

辛亥校訊

二零一零至二零一一年第三期



東華三院辛亥年總理中學

2010-2011結業禮

二零一一年七月十三日

辛亥校訊

二零一零至二零一一年第三期

目 錄

前言	頁三
行政委員會報告	頁四
教務委員會報告	頁十
學生事務委員會報告	頁十七
課外活動一覽表	頁二十六
學業成績獎	頁三十七
獎學金得獎生	頁四十八
課外活動獎項	頁五十
莘蕾園地	頁五十六
鳴謝	頁六十七



前 言

七月盛暑，是莘莘學子放下書包，投入各類型活動的好時機。暑假來臨前，第三期校訊出版了！

回顧今年點滴，中五同學已踏入新高中學制的第二個年頭，課程一天比一天緊迫，讓人感覺到中學文憑試如箭在弦。老師們積極練兵，同學們整裝備戰，各人均努力迎接這個新挑戰。然而，不管將來的戰績如何，相信各人均已在過程中領略「釣勝於魚」的道理。反觀剛升上中六的去屆末代會考生，在中學生活的蜜月期，他們都大展拳腳，積極投入學校活動，社幹事、學會幹事、領袖訓練、交流活動等，都不乏他們的蹤影，彷彿春日的繁花，遍地開放。

本年的校本主題「明是非、辨對錯、勇承擔、見真我」讓學生明理辨偽、勇敢求真。相信無論學制如何轉變，人們追求修身立命的原則依樣互古不變。同學在求學、應戰的同時，應不忘修養品德。

此外，本年另一項重任是籌備來年三十周年校慶。籌備小組的多次會議、設計口號、分配工作、構思活動、預算開支，工作已進行得如火灼熱，校園內亦逐漸洋溢著校慶的熱鬧氣氛，恰好配合炎夏的高溫！

去舊迎新，希望同學能在年終總結過去，計畫將來。

本學年學校行政上的關注事項為「檢視新高中課程，暢順進行新高中課程」、「照顧學生學習差異」及「培育學生具備正面價值觀，及良好待人處事態度」。本學年，學校已提供了本區三十年的教育服務。全校同仁均努力不懈，在黃瑞森校長的帶領下，執行有關「關注事項」的相應政策措施，向校本自我評核及自我完善的目標邁進，令校政在制訂上及執行時更有效及流暢。

*

*

*

A. 校本管理

自九七學年開始，本校已實施「校本管理」。學年初訂立「周年校務計畫」，年內全體教師均按計畫盡力落實本校之辦學宗旨、學校目標及本年關注事項，經常研討分析本校之團隊發展及行政工作，教師都藉「校本管理」精神對校務工作提出很多積極建議，在運用資源時主動配合。

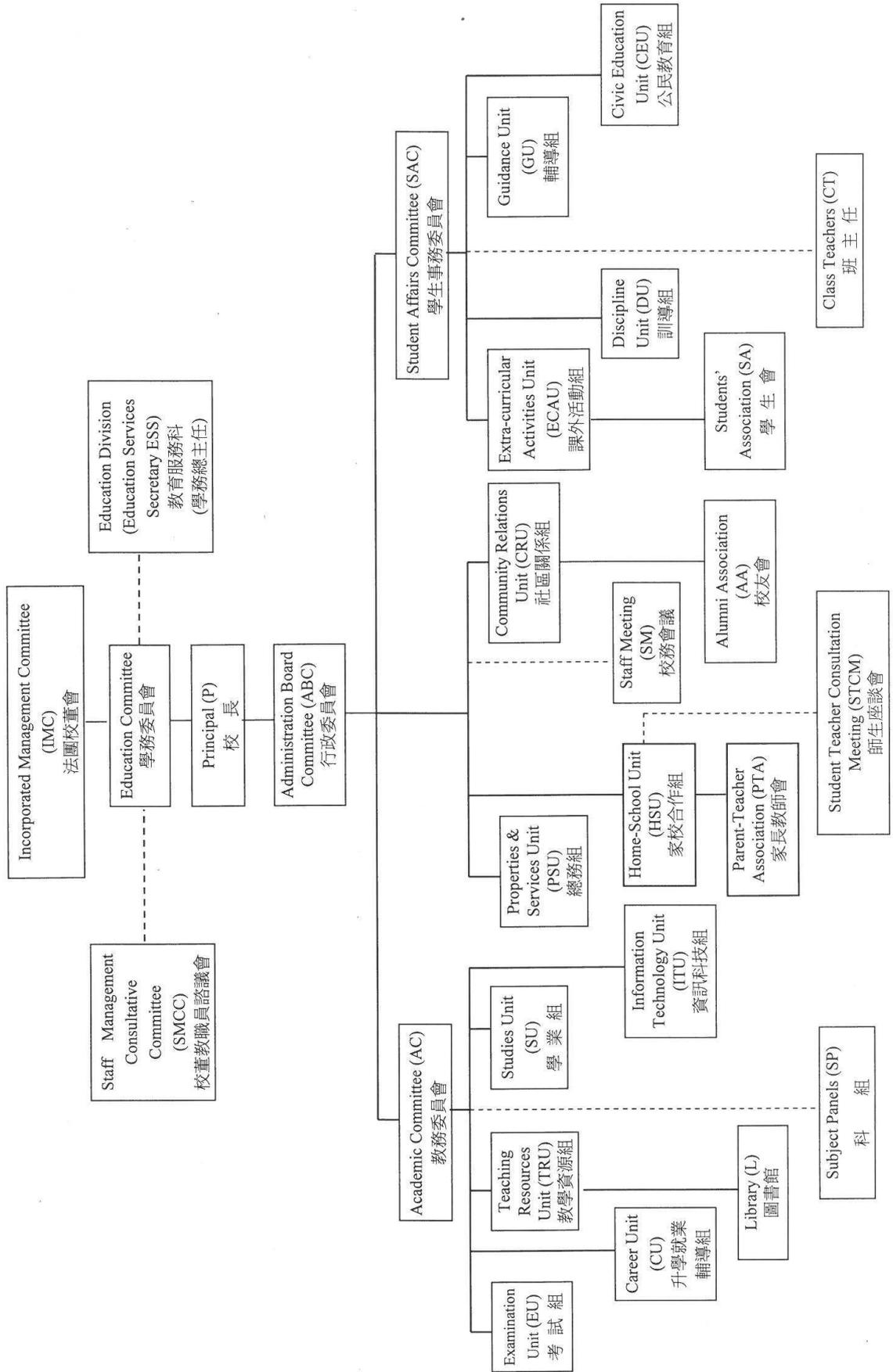
「法團校董會」今年舉行三次會議，通過各位校董的參與，檢視學校校務計畫、財政安排及人事變遷等事項，以增強學校行政之自主性及問責性。

「校本管理」推行多年，教師投入管理校政，有效運用資源，達致更佳教學效果。此外，在行政上強調自我完善機制的運作，以提昇行政效能。

B. 行政組織

本校設有行政、教務及學生事務三個委員會，下設有十三個行政小組主理各項校務行政，整個行政組織架構如圖所列（見附表一）。

Organisation of School Administration



校長於本學年召開四次行政委員會會議，商討學校整體政策、各項校務計畫及檢討工作。各小組在主任老師領導下開展校務工作，並得組內老師合作及全體老師支持，使校務得以順利推行。

校長亦召開九次校務會議，全體老師均有參加，藉以對校務工作之決策、推展及檢討提供意見，使校務能不斷改進；又舉行各級級務會議，商討學生之學習及紀律問題。此外，年內之特殊事務如陸運會、家長日、畢業典禮等均成立工作小組，專責處理工作。

C. 校長持續專業發展

自 2002/03 學年起，在職校長每年須參加約 50 小時的持續專業發展活動，而在三年間，應至少參加 150 小時的活動。這些活動須屬以下三種模式：(1) 有系統學習，(2) 實踐學習及 (3) 為教育界及社會服務。本學年，本校校長已完成 85 小時持續專業發展活動，內容包括：

1. 參加境外/境內學習考察 (往廣州、河源及廣西)；
2. 參加本地研討會/工作坊/會議 (有關校長領導、新高中學制、教學語言及校本評核等)；
3. 參與教育界及社會服務及其他 (加入屯門區公民教育委員會、屯門西南分區委員會委員香港學術評審局、東華三院邱子田紀念中學法團校董會等)。

D. 諮詢組織

本校由全體教師選出兩名代表參加每年兩次之東華三院中學校董教職員諮議會會議，促進校董會與教師之溝通。

校方與學生溝通，才能提供一個融洽的學習環境。校長及老師常利用早會宣布校務發展，學生如有意見或疑問，可向老師或校長提出。今學年內，校方曾在禮堂分別召開高低年級師生座談會，讓學生對各項學校事務發表意見，其中很多意見都用作改善校務之藍本。

E. 員工發展

本校積極鼓勵教師參加在職培訓進修，吸收教學上之新知識及理論，藉以提高教學素質。

二零一零年十月九日及二零一一年三月十二日，本校舉辦了兩個校本研討會，分別為「發展高效能學校團隊」及「教師如何辨識及幫助語障學生」，主講者分別為中文大學客席教授林孟平博士及語語治療師傅順意姑娘。

此外，本校教師一如既往積極參加各類外界培訓，包括教育局及其他教育機構主辦之研討會、研習班等。

F. 學校設備

今年政府撥款一百多萬元，為本校進行各項維修及改善工程。其中包括更換地下及五樓走廊地磚、各層走廊牆身及天花翻新油漆、更換各層走廊燈、翻新一樓男女洗手間、維修課室窗、更換課室百葉簾、翻新禮堂地板、更換禮堂抽氣扇、翻新科學室、更換電錶房電箱、以及重鋪平台部份地磚、防水層及伸縮膠。

另校方亦特別撥款將電腦室改裝為課室，以及更換校內全套室內對講機。

總務組年內經常關注學校設備之更新及維修保養，以及校舍之保安，以期達到建設完善學習環境的目標。

G. 家庭學校合作

家庭與學校合作，能發揮共同教育學生之作用，校方經常透過家長通訊、學生手冊，約晤面談等方式與家長聯絡，將重要訊息或學生的學業及行為表現與家長商討，共同探索每位學生的最有效學習模式。

學校除了透過家長日、家長教師座談會及講座等聯絡家長外，家長教師會亦積極舉辦各項活動，務求在輕鬆愉快的氣氛下與家長加深認識，了解大家的角色、處境，為培育良好下一代的目標努力，扶育未來社會的棟樑。本年度舉辦的活動相當多元化，除了會員大會、辛亥家校迎春晚會、家長也敬師等大型活動外，我們亦安排了親子旅行、親子溝通講座、新春手工藝班、青少年成長工作坊、校長家長全接觸及家長聚一聚等多項活動。活動的性質既有輕鬆悠閒，亦有具深層思考，同時都是鼓勵家長參予學校活動，加強家校合作。

學校暢順的運作實有賴所有持份者共同參與，不時為學校的發展提出寶貴意見。家長校董則發揮家長代表的角色，從家長角度在本年度三次學校法團校董會會議中發表意見。

家長教師會室位處籃球場側，並會定期開放，供各會員使用。室內面積雖小，但內設電腦、各樣影音器材及數百本親子藏書，可供各家長參考。家長教師會運作順利，有賴各委員衷力協助推行會務，以及家長到校擔任義務工作。

家校合作組除了致力與家長建立伙伴關係外，亦積極為學生爭取資助。近年，透過學校成功申請學生資助辦事處所提供之書簿津貼及車船津貼的人數眾多。另外，學校亦協助學生申請各機構之學生生活津貼及助學金。

家校合作組經常透過多種形式監察食物部之運作，並不時提供建議，務求令同學享用有益健康的食物。

總的來說，家長和老師都希望藉着緊密的家校合作讓學生擁有健康愉快的家庭和校園生活。

H. 社區聯繫

今年，本校的三期《辛亥校訊》透過內聯網，將校園資訊傳遞給家長、校友及社區人士。為加強對編輯的培訓，本年的小作家寫作班，邀請了浸大碩士生容浩鈞校友教授寫作技巧，傳授創作心得，提升編輯質素。

本校師生積極與姊妹學校 109 中學進行交流，二十多名師生於十一月由校長帶領到河源進行扶貧活動；七月連串的交流：七月三日及六日的廈門土樓文化考察、七月九日至十日探訪 109 中學河源行以及七月十四日的四川生命教育之旅，八月與 109 中學合辦黃埔軍校訓練營等，均令同學們在觀光求知之餘，學會與人溝通、認識更多新朋友。

為小六同學而設的「中學生活體驗日」，邀請了眾多小六學生、家長參加，報名踴躍，大有供不應求之感。二零年十二月五日，星期天的早上，多達三百多位小六學生及家長到校參觀，氣氛相當熱鬧。當天，小六同學與家長一起參與課堂，與老師打成一片。課堂過後，大家一起到禮堂參加集會及各類課外活動。這次參觀日，不但令同學對本校的認識加深了，更令不少同學立志加入我們的大家庭。

本年度畢業典禮於五月六日黃昏舉行，當天頒發了各學業及課外活動獎項。此外，校長更向本校長期服務員工致送紀念品，分別是熊意玲老師、黃小慧老師、張美玲老師、周幹賢老師、鄭傳媛老師、梁麗萍老師、吳桂芳女士，恭喜以上教職員，並衷心多謝他們一直以來對學校的貢獻。

本組將配合三十周年校慶的各項慶典，讓學校更進一步與社區共融，攜手建立美好校園。

*

*

*

展望來年，學校進入了三年學校發展計畫的第三階段，學校將以「檢視新高中課程」使其暢順進行，「照顧學生學習差異」及「培養學生正面價值觀」作為發展方向。以實踐「學行並駕」及「辛亥為家」的目標。此外，校方亦與時並進，繼續不斷自我改善，以配合教育局推行的「學校自評」計畫，並加強學校發展及問責，以達社會各方的期望。

學與教之所以能發揮高效能，課程的發展和配合至為重要；社會不斷的進步，學生的需要亦隨著社會變化而改變，因此，課程亦應發展以作配合。中四級選修科目組合已打破文理科的界限，而中四有接近一半學生所修讀的科目文中有理，理中有文，學生能配合興趣和發展所需。兩個階段的中四選科程序，配合 SOP 電腦程式計算科目組合，使更多學生選到自己心儀的科目。在應用學習方面，三十七名報讀應用學習的同學，已有三十四名獲得有關院校取錄。中一級部份班別開設英文班，中文班亦加入英語延展教學活動，科學科、數學科、世史科和地理科科組老師已對用英語授課作好準備，提升英語教學的效能。

本年度各科組推行的項目有全校早讀課、全體老師作導師的專題研習等。各科組亦推行同儕觀課，交流和分享教學心得，提升教學效能。另外教學助理協助老師製作教材，使老師有更多空間關顧學生和照顧學生的不同需要。

現將本年度之教務概況簡述如下：

*

*

*

A. 師資與職員

除校長外，本校本年度有教師六十一名，包括副校長兩名，獲大學學位五十八名，其中有碩士二十三名，非大學學位三名，全體教師均已接受師資培訓。本校之語文教師均按教育局要求，全部英文教師及普通話教師已達政府認可的語文基準。職員方面有書記五名、實驗室技術員三名、教學助理四名、行政助理一名、資訊科技技術員一名及校工十五名。本校有一位老師獲邀擔任考评局科目教育委員會委員，另有四位老師擔任教育局審查教科書委員會委員及一位老師擔任教育局課程發展處科目委員會委員。

B. 科務小組

本校設有二十個科務小組，由科主任定期召開科務會議，確定教學目標及課程進度，發展新高中課程，並領導科務工作。校長於年內召開四次教務委員會暨全體科主任會議，商討整體科務政策、新高中學制及新高中課程發展。本校亦推行考查作業及觀課制度，交流教學經驗。

C. 班級編制

本年度本校中一至中五每級各開設五班，中六及中七每級開設文商科及理科各一班，全校共二十九班，學生共一千零五十八人。

D. 課程及教學語言

本校為文法中學，中一至中三除各術科外，亦開設普通電腦科、通識教育科及普通話科，全校設早讀課，中二級設專題研習科。

本校重視學生「兩文三語」訓練，本年度中一級設有「彈性班」採用英語教學，而中一至中七級全部英文課堂均分組授課，中一至中三由英語為母語之教師教授會話，充分利用語言實驗室

及英語角。又積極推廣中英文廣泛閱讀計畫。

為使中三學生適應中四轉用英語教學，有關科目於中三下學期課程中加插英語學習技巧等內容以作銜接，另外亦於暑期為中三同學開設英語授課銜接班。

E. 學業考勤

本校對學生學業成績十分重視，並鼓勵學生養成良好讀書風氣。本校每學年設考試及測驗各兩次，目的在考核學生全年各時期之表現。全校學生一千零零五十八人，平均每日遲到人數為0.6%，而平均每日缺席學生人數為1.5%。

二零一一年參加高級程度會考學生共五十八人，合格率为百分之八十九，優良率为百分之二十七。

F. 學業輔導

校方透過學業組協助學生解決學習困難，例如：學年初各科老師均進行適應輔導。設功課留堂班，由教學助理及老師輪值輔導學生於放學後完成功課；於考試測驗後及暑假期間開設達標班，為中一至中三測驗及考試成績欠佳的同學加強中文、英文及數學基礎。中一至中四設有「勉學欄」，公佈各班成績優異生名單，推介讀書方法；舉辦學業講座及活動，獎勵考試成績良好及有進步表現之學生；接見經常欠交功課之學生及其家長等。各老師亦經常檢討學生之學習困難並加以輔導。在暑假亦有暑期作業，讓學生善用時間。另外，今年逢星期六為中一至中三同學開辦「補習班」，並於五月期間放學後為中一及中二同學開設「期終試補習班」，由成績優良的校友出任導師。

G. 升學就業輔導

本組負責的行政工作包括大學聯合招生報名、畢業生出路去向調查、申請獎學金、推薦學生參加傑出學生選舉及撰寫推薦信等。

本組舉辦不同類型的輔導活動，協助同學認識自己及不同的升學及就業出路。本年度舉辦了以下活動：生涯規劃日營、中三選科班訪及講座、大專課程講座、聯招輔導、畢業生經驗分享、參觀青年就業起點及嶺南大學、放榜輔導等。

為配合多元學習，本組為中四同學報讀應用學習課程，而當中更有約二百五十人次參加免費的導引課程，獲得一些與工作有關的經歷。而中五級則已有約五十名同學完成了本學年的應用學習課程，出席率亦非常良好。

學校於高中設有「其他學習經歷課」，本組亦為各中五級同學設計了五節「生涯規劃課」，課題包括：認識自我、認識工作世界、工作的價值，同學需完成一份「我的理想學科／職業」的習作，以協助同學訂立學習目標。

整體而言，本組希望同學能更主動及積極地為前途作好準備，以應付未來的挑戰。

H. 教學資源

本校教學資源組為教師提供不同類型的教學資源，以便教師實施現代教學法。本校共有兩間「教學資源室」，備有不同種類之多媒體教材，共藏有錄音帶六百一十盒，錄影帶八十盒，電腦光碟五百隻，視像光碟五百四十五隻，各科教材套七十套及教師參考書九千五百二十冊等。

本校圖書館藏書量豐富，總計有英文書籍一萬二千五百冊，中文書籍二萬一千六百冊。館內設有三部電腦及一部伺服器，透過SLS圖書館系統，實行電腦化管理。此外，溫習室亦設有一部影印機、八部電腦及兩部打印機供師生使用。

本校教學設施充足，除教育局所訂之基本設施外，還添置了很多額外設施。圖書館內亦有錄音、錄影設備，輔助教師製作教材及教具，從而提升學與教的效能。

I. 資訊科技

本年度是學校全面使用資訊科技教學的一年。大部份課室已更換了內藏顯示器及枱面設置實物投影器的電腦枱連簿櫃。為配合推行電子學習，內聯網系統亦已加添了新成員——eClass綜合系統，提供了多元化電子學與教的功能，老師可以在新平台下準備電子教案及網上練習，而學生可以進行網上測驗，遞交電子課件及分享電子檔案。由本年度開始，學生的操行獎懲紀錄亦使用eClass系統處理，學生及家長更可於網上閱覽個人紀錄。

在硬件方面，本校設有兩間多媒體學習室，無線網絡亦已覆蓋全校，老師使用無線設備方面更見普遍。學校的上網寬頻亦已於本年度內提升至100Mbps，令師生連接互聯網工作時更有效率。為配合學生學習上的需要，學校添置了多部數碼攝影機讓學生借用，讓學生有更多機會嘗試「其他學習經歷」。

暑假期間學校除了為新建課室加添各項資訊科技設備外，亦會添置「視訊串流伺服器」，把教學及學生活動視訊檔案以串流技術透過互聯網讓學生瀏覽，形式就如一個校本網上電視台，同時，我們亦會於假期間安裝有全面視訊剪接功能的應用軟件，供各同學使用。

*

*

*

時代變遷，課程不斷改革以作配合，學校相應在教學上作出變化，以發揮教育的最大效能。本校教職員會努力、協作和發展，不斷推動學校，配合時代變化，發揮效能。

課程一覽表

年 級 科 目	中	中	中	中	中	中	中
	一 級	二 級	三 級	四 新 高 中	五 新 高 中	中 六、 七 文 商 科	中 六、 七 理 科
英國語文	*	*	*	*	*	*	*
中國語文	*	*	*	*	*		
中國語文及文化						*	*
普通話	*	*	*				
中國文學					*	*	
數學	*	*	*	*	*		
數學延伸單元				*	*		
純數							*
中國歷史	*	*	*	*	*	*	
歷史	*	*	*	*	*	*	
地理	*	*	*	*	*	*	
經濟				*	*	*	
綜合科學	*	*					
物理			*	*	*		*
化學			*	*	*		*
生物			*	*	*		*
組合科學(化學及生物)				*	*		
電腦/ 資訊及通訊科技	*	*	*	*	*		
會計學原理						*	
企業、會計與財務概論				*	*		
體育	*	*	*	*	*	*	*
視覺藝術	*	*	*	*	*		
科技與生活	*	*	*		*		
設計與科技	*	*	*				
音樂	*	*	*				
通識教育	*	*	*	*	*		
專題研習		*					
其他學習經歷				*	*		

八個學習領域的課時(中一至中三級)

學習領域	科目	中一		中二		中三		
		節數	科目 時間分配	節數	科目 時間分配	科目	節數	科目 時間分配
中國語文 教育	中國語文	8	20 %	8	20 %	中國語文	7	18 %
	普通話	1		1		普通話	1	
英國語文 教育	英國語文	10	22 %	10	22 %	英國語文	9	20 %
數學教育	數學	6	13 %	6	13 %	數學	6	13 %
科學教育	科學	4	9 %	4	9 %	物理	2	13 %
						化學	2	

						生物	2	
個人、 社會及 人文教育	中國歷史	2	18 %	2	18 %	中國歷史	2	18 %
	歷史	2		2		歷史	2	
	地理	2		2		地理	2	
	通識教育	2		2		通識教育	2	
科技教育	普通電腦	1	7 %	1	7 %	普通電腦	1	7 %
	科技與生活	(2)		(2)		科技與生活	(2)	
	設計與科技	(2)		(2)		設計與科技	(2)	
藝術教育	視覺藝術	2	7 %	2	7 %	視覺藝術	2	7 %
	音樂	1		1		音樂	1	
體育	體育	2	4 %	2	4 %	體育	2	4 %
總數		45	100 %	45	100 %		45	100 %

() 分組 / 分時段上課

學生事務委員會屬下訓導組、輔導組、公民教育組、課外活動組及其帶領的學生領袖團隊：領袖生、輔導領袖生、公民教育領袖生、學生會、社及學會幹事，聯同各校外支援隊伍：明愛社工、東華三院教育心理學家、香港基督教服務處、警區學校聯絡大使、青少年中心及有關志願團體，負責因應學生個別及社會需要，為學生提供預防及治療的關顧服務及多元化的課外活動，希望達致全人教育。

本校實踐教、訓、輔結合的教育理念，重視培養學生律己精神。多年來，學生事務委員會積極推行「輔導成長齊參與」之輔導模式，全體老師協力推行品德教育。每年更定下輔導主題，由學生事務委員會統籌及協調有關行政組及科組，推行不同的活動，使學生於個人修養、待人接物及處世方面等培養良好品格，將來成為良好公民，服務社群。每年召開兩次各級級務會議，商討學生的學業、品德及家庭問題。各組全年安排不同的會議，如操行會議、個案會議及各班特別會議，全體老師共同參與教、訓、輔工作。

本校本年度關注事項為「培育學生具備正面價值觀及良好待人處事態度」，本校的三年發展計畫把「承擔精神」、「明辨是非」及「誠信」分別列為2009-2012年每年首要培育的價值觀。

本年度，我們把「明是非、辨對錯、勇承擔、見真我」訂定為輔導成長齊參與主題，目的是：

1. 培養學生具備敏銳的觸覺和批判思維，辨識社會議題中所蘊含的價值取向。
2. 學生能以開放但批判的態度，審視並抗拒接觸傳媒的不良資訊，不盲目追求偶像，不易受潮流文化影響。
3. 學生能在友儕的誘惑或壓力下，堅拒不當的行為。

中一至中五級之「辛亥奮進獎勵計畫」已推行十多年，目的是讓學生訂下明確目標，挑戰自我，在德、智、體、群、美各方面得到均衡發展，此計畫明年將推行至中六級。

學生事務委員會每年召開會議，商討整體策略、工作計畫及作全年檢討。

A. 學生輔導

「防患於未然」及「輔導成長齊參與」為本校輔導工作大方向。每位站在教學前線的老師，包括班主任、副班主任、科任老師均肩負教育的責任，在中學生成長階段擔當重要的角色。

學年初的「迎新班訪」，讓新同學與社工、輔導領袖生及老師有初步接觸。此外，全年還因應各級需要進行專題班訪、個案輔導或轉介工作及輔導活動，本年度共設有輔導領袖生二十名，協助推行各項工作及活動。

本校多年來舉辦「中一成長計畫」，由學校社工和「明愛青少年綜合服務」工作隊全力籌辦活動。服務對象為中一學生及其家長，活動多元化，有宿營、遊戲、問卷、心理測驗、講座、討論、義工服務等，目標為增強學生及家長關係、協助雙方掌握成長轉變期的問題，讓他們學習如何過渡、健康愉快地成長。家長們樂於抒發子女於新學習環境及成長階段所面對的困難、感受，及其處理方法。透過分享，各人獲益良多。他們投入及積極參與討論答問，反映本校家長均屬關心子女一族。輔導領袖生的協助，亦令該計畫能順利進行，家長學生俱有所得益。本組亦因著學生的需要，與外間機構籌辦中二、中三「健康生活課程」，透過多項活動及義工服務，讓學生了解吸煙

及藥物濫用對青少年的害處，因應個人專長建立健康的人生目標。

由於教育局推行的「學校發展與問責架構」，學校須透過自我評估機制，檢視為有特殊教育需要學生提供的支援及全校參與模式的推行情況，本校已成立「學生支援小組」，規劃及統籌上述工作。本組派出兩名組員為此小組的核心成員，並聘請專業社工，為有特殊教育需要的學生提供支援服務。包括個別輔導、家訪、小組活動等。

輔導工作需龐大人手，學長們的重要性不容置疑。他們肩負照顧學弟學妹情緒及行為的責任，工作的同時，其個人成長亦有所得益。學校社工陳慧嫻姑娘及方玉麟先生為此設計培訓課程，讓他們發揮領袖的潛能、瞭解群眾的期望、認識召開會議和籌辦活動的程序、學習溝通及輔導技巧。

除輔導組外，本校社工及東華三院教育心理學家陳紹勤先生均積極投入老師、家長、學生的諮詢、輔導及培訓工作。定期跟進個案和出席聯席會議，亦促進各方面在學生輔導、跟進和轉介工作上的緊密聯繫和合作。

未來，本校的輔導工作仍以「校本輔導、家校合作」為大方向，亦期望全體師生及家長能貫徹「辛亥為家」的精神。

B. 訓導

訓導組本年度之目標是教導學生遵守紀律，尊重別人和培養學生之承擔精神。為配合本年度之校本主題「明是非、辨對錯、勇承擔、見真我」舉辦了「辛」棋設計比賽及主題為「見真我」之月會講座。

學生獎懲方面，本年度加強獎勵守時之同學及以「操行良好獎勵計畫」和「操行優異獎」鼓勵守規之同學。

本年度領袖生表現盡責，能協助老師維持秩序。

C. 公民教育

公民教育組負責統籌及推廣公民教育，透過不同形式的活動，培養學生成為有理性和負責任的公民。本校之公民教育活動共分五大範疇：(一) 環保活動 (二) 中國文化活動 (三) 校園清潔活動 (四) 政治及時事活動 (五) 社會服務活動，分別由公民教育組轄下之環保及清潔小組、中國文化小組、政治及時事小組和社會服務團帶領。各項活動除了注意傳遞知識、訓練技能及培養態度外，更著重學生的實際參與。

本年度曾推行的活動如下：

環保及清潔小組：學校清潔比賽、課室清潔計畫、廢紙回收、廢物分類回收活動、環保大使、有機低碳生活講座、環保角有機種植活動、無冷氣日、參觀屯門稔灣堆填區活動、綠色學校、用電量競猜比賽、舊文具回收活動及環保小貼士等。

社會服務團：懷智弱智人士服務機構義工活動、戴東培義工服務活動(老人服務)、國內河源市及廣西扶貧活動、賣旗活動等。

中國文化小組：推廣國情教育及進行多項交流活動，如國慶展覽及組織國情大使團隊，學習升旗，出席校際常識問答比賽。

政治及時事小組：本地新聞精選、便服日、廣東省佛山建設考察、廉署互動劇場、時事擂台

比賽、深圳特區成立三十周年活動、貧富宴、集會講座等。

此外本組亦設模範班選舉，以增強同學對班的歸屬感，各老師在正規課程及課外活動中，都融合公民教育元素教導學生。

為方便推展以上各項活動，本組本年度共設有三十一名公民教育領袖生。

D. 整體課外活動

本年度課外活動約三百四十項。負責籌辦活動方面，學生團體佔總數52%，各學科佔18%，行政組別佔30%。校內活動佔46%，而校外活動佔54%，數字反映本年度為中四班別提供大量SLP校外活動。經常性項目是提供與學生定期的訓練共五十二項，較去年明顯上升。學校有接近二份一的活動由學科和行政組別舉辦。（見表一及表二）

表一

	學生團體	學科	行政組別	總數
2010-2011	52%	18%	30%	340
2009-2010	67%	17%	16%	338

表二

	校內	校外	其中經常活動	總數
2010-2011	46%	54%	52%	340
2009-2010	49%	51%	32%	338

本年度全校學生齊參與的活動有二十三項，以社際形式舉辦的活動有六項，級際活動有七十九項而班際活動有三十七項。活動只限會員參加的有八十四項，而公開予同學自由參加的有一百一十項。(見表三)

表三

	全校	社	級	班	會員	公開	總數
2010-2011	23	6	79	37	84	110	340
2009-2010	33	7	54	38	102	104	338

E. 課外活動組

課外活動組除負責統籌學生會、四社和學會活動，亦負責籌辦各類型活動。為加強學生會、學會、社幹事、公民教育領袖生、輔導領袖生和領袖生的培訓，本年度舉辦了中四及中六領袖訓練營，使參與者能掌握領導才能；為中三級同學提供「生命反思訓練營」；為中一新生設計紀律訓練課程，改善他們的生活態度。其他大型活動包括旅行日、社際創意啦啦隊比賽、社際英語話劇比賽、社際陸運會、制服團隊復活節訓練營、制服團隊遠足及學生才藝表演等。課外活動組於本年成立青年發展學會，提供義工訓練與高中學生。

F. 學生會活動

本校學生會有十九年歷史，成立目的在於讓學生有機會組織各項課外活動及體驗民主選舉之運作。學生會幹事全部由直接選舉產生。本屆學生會曾舉辦或協助舉辦中六迎新日、萬聖節晚會、敬師日等。在社會服務方面，學生會負責統籌便服日、捐血日及貧富宴等。

學生會每年亦作問卷調查，目的是改善學生會服務範圍及質素，及作為校方及學生的溝通橋樑。

G. 各組別的活動

為配合新高中課程，全校將活動分為六個範疇，務求使學生全面發展，在各類別活動中，藝術發展活動，體育發展活動本年度有顯著增加。表四顯示六個範疇的活動分佈情況。

表四

	2009-2010		2010-2011	
德育及公民教育	47	14%	58	17%
職業及升學	24	7%	24	7%
社區服務	21	6%	29	9%
學術	73	22%	64	19%
體育發展	66	29%	46	14%
藝術發展	107	32%	119	35%
總數	338	100%	340	100%

德育及公民教育活動共有五十八項，活動有國內考察團、時事擂台、敬師日、社際自由講等。另外，本校積極推動團隊訓練，要求大部份中一及中二學生參與一個團隊，各團隊的參與率良好。

職業及升學相關的活動有二十四項；升學及就業輔導組舉辦的職業及升學活動有十二項，其他組別如電腦學會和外語學會亦提供職業有關的訓練。

社區服務活動共有二十九項，形式有義工服務、捐血、籌款、義賣、貧富宴及便服日等，其中本校設立的社會服務團共舉辦十二項義工服務。而青年發展學會則提供七項義工訓練。本校參與香港紅十字會捐血活動，師生人數合共八十四人。參與貧富宴的師生共一百九十一人。本校希望透過這些多元化的服務，鼓勵學生服務社會，培養公民責任感。

學術活動共有六十四項，形式有短劇、會話、朗誦、書法、填詞、書展、常識問答比賽、文化展覽、讀書報告、參觀、辯論、學科問答比賽、考察和講座，務求以不同活動方式，推動本校的學術風氣。而本年度英文學會亦設計大量活動，提升本校學生學習英語的興趣及運用英語的能力。

體育活動共有四十六項，校內比賽有陸運會、班際長跑和社際籃球賽；校外比賽則有田徑、游泳、越野、羽毛球、足球、乒乓球、排球、跆拳道、手球和籃球的校際比賽；體育發展方面亦有遠足、露營、攀石及箭藝等。這些體育活動讓學生按喜好參與不同競技，發展所長，培養自信。

藝術發展共有一百一十九項，包括棋藝、園藝、攝影、中樂、西樂、美術、舞蹈和話劇。學生參與音樂、美術、舞蹈和話劇的創作和演出，藉此發揮學生的潛能和創作力，本年度英文科更派出學生參與校外英語話劇比賽，成績突出。

本年度本校學生榮獲多項校外活動之獎項(見課外活動獎項一覽表)。

*

*

*

新高中學制學生除了要修讀核心科目和選修科目外，還需要體驗學業以外的其他學習經歷，例如德育及公民教育、社會服務、體育藝術活動及與工作有關的經驗。本校一直為學生安排這些學習經歷，明年中四及中五課程內更將健康教育、生涯規劃及體藝課程納入兩節的「其他學習經歷」課堂內，學生有更多機會及時間參加這些有系統的學習活動，獲得更多元化的學習經驗，促進全方位學習及發展。

學會一覽表

學 術	<p>英文學會 中文學會 數學學會 歷史學會 地理學會 經濟學會 科學學會 電腦學會 商科學會 科技與生活學會 設計與科技學會 辯論學會</p>
德 育 及 公 民 教 育	<p>聖約翰救傷隊 童軍 女童軍 海事青年團 社會服務團 青年發展學會</p>
體 藝 發 展	<p>美術學會 音樂學會： 中樂團、流行樂隊 體育學會： 籃球組、足球組、排球組、手球組、 羽毛球組、乒乓球組、游泳組、田徑組、 長跑組、單車組 舞蹈學會 攝影學會 園藝學會 棋藝學會 戲劇學會 外語學會 外展學會： 攀石組、箭藝組 跆拳道學會</p>

課外活動一覽表 2010-2011

學會名稱	活動名稱	月份
英文科	Seminar on IELTS	九月
英文科	Scavenger Hunt	十月
英文科	英文科月會講座	十一月
英文科	Animal Farm	十一月
英文科	英文寫作常見的錯誤講座	十一月
英文科	第六十二屆香港學校朗誦節 (英文)	十一至十二月
英文科	社際英語話劇及歌唱比賽	三月
英文科	雅詩合唱團周年音樂會：天地恩情	四月
英文科	English Debate Course	六月
英文科	English Drama	六月
英文科	TWGHs English Camp	七月
英文科	Singapore Summer Study Tour	七月
中文科	第六十二屆香港學校朗誦節	十一至十二月
中文科	東華三院中學「不一樣的人生」閱後心得比賽	二月
中文科	中國中學生作文大賽 2010-2011 (香港賽區)	三月
中文科	我愛香港德育演講比賽	四月
中文科及普通話科	普通話日	十月、二月、四月
中文科及普通話科	第十三屆全港中小學普通話演講比賽	三月至四月
中史科	探究香港近代歷史之旅	九月
中史科	參觀辛亥百周年展	四月
地理科	高級程度地理考察營	五月
經濟科	財務管理工作坊	三月
生物科	新高中生物科野外考察日營	一月
生物科	新高中生物科野外考察營	三月至四月
生物科	高考生物科野外考察營	三月
生物科	第四屆「尋找自然的故事」	四月
生物科	香港學生科學比賽	五月
生物科	校外科學課程	六月
生物科	參觀海洋公園	七月
科學科	香港青少年科技創新大賽	三月
科學科	參觀太空館	六月
科學科	參觀科學館	七月
體育科	中一暑期體育訓練班	八月
體育科	屯門區校際水運會	十月
體育科	東華三院中學聯校運動會 10/11	十一月
體育科	班際閃避球比賽	十二月
體育科	體育訓練營	四月
體育科	溜冰體驗	七月
視覺藝術科	第十屆「星星河」全國少年兒童美術書法攝影大賽	九月
視覺藝術科	高中學生視覺藝術作品集展	十一月
視覺藝術科	「奇遇奇點新域」神話與科學，概念多媒體藝術展覽	十二月
視覺藝術科	參觀國際海報3年展及墨池	十二月
視覺藝術科	中學生視覺藝術創作展	十二月
視覺藝術科	無毒社區 (短片、海報、標語及幼稚園填色創作比賽)	一月
視覺藝術科	「後台大揭秘」導賞活動	三月
視覺藝術科	參觀「彼思動畫25年」展覽	六月
視覺藝術科	參觀基元中學學生創作展	六月
視覺藝術科	參觀「彼思動畫25年」展覽	七月
科技與生活科	木糠布甸製作	十一月
科技與生活科	芒果小蛋糕	十一月
科技與生活科	手繩製作班	一月
科技與生活科	芒果糯米糍製作	四月
科技與生活科	參觀佳力高試驗中心有限公司	四月
音樂科	東華三院聯校音樂匯演 2011	二月
音樂科	校際音樂節預演音樂會 2011	二月
音樂科	第六十三屆香港學校音樂節	二月至三月
通識教育科	聯校通識講座	十一月
通識教育科	廉政公署互動劇場－阿旺筆記	三月
通識教育科	健康校園抗毒行動教育劇場	四月

通識教育科	通識講座	六月
通識教育科	百老匯電影欣賞	七月
OLE 藝術教育	「我的家在紫禁城」展覽	九月、十月
OLE 藝術教育	2010 年社區文化大使音樂劇總結演出	九月
OLE 藝術教育	防止店舖盜竊漫畫標貼創作比賽	十月
OLE 藝術教育	「和諧家庭齊建立」利是封設計比賽	十月
OLE 藝術教育	「電影與生活：從<<不知者>>說起」電影講座	十一月
OLE 藝術教育	「鮮浪潮 2010」得獎作品選輯 1、2	十一月
OLE 藝術教育	「智慧的長河 - 電子動態版清明上河圖」展覽	十一月
OLE 藝術教育	音樂劇欣賞：吉屋出租	十一月
OLE 藝術教育	印象台灣香港風采明信片設計比賽	十一月
OLE 藝術教育	正向心理四格漫畫設計比賽	十一月
OLE 藝術教育	觸感·舞動—羅浮宮雕塑教育展	一月
OLE 藝術教育	我承諾有品四格漫畫創作比賽	一月
OLE 藝術教育	南聯教育基金第五屆品德教育漫畫創作比賽	一月
OLE 藝術教育	<美猴王>音樂劇欣賞	一月
OLE 藝術教育	和諧校園四格漫畫比賽	三月
OLE 藝術教育	「彼思動畫 25 年」展覽	三月至五月
OLE 藝術教育	兒童「權利與責任」四格漫畫創作比賽	五月
英文學會	Scrabble Competition	十一至十二月
英文學會	English Day	十二月、五月
英文學會	STEP - Primary English Speaking Fair 2011	一月至二月
英文學會	Living with Lady Macbeth	二月
英文學會	The Hong Kong Schools English Writing Contest 2011	二月
英文學會	Persuasive English: Debating Training Workshop for Senior Students	三月
英文學會	English Survivor Competition	四月
英文學會	Speak Out - Act Up	五月
中文學會	全港中文硬筆書法比賽	十一月
中文學會	「學苑盃」全港中學生<真情>作文大賽	十一月
中文學會	「末代高考生出路之我見」徵文比賽	十一月
中文學會	校本主題徵文比賽	十二月
中文學會	全港原子筆中文書法比賽	一月
中文學會	全港青年學藝比賽—中國古典詩詞朗誦比賽	二月
中文學會	第二十六屆中學生閱讀報告比賽暨全球華人中學生閱讀報告比賽	三月
中文學會	第八屆粵語正音大賽	三月
中文學會	思覺健康—積極人生短文創作比賽	四月
中文學會	全港毛筆書法比賽	五月
數學學會	數學溫習班	十月至六月
數學學會	趣味數學	十一月至五月
數學學會	中一級數學比賽—動魄驚心算大賽	一月
數學學會	中二級數學比賽—十字相乘估估吓	一月
數學學會	數獨工作坊	四月
數學學會	班際數獨比賽	四月、七月
數學學會	中一二級班際數學遊戲	七月
歷史學會	科舉考核	十一月至二月
經濟學會	JA 學生營商體驗計畫	九月至五月
經濟學會	JA 個人理財工作坊	四月
歷史學會、中史科	中史科中四五級問答比賽	三月
歷史學會、中史科	中史科中三級問答比賽	五月
科學學會	紙飛機打吡大賽	十一月
科學學會	葉脈書籤製作班	十一月
科學學會	Chemical Magic	一月
科學學會	參觀濕地公園	二月
科學學會	潛望鏡工作坊	四月
科學學會	雙蛋撞地球	五月
電腦學會	微型電腦裝嵌工作坊	十月
電腦學會	CityU - CS Robocode Contest 2010	十月至十一月
電腦學會	網絡線製作及無線網絡設定工作坊	十一月
電腦學會	班際中文輸入法比賽	三月
電腦學會	火柴人動畫工作坊	四月
電腦學會	班際及個人火柴人動畫設計比賽	四月
商科學會	會計研習班	十月至三月
商科學會	中七高考會計學原理模擬考試及應試講座	三月

美術學會	2010 年度書法比賽	八月
美術學會	「藝展杯」東莞市首屆少兒書畫大賽	八月
美術學會	第四屆全港學界書畫大賽	八月
美術學會	青年藝術節 2010	八月
美術學會	「Say Cheers」口腔健康標語海報創作及設計比賽	十月
美術學會	印章雕刻	十一月
美術學會	<基本法>頒布 20 周年校際 Tee 恤設計比賽	十一月
美術學會	小豆丁	十二月
美術學會	2011 妙法盃健康人生繪畫比賽	一月
美術學會	高中書法比賽	一月
美術學會	馬賽克相架	二月
美術學會	月曆製作	二月
美術學會	鞋袋製作	三月
美術學會	木偶製作班	五月
美術學會	沙漏製作	五月
美術學會	紙扇製作	五月
美術學會	第三屆二岸四地中國青少年兒童書畫大賽	五月
美術學會	圓玄盃<道德經>書法比賽	五月
美術學會	「賀校慶、慶回歸」全港學界書法比賽	五月
美術學會	第三屆「友生昌盃」全港青少年書畫大賽	五月
音樂學會	2010 香港青年音樂匯演	十二月
辯論學會	元朗屯門區中學辯論比賽 2010	九月
辯論學會	屯門區校際辯論比賽	十二月
公民教育組	改革開放三十年展板	九月至十月
公民教育組	佛山新會當代建設面面觀	十月
公民教育組	國民教育領袖培訓課程	十月
公民教育組	清華大學國情教育團 2010	十月
公民教育組	東華三院高中學生 - 亞運體驗之旅	十一月
公民教育組	班際清潔比賽	十一月
公民教育組	「認識祖國，認識香港」問答比賽 2010	十一月
公民教育組	名言做語	十二月至今
公民教育組	薪火相傳「領會之旅交流團 - 深圳、廣州成就之旅」	一月
公民教育組	禮堂集會講座 - 幽默創意思考法	二月
公民教育組	待人有禮好少年	二月
公民教育組	創意教育與「西九」計畫	二月
公民教育組	南京大學 - 2011 香港學生國情研修班	四月
公民教育組	長三角文化產業交流團	四月
公民教育組	四川成都 - 文化傳承與地區重建之旅	四月
公民教育組	時事擂台比賽	四月至五月
公民教育組	2010-2011 年度有機大使培訓計畫	六月
公民教育組	東華三院中學聯校武漢廣州學習團	六月至七月
公民教育組	有機低碳生活講座	七月
公民教育組	參觀升旗儀式	七月
公民教育組	參觀堆填區	七月
公民教育組	愛我中華兩岸四地青年大匯聚火車團 - 武漢、內蒙古之旅	七月
公民教育組	龍匯台灣	七月至八月
公民教育組及學生會	貧富宴活動	二月
升學就業輔導組	生涯規劃日營	八月
升學就業輔導組	中文大學東華三院社區書院講座	九月
升學就業輔導組	理工大學課程介紹講座	十月
升學就業輔導組	參觀「青年就業起點」	十一月
升學就業輔導組	中東書院課程介紹講座	十一月
升學就業輔導組	義務工作講座	十二月
升學就業輔導組	生涯規劃工作坊	十二月
升學就業輔導組	畢業生分享	二月
升學就業輔導組	中三選科講座	四月
升學就業輔導組	參觀沙田凱悅酒店	六月
升學就業輔導組	升學講座	六月
升學就業輔導組	參觀嶺南大學	六月
升學就業輔導組	義工服務：表演及遊戲	六月
升學就業輔導組	大學聯招講座	七月
社區關係組	中學生活體驗日	十二月
社區關係組	今日公益明日領袖計畫之東華三院四校聯校河源油溪中學服務	十二月

社區關係組	廈門土樓文化考察團	七月
社區關係組	四川生命教育之旅	七月
訓導組	見真我講座	十月
訓導組	<辛>棋設計比賽	三月
輔導組	常識學科問答比賽	十月
輔導組	中一成長計畫	一月至五月
輔導組	網上侵權講座	六月
輔導組	明愛輔導活動	七月
輔導組	SEN 領袖訓練營	七月
資訊科技組	屯門區持續普及藝術計畫 - 中學多媒體藝術訓練	十二月至七月
課外活動組	中一生活重塑訓練課程	八月
課外活動組	學生會選舉	九月
課外活動組	班會選舉	九月
課外活動組	社選舉	十月
課外活動組	班際壁報板設計	十一月
課外活動組	社際自由講	十二月
課外活動組	旅行日	十二月
課外活動組	社際創意啦啦隊比賽	一月至二月
課外活動組	捐血日	二月
課外活動組	學生才藝表演	七月
課外活動組	社際歌唱比賽	七月
課外活動組	廣州黃埔青少年軍校	八月
課外活動組及制服團隊	制服團隊遠足	十二月
課外活動組及制服團隊	制服團隊露營	三月
課外活動組及排球組	社際排球比賽	十二月
課外活動組及學生會	畢業班感謝日	十二月
課外活動組及學生會	聖誕聯歡	十二月
學生事務委員會	中四、中六領袖訓練課程	八月
學生事務委員會	東華三院售旗日	五月
學生會	乒乓球比賽	七月
學業組	中一級班際勉學欄設計比賽	九月及一月
學業組	中一至中三級學科常識問答比賽	十月
中樂團	午間音樂會	三月及五月
中樂團	中樂團「才藝表演傳關愛」	五月
外展學會	班際射箭挑戰賽	七月
外展學會	攀石比賽	七月
外展學會	港青青少年運動攀登比賽 2011	七月
外語學會	日文班 (基礎班及中級班)	全年
外語學會	韓文中級班	全年
體育學會	班際長跑比賽	十二月
體育學會	班際手球比賽	七月
體育學會	班際閃避球比賽	七月
體育學會	班際陸上划艇接力賽	七月
體育學會	班際三人籃球賽	七月
體育學會	班際攬球賽	七月
田徑組	2010 年度特步香港青少年分齡田徑賽 (賽事三)	十月、十一月、一月
田徑組	屯門區校際田徑錦標賽	十二月
長跑隊	屯門區校際越野比賽	十一月
田徑組、長跑組	屯門區分齡田徑比賽 2010	十月
田徑組及長跑組	第九屆公民全港青少年田徑錦標賽 2011	四月
手球組	屯門區校際手球比賽	十月至四月
乒乓球組	校際乒乓球錦標賽	二月
乒乓球組	恆生全港學界乒乓球賽	四月至五月
社會服務團	義工訓練坊	九月
社會服務團	賣旗：防止虐待兒童會	十月
社會服務團	自然融樂義工服務	十一月
社會服務團	翱翔融樂心義工活動	十一月
社會服務團	文化融樂之漫遊古蹟徑	十二月
社會服務團	靈愛中心售旗日	十二月
社會服務團	智障人仕同樂日	一月
社會服務團	循道衛理售旗日	二月
社會服務團	聖基道全港售旗日	三月
社會服務團	「融樂同心」共融天地計畫	三月

社會服務團	社會服務團義工服務	三月
社會服務團	CFSC 430 售旗日	四月
社會服務團	元朗大會堂社會服務售旗日	四月
社會服務團	探訪東華三院戴東培長者日間護理中心	五月
青年發展學會	聯合國兒童基金會青年使者計畫 2011	十月
青年發展學會	AYP 銀章級野外鍛鍊課程	十月
青年發展學會	「夢想啟航 - 青年交流大使訓練計畫」	十一月
青年發展學會	節能敬老在屯門計畫	十一月至八月
青年發展學會	夢想啟航行動	一月至七月
青年發展學會	2011 奧比斯利是獎券義賣	二月
青年發展學會	港鐵「"Train"出光輝每一程」訓練計畫	二月至八月
青年發展學會	奧比斯視障體驗週籌款活動	四月
青年發展學會	香港青年大使計畫	六月
流行樂隊	聖誕感恩音樂會	十二月
流行樂隊	復活節詩歌分享會	四月
流行樂隊	結他初班	四月至七月
流行樂隊	流行樂隊練習	全年
聖約翰救傷隊	聖約翰救傷隊隊際比賽	九月
海事青年團	海事青年團海事技能實務訓練	八月
童軍	參觀國泰城	四月
童軍	童軍試後體驗營	七月
跆拳道學會	學界跆拳道比賽 2011	一月
跆拳道學會	第十二屆聯校跆拳道錦標賽	四月
舞蹈學會	第四十七屆學校舞蹈節	二月
舞蹈學會	第二十五屆屯門區舞蹈比賽	二月
舞蹈學會	全港青年舞蹈比賽	四月
舞蹈學會	全港公開舞蹈比賽	五月
戲劇學會	校際戲劇節 2010/11	三月
戲劇學會	第七屆我們的戲劇時代比賽	五月
攝影學會	攝影實習班(一至五)	九月至三月
攝影學會	妙法寺公開攝影比賽	十月
攝影學會	第三十一屆全港學生公開攝影比賽	二月
攝影學會	二零一一年香港花卉展覽春花妙韻攝影比賽	三月
攝影學會	「捕捉永恆」攝影比賽暨展覽	五月
棋藝學會	班際「大富翁」比賽	四月至五月
棋藝學會	班際 UNO 比賽	七月
棋藝學會	班際 UNO 比賽	七月
箭藝組	羅桂祥盃 2011 - 中學射箭邀請賽	四月
箭藝組	2010-2011 新界地域中學校際射箭比賽	五月

課外活動獎項2010-2011

類別	比賽／組織名稱	獎項詳情
朗誦	第六十二屆香港學校朗誦節 ——中文朗誦 (粵語)	個人: 冠軍 3B 霍亮 5B 蔡雪姚、 5B 衛樂兒 亞軍 5B 吳悅怡 季軍 2B 何禮彤、 3E 戴韻修、 5B 李敏、 5B 柯佩珊、 5B 江皓文 優良獎狀 22 名 良好獎狀 8 名 團體: 優良獎狀 1 名
	第六十二屆香港學校朗誦節 ——英詩朗誦	個人: 冠軍 5B 顧活恩、 5B 吳悅怡 亞軍 2D 謝國皓、 4E 陳彥霖、 6A 李文雅 季軍 1C 伍穎琳、 2C 彭煒皓、 2E 張志蜚、 3E 戴韻修、 5A 龔彥希、 5A 潘俊傑 優良獎狀 51 名 良好獎狀 4 名 團體: 中二級英詩集誦 亞軍 2A、2B 中五級英詩集誦 季軍 5A、5B
音樂	香港青少年音樂匯演 ——中樂團比賽 第六十三屆香港學校音樂節	團體: 銅獎 個人: 亞軍 5E 黃俊穎 季軍 2C 李鈺倫 4D 梁浩琪 優良獎狀 20 名 良好獎狀 9 名

類別	比賽／組織名稱	獎項詳情
舞蹈	第四十七屆香港學校舞蹈節 ——中國舞	團體: 優等獎
	第二十五屆屯門區舞蹈比賽 ——東方舞公開賽	團體: 金獎
	第三十九屆全港公開舞蹈比賽 ——中國舞公開組	團體: 金獎
戲劇	香港學校戲劇節 2010/2011	個人: 傑出男演員獎 3A 馮尚禮
體育	二零一一年度特步香港青少年分齡田徑賽 (賽事一、二、三)	個人: 金銀牌 6 面 銀牌 10 面 銅牌 4 面
	第九屆公民全港青少年田徑錦標賽	個人: 金牌 1 面 銀牌 2 面 銅牌 3 面

	第十一屆聯校跆拳道錦標賽	個 冠軍 1 面
		人: 亞軍 4 面
		季軍 3 面
		團體: 季軍(男子)
	東華三院中學聯校運動會 2010/2011	個 金牌 8 面
		人: 銀牌 11 面
		銅牌 7 面
		團體: 亞軍 (男乙)
	校際田徑錦標賽(屯門區)	個 金牌 11 面
		銀牌 6 面
		銅牌 8 面
		團體: 亞軍 (男乙)
		季軍 (男甲、男丙)
	校際手球錦標賽(屯門區)	團體: 冠軍 (女乙)
		季軍 (男丙)
	校際籃球錦標賽(屯門區)	團體: 季軍 (男丙)

類別	比賽／組織名稱	獎項詳情
體育	屯門區校際越野錦標賽	個人: 冠軍 1 面
		亞軍 1 面
		團體: 季軍 (男甲、女甲)
	屯門區校際乒乓球錦標賽	團體: 亞軍 (男甲)
	香港學界體育聯會——屯門區中學分會	個人: 學界埠際田徑錦標賽香港區代表-6B 周梓聰
	屈臣氏香港學生運動員獎	個人: 香港學生運動員獎
	香港管理專業協會羅桂祥中學第三屆中學射箭邀請賽	團體 季軍(女乙、男丙)
	青苗文武全才獎學金	個人: 2B 鄧慧玉
學術	「末代高考生出路之我見」	個人: 冠軍 6A 黃嘉敏
	思覺健康——積極人生短文創作比賽	個人: 冠軍 5A 李麗華
	全港中小學普通話演講比賽	團體: 最傑出參與學校
		個人: 優異星獎 4A 王翠芬
	仁愛堂校際辯論比賽(屯門區)	團體: 季軍
	「讓喜閱飛閱讀周」中小學中文閱書報告比賽	個人: 冠軍 2D 林諾瑤

類別	比賽／組織名稱	獎項詳情
	Clipit Competition 2011 organised by Net Section, CDI, Education Bureau, HK SAR	團體：英語科學短片高級組冠軍 5A 李家穎 5A 楊柏標 5B 何鎮邦
		英語科學短片高級組亞軍 5B 陳善婷 5B 蔡雪姚 5B 洪文雯 5B 黎兆亨
	Speak Out-Act Up Competition (English Improvised Drama Competition) organised by Education Bureau, HK SAR	團體：冠軍 5A 潘俊傑、何文滔 5C 劉曉彤 4A 陳舒婷、香靜瑤 2E 張志蜚
	Joint British Council/ SCOLAR English “Stories Alive” Story-writing Competition for Junior Secondary Students	個人：冠軍 1A 周洛言
藝術	印象台灣香港風采明信片設計比賽 (公開組)	個人：冠軍：5D 梁嘉弘
	青年藝術節 2010 書法比賽 (中學初級組)	個人：冠軍：4B 簡嘉泓
	第四屆全港學界書畫大賽中國書法 (中學組冠軍)	個人：冠軍：4B 簡嘉泓
	「藝展杯」東莞市首屆少兒書畫大賽 (香港區)	個人：金獎：4A 劉懿婷 銀獎：4A 卜亦環
	「不睹小福」吉祥物設計比賽 (中學組)	團體：冠軍及最具創意獎

學業成績獎

中一級

- 1A 陳子晴 (全級第一名 科學第一名 科技與生活第二名
英文第三名)
- 1A 周詠思 (全級第二名 視覺藝術、設計與科技第一名
科技與生活第二名 中文第三名)
- 1B 梁東倫 (全級第三名 中文、普通話第一名
數學第三名)
- 1E 周振耀 (地理第一名 世史、中史第二名
科學第三名)
- 1A 楊紫雪 (中史第一名 科技與生活、電腦第二名)
- 1A 周洛言 (英文第一名 科技與生活第二名
音樂第三名)
- 1B 劉卓文 (數學第一名)
- 1E 梁宇君 (世史第一名)
- 1B 蕭煒麟 (電腦第一名)
- 1D 張晉杰 (體育第一名)
- 1C 陳淑君 (科技與生活第一名)
- 1B 葉芷晴 (音樂第一名)
- 1B 譚詠欣 (通識教育第一名)
- 1A 陳諺婷 (中史、科技與生活第二名)
- 1C 曾穎欣 (地理、視覺藝術第二名)
- 1B 王嘉怡 (普通話第二名 通識教育第三名)
- 1A 李凱盈 (英文第二名)
- 1C 王文寶 (中文第二名)
- 1D 張芷君 (普通話第二名)
- 1E 鄒悅 (普通話第二名)
- 1B 吳君洛 (數學第二名)
- 1A 殷嘉淇 (世史第二名)
- 1B 梁訇杲 (地理第二名)
- 1D 曾芷菽 (地理第二名)
- 1B 黎正軒 (科學第二名)
- 1C 王穎康 (體育第二名)
- 1C 顧活情 (視覺藝術第二名)
- 1E 黃靖琳 (視覺藝術第二名)
- 1A 林芸蔚 (科技與生活第二名)
- 1B 梁可盈 (科技與生活第二名)
- 1A 麥芮熙 (設計與科技第二名)
- 1B 吳家雯 (設計與科技第二名)
- 1B 黃慧梅 (音樂第二名)
- 1B 呂冠樺 (通識教育第二名)
- 1A 林秀恩 (英文第三名)
- 1A 陳曉嵐 (電腦第三名)
- 1E 黃灝林 (體育第三名)

中二級

- 2A 麥裕熙 (全級第一名 數學、科學、地理第一名
中文、中史第二名)
- 2B 譚穎斐 (全級第二名 世史第一名 地理、通識教育、
視覺藝術、科技與生活第二名)
- 2B 鄭達浚 (全級第三名 世史、音樂第一名
數學第三名)
- 2A 陳憲璋 (中史、設計與科技第一名 科學第二名
地理、通識教育第三名)
- 2B 鄧慧玉 (普通話、設計與科技第一名)
- 2B 莊秀清 (視覺藝術、科技與生活第一名)
- 2B 周彥成 (中文第一名 視覺藝術第二名)
- 2D 何佳欣 (普通話第一名 電腦第二名)
- 2A 張詠甜 (英文第一名)
- 2E 陳鋸穎 (英文第一名)
- 2D 劉尚昇 (世史第一名)
- 2B 梁芷晴 (電腦第一名)
- 2E 陳家興 (體育第一名)
- 2A 何敏銳 (通識教育第一名)
- 2A 蘇倩瑩 (設計與科技第一名)
- 2B 何樂瑤 (專題研習第一名)
- 2B 吳倬欣 (音樂、專題研習第二名)
- 2A 何嘉慧 (專題研習第二名 中史第三名)
- 2C 張婉怡 (中文第二名)
- 2A 郭坤崙 (數學第二名)
- 2A 曾詠恩 (電腦第二名)
- 2A 黃宏俊 (體育第二名)
- 2B 周靖珊 (專題研習第二名)
- 2D 霍靜瑤 (英文第三名)
- 2B 余逸飛 (普通話第三名)
- 2A 梁凱然 (中史第三名)
- 2C 胡政旭 (科學第三名)
- 2E 楊智華 (體育第三名)
- 2B 盧綺穎 (科技與生活第三名)
- 2A 周綺雯 (音樂第三名)
- 2B 蔡穎瑜 (通識教育第三名)

中三級

- 3B 郭安琪 (全級第一名 生物、地理第一名
化學、世史、設計與科技第二名
英文、通識教育、中史第三名)
- 3A 莊燕翹 (全級第二名 通識教育第一名 英文第二名
中文第三名)
- 3B 周永健 (全級第三名 數學第一名
設計與科技第二名 物理第三名)
- 3B 蔡梓健 (中文、生物、中史第一名 數學第二名)
- 3A 陳莊瑋 (物理、化學第一名 世史第二名
地理第三名)
- 3A 蔡偉倫 (物理、生物第一名 化學第二名)
- 3A 鍾詠欣 (中文第一名 世史、地理第二名
數學第三名)
- 3A 鍾景智 (英文、科技與生活第一名 世史第二名)
- 3B 黃芷賢 (普通話、科技與生活第一名)
- 3A 陳俊光 (世史、科技與生活第一名)
- 3B 黃玉怡 (科技與生活第一名
通識教育、音樂第二名)
- 3A 曾建鴻 (設計與科技第一名 體育第三名)
- 3A 周佩珊 (音樂第一名 中文第三名)
- 3B 張欣慰 (中史第一名)
- 3B 朱倩儀 (電腦第一名)
- 3C 王詠彤 (電腦第一名)
- 3D 陳晴藍 (電腦第一名)
- 3D 李俊賢 (體育第一名)
- 3A 羅嘉文 (視覺藝術第一名)
- 3A 盧詠嫻 (科技與生活第一名)
- 3A 冼葆琦 (科技與生活第一名)
- 3A 李樂詩 (普通話第二名)
- 3A 利素婷 (普通話第二名)
- 3B 何秋怡 (普通話第二名)
- 3D 李文豪 (體育第二名)
- 3B 劉倚嫻 (視覺藝術第二名)
- 3E 陳穎琳 (視覺藝術第二名)
- 3B 林安安 (音樂第二名)
- 3A 鍾文傑 (地理第三名)
- 3B 鍾啟賢 (地理第三名)

中四級

- 4B 康旖玲 (全級第一名 企業、會計與財務概論、物理、
化學第一名)
- 4A 葉文誠 (全級第二名 中文、數學第一名
企業、會計與財務概論、數學延伸單元二第二名
物理第三名)
- 4A 陳舒婷 (全級第三名 世史第二名
化學、生物第三名)
- 4B 張曉青 (中史、世史、經濟第一名)
- 4A 陸俊華 (數學、數學延伸單元二第一名)
- 4A 鄧慧霖 (生物第一名 中文第二名)
- 4A 陳韻如 (英文第一名 企業、會計與財務概論第三名)
- 4A 香靜瑤 (地理第一名 經濟第三名)
- 4E 尤家賢 (組合科學第一名)
- 4E 陳彥霖 (資訊科技第一名)
- 4E 張敬鴻 (資訊科技第一名)
- 4C 周穎榆 (視覺藝術第一名)
- 4B 何佩穎 (通識教育第一名)
- 4B 阮樹瑞張 (英文、通識教育第二名)
- 4C 王浩煒 (物理、組合科學第二名)
- 4B 任芷君 (世史第二名 經濟第三名)
- 4B 周嘉偉 (經濟第二名 通識教育第三名)
- 4B 衛樂豐 (化學第二名 生物第三名)
- 4C 曾敬儀 (中文第二名)
- 4E 許宇君 (中史第二名)
- 4A 龍佩紜 (地理第二名)
- 4B 吳梓龍 (地理第二名)
- 4C 黃超成 (地理第二名)
- 4B 黃駿彥 (生物第二名)
- 4E 陳瑞雯 (視覺藝術第二名)
- 4A 楊慧敏 (數學、數學延伸單元二第三名)
- 4A 鄭家尉 (英文第三名)
- 4E 黎上壹 (中史第三名)
- 4A 吳倬延 (企業、會計與財務概論第三名)
- 4B 麥嘉林 (企業、會計與財務概論第三名)
- 4D 郭超傑 (組合科學第三名)
- 4E 陳穎琛 (資訊科技第三名)
- 4E 何浚軒 (資訊科技第三名)
- 4D 鍾佩璇 (視覺藝術第三名)

中五級

- 5B 吳賢熙 (全級第一名 數學、物理、化學、
數學延伸單元二第一名)
- 5B 田淑欣 (全級第二名 生物第一名)
- 5B 陳肇豐 (全級第三名)
-
- 5A 李麗華 (中文、中國文學第一名 通識教育、生物第二名)
- 5B 周偉健 (世史、數學延伸單元一第一名 地理、經濟第二名)
- 5B 阮穎德 (中史、企業、會計與財務概論第一名 中文第二名)
- 5D 何明皓 (中史、世史第一名)
- 5A 莫暢怡 (通識教育第一名
中文、企業、會計與財務概論、數學延伸單元一第二名)
- 5B 胡堂輝 (數學第一名 數學延伸單元二第二名
物理第三名)
- 5D 張婉芬 (科技與生活第一名 視覺藝術第三名)
- 5B 何鎮邦 (英文第一名)
- 5A 張嘉雯 (地理第一名)
- 5A 龔彥希 (經濟第一名)
- 5D 李浩銘 (組合科學第一名)
- 5E 程嘉俊 (資訊科技第一名)
- 5D 梁嘉弘 (視覺藝術第一名)
- 5B 洪文雯 (中國文學、生物第二名)
- 5B 麥家朗 (數學延伸單元二第二名 數學第三名)
- 5A 趙曉寧 (通識教育第二名 地理第三名)
- 5A 林詠雪 (英文第二名)
- 5A 劉芳鳴 (英文第二名)
- 5A 周佩文 (經濟第二名)
- 5A 李家穎 (化學第二名)
- 5B 李家偉 (化學第二名)
- 5A 任俊年 (物理第二名)
- 5D 游俊雄 (組合科學第二名)
- 5D 文樂軒 (資訊科技第二名)
- 5E 鄭詠賢 (視覺藝術第二名)
- 5C 劉翰言 (科技與生活第二名)
- 5A 潘俊傑 (企業、會計與財務概論、數學延伸單元一第三名)
- 5B 林彩欣 (中國文學第三名)
- 5A 陳寶豐 (數學第三名)
- 5A 鄭德成 (中史第三名)
- 5B 黎兆亨 (世史第三名)
- 5D 孔浩榮 (組合科學第三名)
- 5E 劉子鋒 (組合科學第三名)
- 5C 陳啟賢 (資訊科技第三名)
- 5C 葉家明 (資訊科技第三名)
- 5C 黃庭晞 (資訊科技第三名)
- 5C 楊敏玲 (科技與生活第三名)
- 5E 溫潔瑩 (科技與生活第三名)

中六級

- 6A 蘇燕君 (文科班全級第一名 世史、經濟第三名)
- 6A 黃嘉敏 (文科班全級第二名 中國文學第一名
中史第二名 中國語文及文化第三名)
- 6A 周沛明 (文科班全級第三名 經濟第二名
地理第三名)
- 6A 黃仲康 (世史、中史第一名)
- 6A 陳穎思 (中國語文及文化第一名
中國文學第二名)
- 6A 陳銘曦 (會計第一名 地理第二名)
- 6A 廖翠儀 (地理第一名)
- 6A 姚卓榮 (經濟第一名)
- 6A 鄭俊明 (會計第一名)
- 6A 葉美欣 (世史第二名 地理第三名)
- 6A 陳崇璋 (英文第二名)
- 6A 羅家維 (中史第二名)
- 6A 郭健俊 (英文第三名)
- 6A 莊嘉欣 (中國文學第三名)
- 6A 李文雅 (中國文學第三名)
- 6A 何永盛 (會計第三名)
-
- 6B 陳鈞灝 (理科班全級第一名 中國語文及文化、
物理、化學第一名 英文第三名)
- 6B 呂穎彤 (理科班全級第二名 英文、生物第一名
化學第二名)
- 6B 李浚傑 (理科班全級第三名 物理第二名
純數第三名)
- 6B 蘇志勤 (純數第一名)
- 6B 王盛豪 (生物第二名 化學第三名)
- 6B 潘政墾 (純數第二名)
- 6B 盧建衡 (物理第三名)
- 6B 黎君鉞 (生物第三名)

獎學金得獎生

二零一零至二零一一年度二十五周年紀念獎學金

1A 陳子晴	3A 莊燕翹	5B 吳賢熙
1A 周詠思	3B 郭安琪	5B 田淑欣
1B 梁東倫	3B 周永健	5B 陳肇豐
2A 麥裕熙	4B 康旖玲	6A 蘇燕君
2B 譚穎斐	4A 葉文誠	6B 陳鈞灝
2B 鄭達浚	4A 陳舒婷	

二零一零至二零一一 辛亥年總理獎學金

張遠玲、姚鳳儀、黃健陽
張靖楠、陳美儀、鄭醞淳

二零一零至二零一一

東華三院中五級成績優異生獎學金

6B 陳鈞灝 6B 呂穎彤

二零一零至二零一一 東華三院鄭植之獎學金 (進步獎)

2B 周彥成、3A 莊燕翹、4B 衛樂豐

二零一零至二零一一 東華三院傑出學生獎 優異獎 7B 麥俊熙

二零一零至二零一一 東華三院傑出學生 課外活動 7B 藍偉誠

二零一零至二零一一 東華三院傑出學生 服務 7A 吳嘉偉

二零一零至二零一一 辛亥傑出學生

初級組 4A 陳舒婷 高級組 7A 鄭詠豪

東華三院李兆忠紀念獎學金

張遠玲

東華三院謝婉雯醫生紀念獎學金

6A 郭健俊 7B 林芷慧

東華三院潘應詳獎學金

1A 陳曉嵐、1A 殷嘉淇、1C 周沅橋

二零一零至二零一一 尤德爵士紀念獎學金

5A 李家穎 7B 麥俊熙

其他獎項

屯門區卓越學生獎

3A 莊燕翹、5A 李麗華、6A 陳銘曦

辛亥奮進獎勵計畫

金獎	1A	何咏欣	3A	莊燕翹	4D	鍾佩璇
	1A	郭苑喬	3A	陳俊光	4E	陳瑞雯
	1A	林秀恩	3A	朱軒緯	4E	尤家賢
	1A	馬巧言	3A	鍾景智	5A	張嘉雯
	1A	田倩而	3B	何洛君	5A	李麗華
	1A	葉淑玲	3B	郭安琪	5A	莫暢怡
	1B	譚詠欣	3B	黃芷賢	5A	李家穎
	1B	王嘉怡	3B	林冠璋	5B	陳善婷
	1C	曾穎欣	3E	譚緯盈	5B	田淑欣
	1E	周振耀	4A	陳舒婷	5B	陳肇豐
	2A	周綺雯	4A	陳韻如	5B	吳賢熙
	2A	何嘉慧	4A	香靜瑤	5C	黃卓妮
	2A	陳憲璋	4A	卜亦環	5C	張家銘
	2A	何敏銳	4A	鄧慧霖	5D	丘張媛
	2A	麥裕熙	4A	王翠芬	5D	劉楚媛
	2B	洪思盈	4A	吳倬延	5E	張沅晴
	2B	譚頴斐	4B	張曉青	5E	楊詠彤
	2B	鄭達浚	4B	康旖玲	5E	劉子鋒
	2C	尹婕琪	4B	阮樹瑞張		
	3A	蔡曉琳	4B	衛樂豐		

銀獎 148 人

銅獎 77 人

辛亥閱讀獎勵計畫 最高閱讀榮譽獎

1A 黃皓琳 (閱書 62 本)

金獎 2 人 銀獎 11 人 銅獎 17 人

中文廣泛閱讀計畫(閱讀優異獎)

中一級： 1B 陳詠詩 中四級： 4B 衛樂豐

中二級： 2B 譚穎斐 中五級： 5A 李麗華

中三級： 3B 郭安琪

英文廣泛閱讀計畫(最佳閱讀獎)

中一級： 1A 周洛言 中四級： 4A 陳舒婷

中二級： 2A 黃穎忻 中五級： 5B 何鎮邦

中三級： 3A 莊燕翹

視覺藝術科最佳表現獎

5D 梁嘉弘

設計與科技科最佳表現獎

3A 曾建鴻

科技與生活科最佳表現獎

3A 陳俊光

最佳男運動員 最佳女運動員

6B 周梓聰

6A 莊嘉欣

體適能獎勵計畫

金章：2B 余逸飛、2C 馮遠鵬、3A 張行禧、3C 陳善皆、

3D 李文豪、3D 李俊賢、4C 馮健樂、4D 林育麟、
4D 廖駿霆、4E 尤家賢、6A 莊嘉欣、6B 李家豪

銀章：16 人

銅章：49 人

操行優異獎

1B 黃慧梅	4A 陳舒婷
1D 曾芷菽	4A 黃穎嫻
1B 譚詠欣	4A 吳偉延
2D 林諾瑤	5A 任俊年
2A 周綺雯	5A 李家穎
2A 梁卓縈	5A 龔彥希
3A 莊燕翹	6A 郭健俊
3A 陳俊光	6B 呂穎彤
3A 蔡曉琳	

課外活動服務獎

4A 龍佩紜	5A 李麗華
4A 卜亦環	5B 洪文雯
4B 梁芷軒	6A 莊嘉欣
4C 馮健樂	6A 郭健俊
5A 林詠雪	6B 陳定恩

「中一成長計畫」

嘉許証書

學生組：(18名)

1A 郭苑喬	1C 馬峙焯	1D 陳慧琪	1D 溫穎儀
1A 劉晉傑	1C 譚鈞淳	1D 鄭嘉慧	1D 陳智樂
1A 梁賀斐	1C 黃希樂	1D 張諾琳	1D 何志培
1B 麥詠嵐	1C 周國威	1D 吳雯菁	
1B 駱俊麒	1C 廖立誠	1D 曾子恩	

家長組：(8名)

黃潤容	簡嘉寶	黃美鳳	麥秀英
張麗嬋	曾錦瑞	吳淑賢	吳轉娣

「中一成長計畫」輔導領袖生優異服務獎

4A 文明怡、4B 黃綽瑤、4C 張麗萍
5A 林詠雪、5A 莫暢怡、5B 李敏、5B 柯沛珊

「中一成長計畫」逆境自強獎

1D 張諾琳

「中一成長計畫」積極投入獎

1D 鄭嘉慧

「中一成長計畫」親善大使獎

1D 陳慧琪

萃薈園地

廿四味說

中三乙 羅卓斯

在現今社會中，大多數人愛喝時尚飲料如：汽水，亦有人愛喝奶類飲品。然而，甚少人愛喝傳統涼茶——廿四味。

人們多認為廿四味十分難喝，因為它混合了十多至二十七種藥材組成，令味道苦澀中帶點微甘，令人難以接受。

可是，廿四味的功效卻數之不盡。廿四味中每種材料都擁有不同功用，如：蒲公英能清熱解毒、蘆根則能作治咳嗽嘔吐等之用。試問還有哪幾種飲料具有如此多的功效？我想已寥寥可數。

相反，汽水如可樂是普羅大眾皆愛喝的飲料。它的外表跟廿四味十分相似，兩者皆是黑色。而可樂是甜甜冰涼的，人們多以它來消暑解渴，裏面的咖啡因亦有提神作用。雖然如此，但可樂的壞處卻比好處多，如酸會導致蛀牙、甜會造成肥胖、咖啡因會讓人上癮，副作用甚多。相比廿四味的功效，可樂對身體幾乎沒有甚麼好處。

廿四味對我而言並不太難接受，我亦蠻愛喝的。自小以來，母親總愛在一個星期裏煎煮一次涼茶，所以那些苦澀味我已習慣了。長大後，母親開始給我喝廿四味。起初，我有點兒討厭廿四味，因為它是黑黝黝的，而且味道很苦。可是，這是母親親手煎熬，裏面蘊藏了母愛，才使我把它快快喝下去。

廿四味雖然不是我獨愛的飲料，但母親經常說苦口良藥。雖然有時候有點逆耳，但這些忠言都是為我們着想的。可樂的味道佳，卻帶來無比的壞處，廿四味的外表及味道雖不及可樂，但功用卻十分大。由此可見，我們不應以貌取人。最後，人生路上會遇到種種困難和障礙，我們必須從苦中捱過，就似喝廿四味的苦去甘來。總括而言，我們不能忽視廿四味。

綠茶說

中三乙 霍亮

在眾多飲品中，我特別偏愛綠茶，箇中原因也許有一部分是因為我爸酷愛綠茶，在他的薰陶下，我也喜歡喝綠茶。我喜歡它「苦盡甘來」的特性。

綠茶的氣味清淡，茶色淺綠，帶有一點黯然的色彩，像是未經打磨的綠寶石，又像是陰沈沈的海水。綠茶的外表已經是不太討好的，味道更是令人不敢接近。綠茶味道的確是苦澀，我還記得我第一次喝綠茶的時候，一進口，一股濃烈的草菁夾雜着苦澀味蜂擁而至，迫得人反胃，後來我才知道綠茶是不能急喝的。

即使如此，綠茶所擁有，獨特的「回甘」味道卻令不少人成為它的俘虜。當口中那噁心的草菁味開始慢慢退卻，而甘甜的味道漸漸從喉嚨釋出，並慢慢地擴散到整個口腔時，這才是享受綠茶的最佳時機。

綠茶的性格是固執的，它不會改變自己的苦澀，但正因如此，它的甘香才來得寶貴。綠茶不像花茶般有着美麗的外表，沒有可樂的流行時尚，更沒有果汁的香甜可口，注定綠茶得不到很多人的喜歡。可是，綠茶都不在意這些東西，它的外表就是醜陋，味道就是苦澀，要把它甘甜留

到最後，作為勇於嘗試它，歷盡它所有苦澀的人的回報，任何人不能妄想跳過它的苦澀而直嚐甘甜。

記起老爸常說的話：「要成功，重點在於嘗試。不要害怕失敗和別人的嘲笑，要知道成功只是一個終點，在通往它的道路上難免會有困難和阻滯，只有跨越它們，才有可能嚐到成功的甜美果子。」

泡上一壺綠茶，慢慢地呷一口，再想老爸的說話：「只要願意『嘗』，在經歷所有艱辛後，總會有甘甜的回報。」其實，成功之道亦只不過是一壺綠茶而已。

我的緊張時刻——期終考試

中三丙 余穎琳

臨近考試，學校的氣氛慢慢變得緊張。每一位同學都開始著手準備自己這一學年最後的，亦是最重要的考試。每逢小息和放學，同學都手拿著書本，以便把握時間溫習。而我則在家溫習至通宵達旦，這樣做只是祈望獲取佳績。

考試當天，看見身邊每個同學都好像胸有成竹似的，不免為自己擔心起來。上到課室，老師便派發試卷。當老師一說開始，同學就迫不及待打開試卷。我也不敢怠慢，立刻目不轉睛地閱讀試題。課室裡一片寂靜，靜得連嚥口水的聲音也能聽見。我抬頭看著同學，他們全部專心注視著試卷，自信地寫著答案。再看看我身旁的同學，他眉頭緊鎖，好像遇到困難解不開，十分苦惱。我開始重新專注在考試卷上，繼續答題。

考試時間即將結束，但我還有一大頁的試題未完成，於是寫字的速度愈來愈快，奮筆疾書，手心冒汗。我不時抬起頭望望時鐘，希望能爭分奪秒作答。幸好，到最後一刻終能完成試卷，整個人在瞬間鬆了一口氣。

經過了幾天的考試後，接着便到學生們最期待的時間——派發試卷。我雙手接過試卷，緩慢地打開它。呼！成績僅僅合格，真是幸運。雖然這次成績未如我所想，但相信下年度我能夠做得比現在好。

貪

中六乙 陳鈞灝

人「貪」的本性自古已有，從古到今喜歡「貪」的人俯拾皆是，由古時的大貪官，到現代的商賈，似乎每一個人都有其「貪」的原因。「貪」即是將原本就已經不屬於自己的東西據為己有。既然本來不是自己的東西又為何硬是要貪呢？難道他們未聽過「不義之財不可貪」這句說話嗎？

在一則港聞中，一個村長為了一百五十萬的酬金而去幫一名荷蘭的朋友貯藏着含有毒品的磚頭，他用了村屋的天台來放置那些市價可達三億元的毒磚。他的貪念已經完全蓋過他的理智，他從頭到尾都沒有想過假若這此毒品全部都流入了市面，這會造成多大的災難。吸食毒品的風氣在香港已經十分普遍，他不但沒有考慮過這些毒品如果流入了香港的市場將會荼毒更多的人，而且在金錢的誘惑之下，他將人性醜惡的一面完全地表露了出來。

他甚至被這些豐厚的利潤沖昏了頭腦，他彷彿忘記了自己的肩上還承擔着一個家庭，他忘了自己還有年老的父母要照顧，忘了有子孫在存在，也忘了為人處世不可貪婪的大原則。

其實「貪」亦可以分為兩種，一種是因為有其他事情急需要用到那一樣東西所以人會起了貪念；另一種是因為那類人嫌自己所擁有的不夠多，他們不斷找身邊的人比較，當他們發現別人擁有的比自己多，他們的貪念就會由此萌生。

我認為第一種的「貪」是可以理解的，假如有一位親人患了急病需要開刀做手術，但原來你根本沒有足夠的金錢來支付昂貴的手術費用，你既不能向銀行借錢，也不能向高利貸借錢。在一次偶然的機會下，一個鑽石展覽中有一顆很名貴的鑽石，你只要偷了那顆鑽石去賣就可以支付那筆手術費用。假如一個人是為了這件事而起貪念的話，儘管這件事是錯的，我認為這種「貪」是可以理解的。

第二種的「貪」我則認為是無可理喻的。一個已經擁有得很多的人仍然覺得自己所有的不夠多，這種人我們姑且稱你們做貪得無厭的人。他們由始至終都沒有發現其實他們自己所擁有的比起不少人的還要多出不知多少倍，但就是因為有了虛榮心，他們認為一旦自己所有的比別人少，他們就應該去貪。他們有些甚至覺得這是再自然不過的事，不夠就應該去貪，他們以「人不為己」天誅地滅作為座右銘。

我們必須要知道每「貪」一次，我們就要承受一次「貪」的後果。就以新聞中的村長為例，他在二十多年內都不能再跟家人相聚，甚至在他父母逝世當日他也不能見父母的最後一面。既然要冒上不能與家人相聚這麼大的風險，人還是安份守己不去貪好。

要杜絕貪念可能嗎？可能。「貪」說穿了就是因為有了比較，人不應該凡事都去找人比較，這些比較除了數字上的差異外就已經沒有其他任何意義，那麼為何要比較呢？假如人能減少比較，也許世界上便會沒有人再貪了。

所謂「貪字得個貧」，不論是貪得多或是貪得少，最後都必須要承受「貪」的後果。如果不想失去任何東西，人就應該要腳踏實地，不要有非分之想。

永遠不再穿的衣服

中七甲 胡加美

「嘩！哥，這是你的衣服嗎？」，妹妹不知從哪裡抱着一個一尺半乘一尺的大盒子，到我的房間來。盒子一揭開，我說：「是的，是我的。」妹妹流出一個難以置信的眼神望著我，「這是我當啦啦隊隊長時的衣服。」大概我平時在家有點寡言和古肅，妹妹訝異得幾乎合不攞咀了。

的確，單從款式來說，對作風低調的我來說已經太耀眼了。我整個衣櫃就是黑、白、灰三色，絕無例外。可是這套衣服，卻是一件橙色黃色間條的連帽衣服，再加上一條同樣黃澄澄的闊身運動長褲，真的難以想像我曾經穿過這樣誇張的衣服。要是逼我穿起這衣服上街，我一定生不如死，我拿起它對著鏡子比比，笑一笑，又放下，這套衣服我大概不會再穿上了。

對一般男生來說，當上啦啦隊隊長，並不是一件光榮的事。我們總覺得女生穿上啦啦隊裙，輕舞飛揚，才配得上美好的想像。而作為一個男生加入啦啦隊，也被認為是別有用心的。中六時當社長，陸運會有啦啦隊表演比賽，我社欠了一個啦啦隊隊長，於是我義不容辭肩負這責任。那時許多同學拿我開玩笑，說我藉機認識學妹。惟有這一套鮮黃色的服裝，瞭解我，明白我的苦心，更陪我經歷整個由練習直到表演的時間。

為了令表演訓練更有氣氛，我們往往穿著制服練習。幾個小時的練習下來，衣服往往都被汗水弄得濕透。作為隊長，往往要肩負一些較高難度的動作，我的音樂感又強差人意，我必須付出透人雙倍的努力。是它陪我在常規練習後加倍的練習，是它陪我翻來滾去，骯髒不堪也在所不計，忍受一個男生的汗味，一定極不好受。有時練習緊密，兩日沒洗，衣服都發出刺鼻的臭味，才趕緊用水沖一沖。

在表演前一晚，我又獨自在公園練習起來，直到完美無瑕，我坐在滑梯上，想到明天就是表演了，心裡既快樂又黯然。

最後表演我們還是輸了。當司儀宣佈我們是亞軍的時候，有同學嘩的一聲哭了出來，有同學低聲的發出不甘的咒罵，所有人都不禁流露出失望的眼神，我也忍不住緊緊的握起拳頭，眼旁的肌肉也繃緊起來。作為隊長，縱使我有千萬個傷心，我也要振奮士氣，至少要一起到頒獎台微笑地接過獎項。

我和其他隊員互相擁抱，眼淚不其然滴在對方的衣服上，於是我的衣服接過隊員們的淚水、汗水、努力、團結和不甘。那一刻，我真的覺得冠軍與否已不重要，因為我得到了比獎項更重要的東西。

這是這套鮮黃色的衣服所留給我的回憶。而這些回憶成就了今天的我，帶給我繼續面對難關的勇氣。我拿起衣服時嗅嗅，當然沒有任何氣味，但那些淚水、汗水黏在衣服上的觸感好像還確確實實。

我輕輕微笑，把它放回盒子，再放入床底。我大概不會再穿上這套如蕉一樣的衣服，但我為

穿過這套衣服感到光榮，驕傲。

春寒料峭

中七甲 黎靜珊

這個春天，有點冷。

站在小艇的船頭上，刺臉的海風迎面而來。風吹得我有點迷失。又可能是海太大了，覺得渺少的我敵不過自然的浩瀚偉大。

我帶着母親乘着艇到公海去。

母親的童年在鄉間渡過，啦戈大自然特別有感情。我年幼的時候，她拖着我的小手，沿着寬闊的馬路一直向前走。沿路兩旁長滿了各種作物，有稻米、有玉蜀黍、有西紅柿，威武如士兵排滿了一畝畝廣闊的農田。母親帶我走到玉蜀黍田中，信手拔出一根，叫我嚐嚐。

「老師說食物要煮熟才可食用的。」我說。

「鄉下的菜不下農藥！這些可以直接食用，回到香港就不可以這樣吃了！你嚐嚐吧！」

那根玉蜀黍的確非常清甜。其實回到香港的家之後，我偷偷地吃未煮的玉蜀黍，味道確有不同。幸好當時沒有拉肚子。

母親很喜歡山山水水，所以經常帶我郊遊。她並不熟悉香港的路，故此郊遊地點只限於我學校旅遊的地點。小學只到過大棠郊野公園及城門水塘，於是此兩地成為年月必到之地。

升中以後，我開始追求獨立自主。與我結伴同遊的，不再是母親，而是三五成群的中學同學。所到之地，也不再局限於大棠郊野公園和城門水塘。

母親沒有流露出任何低落，仍是每天安份地在家做家務，打點一切瑣事。她讓我放心去向外闖，追尋我的夢想。

夢想終於達到了，我完成了大學課程，更取得了教育文憑，在一所中學當中文老師。

當年與我上山下海的朋友，都各有自己的生活了。如今有穩定的收入，便想起家中的母親。這些年來，我都沉醉在自己的事務中，不太留意母親的變化。

十多年了，我長大了。相對地，母親年老了。母親有風濕，春天一到，便渾身酸痛。漸漸地，身體機能也開始退化，關節不斷侵犯着她。本來想帶她到馬爾代夫走一趟的，如今不可能了。

不就是十多年時間而已，為何母親會衰老得如此迅速？十多年，我有多久沒關心過母親了？十多年……原來已經十多年了。

當母親的遺體準備火化的時候，我有說不出的傷感。春天，好像是母親痛苦的根源。

「把我的骨灰撒到海上，我想回到大自然。」

「嗯……」

「我們可以出一次海了。」母親笑着說。

我舉起母親的骨灰，讓骨灰隨風飄到海面，然後融化在海水中。

我不能像母親一樣愛自然。若不是自然定下人要衰老的規律，我可以有機會跟母親真真正正出一次海了……這個春天，冰凍得像嚴冬一樣。

二零一零至二零一一年 第三期

鳴 謝

各老師、同學惠賜稿件

編輯委員會

蔡小雪老師

鄺婉儀老師

陳遠華老師

陳一欣老師

王逸韻老師

出版

東華三院辛亥年總理中學

二零一一年七月

更有效地發展校政，歡迎各家長、校友以下列途徑聯絡我們。

地址：香港新界屯門湖景邨

電話：24645220

網頁：<http://www.shd.edu.hk>

E-Mail: mail@shd.edu.hk

