



宣道會陳朱素華紀念中學

家長通訊

第39期
2019年6月

校址：新界粉嶺暉明路12號 電話：2670 9229 傳真號碼：2676 3870
學校網址：<http://www.caswcmc.edu.hk> 電郵：school@caswcmc.edu.hk



從網絡成癮說起

各位家長，大家好。執筆之時正值復活節假期，很想和各位分享有關網絡成癮的課題。未知這會否是你正煩擾如何處理的問題，又或常引致你與子女衝突的問題？

根據香港中文大學劉德輝教授的研究，在收集近10,000個香港青少年的問卷數據後，發現香港的青少年網絡成癮的情況大致如下：

| | 男同學 | 女同學 |
|----|--------|--------|
| 中一 | 12.23% | 9.3% |
| 中二 | 17.83% | 13.88% |
| 中三 | 19.69% | 14.61% |
| 中四 | 20.75% | 17.67% |

篇幅所限，未能交代問卷的細節及研究方法等等，但劉教授是賽馬會公共衛生及基層醫療學院副院長（跨學科研究），專研心理健康及健康行為等範疇，堪稱專家。除現況外，他同時提出網絡成癮與抑鬱症有顯著的正相關關係。無怪乎世界衛生組織在2018年把遊戲障礙列入在《國際疾病分類》，其特點是對遊戲失去控制力，日益沉溺於遊戲，以致其它興趣和日常活動都須讓位於遊戲，即使出現負面後果，遊戲仍然繼續下去或不斷升級。研究表明參與遊戲的人應該警惕他們花在遊戲活動上的時間，特別是當他們因此而無暇顧及其它日常活動時，並警惕遊戲行為模式引發的身心健康和社交功能的任何變化。

鄺永燊校長

看過上述的資料，網絡成癥這個問題，已不單是「貪玩」、「放鬆」、「娛樂」等簡單概念；相反這已成為一種「障礙」(Disorder)甚或「疾病」，需要家長們的留意，協助「預防」、「介入」甚至「治療」等等。能夠愈早讓同學們建立健康生活習慣及個人形象，必定愈有幫助。

創路雄心挑戰營中（見後頁報導），一班初中同學能夠四日三夜不接觸手機，在這世代近乎奇蹟！在整個計劃中，強調了幾個重要元素，包括「友師」(Mentoring)、「自尊」(Self-Esteem)、「志向」(Future direction)以及「具支持的環境」(Supportive Environment)等等。我強烈鼓勵家長們也可以在同學生活中多鋪排上述元素，充當子女們的友師，與他們一同經歷一同討論一同成長；假期多安排有意義的家庭活動，別把子女們讓給網絡；又可以多鼓勵多讚賞子女的良好態度及小成就，建立他們的自尊感。別小看這些元素，網絡正正是給予了青年人錯誤及虛擬的獎勵，那些「讚好」(Like)的數目以及意義不大的留言，其實就是青年人所追求的自尊、同行及支持。

網絡帶來便捷，也可帶來災害。我們都知道並非要禁止年青人使用或接觸電子產品及網絡，但如上帝話語的教導，「凡事我都可行，但不都有益處。凡事我都可行，但無論哪一件，我總不受他的轄制。」（哥林多前書6：12）讓學校和大家攜手協力，幫助我們所關愛的年青人過真正健康自主的生活。



學生休整日 STUDENT RETREAT DAY

「動、心、思」是學校為著培養學生成為自主學習者，所定下的學生培育方向。

「動、心、思」分別表示「起動」、「心聲」及「反思」三個成長的元素：

| | |
|----|-----------------|
| 起動 | 透過鼓勵欣賞，提升學生內在動力 |
| 心聲 | 從心出發，讓學生更深認識自己 |
| 反思 | 激活思維，加強學生反思能力 |

我們深信每名學生內裡均擁有成長的動力，我們相信在成長中，同學需要學習往自己內裡看、往自己內裡想、往自己內裡找動力，因此同學需要空間來聆聽自己內裡的心聲。3月8日舉行的「學生休整日」便是在這想法中孕育出來。

「休息一天、整理一天」

在學生休整日中，學生從緊湊忙碌的生活中停下來，放下恒常做的事情，讓自己休息一下。在當天同學不是透過看電視、打遊戲機等玩意來休息，而是單純地讓心靈休息，讓自己一整天在恬靜的氣氛下，透過靜思、與班主任訴心聲、寫信給自己，從而整理生活的經歷，聆聽自己內裡的聲音，從中找到成長的動力。

陳朱第一次的「學生休整日」完成了，這天是美好的一天，同學收到的不單是班主任的家書、班主任送贈的小禮物，更是從老師而來的一份愛。



同學在靜思環節中進行自我反思



同學與班主任訴心聲



班主任為學生祈禱

同學進行「寫給自己的信」活動



班主任為每名同學預備的小禮物

同學寄出「給自己的信」



「創路雄心」營會

同學感言

在這次消防營訓練裡，雖然過程十分艱辛，但卻因為這些辛苦的路，讓我在最後有不少啟發。過程中一直有隊友在我背後支持著，若是沒有他們，我們各人也更難才撐得過。

在營裡，我曾因為做出一些錯誤，令我差點不能畢業。幸好最後教官接受我的誠心認錯，更讚賞我勇於為自己的錯誤負上責任。因此，我明白到做任何事情前都要想想後果。當然，若犯了錯就一定要承擔責任。

那裡的教官雖然在訓練時很嚴格，但原來，他們其實很溫柔及和藹可親，真的很感謝教官為我們的付出。

2A 毛柏希

參加這個創路雄心消防CAMP的活動，真的令我畢生難忘。

回想起第一天，我還帶著不以為然的心情到了消防學院門外等候進入學院。還記得當時的我還跟同學談起天來，抱著嬉皮笑臉的心態。直到消防學院的門打開了，一位穿制服並手持著警棍的教官，面帶嚴肅地走了出來。他一出來就罵我們排隊不整齊和吵鬧。之後我就收起了笑容，跟著教官進了學院，而我的艱辛旅程正式開始了……

相信由那時開始，我就從此沒有在營中笑過了。頭兩天並不是不想笑，而是一笑就會被教官罰做掌上壓，而我不想我的隊員因我而被罰。後兩天我就真的習慣了。對於我這個天生愛笑的女孩，開始時覺得忍笑真的很困難，但我明白這已不算什麼大事了，因為更困難的事即將接踵而來。

在這訓練營裏，我不但更認識了同校的女同學，還認識了其他學校的女生，而我們兩間學校加在一起就是第一隊了。在頭兩天，我們經常與其他學校的女生不和而起爭執，但第三天時，我們的友誼產生了 180° 轉變。我因為做錯事而被教官懲罰，但教官並沒有罰我，反而是要罰我的隊員。看著他們被罰辛苦的樣子，我很痛心，因而偷偷地哭了，因為我覺得所有人都會討厭我。但他們並沒有這樣，反而跟我說「沒關係」，那時我太感動而再哭了，我們互相擁抱在一起。隨後，我們接受了黑箱及行山訓練，我們的友誼升溫了許多。

我覺得去完這個訓練營後，有很大轉變。我起初心裏經常會覺得因為我的背柱側彎腰骨痛，早已決定我不能完成，而且我也一度想放棄。但我抱著「哭完便是新一天」的心態，一直堅持著。此外還因為我身邊有一班好老師和隊友一直支持我，才令我有堅毅的心堅持下去。我現在的座右銘是：只要努力和堅持，沒有事情是完成不了的(notthing is impossible)。從而我也明白到原來團隊合作精神就是這樣。我很感謝身邊一直鼓勵我的隊員，儘管我們不是同校，但我們一起經歷過這個CAMP後，我們18人永不變，永遠都是這一期的第一隊。這個營令我改變了很多，我終於由「港孩」變成了一個盡責的人。

3B 余曉澄

參加消防CAMP 的同學：

在這個營裡，我的眼淚跟你們一樣流過很多次。

還記你們入營的第一個活動便是要做幾十下掌上壓，然後更要坐無影椅手舉樽，看見你們每一個痛苦但仍堅持撐著的神情，我已不禁泛起淚光，真心欣賞同學的堅毅。

看見你們被教官罵得很兇，罰得更重時，但你們卻強忍淚水，口不出一言，就連外表也不能表露出任何表情，大家只流露著堅定的眼神，一心只想與同學一起努力，互相支持下完成任務，我又不禁被感動了！這是一幅很美麗的圖畫，看見你們的潛能、堅定的信心已發掘出來了！

在畢業典禮時，看見你們步操進場，隊型動作齊得沒有一點缺陷，且能整齊地在場中動也不動，抖擻精神地站著多於45分鐘，我又再次泛著淚光，真的以你們每一個為榮，你們每一個都很棒！你們可以將不可能的任務變為可能！

在離營前你們看著教官離開時，你們齊心地大叫“Love you, Sir”，我又再一次被你們感動了！原來你們是那麼懂事，懂得感恩，看見消防教官對你們的付出，而發出由心而發的感謝！

希望這個營的經歷能成為大家日後無論在讀書、做人處事、與人相處上的提醒，提醒大家只要堅持，沒有事情是不可能的！

陳淑美老師

部分初中同學於2019年4月10日至13日參加了一個四日三夜的營會——「創路雄心」，營會地點是將軍澳消防及救護學院。我們期望透過義務消防教官的訓練，讓學生明白真正的對手應是自己而非他人，應鞭策自己不斷學習與進步，做人做事都秉持著堅持和不放棄的態度，定會達到目標。讓我們一同重溫營會精彩花絮和細讀同學的感受吧！

經歷這四日三夜的創路雄心挑戰營後，我發現我的能力比想像中還要大，儘管我身體不好，但我還要盡量完成所有訓練。

從這四天中，我獲益良多，我知道了團隊合作非常重要。當中有個黑箱訓練動令我感受深刻，我們要和另外一間學校合作一起從迷宮裡離開。教官讓我們知道在嚴峻的環境中，也不可忘了任何一位隊員。這令我回想到教官第一天跟我們說過一句話：「你們是一個團隊，不管進行甚麼都要一致」。從這句開始，我們都盡量努力和其他學校的同學相處。

這四天令我更尊敬消防員這個職業。

3B 繆慧慈

四天三夜的創路雄心挑戰營，對於我們來說的確是一個難關，這包括每天的步操訓練及不停的體能懲罰。成為當中第二隊的班長，每天還要檢查營房的清潔，只要做得不夠細緻，我們每會被罰。

在本次挑戰營中，令我最深刻的是第三天的遠足活動，那時下著大雨，我們要抬著教官提供的沙包等物資行山，並且我們更合力抬起一位受傷的隊員，這真是一個特別的經歷。此外，在這天，我們掛念多時的幼師們（消防義工）更前來探望我們，彷彿他們便成為我們的支持，所以我們也特別期待見到他們。

最後，我們陳朱每個隊員都很堅持，所以我們全部人都成功地畢業了！在畢業禮裡，全場71位隊員站在場中，面對著大約200位觀眾、老師，的確很緊張，因為我很榮幸可以將我們在4日夜所學的展示給他們看。

竟然，我還當選了最佳學員，這代表著我4天裡所堅持的都沒有白費，十分高興。

在挑戰營裡，我們學到的不單是步操、體能，而是從不同的活動發掘出來的團隊合作精神，而且在營房、制服方面的規則中，也可以培養我們的自律性。我很期待日後可以將這4天所領會到的，在之後的日子上可以運用到。

3A 羅駿偉

今年很開心可以跟一群中二及中三同學到消房訓練營，與大家一同經歷成長，發掘了每一位同學獨特而又優秀的一面。

回想同學要在訓練營中不停接受體能操練，天天日曬雨淋，回到房間又要收拾行李，又要自己熨衣服，又要清洗營房。這樣訓練的確很辛苦。不過，我看到大家都盡心盡力去完成每一件事，更令到大家有不少的成長，這才是最重要，最寶貴的。

看到大家由原來不願嘗試，自己顧自己，沒有氣力去操練，到最後大家願意不去計較，互相提點，同舟共濟，一同學會了團體的重要性，真的為大家高興。另外，我好欣賞大家最後能不怕困難，突破自我，堅持到底。有些同學更會主動支持同鼓勵其他同學。相信這些場面不單使大家發掘到自己的潛能，也讓每位經歷到只要有努力，有負出，堅持下去，其實萬事是可以做得到的！

盼望完成訓練後，大家帶著這些屬於自己的「資源」，繼續認真對待人生種種困難上，堅持及努力走下去！

陳詠麟老師

3

首屆北區School Maker Faire

讓學生分享成果 謂創客免費學習



北區School Maker Faire開幕禮，嘉賓由左至右：北區民政事務處高級聯絡主任方鳳娟女士、宣道會陳朱素華紀念中學鄺永燊校長及教育局總學校發展主任（北區）林崇潔女士。



拍攝開幕禮大合照後，「北區School Maker Faire」正式開始。



嘉賓正聆聽參展中小學校的學生講解作品。



配合政府近年致力推廣的STEM教育，我校於2019年3月16日主辦了首屆北區School Maker Faire，提供一個可以讓中小學校、大學學府和其他教育機構交流、互相學習和尋找合作機會的平台。是次活動內容豐富，包括11間中小學及兩間大學參展的學生創客作品展，同場亦有12間協辦機構擺設的STEM教育教具展。除了展覽外，也有VR及AR體驗展和一共11場STEAM創客工作坊供有興趣的人士免費參加。各場工作坊均由宣道會陳朱素華紀念中學資訊科技增潤班同學負責主講或協助進行。

開幕禮於當日上午10時正開始，嘉賓包括教育局總學校發展主任（北區）林崇潔女士及北區民政事務處高級聯絡主任方鳳娟女士，其他出席嘉賓包括香港理工大學設計學院助理教授兼Hong Kong Maker Faire負責人蔡詩贊博士、香港城市大學電子工程系副教授兼Hour of Code Hong Kong發起人張澤松博士、Micro:bit Educational Foundation Head of Asia Pacific Waris Candra、Hong Kong Maker Club聯合創辦人李再敏先生及翁永陽先生、中國電子學會現代教育技術分會創客教育專家委員會秘書長餘翀先生及中國電子學會現代教育技術部副主任兼中國創客教育聯盟副理事深圳市第二高級中學周茂華主任。

展覽及工作坊在開幕禮完結後正式開始。參展學校及機構向參觀者介紹自己的得意作品，亦會邀請參觀者試玩，場面十分熱鬧。而工作坊的內容也相當豐富，當中包括VR Cardboard製作及體驗、Micro:bit編程——製作智能澆水機械人、3D筆創意繪畫、「動」手造創意運動（利用Tublock管狀積木及Micro:bit製作可以紀錄入球次數的籃球架）、掌控板Python編程、3D 義肢手組裝大行動、LED藝術畫、人工智能應用編程

（圖片識別）手機apps製作班及Coding航拍體驗，參加者可學習利用不同的編程工具配合其他硬件製作出不同的成品。是次活動吸引了超過300人參與。



參加者細心聆聽資訊科技增潤班同學講解，準備組裝義肢手。



資訊科技增潤班同學協助參加者完成編程及作品。



資訊科技增潤班同學正指導參加者組裝義肢手。

關於Maker Faire

Maker Faire 源於美國，首次活動於2006年在舊金山發起，時至今日已經授權全球超過140個城市舉辦活動，累積參加人數達數百萬人。由此，世界各地掀起了一連串從教育、文化甚至產業的改革，形成自造者運動(The Maker Movement)。

只要擁有製造甚至創造物品的技術或知識，也代表著擁有讓世界變得更好的能力，所以不論任何年紀的人士皆能自視為Maker、創造者以及實踐家。

是次北區School Maker Faire以學校為本，讓不同的教育機構交流，當中不只本地機構，更有內地機構的參與，使兩地Maker彼此學習，分享交流。

創意思維世界賽香港區賽

三月上旬，七名陳朱先鋒代表首次參加了由青年會書院主辦的「創意思維世界賽香港區賽」。比賽目的是啟發學生在創意思維、「STEAM」及創新科技方面的學習興趣。是次比賽結合話劇元素，同學選擇了改編達文西故事，以3D方法展示達文西的作品，並創造新發明以回應題目。雖然團隊在比賽中未能出線，但是次經歷，同學欣賞到不同學校的演出，有助擴闊視野和建立自信，實在是獲益良多。



準備開始比賽了，大家準備就緒



完成演出後，評判即時與學生交流



人手造心臟



同學以創意重現達文西經典之作
「Mona Lisa」及「Isabelle」



參賽同學感想

4A 黃文詩（左三）

比賽過程中，無論在對白的設計、角色的扮演，我都只是一個初學者，後來透過搜集關於達文西的資料和西方歷史才能逐一拆解難題。我們將幾樣達文西曾經發明過的物件，串連成一個新的故事，本來沒有頭緒，但是因為組員的建議，使我們拼成一段短的情節，才能演繹出屬於我們七人的短劇。這次的比賽，慶幸有老師在背後成為後盾幫助我們解決難關，還親眼見識到其他學校傑出的表現，讓我們甘敗下風，也從中了解我們失敗的原因。我們會再接再厲，下次比賽時更加努力！

4A 韋紫瑩（右一）

第一次參加這比賽，雖然沒獲任何獎項，但我認為從中學到的比獲獎更重要。在此比賽中，我經常因為無法抽空出席排練，令我好像跟不上進度。一開始排練時大家都不知道自己的走位，應搬的道具有哪幾樣等，不過，最終都能順利地演出。比賽過後，我們亦有觀看其他隊伍的表演，很欣賞他們值得表揚的部份，也會從中檢討自己的不足。期待下一次有機會再參與類似的比賽，相信大家都會比這一次更有進步。

4A 蔡中儀（右二）

參加了這次的比賽後，我真的感到獲益良多。在預備物資和道具的時候，我們都遇上很大的困難，比如是時間不足和劇本未夠貼題等等的問題，令我感到挫折。幸而，透過團隊成員的互相幫助，一起分擔工作，每人完成一小份，合起來便是很大的進步，問題亦迎刃而解。所以我十分榮幸能夠參加到這次的比賽，令我更明白團隊精神和合作的重要性。

4A 陳青瑩（右四）

我們大概是這比賽的新丁，不懂和迷茫都一直籠罩著我們，輸是必然的，但體會到、見識到其他學校對待事情的態度及認真，意識到自己多麼不足，真的令我有很大的得著。原來去收集資料、了解題目是多麼重要！而且付出的努力與時間真的和收穫成正比的，我從中檢討了自己做事方法及對待事情的態度仍有許多改進空間。

港珠澳考察、文化及升學之旅

2019年4月4日至4月6日，本校旅遊與款待科舉行了一個三日兩夜的「港珠澳考察、文化及升學之旅」。以下是參與同學的行程日記及心聲分享。

行程日記

5B 孫希澄

二零一九年四月四日（星期四） 天氣：

行程：

到訪澳門旅遊學院、前往龍環葡韻住宅式博物館、參觀威尼斯及四季酒店，並到官也街舊城區遊覽。

參觀完旅遊學院後認識到該學院有四個學系可供主修：廚藝管理、文化遺產管、酒店管理及旅遊會展及節目管理。

全天感受最深刻的是晚上和老師出去吃甜品。由酒店沿路走到義順牛奶，由寧靜小區到繁華鬧市，感覺真的很不一樣。可以親身體驗及感受兩個不同景貌，很是有趣。另外到龍環博物館亦教人印象深刻，看到百多年前的人的起居生活及相關畫作，在濃濃的藝術氣氛下，既可增廣見聞，又能令自己的心安靜下來，一舉兩得！

二零一九年四月五日（星期五） 天氣：

行程：

參觀十二號碼頭、民政總署、澳門歷史城區、崗頂前地及鄭家大屋。下午參觀新葡京娛樂城。

感受最深刻的參觀了富有葡國或西班牙特色的不同教堂，那些過百年的歷史建築物，令我目不暇給；我們更到訪了全亞洲唯一一間保存了原來樣貌的古老歌劇院，身在其中時有如置身於一部二三十年代的電影當中，令我很難忘。

今天看到了不同特色的舊式擺設，記載著豐富的歷史故事，歷史就如重現眼前。

二零一九年四月六日（星期六） 天氣：

行程：

到珠海地標日月貝歌劇院參觀，再前往圓明新園遊覽及由珠海人工島及香港人工島口岸回程返港。

日月貝歌劇院的大堂放置了不同音樂劇的推廣，真是十分吸引。而且，其旁邊是海旁，可讓我感受一下海風，真是寫意。整個建築的外觀很宏偉，能近距離參觀，印象很是難忘。而圓明新園則和我想像中很有出入，我原以為是古色古香的地方，但到訪後才發現有現代主題樂園元素混雜其中，因而感到有點失望！

總結

在三天的學習中，增進了不少學科知識！我對於酒店房間提供一部手提電話，讓客人可以在住宿期間帶出外使用感到很新奇，我從沒想過酒店原來連顧客在外活動時也能夠提供服務，如此貼心的舉動能夠滿足顧客的需要，同時，我亦學會了高質素的服務必須由細節做起！感恩有這次的旅程體驗，確是令我大開眼界，獲益良多！



考察後記

5B 梁思敏

在這三日兩夜的澳門珠海遊，行程十分豐富！雖然有點疲倦，但好不滿足！

行程的第一天已遊覽了不少景點，例如龍環葡韻住宅式博物館及威尼斯酒店，並到訪了四季酒店的大堂，其設計中西薈萃，十分典雅。之後我們又到訪當地的熊貓餐廳，品嘗到當地地道美食，例如馬介休等。但我最愛的竟然是平平無奇的咖哩角，它的表皮十分鬆脆，內裏的餡料十分滋味！當晚我們入住了維景酒店，酒店十分環保，為減少浪費水資源，毛巾只在客人要求時才天天更換。

第二天行程更為密集，這天天氣十分炎熱，我們到訪了鄭家大屋，是一很富中國特色文化的大宅。

於到了回程的日子，吃完豐富的早餐後便出發至圓明新園等珠海名勝，最後經剛落成開通的港珠澳大橋回程平安返港。

經過這次的旅程，深深體驗到導遊的重要，他們不但要做足出發前準備，在行程中一一為我們介紹景點，更要保障我們所有人的安全，亦肩負著一個領導的角色，在很多突發事情中要處變不驚，連交通住房也要他們安排及與有關單位協商，務求保證我們有一個圓滿的旅程。這次的體驗，讓我對這職業更加了解呢。

校外活動獲獎記錄 (2018年9月至2019年5月)

| 活動性質 | 活動名稱 | 獎項 | 得獎者 |
|-------------------|---|---|-------------------------------------|
| 中文 | 二零一八孔聖盃全港孔教儒家書法大賽 | 硬筆高中組冠軍 | 6A關巧兒 |
| | 教協第二十二屆全港中小學中英文硬筆書法比賽 | 初級組優良獎 | 2A蔣念上 |
| | 向老師致敬2018徵文比賽 | 初中組優異獎 | 3A方一凡 |
| 朗誦 | 第七十屆香港學校朗誦節 | 中一級女子詩詞獨誦 季軍 | 1D張鈺瑜 |
| | | 中一級男子詩詞獨誦 季軍 | 1D儲學賢 |
| | | 中一二級女子詩詞獨誦 季軍 | 1E林藝璐 |
| | | 中二級女子詩詞獨誦 季軍 | 2C莫凱茵 |
| | | 中三級男子詩詞獨誦 冠軍 | 3A陳得璋 |
| | | 中二男子英詩獨誦 亞軍 | 2A梁珀瑋 |
| | | 中二男子英詩獨誦 季軍 | 2A麥朗曦 |
| | | 中四女子英詩獨誦 季軍 | 4A黃文詩 |
| | | 中五女子英詩獨誦 亞軍 | 5C靳晴 |
| | | 中五四女子英詩獨誦 亞軍 | 5D謝穎怡 |
| | | 中六男子英詩獨誦 季軍 | 6E鄧思安 |
| | | 全港中小學VR遊戲設計比賽 | 冠軍 3A羅駿偉 3A鄭子軒 3C李羅康 |
| 資訊科技 | UNICEF HK「聆聽·一分鐘」短片比賽比賽 | 特別表揚獎 | 4A胡嘉玲 |
| | | 最佳一分鐘短片大獎 | 4B劉佩伶 |
| | | 十強入圍作品獎 | 4A陳青瑩 4A邱子恩 |
| | | 香港城市大學電子工程學系舉辦「電子工程是什麼」微電影比賽 | 冠軍 3A陳得璋 5A林萃聰 5C傅癸丑 |
| | | 優異獎 | 3C簡學琛 3C雷浩然 3D黃灝銘 |
| | 香港工程師學會及香港電腦教育學會辦VR未來學校創科比賽2018 | 優異獎 | 5D李卓穎 5D陳樂僖 5D林御軒 5D黃諾行 |
| | | 三星電子有限公司舉辦Samsung Solve for Tomorrow 2018比賽 (中學組) | 亞軍 4A胡嘉玲 4A黃諾謙 4D張才進 4D方家豪 5D李學賢 |
| | 香港教育城 (教城) 與 Microsoft 合辦「Master Code 編程大賽2018」 | MasterCode 人工智能應用大賽組 優異獎 | 4A袁竣希 4A鄭明浩 4B梁穎豪 4C楊天恒 4D池成傑 |
| | | MasterCode 編程大賽 (高中組) 季軍 | 4D蘇梓桓 5B賴穎琳 5B陳子星 5D葉卓邦 |
| | | MasterCode 編程大賽 (初中組) 冠軍 | 3A陳得璋 3A羅駿偉 3A鄭子軒 3C李羅康 |
| | | MasterCode 學與教博覽2018擂台戰 亞軍 | 3D黃天樂 3A何卓熙 3A鄭子軒 3C李羅康 |
| 體育 | 日朗盃柔道邀請賽 | 男子少年C組 (15-17歲, -60kg) 季軍 | |
| | | 男子公開組 (-60kg) 季軍 | |
| | | | 6D萬駿傑 |
| | 中華盃柔道邀請賽 | 男子少年組 (13-18歲, -60kg) 亞軍 | |
| | | 男子高級組 (13-18歲, -60kg) 冠軍 | |
| | 2018香港校際柔道錦標賽 | 男子丙組4X50M四式接力 殿軍 | 1D曾嘉灤 2A黎籽希 2B黎堯 2C曾皓暘 |
| | | 女子丙組50M自由泳 季軍 | 3D范凱澄 |
| | | 男子甲組50M蛙泳 殿軍 | 6E陳鋐穎 |
| | | 男子丙組100米自由泳 季軍 | |
| | | 男子丙組200米自由泳 殿軍 | 1D曾嘉灤 |
| | 第五屆香港工商總會盃全港青少年乒乓球公開賽 | 男子13-15歲組 殿軍 | 3D余俊彥 |
| | | 獨木舟男子B組 亞軍 | 1D曾嘉灤 |
| | 創興少年水上活動比賽2018 | 中學組30秒速度跳 男子B組 亞軍 | 2C梁珀瑋 |
| | | 北區分齡田徑比賽2018/19 男子C組200米 季軍 | 6C陳嘉權 |
| | 元朗區體育節2018：全港花式跳繩校際賽——紫荊盃 | 男子甲組4X100米接力 冠軍 | 5C楊煥浩 5D蘇卓健 6C陳嘉權 6C林偉樂 |
| | | 男子甲組200米 季軍 | 6C陳嘉權 |
| | | 女子甲組鐵餅 季軍 | 5B潘穎如 |
| | | 北區三人籃球比賽 男子中學組 亞軍 | 3A黃瀚禧 3B張健華 3C馬子傑 3C吳仲銘 3D余俊彥 |
| | 少年追夢盃2019乒乓球比賽 | 中學男子組 亞軍 | 3A黃瀚禧 3C李羅康 3D余俊彥 4D池成傑 |
| | | 大埔及北區校際羽毛球比賽 女子丙組 冠軍 | 1A陳姿潯 1A黃筱婷 1B劉慕恩 1C呂凱雪 |
| | 大埔及北區校際乒乓球比賽 | 女子乙組 冠軍 | 2C蔡曉晴 2D曾梓翹 |
| | | D組跳遠 亞軍 | 3C張淬堯 3C黃頌怡 3D范凱澄 4D卜子君 |
| | | D組鉛球 殿軍 | 1B廖潔穎 |
| | | D組鉛球 季軍 | 1D吳冠權 |
| | | C組200 季軍, C組800 季軍 | 1D王俊傑 |
| 外展 (聯校) 田徑章別挑戰日比賽 | | B組鉛球 冠軍, B組鐵餅 季軍 | 3A吳尉瑜 |
| | | C組100米 季軍 | 3B張健華 |
| | | B組800米 亞軍 | 3C曾宇澄 |
| | | | 4D卜子君 |
| | | | |
| 視覺藝術 | 第五屆「紫荊盃」兩岸暨港澳青少年書畫大賽 | 優秀獎 | 5C吳美璇 |
| | Draw My Watch 錶面設計比賽 | 少年組 銀獎 | 2C梁肇麟 |

家長教師會專訊

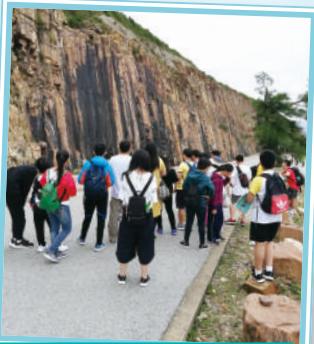
第十四屆(18-20)家長教師會：

家長教師會於2018年12月14晚舉行會員大會，並順利選出新一屆家長教師會常務委員，名單如下：

| 職位 | 家長委員 | 教師委員 |
|--------------------|----------------|--------|
| 主席 | 范偉明先生 | ---- |
| 副主席 | 林淑菁女士 | 黃劍華副校長 |
| 文書 | 張雯娟女士 | 陳秋雯老師 |
| 司庫 | 莊安娜女士 | 李惠芳老師 |
| 康樂 | 陳少鵬先生 | ---- |
| 總務 | 陳潔麗女士 | ---- |
| 聯絡 | 陳麗珍女士 | 黃煜南老師 |
| 顧問家長委員 (上屆家長委員) | 羅裕歡女士 林永萍女士 | ---- |

各項家校活動：

● 家長教師會旅行



今年我們到了香港地質公園，欣賞香港的地質奇貌，寓學習於娛樂

● 「非凡饗」電影欣賞



學校首次租用粉嶺戲院，讓家長及同學免費欣賞甚有教育意義的電影

● 家長參與學校陸運會歡樂跑



家長一同參與學校陸運會，為健兒們打氣

● 家長義工隊活動花絮

本年度共有30多名家長參與家長義工隊，家長義工積極參予學校活動及服務學校，服務包括：

| 月份 | 服務 |
|-----|-----------|
| 11月 | 北區聯展 |
| 12月 | 「點一步」獎品製作 |
| 2月 | 福音茶座茶點製作 |
| 3月 | 舉行家長日書展 |

● 點一步獎品製作



響應學校「動・心・思」成長計劃，鼓勵同學積極求進，家長們一起製作小食

● 福音茶座茶點製作



● 家長日書展



家長義工協助家教會整理書籍，於家長日舉行書展，與家長分享親子教育書籍



家長義工為同學製作福音茶座的小食