

# 廿 壹 月

07 / 月

嗇色園主辦  
可藝中學

HO NGAI COLLEGE  
(Sponsored By Sik Sik Yuen)

2023

… 第68期校訊 …



# 目錄

前言 .....	1
<b>今期焦點</b>	
✦ 國家禁毒委員會副主任曾偉雄先生專訪 .....	2
<b>English Highlights</b>	
✦ Australia Excursion .....	4
✦ English Week .....	7
✦ UNSDGs Debating Competition 2022-23 .....	8
<b>活動篇</b>	
✦ 「如何利用最新 AI 生成技術幫助學與教」的分享會 .....	10
✦ 齋色園現代舞培訓計劃 .....	11
✦ 活動花絮 .....	13
<b>獎項</b> .....	17
<b>學生篇</b>	
✦ 賽馬會「觸境生情」虛擬實境中國語文教學計劃 .....	20
✦ 學生會活動 .....	21
✦ 中五級公民與社會發展科內地考察 .....	22
<b>校友篇</b>	
✦ 可藝人·大學路 .....	23
<b>老師篇</b>	
✦ 退休老師 .....	28



# 前言

流光易逝，眨眼間已來到學期的尾聲，疫情過後復常的這一年，可藝中學生色不少。形形色色的活動與比賽，為學生填上色彩豐富的一頁。

青少年濫藥問題，已非一朝一夕之事。今期焦點，請來國家禁毒委員會副主任曾偉雄先生到校分享，從父母吸毒的家庭中成長，他究竟怎樣與家人擺脫深淵？原來關鍵在於一個字……

疫情限制我們的足印，幸好雨過天晴，迎來由英文科舉辦的澳洲交流團。可藝同學有機會入住當地家庭，又親身體驗澳洲的中學生活。這一趟距離五千多公里的旅程，究竟又為同學留下了甚麼足印？

AI教學成大勢所趨，可藝中學作為屯門其中一所全面擁抱AI的學校，瀰漫一片AI風潮。早前得仁愛堂劉皇發夫人小學邀請，於「應用人工智能技術在日常教學分享會」中交流AI教學應用，獲益良多。同學雖未親身到場，亦可在本刊中一同回顧當天精彩時刻。

十年樹木、百年樹人，當天的小樹苗各奔前程，也迎來春風化雨的老師們，榮休的日子。來年湯泰方老師及陳清貴老師，將在可藝中學「正式畢業」，讓我們一同回味兩位老師在可藝生涯中的點點滴滴。



## ● 走一場有意義的人生： ● 曾偉雄先生分享禁毒心得

毒品一直是一個備受關注的社會問題。有青少年誤入歧途，被誘惑踏上毒品的「不歸路」；亦有青少年不受毒品的誘惑，走向屬於自己的人生。曾偉雄先生是中國國家禁毒委員會副主任，在中國致力於禁毒多年，而本校有幸邀請到曾先生來校為同學分享他在禁毒工作上的心得和經驗。

曾先生在多年的禁毒路上看着國家的濫用毒品情況越來越少，由全國二百四十多萬至近年的一百一十多萬，下跌超過一半，對此頗有感觸。在去年的吸毒新增個案中，青少年的在當中所佔的比率不增反跌。他指出當中禁毒的決心尤為重要，但亦離不開教育局的全面配合，讓青少年遠離毒品，珍惜生命，對毒品的危害有正確的認知。曾先生更指出青少年在成長過程中容易受朋輩影響，當青少年對毒品的認識不足，往往易被用心不良的人引誘。而對毒品的認知便是從其對身體的危害開始，曾先生亦舉出不同的例子，例如冰毒會引致冰瘡，皮膚上會長一粒粒爛瘡、K仔引致呼吸系統疾病、壞腦、精神病等林林總總對身體造成的破壞。人生的選擇有很多，可以選擇豐富健康的生活，而不是只有毒品可以選擇，青少年不應因為衝動、朋輩影響而讓自己的光明的人生變得灰暗。如果青少年能夠對毒品有正確的認知，並建立健康的生活，毒品便難以接近其身上。

同時，曾先生亦提出學校及家長可以採取相關措施來預防和解決學生的濫用毒品的情況，那就是關心。

濫用毒品常常會伴隨一些異常行為，例如放學的時候，學校門口出現一群學生圍在一起嘻嘻哈哈，這便是一個警告。又例如一個學生原來成績很好或中等，卻突然一落千丈，這也有可能是一個信號。因此，學校可以多關注學生的變化，給予他們及時的支援和幫助。

而在學校關心學生的同時，家長也可以多觀察子女的行為。作為父母、家人面



對子女的時候是比別人更長的，也會比其他人更了解其生活習慣和社交圈子，如果家長不知道自己的孩子經常和哪些人一起相處，又經常去哪裡，這樣疏離的家庭關係是十分危險的。當問題出現時卻無人察覺，直到問題已經嚴重到難以掌控的時候才發現一切的不對勁，就已經太晚了。因此關心是重要的，尤其是在青少年成長的過程，關心是不可缺少的。



曾先生曾經也經歷過我們所經歷的事情。他小時候很調皮，長大後才更明白到學校、家庭與青少年之間有着關心和關懷對察覺毒品來說有多重要。曾先生的父母也曾經吸毒的，幸好得社區的幫助，例如參加青少年團或義工社群。在得到支援後，再不會感到自己是孤身一人面對問題，家庭、學校和社區支援會幫助大家遠離毒品。他亦表示青少年在禁毒教育中是自己的主角，只有自己才能決定自己的角色要作出什麼行動，走一場有意義的人生。



最後，曾先生亦給予可藝學生一些建議和寄語：憑自己對事物準確的認知去相信自己，多聽多看，不要盲目聽信別人的話。自信建立在對事物的正確認知上，無論是對毒品，還是生活物品都應該有正確認知。如果沒有正確認知便會出現更多問題，謹記避免自信陷阱。

## 「國家治理體制、憲法、一國兩制與基本法、港區國安法」講座

本校很榮幸得到曾偉雄先生的光臨，為師生們進行了一場精彩的法治講座。曾偉雄先生是金紫荊星章、香港警察卓越獎章、太平紳士、全國政協委員、國家禁毒委員會副主任，具有豐富的法律和政治經驗。



講座的主題是「國家治理體制、憲法、一國兩制與基本法、港區國安法」。曾偉雄先生以深入淺出的方式，向師生們講解了這些重要的法律和政治概念。他強調了這些法律和政治制度對於國家穩定和發展的重要性，並鼓勵學生們加強對法律和政治的學習和理解。

這場法治講座得到了師生們的熱烈反應和好評。師生們紛紛表示，這次講座讓他們對法律和政治有了更深入的理解和認識。大家也表示，將會在以後的學習和生活中，更加注重法律和政治的學習，做一個有責任感和法治意識的公民。

本校將繼續積極推進法治教育，為學生們提供更多的法律和政治學習機會，幫助他們成為有責任感和法治意識的公民。

# Australia Excursion

16 students from S1 to S5 had the opportunity to visit Australia from 19-27 May. They explored various renowned landmarks in Sydney and spent a week at Dungog High School, accompanied by buddies from local families. Students experienced school life in Australia and ventured to the country's stunning natural landscapes. Living with host families provided a unique experience for them to fully embrace the local lifestyle and learned to take care of themselves. The excursion was an eye-opening experience that provided insights into the indigenous culture and history, boosted their confidence in communicating in English, and created memories and friendships that will last a lifetime.



**Charlie**

## Students' Reflections

What impressed me the most was my host family's kindness in helping me with my homework and preparing food for me. Saying goodbye to them was tough. Australia is a country full of multiculturalism because it is composed of people from different backgrounds. Would I like to go to Australia again? Absolutely!

My favourite part of the trip was the bush walk, which was a unique experience and very educational. It reminded us of how beautiful nature is. I improved my English communication skills and expanded my vocabulary. This trip was awesome!



**Alan**



Phelps

I did some research on Australia before the excursion and found the place fascinating. The Aussies are generous and kind, and the environment is memorable, with clear skies that look like oil paintings. I'm grateful to our school for this unforgettable experience.

Meeting our buddies at Dungog High School was memorable, and the food cooked by our homestay family was fantastic. We even went fishing together, it was quiet and peaceful. Also, I learned about the differences between Hong Kong and Australia.



Roy



Angel

I never expected to love this excursion so much. Seeing kangaroos, kookaburras, and emus fulfilled my dreams. It was a great cultural exchange experience that you shouldn't miss.

Eating fish and chips at Watsons Bay pier was memorable, it was funny to see seagulls trying to steal our food. I hope to bring my family there someday and learned to appreciate others during the trip.



Laurel



Ben

I loved seeing koalas and kangaroos the most. They're adorable, and feeding them was a docile experience. Talking to my friendly host family improved my English communication skills.

Australia's spaciousness and picturesque countryside impressed me as soon as I landed. Our tight schedule was jam-packed with enjoyable activities, from shopping at Paddy's Market to visiting Dungog High School. It was the best place I've ever been to!



Gary



Steven

I joined this excursion to immerse myself in an English-speaking environment, and it helped me speak English fluently and make new friends. The teachers ensured our safety and made the whole excursion meaningful, rewarding, and contented.

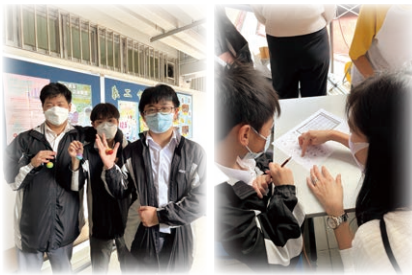




# English Week

To mark our annual celebration for English learning, the English Week was held from 28 to 31 March. The week-long event features a variety of fun and exciting English activities which were both entertaining and educational. Students had the opportunity to participate in activities such as the Easter Egg Hunt, Break the Code, Tongue-twister, and Odd-One-Out, all designed to test their English abilities and problem-solving skills. Students spent their lunchtime sharing the fun of learning English with their peers and teachers. The games and challenges were enjoyed by all, making for a memorable week.

Did you get the chance to win prizes this year? If not, don't worry! Be sure to keep an eye out for next year's English Week activities, as there will be plenty of opportunities to showcase your language skills and have fun while doing so.



# UNSDGs Debating

## Competition 2022/23

We are proud to announce that our school's English debating teams have achieved high rankings in this year's UNSDGs Debating Competition. Jointly organized by the UNESCO Hong Kong Association and the Department of English at City University of Hong Kong, the UNSDGs Debating Competition aims to promote the United Nations Sustainable Development Goals and enhance students' awareness of global issues. Our debating teams performed exceptionally well and made it to the grand final, which took place at City University of Hong Kong.



S2 division

Their outstanding performance was recognized by the judges and awarded with remarkable results. Congratulations to all our debaters!

Motion	Stance	Debaters	Award
"Scientists are more important than artists"	Negative	1A 20 Tsang Cheuk Lai 1B 16 Tai Wang Hin 1C 13 Rumaisa Ali	1 <sup>st</sup> runner-up
"Scientists are more important than artists"	Negative	2A 17 Shah Sahira 2B 19 Ng Ho Lung 2C 16 Tong Kin Ho	1 <sup>st</sup> runner-up
"Oceanariums do more harm than good"	Negative	5C 19 Yeung Sze Ki 5B 11 Khan Muskaan 5C 8 Lam Chun Yu	2 <sup>nd</sup> runner-up
"Genetically modified food is the solution to world hunger"	Affirmative	6C 2 Cheung Mui Ling 6C 18 Yang Wendong 6B 9 Pang Wang Chun	Champion



S6 division

## Words from debaters

Debating may seem difficult at first, with all the script writing and speaking practices involved. Despite feeling a bit intimidated, we were all eager to try new things and worked hard to improve our English public speaking skills.

From feeling shy and nervous initially, we learnt to cooperate with our teammates and leverage each other's strengths and weaknesses to achieve the best performance. The experience enriched our knowledge of issues that are not taught in textbooks. We not only became more confident and fluent speakers, but also improved our research and organisation skills.

The competitions were both intense and enjoyable, and it is an honour to represent our school in the event. We are grateful that our hard work paid off. We hope to participate in the competition again next year, and in the meantime, we will continue to improve ourselves and aim for the championship!

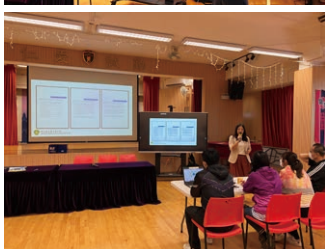


UN SDGs



S1 division

# 「如何利用最新AI生成技術 幫助學與教」的分享會



近年來，AI生成技術和ChatGPT已成為教育界的熱門話題，教師們如何運用最新的技術提升教學品質，讓學生更高效地獲取知識成為了一個新的挑戰。為了協助教師更好地運用這一技術，本校於2023年4月20日及6月2日舉辦「如何利用最新AI生成技術幫助學與教」的分享會。

分享會由多名本校教師擔任講者，他們將向教師們介紹最新的AI生成技術和ChatGPT的應用場景，並分享在教學過程中運用ChatGPT的方法，讓學習更輕鬆、更有趣。AI生成技術不僅可以輕鬆製作教學素材，更可透過ChatGPT讓學生更深入地了解課程內容，並在學習過程中獲得更多啟發。

本校榮幸獲得仁愛堂劉皇發夫人小學邀請，於該校教師發展日舉辦「應用人工智能技術在日常教學分享會」，此次分享會將為教師們提供一個更全面深入的了解AI生成技術和ChatGPT的應用場景，並提供一個交流和學習的平台，讓教師獲得更好地運用這些技術，提升學生的學習效果。



# 嗇色園學校現代舞培訓計劃

## 2022-23

嗇色園學校現代舞培訓計劃2022-23已順利完成，感謝同學積極參與。我校挑選18名學生於2022年10月至2023年4月逢星期一恆常練習，期間更安排進入劇場欣賞由城市舞蹈當代團(CCDC)專業的舞蹈員演出，加強同學對當代舞認識。結業演出已於2023年4月23日於沙田大會堂舉行，本年度主題為「舞動身。心。靈」，包容講述近年的疫情，原本理所當然可以進行的事情都受到影響，讓人容易感到迷茫和失去動力，喚醒大家關注身體和心靈健康。當天結合大家努力及城市舞蹈當代團(CCDC)的專業製作，演出十分成功，令人留下深刻印象。



## 學生感想

### 5C 陳澌綺同學

我認為我在這個計劃中最大的收穫是可以比較自己和別人在舞蹈的技巧、身體的運用等等各方面的區別，從而不斷地進步。不斷重複同一個舞蹈動作肯定是無趣的，但正因為我們在這個過程中的堅持，最後帶給我們的成就感才會無比的大。我覺得這個計劃帶給我這樣的一個體驗，無論對於我日後在舞蹈上還是在學習上都是一個很好的歷練。



### 4A 郭凱淇同學

這是我首次參加學校現代舞培訓班，我感到非常有趣，並感恩學校提供機會給予我學習現代舞。

在學習過程中，我明白到了團結的力量，因為是群體舞，每次練習也需要各位成員參與才能完成一次完整的舞蹈，若果其中一位成員沒有參與，除了令老師不能做更適合的調

動，還要用下一堂的時間安排位置，如果我們每一堂也有很多成員缺席，我們就不能在短短幾個月練習好比賽舞了。

最後，我們要有團結的精神，互相配合，包容別人的缺點，才能走得更遠。

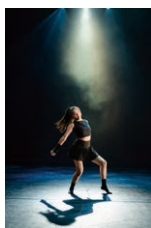
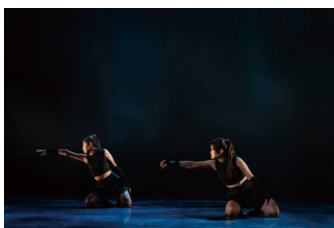
## 2C 陳靜儀同學

在這次活動中，除了舞蹈技巧外，老師也分享了他之前的舞蹈舞臺經驗，他分享了雖然一個舞臺必定會有主角配角之分，主角不多，但不代表其他人可以敷衍了事。一個人失誤，其他人亦要一起承擔，因此每個人都是自己的主角，所以「享受舞臺」是我們，亦都是舞者能做到的。

在這次活動中，學校投入和花費了許多的心血，因為此次機會難



得，讓我們有幸更深入地了解「現代舞」，亦即是「當代舞」，我感到十分榮幸！而且我平時並沒有接觸過現代舞這種舞種，因此不習慣一些舞蹈動作和細節，所以上手時有「奇怪」又奇妙的感覺。現代舞也比想象中來得有趣，一開始我認為現代舞是比較沉悶的，但經瞭解後，我發現其實現代舞也可以很多變，正如老師所說，你喜歡跳舞，那就不能單跳一種，否則只會原地踏步。



# 活動花絮

## 國民教育

### 香港道教日信善紫闕玄觀獎學金頒獎禮



### 優質教育基金「我的行動承諾」加強版國民教育講座



## 全民國家安全教育日



### 國旗下的講話活動規劃



## 家教會活動

### 家政科 X 家教會——愛心送糰子活動



## 校內活動

### 中四生活日營2023



### 童軍支部急救章訓練班



### 中一級學活人心課程



### 小組長訓練



## 藝術周



### 香港中華文化保育周



### 特教組「社區遊蹤」 中文學習活動



### 特教組 中華文化再造紙工作坊





### 童軍營藝訓練



### 閱讀周



### 科技與生活科 軟餐製作活動

### 作家講座



### 彩虹書法及草蓼編織攤位



### 2022/23學年制服團體匯操檢閱暨學員結業禮



科學科與圖書館協作的作家講座



數學學會



校外活動

齋色園黃大仙祠新地標揭幕典禮



紅十字會定向2023



中四實地考察



聯組領袖訓練



生物科野外考察



參觀文化博物館



戶外射擊活動



# 中文科

## 1. 第二十五屆全港中小學普通話演講比賽2023

2C 王子文 良好獎，2C 鄭瓊灝 優異星獎，3C 黃雷奧 良好獎  
3C 余曉慧 良好獎，5C 柳欣怡 良好獎，5C 楊思琪 優異星獎

## 2. 「三地童聲盃」第一屆演講說故事比賽2023

3C 陳澤濤 香港賽區中學普通話組銅獎

3C 梁穎桐 香港賽區中學粵語組銀獎

5A 唐敏莉 香港賽區中學粵語組金獎

5C 陳漸錡 香港賽區中學粵語組金獎

5C 楊思琪 「香港賽區中學普通話組金獎、

香港賽區中學普通話組冠軍入圍香港代表隊」



「三地童聲盃」第一屆演講說故事比賽2023

## 3. 「我的中國夢，我的香港夢！」國民教育作文比賽

5C 肖嘉怡 「高中組【優秀獎】獎杯、獎狀及獎學金港幣300元」

## 4. 首屆大灣區中小學經典語文名篇「朗讀續Fun樂」師生徵文與微視頻大賽 TDG「大灣區朗讀續Fun樂」微視頻比賽師生合作組冠軍

2C 賴秋鋒，2C 鄭瓊灝，3C 陳澤濤，3C 黃雷奧，3C 余曉慧，  
蔡曙虹老師，朱栢純老師

## 5. 培菁盃辯題創作比賽

3C 梁穎桐 初中組最佳辯題獎，5B 林漢彬 高中組最佳辯題獎

5C 陳漸錡 高中組優秀辯題獎、最踴躍參與學校大獎銀獎

## 6. 屯門元朗區辯論聯賽 冠軍

2C 吳詠心，3C 劉仲彥，3C 梁穎桐，3C 吳智斌，5B 林漢彬，5C 陳漸錡  
5C 林駿宇，5A 唐敏莉（第三回合最佳辯論員）



屯門元朗區辯論聯賽冠軍



## 英文科

### 第七十四屆英文朗誦節——74<sup>th</sup> Speech Festival (2022)

#### 1. News Feature Presentation Secondary 5&6

**Champion:** 5C Lam Chun Yu

#### 2. Solo Prose Reading

**Champion:** 5C Lam Chun Yu

**1<sup>st</sup> runner up:** 2A Shah Sahira, 2C Tong Kin Ho

**2<sup>nd</sup> runner up:** 4C Cheng Tsz Ho

#### **Certificate of Merit:**

1A Tsang Cheuk Lai, 1B Tai Wang Hin Jaakko, 1C Rumaisa Ali,

1C Wu Chun Ho, 2B Mohammad Marwah Bibi,

2B Ng Ho Lung Phelps, 2C Lai Chau Fung, 2C Wong Jia Xi

3A Pun Ayus, 3C Leung Wing Tung, 4A Fung Wai Ting,

4B Lee Ching, 4C Man Ka Him, 4C Tsang Chun Kit

5B Yip Chun Lam, 5C Chow Yuen Ching, 5C Xiao Jiayi,

5C Yeung Sze Ki, 5C Fong Wing Ying Angel,

#### **Certificate of Proficiency:**

1A Chan Pui Yau, 1B Khan Mehek, 1C Chan Yu Sum,

2A Wong Sum Ip, 2B Leung Wing, 2C Chan Suet Kuen

3A Chui Sin Ting, 3A Siu Tsz Yi Katerina, 3B Sun Wai Yi,

3C Fung Chung Yan



第七十四屆英文朗誦節



第七十四屆英文朗誦節

## 視藝科

#### 1. 第五屆DRAW MY WATCH錶面設計比賽

本校選修高中視覺藝術科同學，參加了由GNET主辦

第五屆DRAW MY WATCH錶面設計比賽，榮獲以下獎項：

4A吳卓琳獲得少年組金獎；4A趙凱德、4C馮翠兒獲得少年組銀獎

4C戴承慧獲得少年組銅獎

#### 2. 屯門區全民國家安全教育日填色暨海報設計比賽

本校學生參加屯門區全民國家安全教育日填色暨海報設計比賽，

4A鄧倩澄同學榮獲季軍，2C鄭瓊灑、4A葉芷悠、4A譚頌沂、

4A吳卓琳、4A戴承慧、4A朱詠姿、4C馮翠兒、5C房穎盈、

3C馮頌恩、5C張莉淇亦獲得優異獎，成績令人鼓舞。



屯門區全民國家安全教育日填色暨海報設計比賽



錶面設計比賽



屯門區全民國家安全教育日填色暨海報設計比賽



## 體育科

### 1. 2023 EASTER 三人籃球賽 屯門體育會有限公司

男子少年組 亞軍 4B陳建成，4C方梓聰，4A李偉誠

男子青年組 亞軍 5A鄭竣謙，5A周嘉濠，4B卞樂謙

### 2. 屯門區學界男子乙組籃球比賽 季軍 香港學界體育聯會

3A林日言，3B蔡永豪，3C姜文悅，3C官俊希，4A熊宜臻，4A湯彥宗，4B陳建成，4B卞樂謙，4B潘文富，4C方梓聰，4C文嘉謙，

### 3. 屯門區校際越野賽

3B 朱永康 男子乙組團體第四名，3B 梁寶麒 男子乙組團體第四名

4B 潘文富 男子乙組團體第四名，4C 張家熙 男子乙組團體第四名

4C 方梓聰 男子乙組個人亞軍、男子乙組團體第四名

4C 文嘉謙 男子乙組團體第四名



屯門區校際越野賽

# 賽馬會「觸境生情」 虛擬實境中國語文教學計劃

現今的教學方式中，電子學習扮演了重要的角色。它不僅能提升學生的學習興趣，也讓教學變得更加靈活。然而，在疫情下，學生鮮有出外考察的機會，因此在寫作時常常忽略了對人物及場景的描寫。為了克服這個問題，本校參加了「賽馬會『觸境生情』虛擬實境中國語文教學計劃II——以虛擬實境教學提升學生中國語文及文學文化素養計劃」，透過虛擬實境寫作教學來提升學生的寫作興趣。透過VR技術，學生可以選取不同的題材，並從中體驗真實的情境，有助於豐富他們的寫作內容。同時，透過不同的描寫法，學生也能夠更加生動地呈現文章的感情色彩。我們相信，這樣的教學方式能夠培養學生的創意思維，讓他們寫出更具有感情的文章。



早前師生合力拍攝了有關屯門河的實況片段，並以VR技術讓學生「親歷實境」，撰寫有關屯門河的文章。以下為同學的優秀作品：

## 《河畔之歌：我與孩子們的距離》2B 陶靖宇

我是一條河，屯門河，我是這一帶的母親。我看著孩子們在荒郊野嶺，建起一座座高樓聳立成群，但我也在他們的一點點反刺中黑化去。

屯門站，我最多孩子流動的地方之一。他們不知恩情，把甚麼奇怪的管子加於我身，又從中給我吃一些莫名其妙的東西。於是，我成了綠水龜。我是很愛美的，我成了綠龜，氣到我都黑了。但他們總是那麼無情無意，有時俯看下我說「這河又黑又臭，真是一條名副其實的臭河」他們麻木，說我令人作嘔，我只好走慢點給他們嗅個夠。

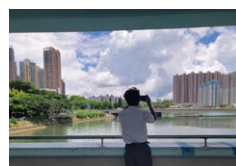


青田路橋底，我少有想速速離去又依依不捨的一帶，這裏的乖孩子們每天早上都來看我，晨跑，看着他們正常生活又不時看看我，我想起了在那一無所有的日子，我帶著孩子們，他們以前也覺得我在那一帶收起了大多臭氣，給他們一些好日子過。

兆康的夜晚，這是我覺得自己最美的時候，在夜晚下的燈光中我翩翩起舞，在月下獨舞一支，形成一片水中星空唯美無比。我本將心向明月，奈何明月照溝渠，真是一堆行動的木頭不懂得欣賞。你們有著這般美景卻視而不見，星空都不想出來了，真是好心變成驢肝肺。

哎，孩子大了翅膀硬了，羽翼豐滿，要離去我無力阻撓。只是有時諷刺我，青年嘛，沒事，我不在意，只是近幾年孩子們感到了一點愧疚還是回來孝順我了，但這般長久的傷害，可不是一時就可以結巴無痕的，所以加油吧孩子們，再久一點我就原諒你們。

哼，你們不會信了吧？嘻嘻，天下哪有會報復孩子的母親呢？不過我呀，也不是從來沒有怪過你們的。臭味嗎，你們就自己看着辦吧，我可愛的孩子們。



# 學生會活動



### 社際籃球比賽



### 社際羽毛球比賽



# 中五級公民與社會發展科

## 內地考察

香港教育局與香港青少年教育交流中心有限公司聯合主辦的公民與社會發展科內地考察活動，是該課程的重要組成部分，旨在提升所有高中學生對中華文化的認識和欣賞，以及國民身份認同。

所有高中學生均須參加內地考察活動，以通過實地考察活動，親身了解國情和國家的最新發展。而是次考察活動「廣州、珠海經濟發展探索之旅」已於2023年5月29日至5月30日舉行。活動地點為內地的廣州和珠海。

本次考察活動的內容豐富多彩，涵蓋經濟發展、歷史文化、社會生活等多個方面，讓學生們能夠更全面地了解內地的發展現狀。透過考察活動，學生們不僅能夠擴展視野，增長見識，更能夠體驗不同的文化和風俗，從而加深對中華文化的認識和了解。

是次考察活動將為學生提供一個難得的學習機會，讓他們在實地探索中體驗成長，並為日後的學習和生活打下堅實的基礎。



高鐵 集體照



# 可藝人 大學路

在每個人的成長歷程中，大學是一個非常重要的階段。這是我們從青春期進入成年的轉折點，也是我們開始尋找自己人生方向的關鍵時期。在大學裡，我們可以學習到許多知識和技能，也可以遇到許多志同道合的朋友和導師。

今天，我們要介紹四位優秀的校友，他們現正就讀大學。他們的故事，不僅僅是一個人的成長和努力，還體現了我們學校的教育理念和和文化特色。

## 專業選擇與生活體驗：我的大學生活

### 校友 李子森 暨南大學 市場學系

大學生活，是每個人追逐自由的夢想的起點。而我現在正在就讀暨南大學，是2019級市場學系電子商務專業的學生。當初選擇這個專業，主要是出於家庭原因，因為沒有特別感興趣的專業，所以在跟家人商討後選擇當下比較熱門的專業。然而，我對現在的學習生活還是尚算滿意。

說到大學的學習生活，一般人會覺得會很困難，特別是在學習語言方面。然而，我個人來說，學習生活的困難比較少。當然，這也跟個人的基礎有關，我本身英語基礎還可以，所以不太擔心語言方面的問題。主要的學習挑戰在數學課程中，需要花更多的時間和精力去理解和練習。在準備考試時，我會在各種線上視頻平臺上，如嗶哩嗶哩等，看攻略課程的視頻或者線下尋求成績較好的朋友幫助。

在大學課餘的時間裡，我們有更多的自由時間。這個時間可以用來學習自己感興趣的東西，也可以用來參與校園活動或者社團。課餘生活很視乎個人興趣愛好，譬如有些喜歡打球，有些喜歡打遊戲，有些比較喜歡出去校外逛玩，或者有些參與社團的會跟隨社團一眾去團建活動等等，課餘生活一般都比較豐富。我比較深刻的是大一時跟著當時所在社團三十多人一起租民宿團建，是一次很有趣的體驗。然而，我發現現在的大學生活並沒有想像中的那麼輕鬆自由。除了大四課程較少的情況，大一至大三的課程其實也比較密集。如果有早八課程或者晚課的話，一天下來的上課時間比起中學更多。但是，一個禮拜下來的課程總時長依然是比起中學要少挺多的。如果有參與社團，也需要多抽時間在社團的雜務工作中。因此，如果自己不安排好自己的時間規劃，並沒有想像中那麼多的空閒時間。

大學生活是一個讓人嚮往的階段，這裡擁有更多的自由和獨立，需要自己來規劃生活和學習，不再有多少監督或固定的安排。相對於中學，大學生活確實是更加個人性、獨立、自由和快樂的。但是這同時也是一個考驗個人自律能力的階段，需要學生們自己來平衡好學習和娛樂時間，不要忽略了自己的學業。在中學時期，我們需要儘可能地學習和牢記學校中的知識點，因為這些知識即便到了大學之後也依然很多都用得到，尤其是語言科目，如中文英文，以及數學等科目。在備考雅思等證書或者大學的高等數學等科目時，這些知識都會派上用場。因此，中學時期要儘量地學好這些知識，不要認為它們是短期性的，它們是可以延伸到整個大學生活甚至自己日後工作的。

當中母校師生各自扮演著不同的角色。老師們是學生們最堅強的後盾和引路人，他們有著豐富的經驗和知識，可以給學生們傳授學習和人生的知識。學生們則需要儘可能地去吸收和理解老師們的經驗，從中受益，為自己的未來做好準備。回顧中學生涯，我仍記得中六那年為了理想成績以及能夠進入理想的大學而每天下課也依然在自習室復習到晚上，以及參加各種補習班，惡補知識，那是我至今最自律也是最用心為目標而努力的一段時期。這段經歷也讓我更加珍惜現在的大學時光，並更好地利用自己的時間和資源。

對於未來，我打算以自己當前的專業在廣州本地求職，探索內地與在港工作的區別和自明確己的喜好後再做下一步決定。最後，我想勉勵母校的師弟妹們，考進大學只是一個開始，大學生活需要更高的自律能力和更好的學習計劃，不要忽略了自己的學業和對未來的準備。



## 從中學到大學·我的學習之路

### 校友 梁鈺珊 暨南大學 會計學系

梁鈺珊校友現正就讀暨南大學會計學，她非常喜歡自己在大學裡充實豐富的學習生活。在被問及為何選擇這個學科時，她表示自己一直對會計感興趣，並且在高中曾修讀商業及會計學科，所以她想繼續往這個方向發展。

談到大學生活的困難和挑戰，她認為專業相關知識較廣，能夠學到本科以外的金融經濟和數學知識，豐富自己的知識面。但同時也會增加一些學習難度，當有困難時會與同學舍友共同討論學習，共同進步，因此學習氛圍十分融洽，而遇到學業難題亦會向老師請教。

在課餘時，鈺珊校友還會參加不同的社團充實自己。大一的時候，她參加了兩個社團。其中，她參加了北極光唱歌比賽的宣傳部門，負責設計宣傳海報。讓她把中學學習到的VA技巧運用其中，深深感受到學而致用的美好。另外，也從中學習到了新的繪畫技巧和深化了Photoshop的運用。

現在的大學生活，由於疫情影響，跟她當初的想像有所不同。但是她表示大一上學期並沒有受到影響，有豐富的社團及活動參加、自由的學習生活，而且課程的選擇自由度高，與想像一致。

對於中學與大學生活的最大分別，她認為是上了大學需要住校，也需要自己獨立生活。她需要學習使用各種內地的支付軟件和交通軟件，但幸運的是大學同意幫助學生辦理銀行卡，解決了很多問題。她提到，住宿需要了解舍友性格，也要跟對方規劃好宿舍內的家務分工和購買公用物資等，相處下來大家也很融洽。

在中學時，她一直保持較好的成績排名，參加不同活動，使自己在將來的面試中，可以展現自己的歷練。她感謝母校的老師，提供了相當多累積歷練的機會給學生，讓學生將來有更多面向和拓展空間。同時，母校學長們給他提供了很多經驗，讓她不會感到將來迷茫。

在回想中學生涯時，她提到了很多深刻的事情，包括在學校被培養成司儀，使她在大學匯報作業完全不會怯場，以及參加很多美術比賽獲得獎項，讓她真實看到自己在學習後的成果。

對於未來的想法與展望，她表示畢業之後可能會一邊從事金融或會計相關的職業，工作的同時一邊完成課外報的會計課程。她也鼓勵母校的師弟妹們好好利用中學時期打好的基礎，為未來做好準備。



## 開創未來 追尋夢想

### 校友 潘嘉玲 中央財經大學 供應鏈管理系

今天來介紹我們的校友，潘嘉玲同學。潘校友目前於中央財經大學，修讀供應鏈管理系，她的大學生活還是比較充實和滿意的。

潘校友之所以選擇這門學科，是因為她中學時是選修經濟與企會財，所以比較偏向於商課。其學科最初是大量招生，之後再選各種專業及管理，所以在分流時需依據自己興趣及能力選擇。

大學生活並不苦，不過總有一些困難要面對。例如數學，因內地的數學程度，比香港的是更深的，在中央財經大學畢業，需要讀四門相關的



的數學學科，非常困難。所以能不能順利畢業，就看大家有否付出足夠努力了。



對潘校友來說大學生活算是自由了，不論大事小事，都需獨立完成，更需要自己安排時間來完成學習計畫及處理生活瑣事。就著處理日常事務，

潘校友會用手機上的日曆提醒自己，大家亦可試試。大學生活，學業和日常事務固然要處理妥當，不過遊玩也是不可缺少的。潘校友也經常與朋友外出遊玩，她深信勞逸結合才是最佳的生活之道。

要考上大學，潘校友提出四種建議；一就是上課必須認真，有疑問就立即問老師，老師都一定會耐心回答；二就是課後多做練習，鞏固知識；三則是不要懼怕自己的弱勢科目，勇敢去突破才有轉機；四就是及早確認自己的心儀科目，向著目標進發。



## 自由與自律——丘柔校友的大學體悟

### 校友丘柔 暨南大學 新聞學系

校友丘柔現就讀於暨南大學新聞學系，喜歡目前的校園生活。起初，她就讀的是工商管理專業，但學習一年後，她發現這並不適合自己，也不符合自己未來的就業目標。因此，她在大二時轉學新聞學，雖然專業跨度很大，但她很快融入其中。

她說學習和生活方面並算不上困難，唯一遇到的難題就是疫情，導致很多生活和學習的不便。幸好現在疫情已經結束，可以體驗到完整的校園生活。關於生活方面，學校會特地安排同學科的住在一起，所以在溝通和交友方面沒什麼問題。

大學的課餘有更多時間和自由做自己想做的事，例如加入社團可以參與很多活動，有機會交到很多志同道合的新朋友。也可以學到很多新技能，比如打網球、乒乓球、籃球之類。也可以自由分配課餘時間，除了學習，適當的玩樂、看電視劇、看動漫也很利於放鬆心情。沒有什麼特別印象深刻的事，但認識的朋友、體驗過的新事物令她在大學生活中感到很快樂。

她認為現在的大學生活和當時想像沒什麼不同。大學是一個自由時間很充沛的時期，無人會對你的私人時間指手畫腳，功課也並不會佔用全部的時間。事在人為，想要什麼樣的大學生活都可以自己去安排、去爭取。

對她來說，中學與大學的差別就是重心的轉移。中學更注重學習，大學更注重培養自身的生活能力。她學會獨立起來，培養獨立生活的能力，打理好自己的生活。更重要的是，她學會設身處地為別人著想，改掉以自我為中心的壞毛病。這些都是生活中慢慢可以體會到的。

她認為除了努力學習，更重要的是做好選擇。可以多去大學看看，堅定自己的決心。如果選擇回到內地讀書，那一定要學好普通話，提前認識一些講普通話的朋友，語言環境真的很重要。

她認為母校老師是擔任指路人的角色，根據學生自己的能力和喜好，幫助學生找到最適合自己的升學之路。同學則承擔溝通和陪伴的角色，例如，在中學時期的很多朋友，都和她一樣進入暨南大學學習。當朋友之間有共同奮鬥的目標後，他們會更有動力，也不再感到迷茫。回想中學生涯，最印象深刻的就是大部分老師對待學生真的非常負責，且親切。很感謝母校老師們的教導和陪伴。

她將來想從事與新聞業相關的工作。例如大學期間她參加了廣東廣播電視臺以及南方都市報的實習，都比較符合她的職業期望。未來會在內地和香港都嘗試一下，尋找最適合自己的工作環境。

最後，學姐強調大家一定要做自己喜歡的事，堅持自己的目標，結果一定會讓你滿意的。



## 退休——人生的新篇章

老師的人生，是一本厚重的書，寫滿了教育的故事和孩子們的成長。退休，是這本書的一個篇章的結束，同時也是新篇章的開始。在這個特殊的時刻，我們一起來回憶老師們的點滴，細數他們為教育事業帶來的光彩，祝福他們在新的旅程中繼續追求更美好的人生。

### 陳清貴老師

由千禧世代開始不知不覺已有二十多年教學生涯了。由可立轉了過來可藝，在這個過程中，我遇到了很多學生和同事，他們都讓我留下了深刻的印象。

這個過程中，我從高長泉老師身上學到了很多教學態度和經驗，尤其是處理學生的時候應有的守則、技巧和想法。這些教學理念和態度一直伴隨著我，成為了我教學的指導原則。

有一個學生讓我印象深刻，他叫做「菠蘿包」。當時他在學校被認為是比較調皮的學生，但是在和他交談之後，我發現他其實是一個很有潛力的學生。有一次，我請他喝了一罐可樂，他的反應讓我感到很驚訝。他像「阿飛正傳」裡的張曼玉一樣問我：「我真的可以喝完一支可樂嗎？」我從高長泉老師那裡得知，原來他生活在一個單親家庭，每天家裏只留下了三個菠蘿包，所以他被大家叫做「菠蘿包」。從那一刻起，我對他的印象就完全改變了，我開始更加關注他的學習和生活，也對他給予了更多的支持和鼓勵。

退休對我來說只是人生的一個部分，未來可能會有第二個生命的出現。目前，我還沒有很具體的打算，但是我相信，我會繼續關注教育事業，為學生的成長和發展盡自己的一份力量。

最後，我想對可藝的同學說：「見賢思齊焉，見不賢而內自省也。」「君子有所為，有所不為。」我希望大家能夠在學習和生活中保持一個正確的態度，做一個有道德、有責任感、有愛心的人。



## 湯泰方老師

時光匆匆，我已悄然度過了29年的教學歲月，從1994年起至今，漸漸地成為了一位有30多年教學經驗的老師。在這段時間裡，我有許多回憶，從過去的學校到現在的這所學校，我感受到了時代的變遷。雖然學生們的行為與價值觀有所不同，但他們的共同之處在於，都渴望自己擁有美好的未來。儘管學生的表現參差不齊，但我依然希望全心全意做好自己的工作，為他們的未來鋪平道路。在我看來，教學方面是最大的不同之處。過去的年代十分傳統，只有白板、黑板和麥克風，而現在的教學方式完全不同，從白板到iPad和活動形式的教學。學生和老師之間的關係是我教書30多年的回憶，看見同學的成長，他們將來一定會有好的前景。課程的改變令我面臨了新的挑戰，但我仍會盡心盡力，堅守崗位。除了工作，我的日常生活還包括聆聽音樂、閱讀和旅行。

對於學生的分別，我認為大家都是希望自己的前途很好。雖然學生的表現有所參差，但我認為我應該對每位學生一視同仁，因為如果我對他們有差異性，這樣便會存在偏見。教學方面是最大的不同之處，以前的年代十分傳統，現在教學方式已經徹底改變。現在的學生對於傳媒的認識更深入了，對於外部世界的了解也更加全面。學生和老師之間的關係是極為珍貴的，我教書30多年，見證學生們的成長，他們將來會有美好的發展。

我的日常生活十分豐富，我喜歡聆聽音樂，閱讀和旅行。音樂對我來說是一種享受，讓我感受到美好的情感和寧靜。閱讀是我個人的追求，不僅可以增長見識，還可以豐富自己的內心世界。旅行則是我放鬆身心的一種方式，讓我體驗到不同地方的文化和風景。





2023年7月校訊

校園小記者

2A黃恩怡    2C鄭瓊灑    2C陳靜儀    3B梁寶麒  
5A布芷茵    5B黎有成    5B江家樂    5B林漢彬  
5C陳漸錡

顧問老師

葉汶雅    盧晉榮    黃麗盈

本校地址：香港新界屯門變明里八號

Address: No.8, Oi Ming Lane, Tuen Mun, N.T., Hong Kong

電話：(852)2441 7100 (香港)    15219432012 (國內)

傳真：(852)2441 6753 (香港)

Web : [www.hongai.edu.hk](http://www.hongai.edu.hk)

Email: [info@hongai.edu.hk](mailto:info@hongai.edu.hk)



 Facebook



 Instagram



 YouTube