



獅子會中學

Lions College

2019-2020 年度
第二期 校訊



地址 新界葵芳興盛路 90 號 電話 (852)2614 7938 傳真 (852)2614 5117

電郵 lionscollege@netvigator.com 網址 <http://www.lionscollege.edu.hk>

林日豐校長榮休專訪

時光飛逝，林日豐校長已服務獅子會中學二十二年。擔任校長期間，面對著教育界和社會的變遷，經歷幾許風雨。林校長今年八月要榮休了，今期校訊有幸邀請了林校長進行訪問，細說他教育生涯的點滴。

回憶當初，林校長在甚麼機緣巧合之下，選擇加入教師行業呢？

林校長自 1985 年開始，踏入教師行業，從事教育工作三十多年。「我小時候十分頑皮，對學習也並不上心。」林校長說。直至修讀數學碩士課程，林校長遇到一位恩師，讓他對從事教師行業，產生了濃厚的興趣。

「這位教授的教學方法有別於傳統的教學方式，反其道而行。教授要求學生課堂前先自行溫習課堂內容。上課時，學生再向教授講解所領略到的知識。」林校長表示，碩士課程的學習經歷，激發了他對傳授知識的興趣，因而選擇了加入教師行業。

校園小記者：
學生刊物學會主席 - 5C班 袁綺僊同學、5C班 袁綺靜同學



由一位老師，到成為校長，當中經歷，林校長是一帆風順還是荊棘滿途呢？

回顧在教育界的發展，林校長先是做了八年的教師，四年主任，之後當了一年副校長，最後再晉升為校長。他提到：「在當時的年代，發生了一些社會事件，使一些人對社會失去了信心，其中有些校長、副校長、主任和老師等都移民了。」因此，林校長有了向上流動的機會。

林校長向我們分享擔任校長期間經歷了教育界的不少挑戰，其中之一是 1992 年歷時八年的課程改革。林校長憶述：「在其中十年的期間，學童人數跌幅較大，對社會勞動力產生影響。」為了推動教育發展，林校長與一群志同道合的人士進行「職業先修教育」及「工業發展」的教育工作。之後，與其他教育界人士說服政府，撥了一筆較大的資金用以課程改革。另一個挑戰則是 2000 年的學制改革，即是將當年讀書階段的 523 模式改成現在的 334 模式，在構思、執行、推廣等過程都要克服不少困難，也要進行課程革新、人力調動、上課時間表的編排、教師再培訓等工作。

訴說著往事，林校長說：「作為這些重要事件的參與者，不僅豐富了經歷，增加了經驗，還是相當難忘的。」林校長默默為教育界耕耘，即使面對困難和挑戰，仍身體力行，積極面對和解決。

林校長對青少年有什麼期望和寄語呢？

「早年的學習環境，學生想要升學並不容易，當時的學生學習態度積極，十分珍惜學習機會，自律性也特別高。」林校長繼續說：「現今的學位充裕，升學的機會也較以往多，在這種情況相比之下，現今青少年的態度就顯得較為怠慢，不積極，令人較為擔憂。」

林校長以北宋文學家范仲淹的話：「不以物喜，不以己悲。」來勉勵青少年，寄語同學在多變的環境中，不與他人作比較，要自強不息。此外，期望青少年為了未來有更多的選擇，要讀好書，更重要培養良好的品格，待人謙卑、尊重他人、負責任。「這是我父親的家訓，至今仍銘記於心。」校長娓娓道來，可見林校長視同學們為他的子女。

林校長對教師團隊有什麼叮囑和祝福呢？

「從老師對學校架構和行政程序的評價，可以看到現時學校的架構是穩健的，而各項行政程序亦是清晰的。」林校長說。他亦表示，相信新任校長亦會按時勢的轉變，繼續帶領學校，精益求精。

不同年代，有不同的困難和機遇。老師選擇了投身教育行業，林校長寄語老師們「不要忘記初衷」。學生就如一張白紙，老師的工作和使命，就是在白紙塗上豐富的色彩，在學生的成長過程中注入生命力和希望。

林校長叮囑老師們，要持守專業態度，緊守工作崗位，教導學生知識，亦培養學生高尚的品格。好讓學生成為社會的建設者，建設社區和家園。奉公守己，克盡己責。

退休在即，林校長有什麼感受呢？退休後有什麼計劃呢？

林校長表示相信要一段時間，才能適應生活節奏上的改變。「回想過去 22 年在獅中的歲月，一大清早回校，聽見響亮的鐘聲，看見同學們的笑臉，再與老師團隊一起拼搏……。」林校長說，「生活可能會平靜下來。」

退休後，林校長將會繼續擔任政府諮詢委員會的委員，包括，精神健康諮詢委員會、能源諮詢委員會，以及，水務諮詢委員會。林校長對獲得政府的信任，表示感激。「能夠代表教育界，在社會不同的範疇上反映意見，工作雖然繁重，但十分有意義。」林校長說。

家庭方面，林校長希望退休後，有更多時間陪伴家人，四處遊歷，認識不同地方的文化，豐富自己的閱歷。

最後，林校長希望退休後有機會去學習拉二胡。「二胡只有兩條弦線，應該比較易學懂。」他笑著說。「小時候因為家庭環境清貧，未有機會學習樂器。希望退休後可以彌補一下童年的不足。」

天下那有不散之筵席，衷心祝福林校長退休生活愉快，開展人生新一段美滿旅程。

「延期復課期間學習支援及課業安排」

梁永勤助理校長

教育局於 2020 年 1 月底宣佈因新型肺炎疫情而延期復課。在延期復課期間，為保持學生的學習動力和興趣，本校分階段向學生提供不同模式的學習支援及課業，包括網上學教材料及課業、教學影片、實時互動學與教及實時互動上課，以達至「停課不停學」的目的。

第一階段——網上學教材料及課業

老師按原定教學進度，透過 e-class 網上教室，上載網上學教材料及課業予學生，學生進行網上自學，並完成相關評估課業。老師進行網上批改，以了解學生的學習情況，給予適切支援。

第二階段——教學影片

各科老師親自製作教學影片，講解教學內容，讓學生更易掌握學習目標。

第三階段——實時互動學與教

老師使用網上即時通訊軟件與學生進行師生互動學與教。學生在網上即時與老師以互動視像形式，向老師提出學習上或課業上的疑難，老師即時解答。

第四階段——實時互動上課

為進一步支援學生在家學習，提高學習成效，各科老師利用即時通訊軟件與學生實時互動上課。透過實時互動上課，老師除了講解教學內容外，亦會進行實時網上課堂活動及安排堂課等，以即時了解學生學習情況，並即時給予回饋。

「中一至中五級第二學期進行持續評估」

莫迪明副校長

中三至中五級、中一及中二級的學生已分階段於 2020 年 5 月 27 日（星期三）及 6 月 8 日（星期一）開始復課，基於新冠病毒肺炎疫情仍有機會再對學校上課造成影響，故校方決定取消本年度中一至中五級第二學期考試。學校會透過持續評估計算學生第二學期的成績表現，並會展現在《學生表現評核報告》中。持續評估主要涵蓋學生平時的功課及小測（佔 30%），以及統測（佔 70%）。老師透過持續評估學生的學習進度，可因應學生的學習情況修訂教學內容，而家長及學生亦可透過持續評估檢視學習成效。



老師利用即時通訊軟件與學生進行實時互動上課



老師們進行會議商討在延期復課期間如何向學生提供學習支援。

活動 I

價值及生命教育

李淑貞主任

校方今年以自我挑戰為題，推出「“One Year Challenge”自我挑戰」計劃，鼓勵學生勇於挑戰自我，跳出自己固有的框框。同時，學習認識自己而建立追求卓越的目標，建立自信心和欣賞別人的動機，並建立積極及正面的人生價值。

推行此計劃的目的是幫助學生活得認真和積極，重視生命中的每一天，並且希望學生不因困難挫折而意志消沉，讓學生明白生命充滿成敗、得失與起跌，經歷困難是成長的一部份；即使自我挑戰的項目未能成功，亦能欣然接受。如果學生能掌握這些價值觀念，就更能接納及欣賞自己生命中的種種轉變，以感恩的心冷靜地、細心地發掘生命中的美善，從磨練中成長。

今年共有 14 名學生入選此計劃，最後，學生需經過評審委員會的通過，便有機會獲得上限為一千元的資助。以下是 6D 魏楚晶同學的分享：

要感謝學校讓我能夠參與是次的 one year challenge 自我挑戰計劃。我所選擇的自我挑戰項目是成為葵青區學界排球前四名，這項目講求的是堅毅精神、領導才能以及團隊合作。

排球不是個人項目，是極之講求團隊合作的運動。由於我十分重視是次比賽，所以在自己的弱項上增強了訓練。體能一直是我的弱項，再者，我飲食習慣也是我的弱項，所以藉着這次挑戰也一同進行改善。9 月 28 日是首場學界比賽，早在一個月前我已開始每日進行體能訓練，如跑步、掌上壓及深蹲等體能訓練，務求令自己更進一步。除了體能訓練，還有力量訓練和球技訓練等。在家中自行練習上手訓練，進行體能訓練已成每天的習慣。飲食方面，以往我不會留意營養標籤上的細節，為了比賽，我每天所吃的食物總含量不能超過 1400 卡路里，目的是減脂，此能令自己行動更加輕盈迅速。除了自主練習外，還主動請球隊的隊員和我一起進行體能挑戰，這能令隊友和我更加進步。在 9 月 28 日的比賽上，我隊以 2:0 取得首勝。賽後除了勝利的喜悅，還真的感受得到自己努力的成果。步伐變得更快更迅速，上手升球也比以前更加穩守，更得到隊友的認同。下一場比賽日子為 10 月 12 日，為了增強自己的實力，於是我增加了體能訓練，可惜比賽因社會運動而延遲。

我一直堅信堅持不會白費，往後的每日也依舊保持訓練，縱使比賽日期一再延遲，我也抱着一絲希望，若比賽再來臨時，我也能以最佳狀態去迎戰。

直至 1 月 3 日喜訊來了，比賽將於 1 月 14 日復賽，我方以 2:0 擊敗對手，在排行榜上我校得分為 4 分，雖還有一場小組賽仍未完成，但小組成績我校已踏入四強。可惜因肺炎肆虐，學體會經多次延期，最終決定取消本年度的餘下所有賽事，連同精英賽也取消了。雖然排行榜上八間學校都沒有總成績，但按分數計算我校還算得上進入四強。所以，我的目標也算達成了。

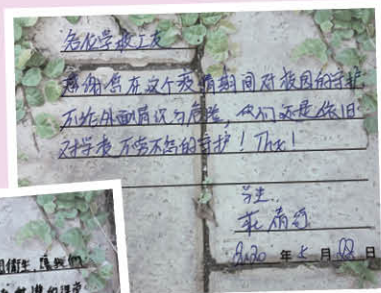
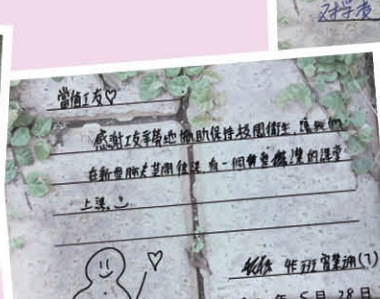
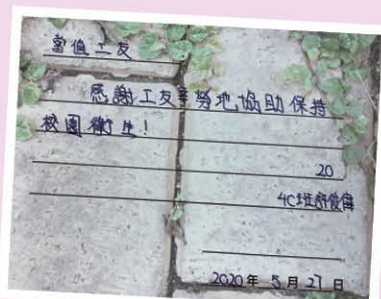
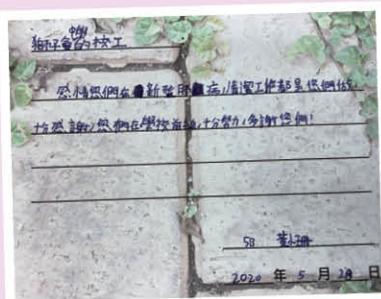
活動 2

常存感恩

5 月 27 日是中三至中五學生的復課天，亦是得來不易的一天。學校就復課已做了不少準備，包括清潔及消毒校舍，確保校園清潔和衛生，相信在這個時刻，學校工友們亦特別辛苦。

我們希望學生將今次疫情視之為一次經歷，又希望在這段期間，學生能學到教科書以外更多的事物，並希望學生能反思，學懂珍惜目前所擁有的事物，並常存感恩。

以下是學生寫給工友們的感恩咭：



陳映言老師 許文聰老師

在歷「耆」中學會互相欣賞

同學在生活中會遇到很多長者，可能是住在一起的爺爺麻麻，或是鄰居的公公婆婆。對於十多歲的年輕人來說，「老年」是一個非常遙遠的概念。在今年的 1 月 16 日，教育無邊界啟導友師 Ms. Anson 和 Mr. Marshall 邀請了歷耆者（Eldpathy）在學校裏舉辦了一個體驗式學習活動，讓 38 位參加了「夢想飛航 伴你同行」計劃的 2D 班同學透過小組遊戲感受長者的生活，反思如何規劃自己的人生。

體驗長者生活

隨著年齡增長，長者的身體機能逐漸衰退，他們在生活中也要面對不少難題。同學穿上幾十磅的駝背背帶和負重袋在校園內走動，體驗長者步行的困難；戴上黃色護目鏡閱讀茶餐廳餐牌和巴士路線圖，體驗長者黃斑點病變後的視覺能力。變身「長者」的同學覺得非常疲倦，但因此更加了解長者在日常生活上的需要，例如樓梯的扶手其實對長者非常重要。體驗長者生活後同學又如何反思自己的人生呢？同學在畫紙上畫出 80 歲時的自己：有些同學很快樂地與朋友玩遊戲、賺很多錢享受退休生活、滿頭白髮躺在病床上等。通過這個環節，同學反思自己應該更注重個人健康，更友善地關心年長的家人。

在活動中學會互相欣賞

同學在活動中展現了不同強項，有些同學畫功好，有些同學主動回答問題，有些同學願意幫助老師收拾場地。啟導友師在活動之前邀請每一位同學觀察另一位同班同學，在活動結束時寫一張「支票」讚賞該位同學。這個活動令同學了解其他同學眼中的自己，不僅能提升同學的自信心，更能培養同學互相學習的態度。我們相信同學能因此更放膽地規劃將來，更踏實地實現夢想。



同學透過支票讚賞其他同學



同學戴上黃色護目鏡玩小組遊戲



同學戴上負重袋模擬用餐時夾食物的情景



同學穿上駝背背帶和負重袋體驗長者生活



黃同學正展示他的畫功



蘇同學分享自己在 80 歲時的生活



同學在小組遊戲後反思 80 歲的自己是甚麼樣子

甚麼是「夢想飛航 伴你同行」計劃？

教育無邊界是一間非牟利機構。機構的啟導友師透過啟導（mentoring）的方式提升同學的學習態度、學習動機與自尊感，與同學一起探索未來的目標和方向。啟導友師從 2018 年起駐校於獅子會中學，舉辦單對單、小組和大型的學習活動。「夢想飛航 伴你同行」計劃的目的是讓中二級同學更了解自己的興趣、性格和強項，探索未來的不同可能性。歷耆者體驗活動是「夢想飛航 伴你同行」計劃的其中一個活動。

生活教育組

「我們服務日」

生活教育組於 2020 年 1 月 17 日舉行「我們服務日」，讓中一及中五級的同學，以及全體老師，無分彼此，參與不同形式的社區義工服務工作，秉承獅子會「我們服務」精神。

本年度「我們服務日」的義工服務包括，探訪獨居長者活動、長者電競體驗活動、清潔郊野公園，以及派捐贈器官宣傳單張。

希望同學能透過服務他人領悟到快樂不一定來自物質豐裕，反而透過人與人之間彼此關愛和支援，更能獲得持久的心靈滿足。



「新移民及非華語學生適應計劃」

新移民及非華語學生適應計劃希望透過舉辦不同活動，幫助新移民及非華語同學融入校園。於第一學期，我們有午間聚會，各級參加的同學互相認識及分享校園生活的點滴。



「廉政互動劇場」

2019-2020 中四級廉政互動劇場《今次 GG 了》安排在 10 月 21 日舉行，宣揚反貪訊息，學生非常投入，熱烈參與回答提問。



第四期 (2017-2020) 校本兒童發展基金 ——獅友同心伴我行

楊靖怡小姐

兒童發展基金培訓及行政主任

校本兒童發展基金結合了家庭、商界及政府三方資源的跨界別協作項目，旨在促進弱勢社羣兒童的較長遠發展，從而減少跨代貧窮。鼓勵兒童規劃人生，養成儲蓄習慣，同時累積無形資產，如正面態度、抗逆能力、社交網絡等，為未來發展奠下基礎。

來到第三年，實踐個人發展目標。我們為 56 位友員成功申請配對。感謝社會福利署、友師、好管家基金會，以及願慈善基金的配對，使每位友員均能獲得港幣 \$14,400。

友員於 2020 年 1 月 1 日開始申領個人發展計劃經費。申領進度理想，全部友員已繳交至少一次經費申請表，當中有 27 位友員已成功申領全數經費。期望各位友員能善用資源，不負所有捐款人所望，增進自己的能力及技巧，奠定良好的文化及學術基礎。

在停課期間，願慈善基金捐贈 20 份防疫禮品包（包括口罩、消毒濕紙巾、消毒洗手梘、消毒搓手液、米 1 斤）給友員。友員均向願慈善基金表達謝意。



防疫禮品包



防疫物資贊助機構



友員回校領取防疫禮品包

升學及擇業輔導組

每年中三級同學都必須經歷選科的煩惱，為自己的前路作一次抉擇，學校會為這群學子提供各式選科資訊和小組面談，讓他們在活動中吸收資訊，確立方向。今年，在疫情影響下，中三級同學們未能如期參加活動，為免他們在疑惑中倉促地作出決定，升學及擇業輔導組邀請了各負責老師為同學們製作高中學科和校本課程介紹短片，同時把過往的講座內容製成影片，一併上載於網站中，讓同學可以安坐家中觀看。

除此以外，本組還特意安排中三級同學們於 4 月 25 日回校，進行了一次模擬選科。雖然同學都必須遵守防疫措施，但一切均井然有序地進行，相信同學在困難的 2020 年下，仍能為自己的前路作出明智抉擇！

譚恩禮老師



同學們八人一組，在圖書館查看高中各科的相關書籍和作品，了解各科特色。

「我們的心獅電視台」

「心獅電視台」發展了校本的影像教材及提供一個全方位媒體教育的學習經歷，使學生能透過自行籌備、製作及欣賞電視節目，發揮多元智能，加強各種共通能力的培養。更能配合各科課程需要，進行更有效的跨學科學習，提升學與教的質素，協助學生有正向發展，達致更有效的學習。

心獅電視台節目豐富，中文科朗讀分享：引用中學中國語文的內容，播放詩詞朗讀的短片，及邀請得獎學生表演。Have Fun English: 播放英文的短劇，再給學生用英語會話模式作當日的廣播。魔幻數學：數學老師及學生在廣播時段分享學習心得並舉學習的實例作參考。通識時事：引用生活上的時事及通識科的內容、日常新聞作廣播的題材，使學生掌握通識時事資訊，學生和老師在節目內發表客觀意見及分享對時事通識的想法。

此外，聯課活動節目：活動直擊直播或錄播學生比賽、大型全校性活動，如才藝表演及運動會。生活教育節目：加深同學對學障的認識和了解，希望公眾對學障同學、新移民、少數族裔多加體諒，從而締造和諧社會。訓輔教育節目：

紀麗蓮主任

訪問同學感受及分享心得，播放服務及成就的活動花絮。校園電視台／攝錄學會活動節目：老師訓練不同年級的學生擔任小記者的工作，採訪校園內的大型活動。生涯規劃節目：訪問名人、校友，分享學習心得、工作經驗、成功之道等。學生會：參選短片，活動花絮等。

心獅電視台設備完善，視聽器材包括：數碼硬盤攝錄機（連高容量後備蓄電池及攝錄機專用腳架）、三腳踏輪（可動滑輪連外景袋）、實時虛擬演播系統、22" 液晶顯示器（連視頻分割器）、22" 拍攝室導播監視器（連電視機踏輪）、4路影音一進四出分配放大器、影像接線及分線系統、18位元數碼立體聲混音器、手提麥克風和站立式腳架、專業指向性收音咪、監製專用麥克風、監製專用耳筒、攝影師及演員專用耳筒、音頻訊號放大器、耳機音頻訊號放大器、立體聲擴音器（一對）、音訊接線及分線系統、互聯網影像管理平台、實時數碼廣播系統、實時數碼影像剪接電腦、實時數碼影像剪接軟件。



校長也十分欣賞同學的表現！



校園小記者用心學習！



設備完善及先進！



錄影中，老師也上鏡！

「領袖訓練營」

周偉權老師

本校於 2019 年 12 月 13-14 日，與香港青年協會合作舉辦了一次領袖訓練營，共有 28 位不同年級而有興趣成為領袖的同學報名參加，地點為南丫島青年營。由香港青年協會派出兩名有豐富經驗的教練，透過不同活動讓同學培養領袖、團隊合作、分析、解難等技能。

當天，同學於下午 4 時正於學校出發，攀山越嶺，於晚上七時到達營地。不久即進行第一個原野烹飪活動，利用與現代對照的環境和方法，將日常煮食變成別有一番風味和刺激的團體活動，從中引發參加者多動腦筋去發掘代用方法、如何不浪費資源、如何適應環境，培養創造、合作和勇於嘗試的精神。

第二天早上。同學自行烹調早餐後，便進行第二個活動 - 墨攻，透過生動和刺激的模擬活動 - 攻防戰，鍛鍊學生的體能、紀律、意志和解決問題能力。從中亦可藉活動引導學生產生對國史及物理的學習興趣。



墨攻攻防戰——同心協力，眾志成城！



大家學習野生火訓練，第一步斬柴減肥法！



原野烹飪男子組，大大火，好好味



原野烹飪女子組，女同學一樣得！

學生事務委員會 - 學生支援

周嘉慧主任

為推動校內關愛文化，共建和諧校園，學校社工張姑娘及林姑娘於聖誕假前夕特別舉行「關愛大使攤位活動」，活動舉辦當日參與同學眾多，反應熱烈。初中及高中各班的關愛大使在活動前夕，都密鑼緊鼓加緊籌備，在活動當天又落力地向同學推介攤位活動，向同學傳揚互相關愛的訊息。同學參與活動後，都覺得十分有意義，並渡過了一個愉快而充實的午膳時間。而第二學期的「關愛大使攤位活動」因疫情關係，故活動將另訂日期進行。



事務工作

疫情之下，口罩成為市民外出時的必需品，惟個人衛生用品及口罩的價格在疫情初期持續高企，對基層家庭來說實在百上加斤。尚幸本校得到各方慈善團體所捐贈的防疫包及電話卡，除了能緩解基層家庭的燃眉之急，更惠及莘莘學子進行網上學習，使同學在停課期間也能停課不停學。

組別近況



教師專業發展委員會

「教師專業發展日」

2020年2月28日，因應新型肺炎疫情，本校教師專業發展委員會安排之專業教師發展日活動以分享及交流形式進行。

當中探討在延期復課期間，各科推行的電子學與教活動，如何達致「停課不停學」的目的及提高學生學習成效。老師們踴躍分享進行網上實時互動上課及電子教學的心得，並互相交流網上教學經驗。本委員會亦會將老師寶貴的心得及建議結集於本校出版之「獅道」刊物內。



老師在延後復課期間與學生進行網上實時互動課堂

中國語文科為了鼓勵同學學習中文，邀請了不同經驗和才能的導師，設計及進行有趣的多元學習活動和工作坊讓同學深入了解中國文化，加強同學對學習中文的興趣和信心，推行了以下文化交流活動：

活動一： 參觀太空館

在太空館內親身探索太空知識，同學們都會好奇地跟著指示，嘗試不同的展示設備。透過不同的學習活動，突破課堂的學習限制！



一步一步登上高空

活動二： 開心中文聽講讀寫班

在導師的引導下，同學們以手工創造將來的理想社會。一面製作，一面學習怎樣用不同的詞語來表達內容。



開開心心學中文

活動三： 學習中國文化

中國新年到了！每年初中國的農曆新年假期間，都會見到那些紅當當的揮春、對聯、奇異的中文字配搭到底是什麼意思？它們的典故由來又是怎樣？打開色彩繽紛的立體繪本，同學們能閱讀與中國新年有關的趣味故事，對中國文化加深了解。



互動繪本閱讀中國文化故事

科學教育學習領域

「2019 大灣區科技研習營」

麥家宜主任

我校兩位同學包括 6C 班梁卓桓同學及 6E 班蘇輝龍同學在 2019 年暑假參加了香港科技協進會首次舉辦的大灣區科技研習營。在這次的行程中同學到訪過不同類型的生產商企業參觀。包括汽車製造商、電動及氣動工具製造商、電源產品製造商和壓鑄及注塑製造商等。期望同學們透過是次活動可以了解自己的興趣及為未來作好生涯規劃。期望下次能邀請更多同學參與。以下是同學的分享。

6E 班 蘇輝龍同學

2019 年的暑假，我有幸參加了由香港科技協進會與香港善得基金會舉辦的大灣區科技研習營。度過了三天富有意義且美好的時光，在參觀了當地知名企業，製造車間及了解了其公司發展和策略後，我不但對於中國製造業科技耳目一新，而且還加深了對中國內地企業文化及經濟發展的認知。

除此之外，我亦參觀了中國科學院雲計算中心，這裡匯聚了中科院網絡信息中心、自動化等在雲計算領域的技術人才。通過工作人員的耐心講解，我算是明白了雲計算就是將無次序的數據處理之後變成有用的數據。為日後物聯網，智慧城市等相關設備的技術開發層面上打下了堅實基礎。在感歎中國科技發展迅速的同時，我也更堅定了自己以後在大灣區自主創業的目標，推動中國國力發展，走向繁榮富強。

總而言之，此次行程意義非凡，為我們這些有意向北上的港青拓寬了視野，大大消除了港青對中國內地發展落後的舊有偏見，使粵港澳大灣區文化進一步融合，方便為國家輸送相關領域的人才。

最後感謝主辦單位、學校、老師及同學們的大力支持，謝謝你們提供了這個機會去學習課外知識。



化學科特意邀請十二名中四級及九名中五級學生參加由教育局科學教育組及香港虛擬大學聯合舉辦之「化學家在線」自學獎勵計劃 2020，目的是透過高階化學網上課堂提升學生的科學素養。本年度共有二十五個網上講座，這些講座均由本地大學學者及化學相關行業的專家講授，涵蓋廣泛的化學主題，包括食水處理、合成聚合物、美食學、納米物料及食物化學等，內容緊扣化學科的課程，部分內容更延伸至化學範疇的最新發展。在現階段，本校共有四名學生取得銅獎。整個獎勵計劃將於 8 月 31 日完結，相信同學會繼續努力，爭取更佳成績。



5C 廖子菁



5C 袁綺靜



5C 袁綺嫻



5D 朱孝冬

物理科

北京、西安航天科技考察團

麥家宜主任

我校兩位同學包括 6 C 班曾曉藝同學及林翔同學在 2019 年暑假參加了香港科技協進會與香港善德基金會合辦的「北京、西安航天科技考察團」。是次活動，他們考察了國家多個航天科技核心研究所及參與了研習成果分享會。相信這次體驗能擴闊同學的國際視野、了解個人興趣及為生涯規劃作好準備。期望下次能邀請更多同學參與。以下是同學的分享。

6C 班 林翔同學

我參加了北京、西安航天科技考察團，經歷過很多，有走馬觀花的遊街學習，有深刻體會地認識航天科技，也有和同輩同行的生活點滴，與同儕相處的每個時刻仍歷歷在目。

人和人相遇是緣分，走到一起不容易。朋友之間，有的聰明，有的隨和，有的理性，有的體貼，有的大方，有的開朗。世界上沒有天生合適做隊友的人，需要的是理解和包容。有的隊員喜歡惡作劇，被戲弄的也毫不介意，一笑置之。儘管只認識了數天，當留意到有隊員似乎難掩心中的難過時，而出言關心，實在是讓人感到窩心及感恩，因遇到一隊好夥伴。

八天的時間，學習到的不僅僅是課本知識，當中見識到的中國文化和科技進步更是讓我們的眼光不再局限於表面知識上，更多的是許多科學家的汗水辛勞和智慧的積累，厚積薄發之下華麗的結晶品。



2019-2020 年，世界各地出現病毒性肺炎病例群組個案。新型冠狀病毒 (COVID-19) 疫情肆虐，部分歐美國家疫情雖趨緩，但全球累計確診人數持續增長。在香港，由二月開始政府推行不同防疫措施，例如全港學校延後復課、限聚令等。雖然疫情有所控制，但對市民日常生活大受影響。

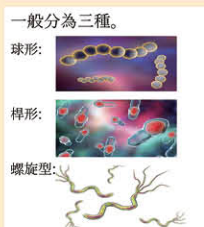
在復活節停課期間，為加深初中級同學對第四課課題（細胞、人類生殖與遺傳）的瞭解及培養同學主動學習的精神。本組鼓勵同學在家做一份專題研習，主題為病毒與細菌的比較及對新型冠狀病毒 (COVID-19) 的分析。同學整體表現良好，不但加深對病毒的瞭解，更從學習中加強防疫意識。以下是部份同學的習作。

細菌與病毒的比較

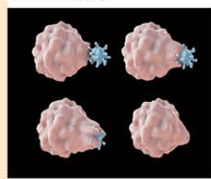
1A 班 黃紫欣

何謂是細菌？

細菌是一類具有細胞結構的單細胞生物，非常的微小。我們知道生命的最小單位是細胞，細菌是一種單細胞生物，抗生素是專門針對細菌感染。



吞噬病毒過程。



何謂病毒？

病毒為非細胞結構，沒有自身的代謝機能，不能獨立地生長和繁殖，必須寄生在活細胞中，利用活細胞的營養物質合成新的病毒後代。病毒十分微小，10-300 納米之間，所以只能用電子顯微鏡才能看見。

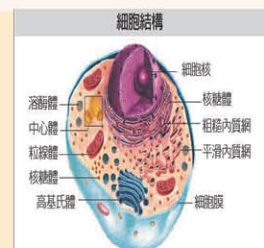
動物細胞是細菌還是病毒？

動物細胞是細菌！

新冠肺炎 Covid-19 是細菌還是病毒？

新冠肺炎 Covid-19 是病毒。

預防：少出門！出門記得戴口罩！勤洗手！避免去多人的地方！盡量避免身體接觸！新冠肺炎多數出現發燒、疲倦及乾咳。暫時未有藥物可以治療這種病毒，所以都是以支援治療為主。



感想

完成這份專題報告後，我學會很多細菌和病毒的分別。增進了不少的知識，也認識了新冠肺炎病毒有什麼徵狀和可以如何預防。

細菌與病毒的比較

1B 班 鄧偉雯

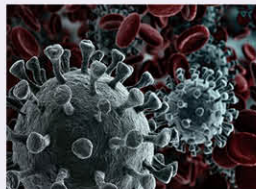
何謂細菌？

細菌是單細胞生物，可以自己生存、產生能量，更可自我繁殖。病毒則介乎生物與非生物之間，需要依靠宿主，例如人類、動物、植物，甚至是細菌幫自己繁衍後代。常見細菌例如食物中毒是由沙門氏菌、金黃葡萄球菌等引起；流感以至新冠肺炎是由病毒引起。



何謂病毒？

病毒（英語：virus）是由一個核酸分子與蛋白質構成的非細胞形態，為類生物，無法自行表現出生命現象，靠寄生生活的有機物種，它既不是生物亦不是非生物，目前不把它歸於原核生物、原生生物、真菌、植物和動物之中。



細菌環境、醫治方法、大小、形狀等等

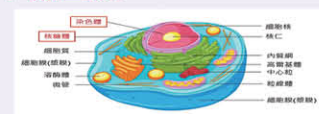
細菌是單細胞生物，可以自己生存細菌，一般體積約 0.2-2 微米大常見例子由沙門氏菌、金黃葡萄球菌等引起；流感以至新冠肺炎是由病毒引起。

病毒環境、醫治方法、大小、形狀等等

病毒是倚靠生物才能複製及繁殖，因為病毒使用了宿主細胞來進行複製並且寄居其內，因此很難用不破壞細胞的方法來殺滅病毒。現在最積極的對付病毒疾病的方法是疫苗接種來預防病毒感染或者使用抗病毒藥物來降低病毒的活性以達到治療的目的。但是不是所有病毒都有藥物醫治，例子新冠肺炎。病毒是比細菌細小 10 至 100 倍。

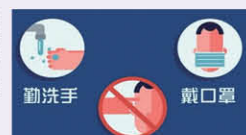
動物細胞是細菌還是病毒？繪畫及標示動物細胞的構造？

動物的基本單位與細菌一樣是細胞



新冠肺炎 (COVID-19) 是細菌還是病毒？如何預防及有甚麼醫治方法？

新冠肺炎 (COVID-19) 是病毒我們可以做個人衛生，例如勤洗手 / 少碰眼口鼻 / 戴口罩 / 少去多人地方，藉此減低傳播及感染機會。



感想

此習作令我對細菌與病毒更了解。

個人、社會及人文教育 學習領域

科目近況

地理科

《校園・環保・水耕菜》

賴莉芳老師

地理科聯同科學科及化學科參了由國際獅子總會中國港澳 303 區環保服務委員主辦的《校園・環保・水耕菜》活動。活動包括水耕種植工作坊及為期幾個月的水耕種植。

同學透過活動了解水耕的運作、好處及種植技巧。在幾個月的種植過程中，同學們一嘗水耕農夫的農務角色：育苗、移植菜苗到水耕機、管理水耕機及收割。我校最後有三造的收成，看似不錯，但其實經歷了不少失敗，曾經有些育苗，更是全軍覆沒，這些體驗，讓師生們不斷解難及嘗試新方法。是次活動最令我深刻的是第一造收割後，同學們分享將收成帶到教員室送給老師時的笑臉。

是次活動，欣賞同學的付出，每次育苗，需要同學細心把種子一粒一粒放在海棉精準的位置上，另外，更欣賞負責管理的同學，因為他們需要每天去管理菜苗，需要很大的恆心及良好的時間管理。藉此，也感謝負責協助的工友，尤其在學生不用上課的日子不辭勞苦地打理菜苗。



從育苗開始



清理雜質中



收割了



獅兄獅姐共證收成

中國歷史科

陳家健老師

本校 5E 凌惠妮及 4C 許俊偉於去年分別參加法國巴黎及柬埔寨交流團。兩位同學的反思作品分別刊登於以下文集：

許俊偉〈從赤東大屠殺反思苦難〉

載於《同心一師一生系列：大灣區柬埔寨篇》

凌惠妮〈長眠法蘭西的勞工〉

載於《三盞青燈：香港、北京、巴黎》

歡迎同學到學校圖書館借閱。



健康管理及社會關懷科

「健康管理及社會關懷科 & 大哥姐計劃」

陳家健老師

在停課期間，大哥姐計劃拍攝短片《敬愛工友日》，希望學生能學會感恩，也多謝在疫情下辛勞的工友。此外，健康管理及社會關懷科亦拍攝《防疫知多D：學生篇和家長篇》，讓學生和家長更快適應學校的防疫措施，期望疫情盡快過去，校園環境更添關愛。



體育、藝術教育學習領域

視覺藝術科

「旗袍“禮”遇 @ 愛回家 第二屆全港旗袍設計比賽」

視覺藝術科不斷鼓勵學生參加比賽，讓學生吸收經驗，發揮潛能。高中同學參加了「旗袍“禮”遇 @ 愛回家第二屆全港旗袍設計比賽」，當中中六級楊水靈、中五級陳碧瑩及中四級王晉希入圍7月的決賽。



「多媒體及傳播新星 Zoom Conference 2020」

視覺藝術科洪詠珊老師於5月27及29日為「多媒體及傳播新星 Zoom Conference 2020」作分享嘉賓，簡介高中視覺藝術科，展示本校學生於不同媒介的創作。中六級羅芷悅同學亦會分享修讀視藝科的好處，以及自己在油畫、陶藝、木刻等的創作經驗。



中六級羅芷悅同學的油畫創作，這是同學送給林日豐校長榮休的禮物。



洪詠珊老師展示本校學生於不同媒介的創作，上圖是立體攝影作品。



中六級楊水靈同學的陶藝創作，釉藥的運用變化豐富。

編輯委員會

顧問	林日豐校長
老師編委	謝思敏老師、紀麗蓮主任、李淑貞主任、麥燕媚老師、伍詠詩老師、蔣正馨老師、楊翠怡老師
學生編委	總編輯：袁綺僊 (5C)、袁綺靜 (5C)
	其他編委：鍾凱欣 (5C)、林海晴 (5C)、廖子菁 (5C)、袁嘉俊 (5C)、吳育聲 (4A)、黃榮錦 (3D)、馮子源 (4B)、張啟培 (5B)

歡迎各位就本通訊內容提出意見，請與謝思敏老師聯絡。謝謝！