

學校概覽



曾璧山(崇蘭)中學
TSANG PIK SHAN (SUNG LAN) SECONDARY SCHOOL





校訓



慈 悲
喜 捨
敬 業
樂 群





目錄

校長的話	3-4
授學有方 愉快學習	5-10
走出課室 發展潛能	11-16
關心社會 成人達己	17-20
扶助學生 堅實後盾	21-24
規劃人生 開拓前路	25-28
家校同心 以愛同行	29-30
完善設施 優良環境	31-34
老師篇—我有一個老師夢	35-38
學生篇—我的成長印記	39-42
校外佳績 超越自我	43-46
優秀作品 才華綻放	47-48
開辦課程	49

校長的話

曾壁山（崇蘭）中學秉承曾壁山居士和陳子褒先生（崇蘭）兩位先賢的辦學理想，持守「啟學子潛能行千秋大業，承先賢德智育萬世良才」的信念，教授學生知識，致力啟發及培育學生不同潛能，亦注重培育學生建立正向價值觀和自主學習習慣。今年學校邁入一百周年的新里程，全賴師生共同努力，領導團隊積極與社區人士合作，我們才能渡過眾多困境，逐步在外界建立起正面、積極、關愛的形象，讓學校穩步發展，昂然邁向一百周年。

教育是一個不斷自我進步的過程。現今社會瞬息萬變，同學面對的挑戰越來越多，但機遇亦應時而生，因我相信，每人都有獨特的能力。可有想過「同學最大的潛能就是不知道自己的潛能在哪裏！」正是「未知」，同學的可塑性更高，潛力亦無可限量。因此我校十分注重啟發學生的潛力，激發同學的熱情：通過舉辦各式各樣的活動，讓學生有機會接觸多方事物，了解世界的同時亦充分認識自我，明白自己的喜好和長處。我們會籌辦海外交流團，讓同學擴展視野，認清自己理想的生活方式；又有同學參加了學校獨木舟隊，發現自己潛藏的天賦，個人體格亦因鍛鍊而強壯，學習態度因磨礪而奮進，當中更有同學晉身成香港代表隊隊員。

我從事教育工作多年，深深體會到教學生涯只有短短數十載，而學校樹人卻是百世之事，所以若有老師提出新的教學理念想法，定會鼓勵老師敢於嘗試，建構多樣化的教學模式。教學團隊在自由的空間裏，才能靈活變化，教學得以持續優化。近幾年學校新開設的健身學會，亦由老師提出，以健身助同學提升毅力、自信及鬥志，為同學帶來成就感。





何沛勝校長

承傳百年歷史底蘊
育優秀良才

能提高教學水平及學習成效的方案都是值得投資的。學校在五年前已在所有課室及特別室加設互動電子白板，方便老師進行互動教學。此外，我們亦大量添置ipad，在禮堂安裝LED展示牆，更新及提升全校的有線及無線網絡，落實「光影麗聲」計劃，全面更換禮堂燈光音響；以上種種，皆有助提升教學質素，增強學習效能。適逢百年校慶，亦為圖書館進行修葺，除改善教學的環境設備外，亦希望同學能在優美而舒適的環境中學習。未來更有計劃增設演講室、健身室，為同學締造優質的學習校園。

展望將來，期望能繼續傳承學校的教育理念，並開拓新的領域，增加學校的影響力和競爭力。在校董會的大力支持與全校師生的共同努力下，必能讓每一位師生在自由而具活力的氛圍中，找到自己位置，發揮個人所長。

授學有方 愉快學習

我們相信學生能建立學習的自信，才能學得好。
但不是每個學生能自行摸索到學習的路是怎樣前行，
老師的責任很重要。

教育猶如點燃一把火，而非注滿一桶水，
學之有方，能力才會攀升；學習若是愉快的，學生自然會更投入。
助學生建立學習成就、點燃他們的學習熱情，
是本校教學團隊共同努力的目標。



若要學得好 先要學得到

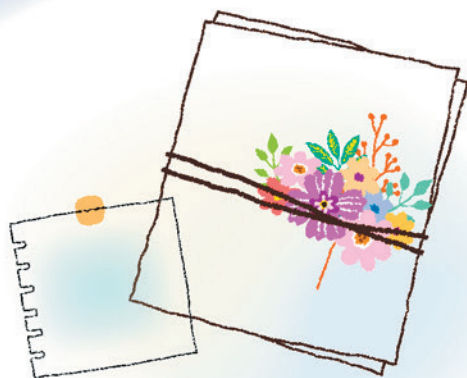
不少學生對讀書感到無力，助學生建立學習的自信，相信自己能學，才能學得到，才能學得好。若老師能了解學生的學習難點，才可協助他們「迎難而上」。近年我們持續參與不同大學或教育局提供的校本支援服務，從教材選取及剪裁、教學策略安排、課業佈置等各範疇優化校本教材，對應學生的學習需要。「步步難，步步學」，除了提升學習效能，最重要是建立學生的學習信心。「學會學習」不是一個口號，而是老師與學生共建的路。



中文科

「不積跬步，無以至千里；不積小流，無以成江海。」學習不是一蹴而就的事，啟發同學相信自己，建立自學的能力，陪伴他們一點一滴地積累所學，才是長遠之道。

中文科向來著重學生語文能力及思維訓練，惟學生普遍認為中文難學，作文更是下筆千斤重。我們的教師團隊深明教了不等於學了，因此持續探索多元教學策略。中文科近年更積極參與教育局的校本支援服務，診斷學生的學習難點，並從課堂教學、課業設計、評估策略等方面作出轉變和優化，充分對應學生的學習難點和需要。



以有效的教學策略如簡單的口訣、有趣的組織視覺圖及形象化的比喻，令學生易於吸收。



老師透過小步子教學及檢視學習進度，確保學生有效學習；新的教學點子有助提升教學效能，老師因學生的進步而提升教學成就感。



老師精選溫習資料、分析公開試題目及答題技巧，以提升學生的應試信心。

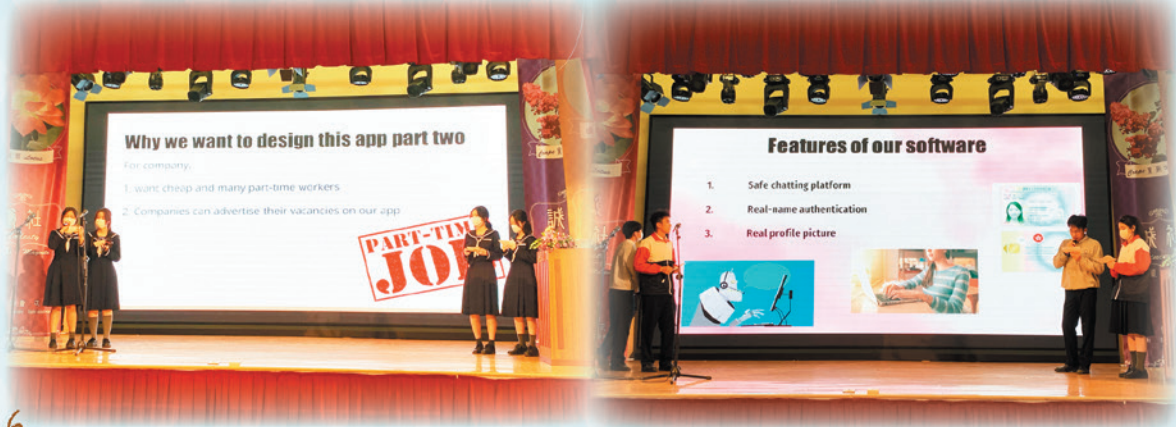
ABC 英文科

學英文 先學好拼音

本校在中一和中二設有英文拼音課程，由外籍老師授課，幫助學生建立良好的發音基礎，強化聽說能力，讓他們更有效地學習英文字詞和句子。



外籍老師跟本地國際學校老師分享教授拼音心得。



中四學生在CYBER WORLD的單元中，需要成為「手機應用程式設計師」(Apps Designer)，用英文推銷自己的產品。

優化教學策略

通過參加教育局和香港大學的校本支援計劃，本校英文老師得到有關課程規劃、教學法、課堂實踐及評估等方面的專業支援，進而提升教學水平及專業知識，提高學生對英文學習的興趣和自信心，並促進學生的學習成效。老師還可以透過與專業支援人員的交流，分享教學經驗及學習最佳的教學法，更有效地幫助學生。



為學生安排自評和互評機會，增進同儕間的交流，圖中的學生充當「小老師」的角色，品評同學的英文作文。

愉快學習不是夢

學習不是只在課室內，課堂能聽得明跟得上固然好，若能透過遊戲去學，學得開心，更為重要。學習從來不應只是枯燥和乏味，學生能享受學習樂趣才能更願意學。

深化文化涵養

中文科透過多元化的學習活動，增加學生愉快學習中文的經歷，並從不同角度探究中國文化的深與廣。中文科透過舉辦「中國藝術文化週」活動，令學生領略到中國藝術及文化之意涵和魅力；亦鼓勵學生參加各類工作坊及校外比賽，提升他們的自信及深化他們的文化涵養。



變臉大師在舞台上一揮斗篷，手一抹，就變出幾十張臉，令同學讚嘆中國藝術的博大精深！



字如其人，不同人寫出來的字或多或少映襯出個人氣度和風格。同學們即席揮毫，寫下祝福語句。



旗袍能凸顯女性的古典氣質，同學透過參加「迷你旗袍製作工作坊」認識了旗袍的由來及演變，並創作出能展現個人風格的迷你旗袍。

用英文接觸世界

英文科為學生提供了豐富的英語學習體驗，讓他們走出課室，用英文接觸世界。「英語週」可提高學生的英語聽說讀寫能力，參觀工作場所能讓學生了解英語在職場上的應用，歌唱比賽能激發學生對英文歌曲和文化的熱愛，安排海外大學生到本校交流則能提高學生的跨文化交際能力和全球視野。



學生向來自世界各地的大學生介紹校史室。



外籍老師和英語大使在「英語週」向同學積極推介英文好書。



同學到訪THE COFFEE PRO學習沖調咖啡和關於咖啡的英文術語。



年紀輕輕的中二學生，已能自信地用英語跟海外大學生交流。



培養STEM素養

數學科、電腦科和工程科向來著重培養學生的思維、傳意、解難及創造能力，透過籌辦「數學科技週」，學生可參與不同的STEM學習活動，建立成功感及提升學科興趣，並培養出終身自學的態度和能力。



學生利用組合式摺紙完成立體圖形任務，他們驚嘆正立方體也能從角端直疊起，從而欣賞數學的美。

師生利用計算思維進行編程，熟習硬件和軟件的應用。

擴闊科學眼界

一年一度的大型科學活動——「科學節」透過實際體驗和探索，讓學生更深入地從各方面了解科學知識。而透過與圖書館的書展配合，以及在學校電視機播放科學影片，能為學生建立一個充滿科學氛圍的環境，有助提高他們對科學的興趣和投入感。



同學在「科學節」中可參與各種不同的科學實驗，而禮堂亦設有不同的裝飾品供學生拍照「打卡」。

同學投入於每一個物理學小挑戰中，他們正在嘗試如何傾斜地擺放一個汽水罐。

宣揚健康價值

健康管理與社會關懷科一向致力培養學生對家庭、學校、朋輩、社區健康和社會福祉的關心，不時走出課室學習，而且每年都會舉辦「健康週」。健社科學生能應用所學，在學校中宣傳健康管理的理念。



本校老師於午息分享「為什麼我減不了肥？」，同學都聚精會神聆聽。



中四健社科及生命科學科學生前往香港中文大學參加講座，加深對藥理學的了解。



中四健社科學生十分熱情地為同學量度體脂比例以及腰臀比例等「生理健康指標」。

從閱讀中學習 發現人生智慧的鑰匙

學校圖書館是一個靈活及多元化的學習資源中心，努力與不同科組協辦學科週，讓同學從形形色色的閱讀活動中培養閱讀興趣。此外，圖書館與資訊科技組合作培養同學的資訊素養，訓練自學能力。

現今社會瞬息萬變，同學單靠汲取課本上的知識已不足以應付課程及日常生活需要，圖書館正好為同學提供學習資源，並期望他們從書本中獲得啟發，找到理想的人生方向。



同學到香港中文大學圖書館參觀著名作家西西的藏品展，感受西西的文字魅力和文學世界。

圖書館配合科學科舉辦專題書展，並以展板推介圖書。



同學亦可參與選自圖書的科學實驗，了解不同的科學原理。



圖書館將閱讀與藝術手作結合，舉辦「甜品蠟燭工作坊」，可愛的甜品造型加上淡淡香氣，令人愛不釋手。

圖書館每年均會邀請作家到校主持講座，推動閱讀文化。



走出課室 發展潛能

我們相信，每一個人也是獨特的。

本校的課外活動及其他學習經歷組積極舉辦多元活動，甚至跳出校園，讓學生了解自我，發展潛能，激發對世界的好奇心，以及培養積極進取的人生觀。

中學階段為人生重要的里程，

「希望為每一位同學，在成長的過程中創造難忘的回憶。」

乃本校課外活動及其他學習經歷組的宗旨。

透過豐富多彩的其他學習經歷活動，

培養學生多方面興趣，加強他們對學校的歸屬感，建立正面的價值觀，並體會成長的美好。



全校參與活動



課外活動及其他學習經歷組每年均會舉辦/協辦多次全校參與活動，營造正面快樂的校園氛圍，加強學生對學校的歸屬感。除了每年都會舉辦的旅行日及聖誕聯歡會外，亦會按需要為學生舉辦本地遊學團、才藝表演等特別活動，為他們的中學生涯創造快樂、難忘的回憶。



每年一次的學校旅行日，師生得以遠離繁囂，享受戶外活動帶來的樂趣。



全校上下一同參與到校野戰遊戲，師生打成一片。



全校師生一起參與香港迪士尼樂園學習活動，大家都感到非常興奮！



同學們參與音樂及時裝表演，在舞台上大放異彩。



為每一級同學預備級活動，讓同學享受歡愉輕鬆的校園生活。



社際活動

每位學生在入學時都會被分派到一個社，而這個社身份會一直陪伴著學生直到畢業。社制組織能將不同年級的同学組織起來，增強彼此間的歸屬感，而通過舉辦不同類別的比賽活動，供四社進行正面競爭，使同學學習以群體為單位發揮所長，追求卓越，同時亦能增加師生互動。



在社長的帶領下，四社的同學為跑道上的健兒搖旗吶喊。



參加「社際中華文化常識問答比賽」的各社同學出盡「腦力」，努力為社爭光。



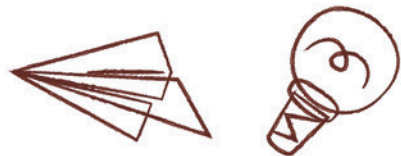
社際籃球比賽成為了學校一大盛事，觀賽的同學不少，氣氛相當熱鬧。



在社際乒乓球比賽中，參賽健兒專注備戰，為爭取好成績作準備。



領袖訓練



為配合同學的個人發展及課外活動整體需求，高中同學需積極參與籌組學會、學生會或社幹事會，為該學會作出貢獻，擔當一些重要角色如學生會會長、社長、學會主席等，或協助完成籌備、宣傳、行政等工作。為了讓學生有足夠能力承擔學生領袖之工作，課外活動及其他學習經歷組在學生的初中階段便安排了有系統的領袖訓練。

同學在領袖訓練活動中商討對策，培養團隊精神及溝通能力。



同學們參與高結構歷奇活動，體驗在高空攀爬行走的滋味，相當刺激，有助同學突破自我。



同學在領袖訓練營中自行製作竹筏，培養合作精神及野外求生技能。



同學們鼓起勇氣，突破自己，接受「乘風航」上導師給予的挑戰，增加自信心。



在同儕的支援下，每位同學訂定目標，勇敢向前不怕難。

境外交流

為了讓同學擴闊眼界，走出課室，體驗不一樣的學習，學生境外交流組安排了不同的境內及境外的學習活動，藉此豐富學生的學習經歷。同時，本校已與中國不同省份的十間姊妹學校結盟，持續舉辦各種比賽和交流活動，為兩地師生創設互相學習的平台。



在「東平洲生態地質探索及淨灘之旅」中，同學能了解東平洲的地質地貌，還學習了如何安全有效地潔淨沙灘。



雖然因疫情未能舉辦境外交流團，但同學透過線上遊學團參觀了曼谷的陶瓷島和唐人街，還在專業導師的指導下學習烹飪正宗的泰國美食。



本校與內地姊妹學校廣州市鐵一中學合作參加羊城晚報「百旺盃」手抄報大賽，學生獲獎的手抄報更被深圳市博物館收為館藏！



本校同學參加「武漢楚才作文大賽」並屢獲佳績，更曾受邀參加「楚才港澳獲獎青少年武漢夏令營」，和來自不同地區的青年交流。



本校籃球隊與姊妹學校澳門鏡平學校時常進行友誼賽，在拼搏中揮灑汗水，博採眾長。



本校是馬鞍山區第一間參與AFS國際文化交流（一年海外交流）計劃的學校，德國交換生Lin入住本校學生接待家庭，並和本校師生相處融洽。

關心社會 成人達己

行善，貴在用心；所謂用心，指的是愛心。
儘管不是每人也有能力在這個地球上做大事，甚至成為大慈善家，
但「勿以善小而不為」，我們能帶着大愛來做小事。

這種服務他人的宗旨也適用於我們的工作和人生。
任何工作，不管在別人眼中價值高低，
只要用心去做，找出可以做得更好的辦法，就會有一定成績。
而透過幫助他人促進個人成長，達致雙贏，
正是本校推動學生積極參與社區服務的初心。



德育及公民教育組

本校德育及公民教育組一向以學生為本，重視學生的內在成長和自我反思，並培養學生的仁愛之心，培育學生的社會責任感、公民意識和人文素養，讓他們成為有責任感及具有社會良知的公民。我們通過設計多元化的活動，讓學生體驗和理解不同價值觀和文化背景的重要性，懂得尊重他人、關懷弱勢群體，並透過實際行動貢獻社會。



老師、學生及家長均踴躍支持「校園捐血日」，身體力行成為捐血者。



同學們在「烏溪沙岩岸生態行暨海灘清潔」活動中身體力行，齊齊清潔海灘。



同學們在「小大師——義工探訪」活動中以利是封循環再用摺出兔仔送給多位小學生，又表演了魔術及雜技。



同學們與貧困長者一起執紙皮，啟發他們關懷弱勢社群的心。

同學們不怕骯髒，在「抱抱浪浪」活動中落力清潔狗場，照料狗隻和做設施維護，希望把愛傳播給人類最好的朋友。



「免費理髮！」由同學及家長派發傳單，理髮師們提供免費的理髮服務，一同幫助區內有需要的人群。



健社科



健社科一直致力帶領學生從學校走進社區，讓學生將書本上的知識應用到現實世界不同的社會關懷議題中。學生透過參加與長者有關的社區活動，能打破對長者的既定印象，繼而關愛長者，促進社區的兩代共融。



學生與長者一同學習繪畫禪繞畫，兩代在繪畫過程中深入交流對身心靈健康的看法。

學生與長者一同參加與生死教育有關的桌上遊戲《五味雜貨店》，兩代在遊戲過程中大談對生死的不同價值觀，促進跨代交流。

中五學生到訪馬鞍山區內的長者日間護理中心「和悅會」，同學們看到中心內為腦退化長者特別設計的復康設施都嘖嘖稱奇。

扶輪少年服務團 (扶少團)



扶少團的目標是透過聯誼服務活動來促進國際了解，親善與和平，團員堅信‘Service Above Self’ and ‘One Profits Most Who Serves Best’，強調了將他人的需求置於自己之上，努力成為專注於為他人服務的人。本校扶少團的母社是蘇豪香港扶輪社，在不同的計劃中，團員能促進領導技巧，服務自己的社區，以及拓展全球視野，並且了解個人責任和努力工作的價值。



扶少團與本地慈善界合作，透過分類、儲存和免費派發食物物資給有需要的學生，從中實踐「讓施與受同享豐盛生命」的願景。

團員在母社社友的陪伴下探訪認知障礙症長者的家，學習長幼共融的精神，並為長者提供陪伴與關愛。

扶少團與國際扶輪社共同組織籌備扶輪捐血日，在同仁的大力支持下成績斐然，除了更深切體會捐血助人的意義外，團員亦得到籌備大型活動的經驗。



團員透過協助視障人士參加保齡球比賽，學習傷健共融的精神。

沙田學生大使



「沙田學生大使」是集合了政府部門、社福機構、青年組織以及地區領袖的全方位支持的義工計劃。而這顆義工服務種子，在過往12年間被帶到各間中小學，為社區培訓超過3000名青年義工，而受惠服務人次近萬人。

本年度的主題為「精神健康」及「提升自信及自豪感」。本校作為沙大的籌委會，希望社會大眾在經歷數年起伏不定的疫情下，仍能透過義工活動關注自己的精神健康，同時讓施眾和受眾感到快樂、自信與自豪，積極面對人生。



沙田學生大使充當「小老師」，主持STEM工作坊。參加者從中學學習運用3D軟件Tinkercad，並以雷射切割（Laser Cutting）技術製作燈座或鎖匙扣。



沙田學生大使為初中學生在午飯後舉辦閃避球比賽，參賽學生發揮團隊精神，共度歡樂時光。



沙田學生大使亦照顧喜愛棋藝的同學，參加者透過參與「尋找曾壁山（崇蘭）棋王」，在午膳時間感受下棋和桌遊的樂趣。



「沙田學生大使計劃」無懼疫情，風雨不改地舉辦，讓義工服務精神發光發熱。本年度一共有11間中、小學參與計劃，10間社福機構進行配對。

本校沙田學生大使表現出色，本年度榮獲3個冠軍及1個亞軍獎項，服務表現備受肯定。大使們也認為自己成長不少，由一個觀察者變成一個具行動力的統籌者。



扶助學生 堅實後盾

人生路上總會遇到各種困難，青少年感到困惑亦在所難免。正因如此，我們必須好好規劃及裝備同學的全人發展，以應付成長路上的種種挑戰，並令他們具備成為社會新鮮人的自信，活出精彩人生。

在個人發展方面，讓同學認識及接納自己的性格和特質，並充分發揮優點及改善弱項，同時學習解決問題的技巧。在群性發展方面，學會尊重及接納他人，建立良好的人際關係，並了解個人在家庭、學校和社群的角色及責任。我們相信，只要掌握正確和健康的人生價值觀，保持積極的處事態度，學生定能不斷超越自我，發揮潛能，成為負責任的良好公民。



學生支援組

中國文字博大精深，經常出現很多相似的文字，例如「日」與「日」、「人」與「入」、「洗」與「洗」、「援」與「暖」。但看著又覺神奇……「援」又可以帶來溫「暖」，既相似，又好像有點相通。而學生支援，正正就是在學生需要前、需要時及需要後為他們提供幫助，無論結果如何，最少讓他們感受到老師為他們帶來的一點溫暖！



我們深信，構成曾壁山（崇蘭）中學的重要元素，除了老師、家長和學生外，還需要「智慧」和「關愛」。照顧好每一位有特殊學習需要的學生，是因為愛？還是使命？Why not both？



透過「靜觀 x 藝術創作」活動，學生在創作過程中放鬆自己，從而覺察自己，並輕鬆創作出漂亮的浮游花瓶。



「不要用金魚的標準尺子去衡量猴子！」我們深信每位學生都有其才能。在甜品班中，學生一手一腳準備材料，按指示完成木糠布甸。



輔導組

輔導組一向以學生為中心，提供心理輔導和舉辦學生成長活動，協助學生解決情感、人際、學習等問題，為學生的成長和發展提供了堅實的後盾。

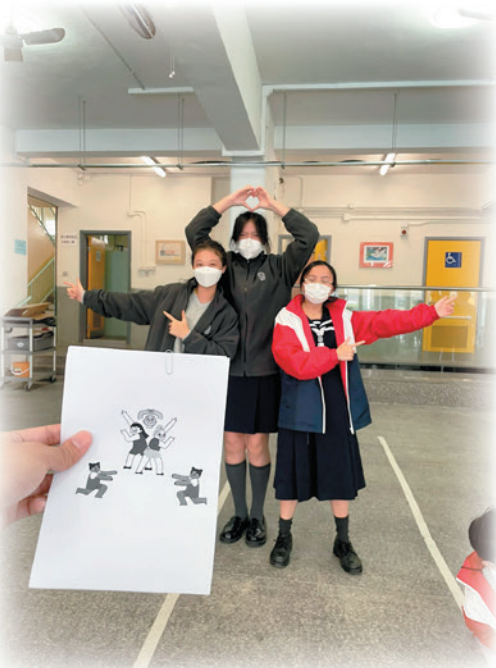
輔導組老師充滿愛心和耐性，細心傾聽學生需要、關心和支持學生；而學生成長活動的內容則相當多元化，包括以24個品格強項推行正向教育，讓學生發掘潛能；培訓「守護大使」，推廣精神健康及關愛文化；成立「新移民關顧小組」，讓學生及早適應新環境。



輔導組舉辦不同類型的活動，讓學生有更多機會結識朋友，建立良好的人際關係網絡。



守護大使不時在午息時間陪伴初中學生玩樂，強化跨級關愛文化，他們亦在師弟妹中建立正面的學習榜樣。



組員之間互相溝通，利用正面和鼓勵性言語指導組員完成動作，強化「社交智慧」的品格強項。



透過「守護大使培訓工作坊——高疊盤挑戰」體驗，大使們互相支持和鼓勵同伴克服心理關口，體現出堅毅、勇敢的品格強項。

新移民關顧小組不時舉辦聚會，讓學生認識更多朋友，更會提供英文學習支援小組以及校內外的活動，讓學生更快適應新環境。



規 劃 人 生 開 拓 前 路

人生雖變幻無常，亦可小心規劃。
生涯規劃是持續和終身的過程，摸索到方向，
勇敢前行，便能在人生的不同階段達成不同目標。

在求學階段，生涯規劃教育是全人發展的其中一個重要元素，
本校生涯規劃組培養學生認識自我、作個人規劃、訂立目標、反思和修訂的能力，
以及認識各種升學及就業資訊。

我們期望學生在學校成長的六年裏，能夠為自己的學業、志向與事業盡責，
同時作好準備，畢業後成為貢獻社會的「壁山崇蘭人」。

POLITICAL MAP OF THE WORLD, 2019



生涯規劃週 規劃未來

「生涯規劃週」內容非常豐富，除了按初中及高中設立不同的主題活動外，更設有全校性的活動，包括生涯規劃問答遊戲、海報問答遊戲、生涯規劃書展、桌上遊戲，以增加活動的趣味性。老師亦為每級學生製作不同主題的生涯規劃影片，為不同需要的學生提供合適的生涯規劃教育及升學資訊，從而提升他們對未來發展的抉擇能力。



投身職場，你已準備好嗎？你究竟是哪類型職業性向的人呢？透過模擬工作體驗及互動任務，學生可增加自我認識，從而思索日後工作及事業發展。

閱讀不但讓學生獲得知識，同時也可擴闊眼界。透過圖書推介，有助學生認識生涯規劃的教育理念和鮮為人知的職場故事。

如何踏出生涯規劃第一步？

見到別人達到夢想，我們或會羨慕，但也要明白理想生活不能複製，適合別人的並不代表適合自己。全面認識自己及找到定位，可說是生涯規劃重要的第一步。

同學可以參考以下兩個測驗工具，助你更**認識自己**，讓你輕鬆**規劃**你的人生路！！

自我型版 四型人格DISC

你知道自己是誰嗎？不妨用DISC了解一下自己的**思想、情緒、行為**。

Scan QR Code for DISC 瞭解自己的人

Scan QR Code for RIASEC 瞭解自己的興趣

六個性格型別RIASEC

R：問題解決者（工程師）
I：知識探究者（科學家）
A：創意者（藝術家）
S：協助者（老師、社工）
E：服務者（老闆、經理）
C：常規處理者（律師、會計）

尋找屬於自己的自己

想知道自己的性格與那些工作範疇相關？多參與不同課外活動，如學會、義工，到社區中心，擴闊自己的人生經驗和選擇。

「認識自己」是踏出生涯規劃的重要一步，透過海報介紹，學生便可利用小測驗，了解一下自己，輕鬆規劃自己的人生路。

生涯規劃圖書推介

《設定性是種優勢》 Emilie Wapnick著

可見的生涯規劃模式，都是循着自己立定的目標方向出發，不運作Emilie Wapnick的多個職業，面對責任與挑戰，這包括金錢、經濟變化、社會關係、校園生涯規劃模式不一而足，需要具備多項技能。

書中提供4種生涯規劃模式，幫助大家了解規劃充滿活力、能實踐自我、真自職業發展與生活。

《職場有故事-9個職業的入行秘訣》 謝家儀著

這本書有九個故事，會讓你看見不同職業所需的人格特質，以及在職場中所面對的真實情況。每個故事的主人公在職場上扮演不一而足的角色，多少都會遇到困難；不過他們憑著個人的勇氣，往往能夠克服，找到出路和機會。

獲得一線經驗，每一故事之後都附該項職業的工作性質，以及從事這項職業的個人特質。藉此讓讀者認識一下，了解自己是否有興趣或適合從事該行業。

當然，本書並不能涉獵所有職業，書中提供的行業也各有利弊管理、設計、工程、公關、法律、金融、社會福利，你有興趣研究一下這些行業嗎？

尚如：會計學這具備的個人特質
 * 對數字有興趣 * 良好溝通技巧
 * 誠實 * 願意學習新知識
 * 精確、有計劃

究竟大學有甚麼科目可供同學選擇？收生要求又是如何？本校老師透過影片介紹，讓學生足不出戶也都知道最新的升學資訊。

Q3 如何獲得院校的收生要求？



2022-2023年度 中二級 生涯規劃問答比賽



生涯規劃問答比賽既緊張又刺激，初中學生玩得開心投入，認識生涯規劃真的很簡單！



「理財」究竟對生涯規劃有多重要呢？學生透過互動遊戲，經歷畢業後踏出社會工作、消費、投資、管理強積金、制定財務計劃及至退休，親身體驗人生不同階段所遇到的財務需要和抉擇。

真人圖書館 生命影響生命



每一個人的經驗都是獨特的，「真人圖書館」以人的經歷為書，著重於嘉賓與學生近距離的對話與互動。活動邀請了不同行業的嘉賓分享自己真實的個人經歷，讓學生對各行各業有更多認識，了解相關工作所需的知識、態度和技能，讓他們在踏入工作世界前能作出反思，好好裝備自己。



2023年「真人圖書館」—— 一眾嘉賓與校長合照，當中有不少是舊生呢！



舊生易承殷小姐親臨學校，不但與師弟妹分享工作經驗，也分享成長的喜與悲，期望以自己的經歷鼓勵同學，薪火相傳。



舊生胡智恆到校與師弟妹分享當飛機師的喜與樂，還鼓勵同學及早裝備自己，了解不斷變化的社會，為踏入職場作好準備。



前香港單車代表隊運動員黃金寶先生向同學介紹他那些年的戰友——單車運動。對黃金寶來說，每場比賽、每次賽果都是他的人生教練。他覺得比賽令自己豁達了。



院校及職場探索 擴闊學生視野

生涯規劃教育並不能閉門造車，必須與時並進，培養學生終身學習的能力，讓他們容易適應將來的社會。有見及此，生涯規劃組積極尋找不同的機會，讓學生跳出課室，探索社會，協助他們認識各類院校及職場的概況，開拓職涯視野及推動個人發展。



透過參觀香港國際機場，同學可以親身體驗國際機場及香港航空業的日常運作，也了解航空業發展的多樣性，並開始策劃準備進入航空業的學習途徑。

究竟香港入境處及海關的工作是什麼？本校同學透過參觀不同的政府部門，了解到政府紀律部隊的運作，以及各個部隊如何互相配合，共同建立穩定的社會。



透過參觀靈實專業進修學院，讓有意從事護理行業的同學對護理行業的未來發展有更深入的了解。



透過帶領學生參觀不同的專上院校，讓他們了解香港大學生的學習環境，激勵他們努力讀書。



家校同心 以愛同行

學生的健康成長離不開學校和家庭的共同努力，
而家長教師會作為家長與學校的溝通橋樑，
一向促進家庭與學校之間的合作及溝通，彼此扶持及鼓勵，
讓家長有更多機會與子女一起參與有益身心的活動，分享他們成長的黃金歲月。

家長教師會透過舉辦家長學堂講座、親子活動等不同類型的活動，
促進家校之間的互動和信任，
共同陪伴學生在溫馨的環境中茁壯成長，
並為他們多姿多彩的人生加添正能量。





本校舉辦頭髮義剪活動，吸引了大量社區人士到校參與。學生及家長到校協助活動安排，一同幫助區內有需要的人士。



一眾家長透過瑜伽體驗班，齊齊做運動，追求身心靈健康。



學生與家長一同參加「親子苔蘚玻璃盆景DIY工作坊」，彼此就盆景裝飾作交流，將製成品放在家裏點綴。



美食是治癒心情的良藥。家長教師會舉辦親子烹飪班，參加者一同製作近年在網上大受歡迎、精美可愛的德國酥餅。



透過親子國畫班，學生與家長既可認識中國傳統藝術文化，又可陶冶性情，促進一家人的身心健康。

完善設施 優良環境

良好的學習環境對推動學生自主學習非常重要，學校一直致力完善校內設施，除了為不同科目開設特別室，亦為各個課室設電子互動白板。學校近年升級了禮堂音響設備及舞台燈光系統，優化圖書館設施和閱讀環境，又重鋪草地，建設全港首個校內草地滾球場。除了學習環境，學校為學生打造舒適的休憩空間，讓他們得以放鬆心情。





各個課室設電子互動白板，為師生創建互動學習環境。



學校優化圖書館成為美觀與實用兼備的學習中心，吸引同學多借閱圖書，藉此打開知識的大門。





蘭苑及校園各處亦添置了不少綠化空間，讓學生放鬆身心。



籃球場及足球場是學生小息時的聚腳點！



「璧山號1923」是結合藝術及STEM元素的環保巴士。



操場上的巨大世界地圖為本校地標之一，亦是學界最大的戶外世界地圖。



學生篇

我的
成長印記

老師篇

我有一個
教師夢



老師篇——我有一個教師夢

教育工作能夠成功，
離不開一群敬業樂業的老師。

老師這份工作，無疑需要無盡的耐心和毅力，
但學生的笑容、學生的成就、學生的改變，
始終推動我們，堅定不移地，
在學校這所「夢工場」，成就一個又一個學生。



「今日的堂課必須於下課前完成！」我對學生說，學生們即時都緊張起來，突然有位女學生舉手並大聲叫著：「媽咪，我不懂做這個……」全班同學都不禁大笑起來。我倒也不介意，笑着回答：「乖女，有什麼不懂？」有趣的是，類似的情況每年也會發生。自此之後，我多了很多仔仔女女，我們就像一家人一樣，互相關心和支持，課室內外都充滿喜悅。

即使他們畢業，每年我們都會相聚，每次見面都有講不完的話題，真是快樂。在當老師的這條路上，我很感恩遇見一些愛我的學生。現今當老師，我覺得別具意義。社會和經濟的轉變為年青人帶來很多不確定，當他們面對這些不確定時，難免會對前路感到迷惘，甚至灰心氣餒。在這個時候，老師便是他們的依靠和支持，一直陪伴他們走過高山低谷，讓他們有信心面對挑戰。這便是作為老師的一份使命，也是我當老師的動力。原來，我的老師夢就是這樣簡單。



我是一名負責健身學會的英文老師。

我夢想有一天，我的學生變得更加強壯、自信和有自覺意識。

我夢想有一天，我的學生能夠克服困難和挑戰，成為更加堅強的人。

我夢想有一天，我的學生能夠發掘自己的潛力，成為更好的自己，並在學習和生活中取得更大的成就。

我夢想有一天，我的學生能夠與不同背景、不同國家的人自信地交流協作。

我有一個教師夢。



在我的讀書生涯，我一直被教師們的智慧 and 影響力所深深吸引。我希望有一天能夠成為一名老師，並通過我的努力為學生的成長和未來作出貢獻。

然而，成為我夢想中的教師並非易事。當我成為一名教師後，我了解教育工作充滿挑戰和責任，其中最具挑戰的是於2003-2004學年接受學校委任為水上活動學會的負責老師。對於我不擅長的運動項目及當中的行政運作，我需要花時間及精神去了解如何發掘學生在水上活動中的潛能。

在承擔職務的二十年裡，最難忘的是在2011年，第一次帶領學生跳出香港，參與7月在澳門舉辦之「全澳公開獨木舟200米短途分齡賽」，我們是唯一一間參賽的香港中學，並獲得團體盃冠軍。看著學生在獲獎時所流露的笑容，我知道這是他們通過艱苦訓練而取得的喜悅。

至今我仍繼續追尋我的教師夢，我深信每個學生都有其個人潛力，只需要一個引導他們發揮的機會，他們定能克服困難並取得成功。



我相信，老師是一份「以生命影響生命」的工作。做老師，跟在商業機構工作不同，老師的工作是培育下一代，他們是在孩童長大成人的過程中很重要的人。不是每個人都能很幸運地遇上對的人，所以我能遇上有心的學生，我很珍惜。同時，我也相信人與人之間，能在人海中相遇，是有一份緣。



在曾壁山（崇蘭）中學畢業的學生，不一定個個從事高尚職業，但他們大多懂得在職場的工作態度，也知道該怎樣走人生的道路。很多學生在畢業後仍會找我，在他們遇上困難時仍會跟我分享，很開心能獲得他們的信任，我也盡力協助他們。到了現在，很多學生都反過來照顧我，而我也樂於跟他們由師生變成朋友，看著他們戀愛、結婚、生孩子、創業，只要我能力所及，一定支持。

每一年，我都期待遇上不一樣的學生，照顧他們成長，希望他們也樂於接受我的教導，做一個對社會有用的人。

常有人說，孩子是花朵，老師是園丁。

當我只是眾多苗子中平平無奇的一株時，有人看見了我的獨特。有的鼓勵我做事情腳踏實地，有的直面指出我的不足，有的堅信我能成功，讓我相信自己的價值。這些激勵和熱情將一顆「我要做老師」的種子，深深埋進我的心土裡，再在不同階段遇到的良師們的細心灌溉、真心培育、耐心啟蒙下悄然萌芽。



中學畢業後，我在求學的路上摸索著，深知與夢想仍有一段差距。在經歷挫敗，面對迷茫時，從前的老師持續關心我的動向，鼓勵我繼續升學，並為我指點迷津。那顆曾經被呵護成長的種子，如今也破土而出，迎接陽光了。

感恩一路上扶持過我的老師，讓我懂得「腹有詩書氣自華，最美不過書香氣」。而編織的夢想才剛剛開始，我將懷著細心、真心和耐心傳遞教育的意義！



我有一個教師夢，夢想著不僅把知識傳遞給學生，更讓學生們明白如何關心和尊重他人，讓他們成為有價值的人，為社會做出貢獻。

作為一位健康管理與社會關懷科教師，我深信學生們的成長不僅僅來自於課本和考試，更來自於生活中的體驗和學習。只有讓他們走出教室，走進社會，才能真正懂得如何學習和成長。

有一次，我帶領中五級健社科學生到馬鞍山長者中心探訪。學生和長者進行交流，讓他們了解長者的生活和需要。看到平常在學校總是衝衝撞撞的學生們在活動中對長者溫文有禮，主動設計活動去解決長者的困難，我感到很欣慰。我帶領學生體驗幫助他人的快樂和成就感，也見證他們成為更有責任感和公民意識的人。

正如著名教育學者約翰·杜威(John Dewey)所說：“Education is not preparation for life; education is life itself.”我深信只有讓學生們走進社區，讓他們在學習中探索世界，才能啟發他們發掘自己的熱情和價值。能讓學生們在這樣的體驗中成長，也是我作為教師最大的夢想。



春風化雨、作育英才、成為百世之師，我從未想到這麼遙遠。

有天，一位學生向我提及理想時，他說將來想像仇SIR一樣成為一名老師，這句話令我想起一位改變了我的恩師——陳老師。

我中學成績並不優異，有次與幾位同學被罰留堂，因何事被罰我也忘記了，但我只記得那天陳老師眼泛淚光，緊握著我們的手說：「我知道你們成績不好，但你們一定要找到一樣值得奮鬥的目標，不斷裝備自己並勇敢地全力以赴。」自此我對自己承諾，要找到一個令我願意為之努力的目標，並做到最好。我早已忘掉《師說》、《出師表》的考試內容，但陳老師對我講的說話，我一生也不會忘記，並激勵著我不斷努力和實踐，也因為她，我決定成為一名教師。

作為一名老師，我有兩個目標：教出成績優異的學生和帶領足球隊參加精英賽；但能讓學生為自己找到一種信念，一個值得堅持的理由，那是我作為老師的最大理想。

學生篇——我的成長印記

中學校園生活，是一幅色彩斑斕的畫卷，
有青春的歡笑，亦有成長的淚水。

同學們從懵懂無知，逐漸變得自信堅毅，
發掘了自己的興趣、拓展了視野，也建立起珍貴的友誼，
六年的校園時光，烙下了深深的成長印記。



2A 陳嘉熙

很高興能入讀曾壁山（崇蘭）中學，並認識了一群好同學、好老師。這裡的校園生活相當豐富，還記得學校旅行時我們全級去了馬鞍山郊野公園燒烤。當天氣氛熱鬧，同學們帶了很多零食和飲料，互相分享。後來我和同學在空地打羽毛球，汗流浹背，全級又一起進行了精彩的遊戲。那天真的非常愉快，至今想起仍回味無窮！

學校設有很多學會，我參加了英文學會，學到不少與英文有關的知識。而最深刻的是，有次老師邀請我在早會時上台演講，介紹不同種類的英文書。我十分緊張，因為我向來是非常害羞的人，但那次經歷令我變得更勇敢、更自信。我從沒想過自己可以面對所有老師和同學上台演講，真的不可思議呢！



3A 楊芷彤

時光荏苒，日月如梭，轉眼間我便踏上中三的旅程。在過去兩年，我參加了不少的課外活動，在學習上，有豐富的收穫。令我最印象深刻的是與同學和老師之間的互相幫助、一起去玩樂及分享心得的日子。

中二開始，我參加了舞蹈學會，總共踏上舞台四次，每一次的表演都可以在舞台上揮灑汗水。雖然學習跳舞的過程十分辛苦，但可以發展自己的潛能，我就覺得心滿意足了。另外，學校舉辦了不少活動，如運動會、音樂會、迪士尼樂園遊、「不一樣的學習日」等，數不勝數，每一個活動都讓我留下美好的回憶，令我的校園生活多姿多彩。我很享受在學校的時光，盼望未來接受更多新的挑戰，與同學、老師們一起創造更好的回憶，並能和學校一同「承聚百載，展耀風華」。



4 A 吳駿

在這所學校讀書，給我一種特別的感受。學校的學習氛圍很好，同學們都專心上課，也會積極舉手發問，遇到不懂的問題總會虛心求教。同學們都很友善，我們在小息或者閒暇的時候，會聚在一起聊天，分享日常生活和每日的上課內容。

學生的校園生活多姿多彩，每天都會有不同的課堂。視覺藝術課，我們可以做手工，音樂課，我們會欣賞音樂，電腦課，我們會學習資訊科技。而學校舉辦的課外活動也相當多元化，也會有各種活動體驗，如冰球、書法、剪紙等等；亦會安排講座、分享會，邀請嘉賓為我們講解課外知識，為我們的校園生活增添不少難忘回憶。



5 B 陳柏洲

猶記得中一剛轉來學校時的徬徨和緊張，害怕著無法融入這個陌生的環境，但當我真正進到學校的那一天，我便逐漸不再顧慮，同學和老師們都十分熱情，經常照顧我，幫助我熟悉新的環境！

我時常感慨，時間流逝得太快了，轉眼間已經在曾壁山（崇蘭）中學度過了四年的時光，這四年來我在學校不僅僅是學習著課本上的知識，更在每一次參加學校組織的活動中變得更開朗自信。小學的我甚至連舉手答問都要經過一番內心掙扎，如今我甚至主動和同學一起報名參加學校的「音樂日」，上台表演。

學校設有不同學會，讓我們學習和體驗不同活動，並吸收教科書以外的知識，如我和一群熱愛籃球的男孩們就可以通過籃球學會這個平台去鍛煉自己，我也在每一次的訓練和比賽中明白了何謂責任感。



2021年畢業生 李凱俊

回顧我的成長歷程，曾壁山（崇蘭）中學一直扮演著很重要的角色。自中三來到香港，我便在這裡度過了四年中學生涯。這所學校不僅提供了完善的學習環境，更賦予我豐富多彩的體驗。

我非常感激一眾老師，他們友善且盡責，每當我遇到問題向他們求助時，無論大小，他們總是耐心解答。此外，這所學校提供了許多讓我探索不同領域的機會，如學會活動、運動隊、遊學團等，這些經歷讓我結識了許多朋友，也培養了許多非學術性的技能，例如溝通技巧、組織活動的能力和時間管理等，有助我更好地融入大學生活。



2016年畢業生 池清歡

轉眼已經從母校畢業七年了，但那年收到大學錄取通知書的情景依然歷歷在目。

我深深感謝母校和各位老師對我的悉心栽培，回想起剛來香港時感到不安迷惘，幸好他們不僅照顧了我學業進度上的差距，還鼓勵我多嘗試不同的課外活動或參與校外的友好比賽和交流。這些經歷對我來說都是非常寶貴的。我也很感激同窗多年的同學，他們幫助了我度過和適應新環境的困難時期，而且十分包容我。正正是因為當年老師和同學的鼓勵和陪伴，讓我在迷茫求學的旅程中，慢慢摸索找到了自己為之奮鬥的目標。

如今正值母校百年校慶，在這個重要的日子，作為校友的我為母校感到無比驕傲。我祝賀全校師生在未來的日子裡取得更加出色的成績和優秀的表現！再次感謝母校和所有曾經教導過我的老師們，你們的教導將永遠激勵著我，讓我成為更好的自己。



2022年畢業生 范楷青

我在曾壁山（崇蘭）中學結識了許多好友，他們陪伴我走過了中學生涯許多難忘的時刻。我記得我們一起參加「音樂日」，踏上舞台合作完成了許多精彩的表演；我們一起參加比賽，為學校贏得榮譽。這些經歷不僅讓我們更加團結，也讓我們學會了如何合作、如何克服困難。

在這裡，老師們的教導也令我受益無窮，他們不僅傳授給我們知識，更教導我們如何成為一個有品德的人。我還記得那些為我們付出許多時間和精力的老師們，他們總是耐心地解答我們的問題，指導我們的學習，讓我們能夠不斷進步。

感謝學校提供了一個良好的學習環境，讓我們能夠充分發揮自己的潛力；感謝老師們的付出，讓我們能夠茁壯成長。我相信，在學校的每個角落，都有著學生們的歡笑聲和成長的足跡，這也正是我們最珍貴的回憶。



2023年畢業生 陳嘉澧

母校於我而言，是成長的見證者，是我人生不可或缺的回憶。

六年前那個懵懂無知、頻頻闖禍的學生，在時間的洗禮下，認識到三五知己、和亦師亦友的老師，在校期間亦留下了許多開心快樂的回憶，如旅行日、運動會、聖誕聯歡會等等。

很感謝老師一直以來的照顧與幫助，讓我如今仍然不忘去成為一個更好的人。我特別記得中六將近最後的一節中文課，黃佩楠老師講述「天行健，君子以自強不息」的哲學理念，啟發了我無論面對什麼前程，是福是禍，也要坦蕩堅毅地走下去，務求對得住自己、力求搏盡無悔，而這句話至今影響我依然很深。我很榮幸可以在成長的過程中遇到一群教我向好的老師，一群願意給我各種幫助、各種機會，和為各位同學帶來不同活動的老師。



2023年畢業生 何嘉希

回想中一至中六，實在充滿很多回憶，得到各位老師的循序善誘、耐心教導，學校亦提供了不同課外活動，而雜耍就是其中一項改變我最多的運動。以往我經常留在家中，也不擅表達。但在學了雜耍之後，得到很多訓練和表演的機會，令我擁有一技之長，自信心亦不斷提高，甚至在畢業後成為表演者或成為兼職導師。

另外令我印象深刻的是，在中六備戰文憑試時，每科的老師都盡力幫學生補課，希望我們可以獲取最好成績，實在相當感謝老師們的努力和付出。最後，十分高興學校於何校長的領導下邁向百年，我十分感恩能遇上校內的所有人、事，祝願曾壁山（崇蘭）中學的師弟師妹自強不息，在未來考試中獲取佳績。

校外佳績 超越自我

比賽是一趟超越自我的旅程，
我們鼓勵同學在賽道上揮汗前進、在舞台上傾情演出，
學會拼搏，學會堅持，學會不畏艱難，勇往直前，
體驗突破的喜悅，發掘閃閃發光的自己。

不論勝負，賽場上都會留下同學們努力的痕跡，
而在比賽中所展現的永不放棄與超越勝敗的精神，
更將成為他們成長中重要的養分，助他們跨越人生的種種挑戰。



文字創作 / 多媒體創作

比賽	獎項	學生
第八屆陳贊一博士聯校微型小說創作	推薦獎	4A 余柏熹
第38屆武漢國際楚才作文競賽 (香港賽區)	高中組一等獎	5B 林允臻
	高中組二等獎	5A 李襄庭
	高中組二等獎	5B 吳明怡
	初中組二等獎	4B 曾詠茵
	初中組二等獎	4B 陳柏洲
「千帆競發」徵文比賽	三等獎	5C 羅芷君
「漫遊中國歷史文化」旅遊KOL 創作比賽	中學組優異獎	4A 劉穎
		4A 黃凱盈
		4B 林子婷
		4D 文兆天

數學



比賽

獎項

學生

「華夏盃」全國數學奧林匹克邀請賽2023
(華南賽區) 晉級賽

三等獎

1B 盧栢良

泰國國際數學競賽初賽2022-2023
(香港賽區)

中一級銅獎

1B 盧栢良

泰國國際數學競賽總決賽2022-2023
(泰國清邁賽區)

中一級銅獎

1B 盧栢良

HKIMO 香港國際數學競賽晉級賽2023

銀獎

4D 羅羽逸
5A 羅羽軒



micro:bit 模型氣墊船比賽

micro:bit Model Hovercraft Competition 2022-23

主辦單位: Trumpteck 專科

協辦學校: 香港四聯職工總會



STEM

比賽

獎項

學生

扶輪傷健共融校際無人機比賽

季軍

2B 李嘉寶 3D 梁文禮
3D 梁子皓 3D 康朗
5B 曾俊誠

micro:bit 模型氣墊船比賽2022-2023 全場季軍

3C 楊柏衡 4B 李添銘
3C 陳震東 3C 湯永晉

一等獎

3D 梁子皓 5A 顏梓健
5B 魏梓軒

Aerosim Inter-School Aviation Best Glider
Tournament 2023 Structure

3B 梁葵鋒 3B 雷承安
4B 李添銘 5A 張庭睿
5B 曾俊誠





體育

比賽

獎項

學生

慶回歸25周年三人籃球挑戰賽2022	男子中學組亞軍	5C 葉茂盛
遠離毒害——新界區學生籃球聯賽	青年組冠軍	本校籃球隊
活力汗水三人籃球比賽2022	男子少青組冠軍	2D 陳冠樺 3C 王利民 3D 羅浚希
沙田及西貢區中學田徑比賽	女子丙組400米季軍	2D 陳子茱
屯門區獨木舟繞標賽2022	男子青年組冠軍	4B 吳振鵬
2022年校際獨木舟比賽	男子(16-18歲)T1-1000m、T1-500m 及T1-200m冠軍	4B 吳振鵬
	男子(13-15歲)K1-500m及K1-200m冠軍	4C 禰俊逸
	男子(16-18歲)T1-1000m及K1-200m亞軍	4D 卓灝恩
2023外展獨木舟比賽	男子(13-15歲)T2-200m季軍	3B 倪志康
	男子(13-15歲)T2-200m季軍	3B 梁文禮
	初級組男子T1-200m冠軍	1A 易俊成
2023全澳公開獨木舟精英賽	高級組男子K1-200m冠軍	4B 吳振鵬
	高級組男子T1-200m冠軍	4B 吳振鵬
2023全澳公開獨木舟精英賽	男子青少年組K1-200米季軍	5D 卓灝恩
「沙田節——沙田龍舟競賽2023」 「提子盃」	冠軍	本校龍舟隊
2023香港臥推舉錦標賽	少年組74KG級冠軍	4B 吳振鵬
	少年組53KG級冠軍	4D 王明皓
中國香港擲球總會邀請賽2023	冠軍	2D 陳冠樺 3A 王俊華 3A 麥俊鋒

音樂/表演藝術

比賽

聯校音樂大賽2022



獎項

中學合奏(木管樂)銀獎
管樂團(中學組)銅獎
中學合奏(銅管樂)優異獎



學生

本校銀樂隊



2022-2023中國香港啦啦隊總會——
啦啦隊錦標賽

優異獎

2D 張文君 4B 馮菲菲
4D 連一銘 4D 彭熙晴
4D 麥佩鈞 4D 羅羽逸
4D 李鉉龍



三分一馬戲

新秀組亞軍

1B 陳曉迅

新秀組季軍

4B 梁愷迪

中學及大專組季軍

5A 鄭逸朗

中學及大專組季軍

6B 郭灝輝

Refoocus 第五屆生誠全港雜耍比賽2023

公開舞台組冠軍

4C 陳浚軒

男子中學個人舞台冠軍

5A 鄭逸朗



第74屆香港學校朗誦節(英語)

公開演講季軍

5A 李襄庭

中四級男子詩詞獨誦季軍

4C 曾襄庭

第74屆香港學校朗誦節(粵語及普通話)

中二級男子粵語詩詞獨誦冠軍

2B 林梓凱

中六級女子粵語詩詞獨誦亞軍

6A 陳希晴

中六級男子普通話詩詞獨誦季軍

6A 梁晉碩

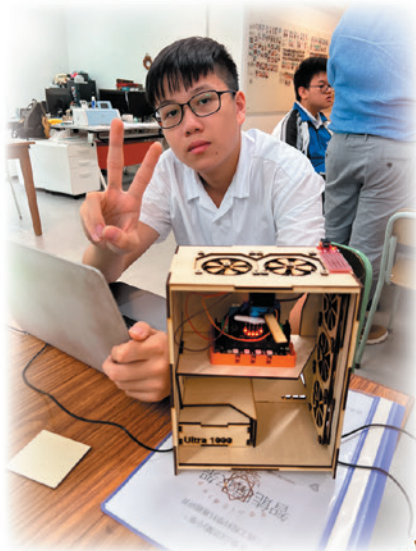


優秀作品才華綻放

學生潛能無限，有待啟發。

本校鼓勵學生發揮創意，應用所學的編程技巧設計作品；投入藝術創作，將獨特意念融入畫作，使他們的才華得以呈現，亦從創作中獲得信心。

工程科學



徐煒恩同學將智能晾衣架設計成一個電腦機箱，構思新穎，連風扇、出風口及層板等配置都由自己設計。



梁可欣同學由選音樂、繪圖設計到組裝，最終製作了雷射切割音樂盒。



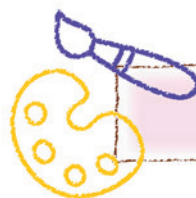
陳凱琪同學第一次使用3D打印筆製作立體圖形，很有成就感呢！



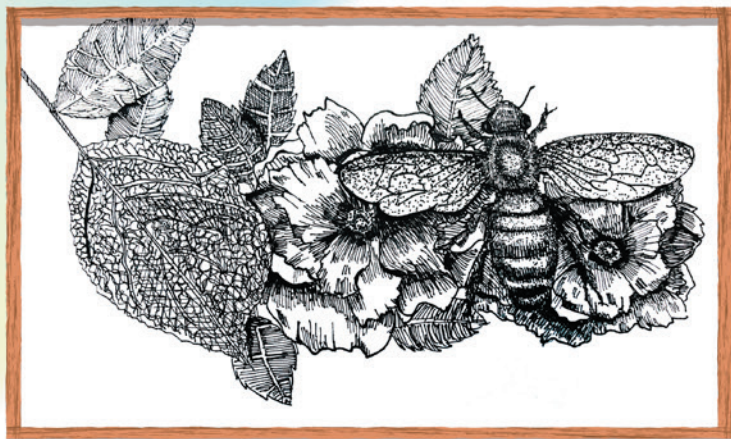
黃安維同學製作熱轉印T恤，對作品很滿意。



蔡卓霖同學發揮創意，在晾衣架上加上木板檔雨，完成後感到十分滿足。



視覺藝術



學生姓名：陳果
作品名稱：微觀妙趣
媒介：針筆繪畫

創作意念：透過描繪特寫的昆蟲和植物，讓觀眾感受微觀世界的奧妙及大自然的細緻。



學生姓名：程童茵
作品名稱：被困的鳳凰
媒介：電腦繪畫

創作意念：作品中的籠子困住了鳳凰，籠外一片火紅，但鳳凰卻朝著象徵自由的飛燕草飛去。希望以此作品鼓勵那些受到不平等待遇或傷害的女性，能像鳳凰一樣，勇於與外界對抗，追求屬於自己的自由。



學生姓名：王釗雄
作品名稱：光襲
媒介：針筆繪畫

創作意念：圖中的主人公手握手機，周圍散佈著拼圖，這些拼圖是主人公的回憶，是他在沉迷手機後所做的事。這些碎片從主人公的眼睛掉出來，寓意著電子產品會令他的視力逐漸消失，從而警醒人們，避免沉迷手機。



學生姓名：吳子靈
作品名稱：敬業樂群
媒介：毛筆書法

創作意念：「敬業樂群」為我校校訓的其中一句，我尤其喜歡這生活態度，並以此作為人生目標。在姓名印設計方面，嘗試以陰陽不規則轉換增添趣味性。



學生姓名：李姿蓉
作品名稱：上班族的幻想
媒介：塑膠彩繪畫
創作意念：努力工作，幻想買樓買車觸手可及！

開辦課程

課程/級別	初中	高中
中文	☑	☑
英文	☑	☑
普通話	☑	☑
數學	☑	☑
中史	☑	☑
歷史	☑	☑
地理	☑	☑
科學	☑ (中一、中二)	
物理	☑ (中三)	☑
化學	☑ (中三)	☑
生物	☑ (中三)	☑
普通電腦	☑	
視覺藝術	☑	☑
音樂 (非選修科)	☑	☑
體育 (非選修科)	☑	☑
科技與生活	☑	
工程科學	☑	
*生活與社會	☑ (中一、中二)	
公民與社會發展科		☑
經濟		☑
企業會計與財務概論		☑
旅遊與款待		☑
健康管理與社會關懷		☑
資訊與通訊科技		☑
數學延伸課程(M2)		☑
高中知識增益課程(6科)		☑

*由2024-25年度開始，學科將改為「公民、經濟與社會」科，並於中一至中三級設立。



編輯委員會

顧問：何沛勝校長
編輯：羅嘉慧副校長、陳禮芝老師、周宇銀老師
設計及排版：劉寶寧小姐、陳佩琪小姐

地址：新界沙田馬鞍山恆光街12號

電話：26404933 電郵：contact@tpsslss.edu.hk

傳真：26403680 網址：<https://www.tpsslss.edu.hk>

