

親愛的家長：

### 校長的話

我們每天都會遇上大大小小的問題或難題，總想逃避或不願面對。這些難題可能來自學業、家庭、個人情緒、人際關係，甚至是生命的方向、感情問題……問題總得要解決的，但如何去解決？

記得唸小學時，我常把不能正常操作的時鐘「拆骨」，去探究一下分針和秒針怎樣運行？動力來自哪裏？又去探究上發條的玩具汽車，怎樣去調較其極少與極大的速度？當然最精彩的，莫過於去拆具「胆管」的中型收音機，一個 8 吋高、1½ 呎長的小盒子，為何能接收電台信息，為何「胆管」通電後會發熱發紅，究竟它有甚麼功用？

唸中學時，就不再拆解，反而愛上組嵌。上科學物理堂時，最喜歡設計不同的電路組合，用來量度不同的效果。愈複雜的組合，愈是會雄心勃勃的要去克服。及至唸大學一年級時，更到裝嵌電視機的工廠去當暑期工，目的是要知道電視機是怎樣由不同組件組成，這些組件又有什麼作用？

大學畢業前，佔十個學分的畢業論文是去探究微波電路板的頻率接收二重性，聽聞這電路板可安裝在火箭的外殼上，以接收地球的指令。說實話，開始時簡直是「老鼠拉龜」，不知如何入手。最初兩個月，每晚都睡不好，非常擔心；要畢業，就不能不面對。於是，憑著過往的經驗，先去圖書館搜集有關微波電路板設計的資料，最要緊的，是要搜尋全球的研究文章，看看其他學者怎樣處理這個問題。有了概念後，再用電算機隨意試試不同的數據，看看有甚麼不同的效應。心中有了藍圖後，就得到大學工場，有禮貌地邀請技術員幫忙製造硬件，整整忙了一個月，我和技術員們竟交上了朋友呢！餘下的時間，就不斷地在發送微波，希望藉這電路板去接收有效的數據，看看電路板是否具頻率接收二重性。辛勞了整個學年，終於完成了論文。畢業後，才獲悉教授和我的文章竟被刊登在 IEEE 雜誌內，那一刻，湧進心窩裏那苦盡甘來的滋味，真不足為外人所道。

總括來說，解難是要先曉得如何拆解大難題變為多組小難題，再按先易後難的準則，逐步、逐小去解決這些小難題。只要大部份的小難題解決了，就自然能啟發我們去解決大難題。

家長及同學們，以上只是我個人的經驗，每天我總會遇上大大小小的難題，我仍會抓緊我的方法，勇於面對、持之以恆，難題總會一個一個地解決了。

期望我這少少的經驗，加上大家小小的勇氣，一同來迎接人生所有的難題。每當難題解決後，不但令你喜出望外，更給你人生聚積更多的經驗，叫你邁向更成熟、更老練。

以上的分享，特地送給 2015 年度參加中學文憑試的中六同學。

「我作孩子的時候、話語像孩子、心思像孩子、意念像孩子，既成了人、就把孩子的事丟棄了。我們如今彷彿對著鏡子觀看、模糊不清，到那時、就要面對面了，我如今所知道的有限，到那時就全知道、如同主知道我一樣。」  
(哥林多前書 13:11-12)

願你們身心健康！



王定鵬 校長

二零一五年三月三十日

## 一、 「兒童發展基金」校本先導計劃活動消息

為培育同學多元智能、發掘自我潛質，從而規劃未來，本校「兒童發展基金」校本先導計劃 - 「生命友師·同行計劃」舉辦一連串活動，希望同學能善用餘暇，提昇自己。

有關本計劃近期活動如下：

- 2月：舉辦<<財智 GOAL 飛>>活動，培養同學學習正確的理財觀念
- 2月：舉辦家長講座，題目為<<理財有道>>
- 2月：精明購物團 - 於家長日在有蓋操場設置攤位，以團購價發售各類日用品
- 3月：友你同行 - 同學與友師一同玩集體遊戲、分享展望及共享火鍋，增進感情

節目預告：

- 4月：中三級同學參與<<行業探索>>活動，增加對各行業的認識，從而預早訂立人生目標
- 5月：中二級同學參與<<正能量訓練>>活動，培養積極、樂觀的價值觀
- 5月：<<教養樂與怒>>：家長、友師、友員大團聚，一同參加渡假村黃昏營

## 二、 課外活動消息

### 1. 社際比賽

- 上學期社際學術成績比賽結果如下：

初中組：	冠軍	紅社
	亞軍	黃社
高中組：	冠軍	紅社
	亞軍	藍社

- 社際籃球賽已順利完成，各健兒們均全力以赴為社爭取佳績。結果如下：

男子組：	冠軍	藍社
	亞軍	黃社
女子組：	冠軍	藍社
	亞軍	紅社

- 社際足球將於復活節假期後舉行。

### 2. 學生會

- 早前為向各位老師致敬，特意舉辦敬師周。在一連串敬師周活動中的超級老師選舉已有結果：

超似爸爸獎：袁達威老師  
超似媽媽獎：吳嘉恩老師  
超風趣幽默獎：黃思明老師  
超和藹可親獎：嚴寶珍老師

- 緊接著有「呂明鐵人」，是一項挑戰體能、智加與團體合作的活動。
- 復活節臨近，將會舉辦「尋龍蛋」活動，為同學帶來歡樂氣氛。
- 23/4 將與家長教師會合作舉辦「水果日」，透過輕鬆活動宣傳及推廣健康飲食。

### 3. 地理及環保學會〈大浪西灣遠足之旅〉

本會將於 2015 年 4 月 9 日(復活節假期間)舉辦「大浪西灣」遠足活動，詳情請 貴子弟留意校內宣傳，如有查詢，請致電 2459 8236 予鍾秀麗老師或程宇寧老師。

## 三、 中國語文科消息

1. 中文學會於一月底舉行春聯比賽，是次活動反應熱烈，師生趁此機會即席揮毫，寫下一句句的祝福語。春聯比賽結果如下：

冠軍：鄭苑怡(4D)      亞軍：鍾敏瑜(5A) 鄧凱晴(5D)      季軍：鍾文強(5D)

中文學會會員優異獎：周曉盈(6B)

全場最優秀大獎：鄧靄茵老師

2. 本科參加「全齡起動 活出健康」全港原子筆中文書法比賽，1A 班洪詠雅同學、3C 班張汶琪同學及 5A 班鄭采妮同學代表本校參賽，並獲得嘉許狀。
3. 中文科閱讀大使於 3 月份精心製作好書推介展板，向同學推介六本好書，包括《孔子新說 — 展現人文之美》、《吶喊》、《拾香記》、《514 童黨殺人事件》、《五千年大故事之堯舜春秋》及《異色·北韓》。請各位家長鼓勵同學借閱上述推介書籍，培養良好的閱讀習慣。
4. 中五級午間小組討論訓練將由 4 月份開始，本科期望通過應試訓練能提高同學的口語表達技巧，有助同學於公開試中取得理想的成績。

## 四、 圖書館管理及閱讀推廣委員會消息

### 甲. 學生得獎：

圖書館推薦同學參與香港教育城主辦的第一期創作獎勵計劃，共有十二篇作品投稿成功。在芸芸作品中，本校三位同學的作品成功入選中學組第一期「我最喜愛文章」投票比賽，獲主辦機構甄選為推薦閱讀篇章。

(一). 散文／隨筆：

(1) 吳美嫻(3B)

入選作品： 追求-讓夢想花開：記我的種子

網址：http://www.hkedcity.net/student/eworks/view.phtml?file\_id=96632

(二). 閱讀隨筆：

(1) 吳美嫻(3B)

入選作品： 脆弱

網址：http://www.hkedcity.net/student/eworks/view.phtml?file\_id=96614

(2) 袁詠彤(4A)

入選作品： 我心目中的英雄——爺爺

網址：http://www.hkedcity.net/student/eworks/view.phtml?file\_id=96637

(3) 劉鳳平(5A)

入選作品： 讓愛動起來

網址：http://www.hkedcity.net/student/eworks/view.phtml?file\_id=96633

第一期創作獎勵計劃現已圓滿結束，總結比賽成績，三位同學共獲得六個獎項。得獎結果臚列如下：

中學組-閱讀隨筆：

獎項	題目	作者
冠軍	讓愛動起來	劉鳳平(5A)
亞軍	脆弱	吳美嫻(3B)
季軍	我心目中的英雄——爺爺	袁詠彤(4A)

以上三篇作品同時獲得最受歡迎作品獎。

乙. 作家講座：

1. 圖書館與中文科於3月18日邀請作家到校主持寫作講座：

- 陳蕊先生擔任中一級作家講座嘉賓，題目為「創意寫作」。
- 林寶先生擔任中四級作家講座嘉賓，主講「創意中文寫作」。

2. 圖書館與英文科於3月18日邀請作家蔡英材先生主持英語學習講座，對象為中五級同學。

## 五、學生輔導工作

本校設有輔導組，負責統籌全校的輔導工作，希望透過各項活動使學生能健康地成長，並在個人情緒的處理和個人潛能都得到充份照顧。本校亦有聖公宗教育心理學家及駐校社工，為學生及家長就其提出問題提供資料及意見。

本組近期活動如下：

- 1月27日至29日 輔導周 - 「劃」出彩虹人生  
(周會(抗癌鬥士陳偉霖先生抗癌鬥士分享)、午間活動(教職員及學生音樂會、教職員及學生三分球比賽、教職員及學生閃避球比賽、書展及攤位 )
- 1月至2月 學長計劃——午間飯聚(學長與中一同學)
- 1月至2月 學長計劃——領袖訓練活動
- 1月至2月 義工隊——訓練小組
- 1月至2月 義工隊——「齊放義彩」計劃
- 1月至2月 友同行成長訓練計劃——小組聚會
- 1月至2月 同行者成長訓練計劃——小組聚會
- 1月至2月 中一至中三校園 Fun 一 Fun
- 1月至2月 自家創作人潛能發展小組——小組活動
- 1月至2月 自家創作人：潛能發展小組——創意市集營銷活動(一)
- 1月至2月 挑戰者職業志向成長小組——小組活動
- 1月至2月 呂行者職志認識小組——參觀麥太甜品店
- 1月至2月 呂行者職志認識小組——小組活動
- 1月 友同行成長訓練計劃——親子活動
- 2月 友同行成長訓練計劃——家長小組
- 2月 同行者成長發展計劃——義工服務

本組未來動向如下：

- 3月至4月 學長計劃——午間飯聚(學長與中一同學)
- 3月至4月 學長計劃——領袖訓練活動
- 3月至4月 「青春無悔」成長小組——成長課及宿營
- 3月至4月 義工隊——訓練小組
- 3月至4月 義工隊——齊放義彩」計劃
- 3月至4月 友同行成長訓練計劃——小組聚會
- 3月至4月 同行者成長訓練計劃——小組聚會
- 3月至4月 呂行者職志認識小組——南丫島探索之旅
- 3月至4月 挑戰者職業志向成長小組——小組活動
- 3月至4月 自家創作人潛能發展小組——小組活動
- 3月至4月 自家創作人潛能發展小組——創意市集營銷活動 (二)
- 3月 義工隊——探訪區內福利機構
- 3月 中一至中三校園 Fun 一 Fun
- 3月 「愛自己」成長小組——成長課及興趣班

- 3月 同行者成長發展計劃——義工服務
- 4月 學長計劃——歷奇日營(學長與中一同學)
- 4月 友同行成長訓練計劃——歷奇訓練日營
- 4月 同行者成長發展計劃——歷奇訓練日營

#### 輔導組恆常小組活動及訓練：

學長計劃(定期小組訓練)、義工隊(定期小組訓練)、「友同行」成長發展計劃、「同行者」成長發展計劃、「呂行者」職志認識小組、「挑戰者」職業志向成長小組、「自家創作人」潛能發展小組及校園 Fun — Fun

## 六、 家長教師會消息

### - 家長校董選舉結果

2014-2015 年度「家長校董選舉」投票已於 2015 年 2 月 8 日順利完成，在馮立興校董、王定鵬校長及選舉主任鄭銘強助理校長的見證下，陳桂玲女士當選為家長校董，盧燕珊女士當選為替代家長校董。

- 家長教師會於三月舉辦了「6A 品格教育」家長講座(21/3)及家長工作坊(28/3)，由「明愛全人發展培訓中心」高級培訓及輔導主任主講，教授家長應以品格教育為培養孩子的目標，並如何運用 6A 概念和原則來建立良好親子關係，以達致具效能的管教。

- 感謝各位家長及老師踴躍支持本校的「賀年禮品捐贈計劃」，將關懷送到區內有需要人士。所有收妥的賀年禮品已送往「救世軍屯門東綜合服務」，再轉贈予獨居長者或需支援的家庭。

- 本會已於 3 月 25 日舉辦「家長也敬師」活動，當日一眾家長義工為所有教職員送上由他們親手製作的小禮物，感謝學校為孩子們的付出。同時，亦頒發書卷給三位創意敬師咭比賽的得獎同學，包括：1D 梁琬善、4C 劉勇承及 5A 余佩榕。

### - 活動預告：

- 本會將於 4 月 16 日與學生會合辦「開心果日」，以宣揚健康飲食文化。

- 本會將於 5 月 1 日(公眾假期)舉辦一年一度的「親子旅行」，主題為「塔門、荔枝窩逍遙遊」。當日行程包括乘專船前往塔門遊覽天后廟及呂字疊石、品嚐「塔門風味午餐」，及前往荔枝窩觀賞通心樹、五指樟及百花魚藤等奇特植物。有興趣參加的家長請參閱已於本月派發的家長通告[1415-180(CSL)]及盡快報名。如有查詢，請致電 2459 8236 予鍾秀麗老師。

## 八、 升學及就業輔導委員會消息

1. 2015年2月6日下午安排中五級學生參加由香港貿易發展局舉辦「教育及職業博覽2014」。學生透過是次活動取得最新的教育培訓及就業機會資料，可清晰其目標及方向，以作未來事業計劃的參考。
2. 本組於2015年2月12日舉辦「中三級選科須知」簡介會，目的是讓中三級同學能掌握更多資訊，並按自己的能力及興趣，周詳地考慮各方意見，為選科作出適合的部署。
3. 本組與基督教香港信義會專業培訓中心合辦《高中面試準備工作坊14-15》，目的是讓中六級同學能掌握面試技巧，做好入學面試的準備。是次活動邀得香港大學附屬學院講師協助，已於2015年2月12日下午順利舉行。當日同學在禮堂聽過簡介後，便分組到不同課室進行模擬小組面試。透過模擬面試，讓各同學掌握到介紹自己技巧，提問及應對等技巧。
4. 本校特邀請宏恩書院校長崔康常博士於2015年2月26日放學後，為中六級同學介紹申辦中的開設課程，讓同學進一步瞭解未來的升學途徑及發展方向。
5. 與基督教香港信義會專業培訓中心合辦「職業師友導向計劃」，參與同學可透過職前工作坊及實習計劃，學習正確處世價值觀、態度和溝通能力；藉此擴闊視野和經歷，亦能掌握商業社會動態，發展其終身學習的能力，為將來踏出工作世界作好準備。計劃已於本年三月展開，詳情如下：

活動項目	舉行日期	地點	時間
面試選拔	2015年2月11日	輔導室	16:00-17:00
啟動禮	2015年3月13日	小聖堂	16:00-17:00
工作坊一	2015年3月14日	禮堂	14:00-17:00
工作坊二	2015年3月21日	禮堂	9:00-12:00
工作坊三	2015年4月16日	活動室	15:00-17:30
工作坊四	2015年4月18日	禮堂	14:00-17:00

經遴選後30位中四及中五級同學須參加四次培訓，及至通過機構面試後，將會於八至九月間獲得約兩星期的工作體驗機會；屆時，栢麗國際控股有限公司將安排一位專業人士與同學組成師友，一起去經歷是次難得的機會。

6. 2015年3月6日職業訓練局代表到本校為中四級學生介紹轄下學院所提供的課程，令學生更能掌握有關升學的詳盡資料。
7. 本組於2015年3月6日下午安排中五級同學舉辦企業參觀活動，希望藉著參觀不同的企業，進一步開拓同學們的視野。有關參觀企業資料如下：

行業類型	企業名稱 (地點)
飲食	稻苗學院 (火炭)
拍攝製作	Comeroll Roll Media Limited (葵涌)
環保·自僱	慢生活館 (葵涌)
化妝美容	KAZAF Unique Makeup Center(長沙灣)