



# 東華三院辛亥年總理中學

TWGHs-Sun Hoi Directors' College

2018-2019年度

第二期校訊

社區關係組出版



學校地址：新界屯門湖景邨 電話：2464 5220 網址：www.shd.edu.hk 電郵：mail@shd.edu.hk

## 校長的話

周慶中校長

現代教育體系將相關學問組織起來，成為今日學校課程如地理、歷史、化學等學科。雖然學科的建立有助學生更容易學習相關知識，其弊處卻是將每個學科獨立化，老師未必習慣結合自己任教的學科與其他學科，學生也很難掌握學科的相互關係，影響學生對學問的綜合應用。

近年香港學界推行的STEM教育，就是結合科學(Science)、技術(Technology)、工程(Engineering)及數學(Mathematics)四個學科，除了讓學生能學以致用外，更藉此培養學生的創意思維，裝備學生並提升他們將來在國際上就業的競爭力。STEM教育是一個手腦並用的學習過程，學生掌握四個學科有關知識後，以專題研習的模式解決難題。90年代美國國家科學基金會(NSF)總裁Dr. Rita R. Colwell，在一次跨領域科學教育會議中首先提出有關教育，當時她稱為METS，後經其他學者建議改為STEM。

早年本校由學科主導，以自己學科知識為先，結合其他學科推展STEM教育。3年前本校開始籌劃STEM校本課程時，得善長陳書賢先生的全額資助，邀請馬來西亞專業團隊到校，培訓兩位老師及10位學生Raspberry Pi機械編寫程式，為後來落實計劃奠定基礎。上學年在負責學務的副校長帶領下，綜合科學、數學、電腦及設計與科技四個學科派出老師組成課程小組，並邀請教育局中學

校本課程發展組為顧問，定期派員到校支援，老師亦參加了香港大學教育學院相關的工作坊。本校為小組成員創造空間，安排共同備課節，每星期開會一次，編訂教學目標，結合跨學科知識以設計校本課程內容。

本校為香港少數在課堂時間設有STEM科的中學，STEM科設在中一及中二級，每星期兩教節。中一級有三個專題研習項目，中二級有四個。本學年在課程內增加閱讀(Reading)及語言藝術(Language Arts)，英文科老師加入課程小組，重點在透過英文閱讀學習，並以英語介紹學習過程及製成品，成為校本STREAM課程。歷經兩年的工作，今天課程已大致完成編訂。

本校連續兩年入選在英國劍橋大學舉行的Raspberry Pi世界大賽，並獲亞洲區第一名。本年有關教師獲邀參加第一屆海洋公園STEAM教育國際會議及STEM Expo，學生亦將於7月參加第一屆海洋公園國際STEAM保育大賽。望師生能藉參與有關活動，觀摩其他學校的STEM教育發展，回饋學校。

劉岸韶老師於1983年加入辛亥年，在本校服務了36年，是學業組主任，主要任教數學科。劉老師在本學年結束後將榮休，本校社區關係組有幸邀請劉老師接受訪問。

（劉：劉岸韶老師 記：校園記者）

### 初為人師，作育英才執教鞭

記：您為何會選擇從事教育工作？

劉：我從小學到大學，在老師身上學懂不同的人生道理和專業知識。我認為教育是一份很有意義的工作，既能夠回饋社會，又能薪火相傳，把知識傳授下一代。而且，在學習期間，我遇到過的教師全部都盡心盡力教導學生，我視他們為學習榜樣，在他們的熏陶下，我便產生了將來要成為教師的念頭。

記：初執教鞭時，您有沒有遇到過甚麼困難？最終您又是如何跨過這些困難？

劉：初入職時，所任教的學生不太守紀律，自己又因教學經驗有限，不懂管教他們，所以難以控制課堂秩序。但隨著教學年資的增長，我開始以嚴厲的態度來應付頑劣的學生，務求令他們遵守規則，專心上課。

記：36年前，初次踏足辛亥年，您有何感受？

劉：初次踏足辛亥年，這裏給我的印象是一所非常乾淨整潔的學校。與我以往任職的學校相比，當時辛亥年的教職員都比較年輕，校園充滿朝氣。而且，那時學校尚未興建有蓋操場和其他設施，空間寬闊，很是光亮和開揚。



校園記者用心聆聽劉老師的分享



年青的劉老師愛邊聽著收音機邊批改學生習作

### 興趣使然，數理體藝樂無窮

記：為何您會喜歡數學？

劉：在學生時期，我已經喜歡數學科，亦喜歡算術。每當能成功解答題目，便會感到喜悅，亦有很大的滿足感。同時，我也很喜歡邏輯思考，逐步找出答案，很有趣味。

記：除了數學科，有沒有任教其他學科？

劉：在辛亥年多年，我甚少任教其他科目。記得有一年，曾任教中三級的物理科。我對物理科十分感興趣，因為此科亦講求思考及運算。那次的經歷令我覺得既有趣，又難忘。在課堂上，除了向學生教授書本的知識外，亦能與學生一起做實驗，提高了課堂的趣味性。所以物理科是我在數學科以外有興趣任教的學科。

記：為何您會喜歡打羽毛球？

劉：我從小便喜歡打羽毛球。我家中的兄弟姊妹常會一起打羽毛球，令我對羽毛球產生了興趣。當然，羽毛球是一項全面的運動，身體各部份需要配合協調，又能鍛煉人的反應力，是一項非常有益的運動。

記：假日閒暇，您最喜歡做什麼？

劉：因為平日都在工作，回家後亦需要備課，所以難得有閒暇便會選擇在家中休息，所以一直沒有特別的活動。而現在的娛樂活動以打羽毛球及健身為主，偶爾亦會在家中瀏覽網站及觀看劇集。



與李慧蘭老師在羽毛球比賽獲混雙冠軍



「數學雙雄」——鍾國輝老師與劉岸韶老師。



與程志華老師勇奪東華三院員工羽毛球比賽雙打冠軍



我的足球偶像——美斯。

### 春風化雨，學子良朋數十載

記：回首多年的教學生涯，什麼人、事令您最難忘？

劉：多年來，我曾遇見很多人，不論是校長、老師還是學生，都令我感到十分難忘。特別是本校第一任校長——林國平校長，昔日他在教學上對我的幫助及支持，令我事半功倍。他給予老師信心，令老師們更積極舉辦活動。此外，與我共事多年的同事——鄭婉儀老師也令我非常難忘。當年她身患重病，但仍如常回校教學，繼續關懷學生，從來沒有放棄教師的工作。她和同事之間的關係良好，因為她



劉老師與他的第一屆中五畢業生(1985)合照

的性格積極樂觀，直至她離世那年我們才知道她的病況。她奮鬥和刻苦的精神，真的令我十分敬佩及難忘，同時亦很值得大家學習。至於難忘的事情，就是我帶領同學參加羽毛球比賽。2000年的時候，男丙隊員勇奪學界羽毛球冠軍。他們在分組賽落敗，但在決賽淘汰賽時卻愈打愈有鬥心。決賽對戰梁球琚中學，那場比賽同學們都十分緊張，比分一直非常接近，全憑完場前的一球，令我們成功奪得冠軍。直到現在，那些同學跟我仍保持聯絡，他們當日的鬥心仍令我感到熾熱和高興。

記：您可曾在學生身上發現自己的影子？

劉：記得有一年我任教中六級數學科，有一位插班生十分投入數學科。每當午飯時間，他都會盡快吃完飯，然後到籃球場複習數學，還經常向我請教。我覺得他的求知慾、堅毅和盡力而為的精神很有我當年的風采。在他身上我看見自己的影子。

記：當教師可算是您的終身事業，您可曾後悔投身教育界？

劉：這當然沒有，我從不後悔投身教育界。以我的個性，我很喜歡教育及傳授知識給學生，因為能讓他們學習未知的新事物。我認為自己的選擇非常正確，教師這份工作也十分適合我。



與樂觀的鄭婉儀老師（後左三）  
新年聚會

## 桃李滿門，臨別依依樂贈言

記：時代變遷，您有什麼要寄語下一代？

劉：我認為責任心對學生是最重要的。有責任心的同學自然凡事會對自己負責任，他們會準時交齊功課，認真讀書，認真完成任務，不會馬虎了事，又會為自己設定目標，所以責任心在什麼時候都適用於學生。學生若能以此作為他們做事的原則，就算成績稍欠理想，將來踏足社會，還是有很大的幫助。

記：您對辛亥年的學生有什麼期望？

劉：我認為我們的學生很聰敏，只是目光不夠長遠，只要同學有清晰的目標，有鬥心，便可以出人頭地。就像我打羽毛球一樣，雖然抱著一個娛樂的心態去打，但是每打一球都要認真看待，不可馬虎了事。我希望我們的學生凡事都能認真、負責，做一個有承擔的人。

## 美滿人生，辛亥為家結良緣



講起太太，劉老師一臉幸福。

記：您與李慧蘭老師是怎樣認識的？您最欣賞她什麼？

劉：我和李慧蘭老師是在辛亥年認識的。當時李老師任教體育科，為人活潑開朗，球類運動樣樣精通，與我的興趣相若。我們常一起打羽毛球，漸漸了解對方。另外，她辦事能力高，行事果斷又有計劃，是一個能力很高的人。我知道自己是個優柔寡斷的人，當時就想，如果李老師將來是我的太太，有很多事情她都可以替我作決定。她很有主見，是我最欣賞她的地方。

記：在兩年前，李慧蘭老師在專訪中提及與貓的情意結，您其實喜歡貓嗎？

劉：以前我一直沒有接觸貓，而李老師就從小與貓相處。我們透過養貓，增加了很多溝通互動的機會。養貓不會影響我們之間的相處，我並不抗拒與貓相處，反而相處久了，我亦覺得貓很可愛，性格也很特別。所以養貓能令我們有更多共同話題，成為了我們共同的興趣。

記：您們有何退休計劃？

劉：我們現時工作還很忙，所以打算退休后才開始想退休計劃——這就是我們的退休計劃了。



太太之外的另一摯愛  
——「忌廉哥」



劉岸韶老師與李慧蘭老師

在辛亥年相識……

在莘蕙園結緣……

互相守護直至天荒地老……

祝願他倆榮休後享受人生！

訪問完結，小記們對劉老師有了更深入的認識，感受到他的隨和、樂天的個性，以及做事認真，充滿責任感的一面。劉老師一生投入教育事業，貢獻本校36載，能得此良師，實在是我們辛亥學子的榮幸。最後，我們衷心感謝劉老師接受訪問，祝願他與李慧蘭老師退休生活美滿愉快。

### 校園記者名單

5A高幸婷 5A謝依婷 5A楊雪嵐  
5A謝展能 5A黃錦樑 5D梁凱琳



劉老師和校園記者合照

# 學業成就

## 2018-2019年度獎學金

頒發機構	獎學金名稱	得獎學生
東華三院	李兆忠紀念獎學金	2014-2015畢業生 麥裕熙
	王氏國際(集團)有限公司獎學金	2014-2015畢業生 鄺達浚 2016-2017畢業生 鄭嘉琦
	陳婉珍博士獎學金	2016-2017畢業生 許炯倫
	中學文憑考試優異成績獎	2017-2018畢業生 陳芷樂
	謝婉雯醫生紀念獎學金	6A黎敖藍
	KMO獎學金(優異服務)	6B鄭燕珊
	辛年總理獎學金	2017-2018畢業生 陳蔚淘、陳芷樂、梁曉霖、 謝穎、單達駿
其他機構	80-81獎學金、亞洲商業銀行獎學金、恆生銀行金禧紀念獎學金、 陳庭驊基金獎學金	2017-2018畢業生 陳芷樂、梁曉霖
	港富明德獎學金	2017-2018畢業生 陳嘉希
	City U Dean's Scholarship	2017-2018畢業生 單達駿
	尤德爵士紀念基金高中獎學金	6A劉焯賢、6A劉彥凱
	高中應用學習獎學金	6C謝泳童、6C周寶儀
	Pilot難關突破、向上游 勵計劃	6A蘇凱程
	Chu Wing Ting Memorial Scholarship 17/18	2A陳倩瑩、3A黎子謙、4A鄧尚沛

## 羅守弘獎學金

以下2017-2018年畢業生均獲得港幣5000元獎學金：

升讀院校	得獎學生	修讀課程
香港大學	潘倩濤	社會工作學士
	梁曉霖	文學士
香港中文大學	陳芷樂	文化研究
	陳蔚淘	工商管理學士綜合課程
香港科技大學	江淑君	工程學
	梁耀新	工程學
香港理工大學	伍國華	國際航運及物流管理(榮譽)工商管理學士
	冼穎瑤	化學科技(榮譽)理學士
	王偉忠	建設及環境廣泛學科
	張健勇	投資科學(榮譽)理學士
	楊柏熙	投資科學(榮譽)理學士
香港城市大學	蔡梓康	文學士(創意媒體)
	單達駿	理學士(計算金融學)
	梁兆鋒	理學士(計算數學)
香港浸會大學	區兆媛	歐洲研究社會科學學士——德文
香港教育大學	陳嘉希	中國語文教育榮譽學士
	羅彥惠	創意藝術與文化榮譽文學士及視覺藝術教育榮譽學士
	謝穎	創意藝術與文化榮譽文學士及視覺藝術教育榮譽學士
	梁子晴	心理學榮譽社會科學學士
嶺南大學	崔詠慈	社會科學(榮譽)學士
	吳俊豪	工商管理(榮譽)學士
	胡嘉潼	社會科學(榮譽)學士
	冼逸楓	文學士(榮譽)
香港公開大學	劉宇杰	應用社會研究榮譽社會科學學士
	周緯稜	英文及比較文學榮譽文學士
	董樂怡	教育榮譽學士(中國語文教學)及語言研究榮譽學士
	黃詠淇	運動及康樂管理榮譽學士
東華學院	余洛彤	職業治療學(榮譽)理學士
恒生管理學院	謝嘉璋	數據科學及商業智能學(榮譽)理學士
珠海學院	林瑋晟	資訊科學(榮譽)理學士



與現任香港隊教練合照



2016年回母校參與校友籃球比賽，與當年戰友及學弟學妹切磋球技。

## 校友成就

2005-2006畢業生 馮雅琪

現職小學體育老師

轉瞬間，我離開母校已有多年，但至今依然記掛著每一位辛亥年的老師，感激他們一直以來對我悉心的教導及關愛。回想當年，老師總是給我很多不同學習的機會，有助我成長和他日的發展。

自中一開始，我便有幸成為香港女子足球隊隊員，需常到外地參與國際賽事，每次作賽需約兩至三個星期，校方總是予以支持。比賽前後，我的科任老師都會不辭勞苦地利用課餘時間與我溫習，好讓我盡快追回學習進度。除此以外，學校亦會彈性處理我的功課，因此我能夠輕鬆地平衡我的讀書及足球生活。畢業後，老師仍時刻關心我的近況，每當我在學習或工作上遇到困難，總會開解我；每次出賽，老師亦會發短訊鼓勵我，這些美好的回憶，我都銘記在心。

大學畢業後，我當了一名全職足球教練，教導小朋友踢足球，希望能為推廣本地足球發展出一分力。一年後，我改變了想法，我想成為一名老師，務求能更全面地教導學生、陪伴學生成長，就像當年母校對我的培育一樣。我非常感謝母校當年給我任職教學助理的機會，讓我在這既親切又真實的教學環境中工作，令我更肯定自己對教育的熱誠。時間飛逝，今年已是我在小學任職體育老師的第四個年頭，至今我仍很享受當一名教育工作者。

願正在辛亥年求學的學弟學妹，繼續努力朝目標進發，我相信你們總有一天能夠實現理想。



中學時代的我，在陸運會中獲得中三級班際接力比賽冠軍。



2018年參與省港盃賽事



婚禮當天，辛亥年的老師、同事及同學們的祝賀與見證。



2018年參與雅加達亞運會



感謝辛亥年師長多年來對我的栽培

### 2010-2011畢業生 鄺詠豪 現職見習律師

我在辛亥年畢業後，升讀香港大學社會科學學士（政治學與法學）及法學士雙學位課程，並於香港大學修畢法學專業證書，目前為一名見習律師。

由中一到預科，我在辛亥年渡過了人生中七年的寶貴時光。當中的回憶與歷練，除了充實了我的人生，亦成就了現在的我。

得到辛亥年師長們的栽培，我一步一步朝理想邁進。師長們從來不吝指教及勉勵我，提升了我的英語能力，而且給予我一個良好的發展空間，讓我有機會參與不同活動，讓我在公開試中取得佳績，順利考入心儀學系。踏入職場後，即使面對法律界以英語為主的語言環境，也能應付自如。每當想起，仍然感謝師長們過往用心的教導。

此外，中學生涯裡尤其難得的是獲得了參與交流團的機會。中六那年，我有幸獲學校推薦到北京和上海交流。能夠步出教室，抱著學習的心態離開自己成長的城市到外地見識，這為我帶來深刻的體會，令我明白到若不嘗試往外闖，不放遠目光，必然無法領會世界的遼闊。及至大學時期，我亦把握機會到澳洲留學交流，既能增廣見聞，也能體驗當地文化。即使現在工作繁重，也想把握每個假期，走訪更多小城大國，感受更多風土人情，擴闊眼界。



把握到外地交流學習的機會





有幸代表香港交流生在交流活動中致辭

延續辛亥年優良的活動傳統

### 2010-2011畢業生 羅智權 現職香港海關關員

時光飛逝，轉眼間我已踏足社會多年。今天我的經驗與能力，都是在中學時期開始累積，辛亥年讓我獲益匪淺。辛亥年是一所擁有優秀課外活動表現的學校。初中時期，我的學業成績並不理想，對上學亦沒有興趣。然而從初中開始，我便接觸不少課外活動，包括田徑隊及手球隊，更有幸於入隊第一年便獲得區內冠軍的殊榮。體育活動磨練了我的品格與素質，提升了團體意識及意志，更讓我建立面對各種挑戰的信心。在老師多番鼓勵下，我發憤努力，最終取得大學的學位資格。畢業後，我加入校友會，在校方支持下成功開辦校友手球隊，希望延續辛亥年優良的活動傳統，為在學的學弟學妹帶來正面的影響。

在學期間，我曾擔任學生會主席，經常有演講的機會，訓練了我的演講技巧。我曾參與多個交流團，改善了我的

社交技巧與溝通能力，亦有幸代表香港交流生在交流活動中致辭。這些機會與技巧，令我畢生受用。

現在我加入了香港海關工作，在辛亥年種種的學習機會與訓練令我在受訓期間取得最優秀學員的殊榮。在此，我勉勵學弟學妹，珍惜在學的時光，積極參與不同的活動，以獲得更多的人生經驗。既然學校提供了多元化活動的參與機會，便要好好珍惜，它定會為你們將來的人生帶來意想不到的裨益。



辛亥校友手球隊



交流團留影





中學生 我的蛻變 大學生

## 2014-2015 畢業生 麥裕熙 香港大學牙醫學士四年級學生

轉眼間已踏進第四年的牙科學習生涯，實習課堂日漸增加，除了實踐課堂的知識外，亦慢慢領略到與病人溝通的技巧。四年級的課堂涉獵很多專業知識，包括拔牙、假牙、牙齒矯正、兒童齒科、牙套及牙橋設計，需要不斷累積所學的知識並且融會貫通，才能解決不同病人的需要。雖然課程比以往緊湊及艱辛，但每當所學到的知識能活學活用，就會樂在其中。

勤有功，戲亦有益。學習固然重要，但作為大學生的我，不忘發掘自己更多的潛能和興趣，去年我更鼓起勇氣加入了港大划艇校隊。划艇訓練嚴苛，我曾經因過度訓練而受傷，一度想放棄。幸好得到隊友們的支持，憑藉一份堅持的信念，我在暑假時完成了在日本戶田十日的地獄式訓練、西安的國際划艇比賽，以及一年一度的大專划艇盛事——香港八大校際划艇比賽。我並不像那些勵志故事的主角，我從未在比賽中得到過獎牌，但我為這年來全力以赴的自己感到自豪。人生的道路從來不會一成不變，有坦途，也有曲徑。人生中的失敗或沮喪乃是無可避免的一環，重要的是如何調節心態，重新出發，找到的會是一片屬於自己的天空。

回想高考之後，我有幸獲得了東華三院的獎學金升讀大學，現時每年都會回校領取獎學金。每次回校我都會與老師們暢談一番，當談及到一些「少年困惑」時，老師們便以自身經歷作分享及引導，指點迷津。我們的關係亦師亦友，這正是辛亥年難能可貴之處。想起在辛亥年成長的自己，每當面對學業或是家庭上的問題時便會十分苦惱，繼而一蹶不振。幸而老師們願意伸出援手，細聽我的煩惱，鼓勵我要走出舒適區，給予我很多不同學習的機會，慢慢讓我建立自信，發掘另一面的自己。高中時我參加了不少活動，例如外展訓練、社內閣、歌唱比賽等等，或許就是這些經歷，讓我更加清楚自己的強項和短處，讓我在升讀大學前裝備好自己。當我每次重回母校遇到學弟學妹，看到他們一臉稚氣，不禁會會心微笑，因為我深信只要他們能勇於踏出第一步，一定能在辛亥年找到自己的伯樂，找到獨一無二的自己。

「落其實者思其樹，飲其流者懷其源」我永遠都不會忘記在辛亥年學懂的道理，我定必會盡自己最大的努力回饋母校。願辛亥年有更好發展，培育更多才德兼備的優秀人才！



出發到日本接受為期十日的地獄式划艇訓練



在港大的牙科學習生活



港大划艇校隊



放眼世界，遨遊歐洲。





男女子全場總冠軍——忠社

# 社際陸運會

體育科  
霍平山老師

第36屆社際陸運會在3月12日及13日假屯門鄧肇堅運動場舉行。兩天天氣放晴，氣溫和暖，陸運會順利舉行。

首天的賽事在開幕禮後揭開戰幔，各社運動員均竭盡所能，悉力以赴參與各項競賽。啦啦隊用盡每分氣力為健兒吶喊助威，令場內同學情緒高漲，氣氛熾烈。

次日賽事依然緊湊，勤社及忠社在總積分榜上你追我趕，互為領先，在上午比賽時段結束前兩社只相差10多分。「奧夢成真計劃」項目發展幹事黃金寶先生分享自己身為運動員的心路歷程後，社際接力賽隨即上演，是兩社決一勝負的關鍵項目，同學的歡呼聲響徹雲霄。

兩天的競賽非常激烈，有兩位同學刷新了大會紀錄，其中1B譚愷蕎更打破了保持35年的女丙跳遠紀錄，表現優秀。

創意啦啦隊表演結束後，頒獎禮隨即展開，各社運動員屏息靜氣，等待成績公佈。本屆陸運會頒獎禮承蒙仁濟醫院羅陳楚思小學陳嘉碧校長擔任主禮嘉賓。陳校長跟同學分享了兩個發人深省的故事，道出競賽與友誼的精神，同學們獲益良多。

總結陸運會成績，忠社在第一天落後的情況下，仍然堅持不懈全力拼搏，最終迎頭趕上，以11分之差險勝勤社，衛冕全場總冠軍，並得到女子團體、男甲團體、女乙團體和女丙團體冠軍，在9個大獎中獨佔5個冠軍獎杯。第36屆陸運會在愉快的氣氛下圓滿結束，體育科感謝各師生通力合作，順利完成賽事。

各項團體獎項臚列如下：



「奧夢成真計劃」項目發展幹事黃金寶先生分享運動員的心路歷程

## 個人全場冠軍



小學友校接力邀請賽

小學友校接力邀請賽		
獎項	男子	女子
冠軍	紅卍字會屯門卍慈小學	順德聯誼會何日東小學
亞軍	仁濟醫院羅陳楚思小學	五邑鄒振猷學校
季軍	樂善堂梁黃蕙芳紀念學校	博愛醫院歷屆總理聯誼會 鄭任安夫人千禧小學
殿軍	保良局西區婦女福利會馮李佩瑤小學	台山商會學校



男子個人全場冠軍：(甲組) 信社蔡駿峰



女子個人全場冠軍：(甲組) 勤社任芷馨



男子個人全場冠軍：(乙組) 勤社何樺鍵



女子個人全場冠軍：(乙組) 信社吳美儀



男子個人全場冠軍：(丙組) 勤社關元鈞



女子個人全場冠軍：(丙組) 忠社張雅汶

男女混合4x100班際接力賽			
級別	冠軍	亞軍	季軍
中一級	1D	1B	1A
中二級	2C	2B	2D
中三級	3B	3A	3C
中四級	4C	4D	4B
中五級	5B	5D	5A
中六級	6C	6B	6D



全力以赴作賽的運動健兒

破紀錄名單			
班別	學生姓名	項目	成績
1B	譚愷蕎	女丙跳遠	4.37米
2A	唐焯桐	女丙800米	2'51.39"

各組團體冠軍		
組別	男子	女子
甲組	忠社	勤社
乙組	勤社	忠社
丙組	信社	忠社

團體總冠軍	
男子	女子
勤社	忠社
男女子全場團體總冠軍 忠社	



啦啦隊用盡每分氣力為健兒吶喊助威





# 體育團隊成就

長跑隊11月在屯門區校際越野賽共獲得一個亞軍及兩個季軍

體育科  
霍平山老師

本校各體育團隊自2018年5月份開始備戰，積極地投入訓練；10月份開始東征西討，參加校外各項大小型比賽，接受不同的挑戰，屢獲佳績，表現出本校體育團隊的合作精神及實力。

運動員	個人成就
4C常紹禧 4D陳梓軒	入選香港田徑隊，參加由亞洲田徑總會主辦的亞洲少年田徑錦標賽。是項賽事共30個國家及地區，約600名運動員參賽。
6C徐耀樑	獲香港學界體育聯會挑選成為港澳埠際手球錦標賽代表。



4C常紹禧及4D陳梓軒代表香港參加亞洲少年田徑賽



長跑隊在首屆東華三院中學聯校越野賽獲得男女子全場總季軍

團隊	比賽項目	獎項
田徑	香港業餘田徑總會主辦 Ascis香港青少年田徑分齡賽	1面金牌、1面銀牌及3面銅牌
	香港康樂及文化事務處主辦 屯門區分齡田徑賽	3面銀牌
	香港學界體育聯會主辦 屯門區校際田徑錦標賽	男子甲組團體亞軍 男子乙組團體亞軍 男子丙組團體亞軍 女子丙組團體季軍 10面金牌、10面銀牌及11面銅牌
長跑	愉園體育會主辦 全港少年田徑2019賽	2面金牌及1面銀牌
	長沙灣天主教中學主辦 學界越野之王長跑賽	男子甲組團體季軍 男子乙組團體亞軍
游泳	香港學界體育聯會主辦 屯門區校際游泳錦標賽	男子甲組團體亞軍 男子乙組團體季軍 男子丙組團體季軍
	東華三院主辦 東華三院中學聯校越野賽獲	男子高級組亞軍
手球	香港學界體育聯會主辦 屯門區校際手球錦標賽	男子丙組團體季軍 3面銅牌
	香港學界體育聯會主辦 屯門區校際手球錦標賽	男子高級組團體亞軍 女子高級組團體亞軍 女子隊香港學界精英手球賽參賽資格
羽毛球	香港學界體育聯會主辦 屯門區校際羽毛球錦標賽	男子乙組團體亞軍
保齡球	港保齡球總會主辦 全港學界保齡球公開賽	三人隊際賽冠軍



田徑隊在屯門區校際田徑賽再次獲取佳績



香港青年音樂匯演中樂組獲得銅獎

## 音樂團隊成就



2019香港聯校音樂大賽獲得金獎

**中樂團**於2019香港聯校音樂大賽獲得金獎、香港青年音樂匯演中樂組獲得銅獎及第71屆香港學校音樂節中樂小組獲得優良獎狀。

**無伴奏合唱隊**亦於2019聯校音樂大賽獲得銀獎、2018香港國際無伴奏合唱比賽——中學生聲樂團組獲得銅獎。

希望各音樂團隊繼續努力，在積極向同學推廣音樂之餘，亦為來年的比賽作好準備，再創佳績。

音樂科  
鄭芷欣老師



無伴奏合唱比賽



本校合唱團為聯校合唱團的其中一員，於聯校畢業典禮以歌聲為各畢業生送上祝福。



## 流行樂隊 DETUNED

**流行樂隊DETUNED**參加由香港聯校音樂協會舉辦的2019聯校音樂大賽，在中學流行樂隊項目中表現優異，獲得96分佳績，勇奪金獎，成績實在令人興奮。不知道大家有多認識DETUNED？

加入組合樂隊的得着數之不盡。原本素未謀面的四位同學因為音樂而認識，成為了志同道合的好朋友，因為大家有着一個共同的目標，就是希望將音樂興趣發展成我們的事業，渴望終有一日可以登上世界舞台。DETUNED經過兩年的磨練，每位成員之間的關係亦越來越緊密，在每次表演或比賽都能互相扶持和鼓勵，從中學會了團隊合作的重要性。

DETUNED宣揚音樂的唯一途徑只有校內的社際音樂大賽。寂寂無名的DETUNED不想白費練習的成果，希望有更多人接觸音樂，於是便決定參加這個比賽。因為表演項目新穎及精彩，結果大獲好評。同年，DETUNED受到學校邀請，在新春盆菜宴及舊生聚會中演出。暑假的時候，也在辛樂傳奇中演出。

今年DETUNED決定衝出學校，參與更多校外的表演及比賽，又曾經多次在明愛活動中演出。除了參加校外的表演外，DETUNED還作出了一次大無畏的決定，就是舉辦一場屬於自己的表演秀。由表演場地、演奏曲目，以致宣傳都是由隊員一手策劃，於聖誕節時成功舉行。DETUNED日前參加了聯校音樂比賽，獲得金獎的榮譽。



DETUNED日前參加了聯校音樂比賽，獲得金獎的榮譽。





## 香港學校戲劇節（粵語組）—— 「傑出劇本獎」、「傑出演員獎」、「傑出合作獎」

戲劇學會  
藍秀雲老師

戲劇學會19位中一至中五級同學參與2018/2019香港學校戲劇節，並於3月7日順利演出。戲劇學會於本屆戲劇節中獲得了「傑出劇本獎」、「傑出演員獎」和「傑出合作獎」，當中不少同學更是首次參與戲劇演出。同學利用課餘時間，經過20節的戲劇訓練課及一連串的綵排，最終能獲此殊榮，實在令人鼓舞。

獲獎劇目《日已落大地》由5B葉嘉怡創作，透過虛實交錯的舞台表現手法，表達她對政權移交、種族衝突、國仇家恨的看法。此劇在構思、取材和表現手法上均得到評判的認同，獲得了「傑出劇本獎」。另外，1A溫家晴、陳文朗和1D蔣卓瑤，憑着對戲劇的熱誠及演出時的投入，獲得了「傑出演員獎」。透過台前幕後的工作人員通力合作，一台好戲才能順利上演，結果整個戲劇團隊獲得「傑出合作獎」。

「人生如戲，戲如人生」，盼望喜歡看戲或演戲的你能多從戲劇作品中反思生活，豐富人生，亦享受戲劇帶給你的樂趣。



# 開放課堂

社區關係組  
馮佩欣老師

本年度開放課堂活動，已於3月6日下午順利舉行。當日本校共開放22節課堂，讓家長了解本校老師授課及學生學習的情況。是次共有77名家長出席觀課，當中三成為本校學生家長，七成為本區小學家長。活動後大部份家長均認為，觀課有助他們認識本校學生的學習情況。



校長與家長分享課堂教學方法



家長進入課室，與子女一同上課。



觀課後，家長就本校的教與學情況踴躍發問。

## 辛亥家校新春晚會——我們全都是唯一

家長教師會  
陳一欣老師

2019年3月1日黃昏舉行了辛亥家校新春晚會，家長、老師、學生歡聚在這個夏至未至的時刻。這是屬於我們的完美集體，親切多樣的面孔，形態各異的語言，組成溫馨的辛亥大家庭。我們耳語着各自的見聞，咀嚼着新穎的觀點，交換着不同背景的文化力量和習俗特色……在課室內外，我們將一路風雨兼程，齊頭並肩；我們會團結互助，尊重共融。

我們真切地從長輩那裏獲得前進的助力。盡心竭力的善長、呵護倍加的父母、愛生如子的教師、熱情幫扶的校友……這樣一個團結務實的教育團隊，用心打造出辛亥尊重包容的學教風氣。「我們皆是世界中唯一僅有的花，每個人都是種子在發芽。」醒獅隊《枯樹藏金》、中樂團《花好月圓》、畢業生劉詠琪《那一年零一個月》、溫家晴、葉卓霖的童聲合唱《All Falls Down》、「天籟學妹」曾宇婷的《光年之外》……這是一幅幅校園剪影，也是一場場流動的精神盛宴。



# 輔導角——快樂七式

駐校社工  
方玉麟先生

在1998年，心理學家馬丁·沙利文(Martin E.Seligman)提出正向心理學(Positive Psychology)，用科學的方法去解釋人們追求快樂的心理和行為，教人尋找快樂而有意義的人生。「快樂七式」正是從正向心理學整合而成的七個快樂元素，大家不妨參考這七式，尋回真正的快樂。

**第一式**，感謝與讚美。把握任何機會向別人表達謝意，選擇適合自己的方式示意，如親身探訪、書信或其他途徑向對方表達；每天於靜下來的時間數算愉快經歷，回味有關片段，將這些經驗記錄下來。

**第二式**，健康樂悠悠。多做運動，如快步走路或簡單體操動作等；保持充足睡眠；飲食均衡，多吃新鮮蔬果；定期進行體格檢查。

**第三式**，敬業樂業。培養個人嗜好，保持活動量高的生活習慣；謹慎理財，量力而為參與投資活動；參加群體活動，與人分享快樂；主動吸收新知識以保持思考能力；發掘自己長處、潛能和智慧，把握機會於日常生活中發揮。

**第四式**，嘉言善意。閱讀及誦念勵志格言或人生座右銘；培養樂觀和正面思想，接受人生不如意事及適應身體的變化；面對困難積極尋求解決方法；留意自己的說話內容，多用正面說話鼓勵自己；欣賞發掘自己的長處，肯定自己過往的成就。

**第五式**，為善最樂。主動問候別人近況，留心聽及給與支持鼓勵；為患病的親友送上貼心暖湯；參與社會服務機構的義務工作；實踐日行一善的生活習慣。

**第六式**，常懷寬厚。向信任的人傾訴不愉快的經驗，從傷痛經驗中了解自己的需要；立定決心快快樂樂地生活；提醒自己寬恕別人的重要性；代入別人的處境，看能否接納對方所犯的過錯；用平常心看待事情，從中找尋意義；欣賞自己及其他人待人以寬的美德。

**第七式**，天倫情話。與家人維持良好溝通，向信任的親友傾吐心事，尋求支持；擴闊社交圈子；與親友會面時多說欣賞及感謝的話；重視家人對家庭所作的貢獻；接納不同的意見，一起商討解決問題的方法；花點心思安排家庭活動；將特別的時刻拍攝或錄影留念，每次親友探訪時與人分享；搜集活動的紀念品，放在家居當眼地方，細味這些活動的內容及經過。

其實快樂很大部分是我們可以控制的，甚至我們可以將這些快樂祕訣化成生活的習慣。這樣，不論環境順逆，我們也可以經常保持心境開朗。

(文章來源——羅澤全(臨床心理學家))





# 北京歷史文化之旅暨姊妹學校交流活動

中國歷史科  
王翠屏老師

本校於2019年4月24日至28日舉辦了「北京歷史文化之旅暨姊妹學校交流活動」，由王翠屏老師和王茜老師帶領19位中四及中五級同學參加。本校師生與姊妹學校進行了愉快的交流，也遊覽了不少重要的古蹟，認識了不同朝代的歷史，實在是一次拓寬視野、令人流連忘返的旅程。

本校師生在抵達北京翌日，即前往姊妹學校——北京市第一七一中學參訪。本校師生受到熱情的招待，除了觀摩了姊妹學校的語文及歷史課外，亦親身體驗了書法和水墨畫課。透過此次參訪，讓本校師生更了解內地的教育現況，更促進兩校之間的友誼。衷心期待日後兩校有更多交流、合作的機會。



充滿藝術氣息的水墨畫課



雙方互贈紀念品



本校師生與姊妹學校校長合影



精彩的書法課



姊妹學校為本校師生準備了豐富的午餐

## 窺今訪古之旅

本校師生在旅程中參觀了很多北京的歷史古蹟，包括圓明園、頤和園、盧溝橋、居庸關長城、天壇、故宮博物院、明十三陵等；也參觀了北京大學、四合院、胡同等名勝。學生從中了解中國古代的歷史，呼吸北大的學術氣息，並親身體驗老百姓的日常生活。



北京大學



圓明園



盧溝橋



居庸關長城



坐三輪車遊胡同



觀看升旗禮

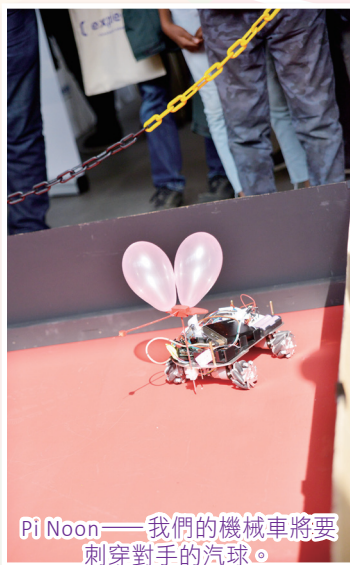
# STEM-Pi Wars 2019 比賽交流團

STEM學會  
郭振洋老師

3月底，10位同學代表本校到英國劍橋大學參與Pi Wars 2019比賽。比賽於3月30日在劍橋大學William Gates Buildings舉行，隊員以單晶片電腦Raspberry Pi為核心，設計了1架可編程的機械車，與來自英國及世界各地的學生進行了共7項挑戰任務的比賽，並獲得第7名。此外，這次旅程亦參觀了倫敦科學博物館及自然歷史博物館，同學獲益良多。是次比賽交流團的部份開支由東華三院及陳書賢基金贊助，謹此致謝。



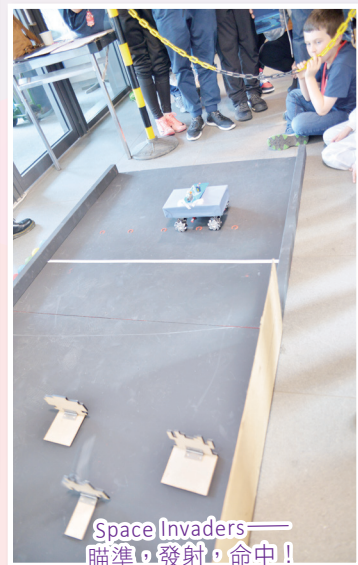
Blast Off——經編程的機械車可自行完成挑戰嗎？



Pi Noon——我們的機械車將要刺穿對手的汽球。



Spirit of Curiosity——在模擬月球表面運送岩石樣本。



Space Invaders——瞄準，發射，命中！



到了比賽場地，心情興奮。



向機械車專家取經



格林威治皇家天文台——子午線。



科學博物館——360度模擬飛行體驗。



以總成績第7名完成賽事



# ENGLISH CLUB ACTIVITIES

## LUNCH GATHERINGS SECOND TERM

English Department  
Mr. Andrew Varsalona

The experience of enjoying lunch together, and the organic use of English in a social setting, has proved to be popular with students and staff. The program has now been extended from a monthly to a weekly basis.



Students and teachers are able to converse in English in an authentic setting.

Dear Mrs. Wong

The English Club cordially invites you to lunch. This is an opportunity for you and for us to practise and improve our English. Together with the NET, Mr. Varsalona, you will be joined by Sarah and James.

We do hope you will join us.

When: 1st April, 2019  
Where: Itamomo, Ocean Walk  
Cost: about \$40-\$60

Each student presents an invitation to a teacher and a student to authenticate the experience.



## EDB NET SECTION SPEAK OUT! ACT UP! COMPETITION

Sun Hoi students win second prize in the annual Education Bureau (NET Section) Speak Out! Act Up! Improvised Drama Competition 2018/19.

Nick (4B), Derek, Alexis (1A), Rachel, Silent (5B) and Victoria (4A) formed our team and were responsible for the planning, writing, directing, and acting. Well done to an excellent result!



The team, composed of students of various forms and classes, collaborated well to win the prize.

## USING KAHOTS! TO ENGAGE WITH ENGLISH

During Second Term Language Arts lessons, students have enjoyed the use of iPads to find meanings of words and to play Kahoots! This is a web-based quiz game where points are not only awarded for the correct answer, but the fastest finger too.



Students need to compete with their classmates by answering questions correctly and quickly to be the top of the class.

# IN-HOUSE PROFESSIONAL SHARING ON ASSESSMENT LITERACY OF ENGLISH LANGUAGE

**English Department**  
**Ms. Wendy Fuk**



Ms. Fuk and Mr. Poon shared with their colleagues what they had learnt from the course

Our English teachers, Ms. Fuk Mei Ting and Mr. Poon Cheuk Yuet, were invited to hold a professional dialogue with their colleagues in the third English Panel Meeting on 19<sup>th</sup> February 2019 after they have completed the 30-hour assessment literacy course “Course in English Language Assessment 2018” (CELA) organised by the Hong Kong Examinations and Assessment Authority (HKEAA).

While Ms. Fuk addressed the theoretical components of the HKDSE English Language Paper 1 (Reading), namely construct validity

in question setting and linguistic cognitive processes approach in a think-aloud manner, Mr. Poon conducted a question analysis in a refreshing way, followed by its implications for Learning and Teaching (L&T) and Assessment (paper setting).

The sharing was fruitfully concluded with all the panel members posing professional questions, providing new insights into L&T and having a thorough discussion about the HKDSE trends, the variety of public examination questions as well as differentiated approaches to teaching reading skills.

Goal setter	
<b>Careful reading</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Local: understand sentences</li> <li>Global: comprehend main ideas and overall texts</li> </ul>	<b>Expeditious reading</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Local: Scan/ search for specifics</li> <li>Global: Skim for gist and search for main ideas</li> </ul>

Pedagogical implications discussed in the sharing session

# INTER-HOUSE ENGLISH DRAMA COMPETITION 2019

**English Department**  
**Ms. Queenie Man**



Goldilocks



snow,white

The approach of this year’s inter-house drama competition is famous fairy tales. Our four houses adapted their own plays from four famous fairy tales, namely, Cinderella (Red House), Snow White (Yellow House), Goldilocks (Blue House) and Three Little Pigs (Purple House). Timeless fairy tales are timeless for a reason, but every so often, we need something different. That's where fractured fairy tales come in. Our four houses, under the coaching of our dedicated English teachers, were given opportunities to add twists, modernize and even change some parts of the fairy tales to put on a meaningful and enjoyable performance.

The competition is to be held on 5th July at the school hall. Besides acting, the house members will also be taking care of the make-up and costumes, backstage sound and lighting effects, props and backdrop designs. We can’t wait to enjoy the fabulous performance of our talented Sun Hoi students.



Cinderella



three little pigs

## HKFYG ENGLISH PUBLIC SPEAKING CONTEST 2019

*English Department  
Mr. Poon Cheuk Yuet*

Batdee Putanead Nicholas of 4B and Natalie Mi of 3A have performed brilliantly in the contest. Nicholas has finished top five in the District Preliminary Round, top ten in the District Semi-Final Round and has participated in the District Final Round. Natalie has finished top five in the District Preliminary Round and has participated in the District Semi-Final Round.

The contest was held from the end of January to the mid of February. While it is widely considered an extremely challenging one even to EMI schools, they have won two rounds or three out of around 500 participants in total. Despite being the very first contestants representing our school in inter-school public speaking competitions, they were highly praised by the adjudicators. What a marvellous achievement!



## READING BUDDY PROGRAMME 2018 – 2019

*English Department  
Ms. Lau Yan Ship*

The Reading Buddy Programme 2018 – 2019 has come to an end. This program is a paired activity which aims at offering one-on-one reading time to S.1 students. There were in total 10 sessions, in which S.3 mentors guided their S.1 mentees to read texts in different genres. Thanks to the assistance of their older brothers and sisters, the S.1 students' confidence in reading has been boosted. What's more, they have found enjoyment in reading, which have helped with their comprehension skills.

