再凝聚成這個團隊。



天使行動分享

5A蘇梓恩 4B邱莉之(2025-2026天使行動主席)

相信各位同學曾經在中一時，都有一位經常關心自己校園生活的「Angel」陪伴過。然而，Angel的職責從來不止於照顧中一的學弟學妹，還包括籌備及參與校內外的各項大型活動。

Angel Project 的成員會參加一些校外的計劃，例如教育局的「學生守護大使計劃」和「學生積極人生計劃」，讓大家能夠走出校園，學習如何守護他人，也學習如何活出更正向的人生。而在校內，我們會進入中一課室與學弟妹互動、舉辦考試工作坊(Exam Workshop)陪伴大家面對考試、在家長日設置展板讓大家寫下想說的話，還有舉辦輔導週——每一步，其實都是希望在校園裏陪伴大家。

轉眼間，這個學年已經來到尾聲。回望這一年，衷心感謝每一位曾經參與過的同學和Angel，是你們讓校園生活變得更加豐富而溫暖。Angel Project 不需要大家具備超群絕倫的能力，我們只需要你有一顆願意關心別人、也願意照顧自己的心。誠邀你加入我們，一起成為校園裏彼此守護的力量。謝謝大家。

蘇梓恩

本年度的Angel Project，讓我深深體會到陪伴與成長的意義。

回顧這一年，作為主席，我明白到領袖之路並非一帆風順。幸好有一群樂觀正面的Angel與我並肩作戰、共同成長，令團隊充滿愛與關懷。看着中一同學從開學時的徬徨，到後來能適應校園生活，那份喜悅其實對Angel來說是難以言喻的。而在推廣4Rs的過程中，我發現不少同學平日很少真正放鬆，希望能藉著本年度的輔導週，讓同學在忙碌中給自己短暫的休息，以更健康的心態面對校園生活中的各種挑戰。

在此衷心感謝每一位Angel的付出，每位Angel的事前預備工作亦相對多，無論是籌備工作還是彩排，大家都朝著為團隊奮鬥的目標進發，令我體會到天使間的溫暖；同時亦感謝老師們對我的指導和鼓勵，讓我在面對困難時更有信心堅持下去，也學會如何關顧每一位成員的需要。

領袖不僅僅是一個職位，也是一個學習和成長的機會。通過這個角色，我學會了領導、組織、溝通的能力，並培養了自信。希望大家來年繼續互相扶持，亦要勇敢跳出舒適圈，從中獲得寶貴的經驗和成長。

邱莉之

這是我中學生涯第一次嘗試跳出舒適圈，成為天使行動Angel project的領袖，這工作給了我很大的轉變。其中對於我最大的挑戰是分配人手、安排工作，並面對五十多人的團體說話；但工作給我很多演講的機會，更嘗試主力籌備活動，令我擁有更多團隊合作經驗，也認識到不少同學。

感謝我的拍檔蘇梓恩和吳老師幫助和鼓勵，給我全力的支持，我有信心完成工作。



這學年，我們曾一同紮竹筏出海，一起攀過幾層樓高的牆，頗有一些同舟共濟、共創高峰的意味。不過不論如何，每一個人，之所以能夠在團隊裡無懼地前進，都是因著所有人的托舉，一同邁過一面面高牆。

因此，相較於日常的當值，多姿多彩的團隊生活才是領袖生團隊的精髓。領袖生給予我累積的經驗可說是十分寶貴，及至在校外參與活動或晚宴，也能堅定地對別人談及領袖生的工作、日常和活動，並且與同樣擔任職務的同學交流。

中學生涯只有一次，無論選擇什麼校園內的職位，都是一生獨一的體驗，錯過了就再沒有機會。身為總領袖生，我亦絕不後悔這個選擇。路漫漫其修遠兮，人生中的每步嘗試，都能為我們帶來不少領會和得著，總算是歡笑多於唏噓。相信成為領袖生，是中學裏面極獨一無二的步伐，一去難再遇上一次。



華南師範大學共建封開實驗學校（廣信中學）蒞臨本校交流訪問

本年亦不乏一些和友校間的交流活動。

2026年1月14日華南師範大學共建封開實驗學校（廣信中學）校長率領代表團一行十六人蒞臨本校進行交流訪問，成員包括當地教育局官員及教職員。

代表團於上午十時抵達本校，首先參觀校園各項設施，包括語言及創新科技中心、李居之圖書館、鄧若璠運動場、室內體育館、生物實驗室及學生自修室，深入了解本校的學習環境與資源配置。



隨後，來賓及本校代表於會議室舉行專題交流座談，聚焦「學校管理模式」與「科技課程體系構建」兩大主題。雙方分別就不同範疇分享經驗與見解，展開深入而具建設性的對話。交流環節後，校方亦陪同前往香港歷史博物館參觀，豐富是次訪問的文化交流內涵。

是次訪問圓滿成功，不僅促進兩校彼此認識，更正式建立友好伙伴關係。雙方均期待以此為契機，持續深化互動合作；未來亦計劃組織學生互訪活動，讓本校同學有機會前往肇慶交流學習，拓展視野，共築更深層次的教育合作橋樑。



與日本垂水中學的線上交流

2026年5月8日本校老師、同學與本校在日本的姊妹學校——鹿兒島垂水中學進行了一場線上交流活動。

除同學外，本校出席者亦有謝頌文副校長、劉珮淇老師、余組輝老師和葉芷珊老師。活動中我校修讀日文的同學介紹了一些香港概況和我校特色，而垂水中學學生則以英語分享了鹿兒島的風土人情。接著是有趣的環節——熱烈的問答時間和自由交談，大家既練習外語，亦同時結交海外的朋友。此外，老師們也進行了簡短的教学理念交流。



我們亦榮幸地邀請到日本貿易振興機構（JETRO）香港辦事處的官員親臨現場。他們到訪本校並參與交流活動，表達了對港日文化與教育聯繫的熱烈支持。我們向嘉賓致送了紀念品，衷心

感謝其慷慨支持。

這次活動讓本校同學學習了更多日本文化、也增強了運用日語的信心，期待迎接未來更多跨文化的交流旅程！



答問時間和自由交談，大家既練習外語，亦同時結交海外的朋友。此外，老師們也進行了簡短的教学理念交流。



我們亦榮幸地邀請到日本貿易振興機構（JETRO）香港辦事處的官員親臨現場。他們到訪本校並參與交流活動，表達了對港日文化與教育聯繫的熱烈支持。我們向嘉賓致送了紀念品，衷心

家長教師會活動

「咖啡裡的藝術．咖啡拉花工作坊」

2026年5月9日（星期六）舉辦「咖啡裡的藝術．咖啡拉花工作坊」，咖啡拉花是一門結合藝術與耐心的體驗。本工作坊透過親手拉花，讓家長在互動中學教育理念，孩子在創作中感受陪伴及美感，體驗「教育在生活中」的真意。



「正向家長教育學院」家長教育講座

輔導委員會與家長教師會於2026年3月13日(星期五)合辦的家長講座，由資深講者陳志邦教授擔任講者主持，用數據與實際經驗和大家分享未來世界對人才的真正需求，並探討如何發掘孩子的獨特優勢，有助發掘孩子的獨特優勢。



聯校親子micro:bit Legged Robot 工作坊

家長教師委員會與大埔舊墟公立學校（寶湖道）家長教師會於2026年2月7日（星期六）聯合舉辦「聯校親子micro:bit Legged Robot 工作坊」，藉以加強親子溝通和促進兩校家長和學生的交流和認識。是次工作坊活動兩校共有48位家長與學生及2位老師參加，家長與學生一起嘗試編程去指揮多足機械人完成任務，家長與學生均樂在其中，氣氛愉快。

「Weave the Christmas 親子鉤織體驗班」

2025年12月20日（星期六）舉辦「Weave the Christmas 親子鉤織體驗班」，透過親子共同參與鉤織手作，讓家長與孩子在溫馨的氛圍中培養默契，並一同編織獨特的聖誕飾品，增添節日氣氛。是次活動有七十四位家長和學生及本校老師參與。



● 《光陰裏的杏樹》

4A 鄧淪靜

在我童年的花園裏，有一棵參天入雲的木棉樹。每年春天，每當和煦的陽光穿透那粗壯的樹幹，灑下斑斑駁駁的光影時，木棉花便靜悄悄地到來。我漫不經心、日復一日地走過，「的督」一聲，一朵又一朵的木棉花如空降兵一般落下。抬頭一看，原來木棉花正綻放着。那鮮豔的紅色，如烈火般點燃了整個街道，彷彿在告訴世界：新生的力量是那麼強大、那麼勢不可擋，更讓我回到了無憂無慮的童年……

歲月無聲，隨着年月增長，我從無知小化化成成熟少女，生活中的許多事情也伴隨時間流轉而改變。小時候，木棉花對我來說只是樹上的花瓣、跌下來作玩樂、嬉鬧的玩具。漸漸地，它卻成了我內心的一個烙印，一種對青春流逝的懷念和對生命的反思。海明威曾說：「人總是要為自己所愛的東西而付出代價。」這個代價可以是時間，也可以是感情，對我而言，那是我對木棉樹的情感。

偶爾坐在木棉樹下，仰望那高聳入雲的樹冠，心中不禁輕嘆：這棵木棉樹見證着我的成長，陪伴我度過了一個又一個四季。在它的樹下，我曾拾過那紅似火的花瓣，串成小花環，戴在朋友的頭上；紅棉花散盡後，又到棉絮紛飛的季節，我與好友分享着甜蜜的祕密，笑聲、哭聲、吵鬧聲迴盪在空氣中。那一刻，我們對未來充滿了憧憬和期待，認為無論路程多遠，只要有心，就能直達終點。

可惜，事總不從人願，隨着歲月流逝，生活開始變得複雜：學業的壓力、人生的挫折……唯一不變的，就是我仍然惦記那棵「陪我長大」的木棉樹。它讓我停下腳步，反思我的人生。有時，我會在樹下默默地思考：人生雖短，我如何活得精彩呢？我猛然醒覺：木棉樹的花期雖短，但它卻毫不吝嗇地把最美的一面展示出來。這不是「每一次的呼吸都是一次重生。」我相信：即使面對困難，也要勇敢地迎接挑戰，因為每一段經歷都是生命的一部分。

如今，景物依舊，人面全非，再站在那棵木棉樹前，慨歎昔日的枝繁葉茂，如今已枝枯葉敗。我深知時間的無情，在無情的歲月洗禮下，我除了皺紋橫豎，也讓我的經歷越來越豐富。縱然如此，但我依舊珍惜這份歷久常新的情感。每年春天，當第一朵木棉花盛開時，我的心中依然湧起一股無名的動力。我知道：它不僅僅是一棵樹，也是我一位知己，更是我的守護者。它靜靜地守護着我的過去、現在和未來。它以自己的方式讓我明白如何去面對生活的風雨，提醒我永遠保持對生命的熱愛和對美好的追求。

在光陰的銀河中，這棵木棉樹始終挺拔不倒，成為我人生旅途上不可或缺的一部分。它的存在讓我明白：無論時光如何流轉，記憶中的真善美永遠不會消逝，隨着木棉花每一次的盛放，我都能在海花中重新拾起那份純真與勇氣。

(本文參加《讀者》雜誌主辦「2025年讀者徵文比賽」，獲優異獎。)



● 心牆微光 3D 方希妍

我的同桌總是沉默著低頭、眼神黯淡，像大雨中受傷的鳥，豎起羽毛為盾，周圍築著厚牆，與所有喧鬧隔絕。

我們的交流始於一支掉落的筆、一句聲若蚊蠅的道謝。我沒有急於拆毀那面厚牆，直到某個午後，我遞過耳機，柔和的鋼琴曲流淌，他忽然說：「這讓我想起媽媽彈琴的樣子。」眼中閃過微光。我知道，光透進去了。

他慢慢向我敞開心扉，我成了他碎語的收藏家。他哭訴父母的爭吵撕裂無數夜晚，他恐懼得捂住雙耳。我對他說：「這不是你的錯。」然後遞上紙巾，為他崩塌的世界築起一個簡陋的棚。往後我們一起吃飯學習，他逐漸抬起目光，原來每個人心裡都住著一個需要擁抱的小孩。

改變如蝸牛般緩慢，卻從未停止。一日小組討論，他破天荒開口，聲音不大，卻字字清晰。說罷，他暗自鬆了口氣，嘴角微微揚起，我與他相視一笑，心底滿足欣慰。

我想，心靈建築無需鋼筋水泥，而是以陪伴與理解，為風雨中的心靈疊起堅固的棚。我們的社會就應由無數溫暖的棚，為彼此撐起一片天空。

(本文參與由香港精神復元者聯盟主辦的「心靈建築師」徵文創作比賽，奪得初中組季軍。)



● 香港本土游(節錄) 4A 冼家宇、林之歌、3A 劉一諾

當你在晚上乘坐天星小輪渡維港時，若你往窗外看去，你就會看見維港兩旁高聳入雲的建築物、五彩斑斕的霓虹燈。在這裏，似乎永遠都不會有真正的夜晚，每時每刻都是如此燈火通明。但是你又是否想過，在十九世紀，這裏只有一片汪洋，並沒有如現在一般形形色色的建築物。而那時的香港也只是一個轉口港，並不如現在一般繁華昌盛。但是香港到底是怎樣從一個小漁村變成一個國際大都市呢？在這其中，這座城市的每一個人都是功臣，每一個人都是為香港的發展作出努力。他們努力拼搏，所有人在努力地為社會做出貢獻。他們或許默默無名，但卻功不可沒。

現在，當人們前往維多利亞港時，昔日的風景早已不再。但曾經的一切不復存在是否等於不需要被銘記呢？我認為不是的，每當乘坐上天星小輪，往窗外望去，看着如今美妙絕倫的景色，就會愈來愈佩服香港人自強不息、努力拼搏的精神。是他們不斷的努力才使得香港變成如今美妙的樣子。維多利亞港的燈火是每一個香港人努力的成果，而他們也如這些燈光一樣，不斷照亮着維港，照亮着香港，照亮着這個我們愛着的地方。

如同七彩珠鏈的燈光一直從尖沙咀延伸到香港島的太平山——島上最高的山峰，海拔552米。這裏不僅是觀賞香港夜景的最佳地點，還承載了香港獨特的文化與歷史。

自十九世紀中期，香港成為了重要的貿易港口，太平山的地勢優越，成為上層社會的居住地，許多英國官員和富商在此建造了豪宅，這裏的高檔住宅區成為了當時香港最繁華的一部分。



後來，許多重要的建築如香港公園和香港動植物公園都在此地落成，為這片區域增添了文化氛圍，逐漸轉型為旅遊熱點，成為遊客欣賞香港壯麗海港和城市夜景的首選地。

夜幕降臨，太平山陪伴無與倫比的燦爛燈光，無數的城市燈光在維多利亞港和摩天大樓間閃爍，形成了一幅幅絢麗的畫卷。每一盞燈背後，都是無數個人的努力和付出。這些努力匯聚成香港的動力，每一個在這片土地上奮鬥的人，都是這座城市發展進步的重要推動者。

在山頂廣場，不僅可以欣賞到壯觀的夜景，還能找到許多關於香港文化的文創產品，這些都是我們自豪的標誌。每一件商品背後，都蘊含著設計者的熱情與創意，體現了香港獨特的故事。這些文化產物既是創新的象徵，也承載著我們對香港未來的美好希冀。

香港的進步，正是由這平凡而偉大的個體所驅動。從街頭的小商販到高樓大廈裏的白領，每個人都在用自己的方式為這座城市添磚加瓦，堅定地向前邁進，面對各種挑戰與變遷，不斷追求更好的未來。

作為香港人，我們每個人都為自己的身份感到自豪。我們共同擁有著豐富的文化、歷史和故事，而這些正是香港的靈魂所在。為了將這份獨特的文化傳承下去，我們有責任把香港的精神故事、文創產業等傳播給更多的人，讓世界看到這座城市的魅力。太平山不僅是香港的地標，更是歷史與現代交匯點。

在這裏，我們不僅能觀賞夜景，還能深刻體會到這座城市的發展與變遷。無論未來如何變化，太平山和香港背後的故事都將永遠是這座城市中光彩奪目的部分，照亮每一個香港人的心靈。而正正是這樣的香港獅子山精神，讓我們在這片土地上持續努力，為香港的未來而奮鬥。

(本校同學參加由《信報》主辦的「說好香港故事」，獲初級組亞軍、最佳文章及最佳短片。本文節錄自得獎文章。)

● 梔子花香的信紙

3D 方希妍

「在學校要多喝點水！」「動作快點，早點睡覺！」「多吃青菜，別老挑食！」每時每刻，媽媽的叨叨像無孔不入的潮水，從清晨湧到深夜，將我淹沒。我心生厭煩，好像我永遠長不大，事事都要她叮囑。

放學路上，手機又彈出「過馬路別玩手机，路上注意安全」的訊息，我煩躁地按滅屏幕，踢着路邊小石子。拐進巷子，「藏憂信箱店」五字閃了瞬金光吸引了我，「小姑娘，寫下不想要的煩心事，投進信箱，就不會困擾你了。」老闆娘遞來一疊繃合梔子花香的信紙，我眼前一亮，連書包都沒放下，趴在櫃台上寫下媽媽的叨叨和那句「別總管我」，折成紙船投進信箱。老闆娘合上閘門道：「它們會暫時離開，直到你回心轉意。」

當晚熬夜到凌晨，沒有熟悉的催促聲，連客廳燈都暗着，我暗自竊喜。然而，當我像往常一樣訴說學校的事，她沒有念叨我喝水，周圍只有些光點漸散。吃飯時我依然沒夾青菜，她皺了皺眉，想說些什麼，卻似被按下了靜音鍵。日復一日，空蕩的房子瀰漫着真空般的寂靜，寒意遍布全身，我才驚覺，媽媽的愛像颱風過境，身處颱風眼的我曾一無所知，直到風停了才感到寒冷。一日清晨，那些光點飄得越來越多，媽媽的身影在晨光下竟有些模糊！這讓我徹底慌了神——那根本不是普通的信箱！

強烈的不安驅使我跑回小店，接過鑰匙迅速打開信箱，攆起紙船一路狂奔，腦海閃過媽媽的聲音：「路上注意安全」「到了記得給我發消息」，我只求一切恢復原狀。一把推開家門，熟悉的香味撲面而來，媽媽繫着圍裙在廚房忙碌，餐桌上擺着熱氣騰騰的飯菜。她見我，立刻迎上來：「跑哪兒去了？快去洗手吃飯。今天降溫，要不要加件外套？」我喘着氣，眼眶忽的發熱，氤氳着薄霧：「好……太好了！」

深夜複習，媽媽端來熱牛奶：「別熬太晚，早點睡。」燈光下，她眼角帶着倦意，卻依舊笑着：「要是真覺得媽媽叨叨，你就跟我說。」她轉身離開時，我瞥見她口袋裏露出一角帶着梔子花香的紙船，和小店裏的竟然一模一樣。凝視着，彷彿它正安穩地漂浮在曾讓我窒息的潮水上。



(本文參加由亞洲啟迪文藝協會主辦「第八屆全港創意寫作比賽」，榮獲初中組(中文)金獎。)

EXORDIUM

Edinburgh Exchange & Service Learning Trip 2026



From March 7th to 16th, 2026, a delegation of eight S4 students, under the dedicated guidance of Mr. Hui Ming Chun and Ms. Li On Ki, embarked on a transformative ten-day program in the historic Scottish capital, bridging the distance between our two cultures through education and community service.

The academic heart of this exchange was centered at our partner school, Liberton High School. Moving beyond the perspective of typical visitors, our students fully immersed themselves in the local school community

through an intensive shadowing program. By attending a diverse array of classes alongside their Scottish peers—ranging from the creative disciplines of Photography and Design to the analytical discussions of History—they gained invaluable first-hand experience of the United Kingdom's educational landscape. This integration allowed them to navigate the daily rhythms of a foreign school environment, fostering a global perspective and building international friendships that transcend borders.



A defining element of this year's tour was its emphasis on Service Learning, which



challenged our students to apply their skills as cultural ambassadors and compassionate volunteers. At two local primary schools, our students took on the roles of "Little Teachers," designing and delivering workshops that introduced Hong Kong's unique culture to young Scottish learners. Through the rhythmic strokes of Cantonese calligraphy (Fai Chun), the delicate art of origami, and the energetic play of traditional games like "Eagle Catches Chickens", they successfully promoted Chinese culture while gaining a profound appreciation for the art of teaching.

Furthermore, the spirit of civic responsibility was exemplified through the students' involvement at a local community center. Here, they dedicated their time to preparing and serving meals to those in need within the district. This direct engagement with the local community provided a sobering yet inspiring look at social welfare in Scotland, allowing students to witness the tangible impact of collective care and support. This experience was instrumental in nurturing the core values of empathy and benevolence, helping our S4 students grow into more socially conscious individuals.

Reflecting on the trip, the participants noted that the joy of sharing their culture and the gratitude received during their service hours left a lasting mark on their personal growth. We are immensely proud of our students for representing the school with such maturity and enthusiasm. As we look forward to future international collaborations, we remain committed to providing opportunities that not only broaden our students' academic horizons but also nurture them into compassionate, world-ready citizens who carry the spirit of service wherever they go.



4A LAM ON SANG ANSON

During March I was honoured to be selected by my school to take part in an exchange trip to Edinburgh, Scotland, accompanied by Mr Hui, Ms Li and seven fellow students. Although it was only a ten-day visit, the experience taught me a great deal and left me with vivid, lasting memories.



The highlight for me was spending a week as an exchange student at Liberton High School. Before the trip, I admit I worried about fitting in and how others would treat me, even if it was just for a short time. Those anxieties vanished the moment we arrived: the staff and our assigned buddies welcomed us warmly. My two buddies showed me around the school, introduced me to aspects of Scottish life, and shared their culture generously. We chatted easily and I was surprised by how quickly our relationship felt familiar— not once did I feel awkward.

One moment that still stands out is the session I led at Gilmerton Primary School on Hong Kong culture. I talked about our street food and childhood games, and the children listened with real curiosity and enthusiasm. Their attentiveness made the experience rewarding and reminded me that cultural exchange is a two-way conversation: I taught them something about Hong Kong, and they taught me how to communicate across differences.

I also loved learning traditional Scottish dances on



our last day at Liberton. Dancing kept us warm and laughing despite the cold, and the atmosphere was joyful and unselfconscious. Saying goodbye was unexpectedly hard—we took Polaroids as mementos, exchanged contacts, and promised to keep in touch. I'm grateful that we still message each other now.

Although the trip was brief, it showed me that friendship and understanding cross borders. The week in Edinburgh strengthened my confidence to step into unfamiliar environments and deepened my appreciation for cultural exchange. If another opportunity arises, I would seize it without hesitation.

4D LIU PAK LUN



My exchange tour to Edinburgh was an eye-opening experience, that challenged my usual perspectives. Visiting our buddy school, I was immediately struck by the warmth and extroversion of my buddy and his friends. Their open and lively way of communicating felt unfamiliar at first, as it contrasts with the more reserved style of interaction I am used to in Hong Kong. However, I quickly came to appreciate their directness and found it made forming connections effortless.

The differences in the education system were equally striking. Instead of students moving between classes, the teachers remain in their rooms while we changed classrooms for each subject—a system that encouraged adaptability. Academically, I noticed the curriculum felt less pressured and more straightforward than what I'm accustomed to, with less emphasis on intense competition. While initially surprising, I grew to value this approach, seeing how it fosters a collaborative and relaxed learning environment. This experience taught me the value of stepping outside my comfort zone and showed me that different educational philosophies each hold their own unique strengths.



Hong Kong Secondary Schools Debating Competition

2025-2026 Term 1 Champion

3A Liu Yinuo Norman

In the first term of this school year, 2025-2026, our English Debate Team was privileged to become one of the champion teams in the Hong Kong Secondary Schools Debating Competition (HKSSDC) 2025-2026 NT Senior Division One. We faced redoubtable opponents from other secondary schools over three consecutive rounds in October, November, and January in the first school term. I am profoundly grateful to my outstanding teammates—Emily in 5D, Ewin Lee in 5A, and Anson Lam in 4A—as well as our teacher-in-charge, Ms. Ng, and our highly dedicated coach, Summi.



Our journey to success was challenging. The motion for the final round was 'This House supports the rise of climate change doomerism.' Arguing the negative side, we committed ourselves to intensive after-school training and Zoom meetings to construct a series of powerful assertions with authentic evidence and logical reasoning to reveal the downsides. Not only did we learn from our coach, but we also exchanged valuable insights within our team. This victory was not the work of a single individual, but the fruit of our collective effort and teamwork.

Although this is my first year on the English Debate Team, I have been deeply impressed by how much progress I have made. This experience has broadened my horizons and introduced me to a more diverse world. Once again, I would like to express my sincere gratitude to Ms. Ng, Summi, and my teammates for their help and support throughout the competition. I will treasure this precious opportunity and the wider perspective it has given me.

