



循道衛理聯合教會李惠利中學

THE METHODIST LEE WAI LEE COLLEGE

地址：新界葵涌葵盛圍葵葉街 2-4 號
 電話：2427 9121 傳真：2424 5157
 網址：<http://www.lwlc.edu.hk>
 電郵：lwl-mail@hkcdcity.net

學校通訊

校長的話



張欽龍校長

最近，社會熱烈討論八十後青年人的行為，有人認為他們思想和行為偏激，有關其報導不少都是負面的。現在就讀於本校的青年人多是「九十後」（編者按：即指 1990 年之後出生的人）的同學，究竟你們將來會成為怎樣的人呢？要回答這個問題，實在不容易。作為教育工作者，首先我們要問，究竟同學在校的時候，我們為你們作了甚麼？

本校一向重視學生的品德教育，故於本學年仍一如以往舉辦了多個活動，目的是鼓勵學生關心社會，並學習以正確方法表達意見。「校長與學生對談」已是第二年舉辦，活動的目的是希望藉著公開的場合，讓學生有機會參與校政，教導學生如欲表達自己的意見時，可以利用正式渠道，向有關負責部門表達意見。

當日活動由學生會負責統籌，學生反應熱烈，而所表達的意見均具建設性。他們提出要加强學生學習設施、改善洗手間及環保設備、提升小食部的食物及設施的質素等，不少問題已即時處理，另外部份學生的提議亦已轉交有關部門跟進。

於上年十一月，我們在週會舉行了第二屆的「僕人領袖」儀式，由校牧、校長及徐少敏老師替學生領袖（學生會、領袖生及四社社長等）洗腳，展示僕人領袖應有的質素，希望同學學習作為領袖，亦要學會謙卑，虛心聆聽同學的訴求。本年一月，公民教育組的負責老師帶領同學參加城市論壇，讓學生了解社會時事，同時亦學習如何表達自己的意見，聆聽不同社會人士的聲音。經濟科的老師帶領同學參加財政預算案的論壇，讓學生關心社會，積極表達意見。此外，學校第三年舉行啟發課程，希望同學可以透過一系列的活動，認識基督教信仰，建立正確價值觀及教會生活，以致同學在離校後都可以在穩固的基礎上，面對社會的衝擊，人生觀不被動搖。有關活動有賴師生的協作，每年參與的同學都表現踴躍，獲益不少。以上只是我們工作的一部份，盼望我們的學生能夠建立正確的價值觀，畢業後成為具責任感的九十後良好公民。



本校校長為同學洗腳，希望讓同學在其中有所學習反省。



范建邦牧師全神貫注為同學洗腳，展現令人尊敬的服侍精神。



徐少敏老師為同學洗腳，一絲不苟。



於主題為「與校長對話」的週會上，校長聽取同學對學校事務的意見。

英文科獲獎消息

62nd Hong Kong Schools Speech Festival

Class	Name in English	Contest	Prize	Awards
6A	Lee Yin Wai	Solo Verse Speaking	1st	MERIT
6A	Leung Wai Nga	Solo Verse Speaking	2nd	MERIT
6A	Ho Yuen Ting	Solo Verse Speaking	3rd	MERIT
6B	Chang Ka Ka	Solo Verse Speaking	3rd	MERIT
1A	Wong Sze Yik	Solo Verse Speaking	3rd	MERIT
1A	Chan Ngai Tan	Solo Verse Speaking	/	MERIT
1A	Leung Yee Wa	Solo Verse Speaking	/	MERIT
1A	Lin Tsz Ching	Solo Verse Speaking	/	MERIT
1A	Lo Wing Yin	Solo Verse Speaking	/	MERIT
1A	Tong Sin Ching	Solo Verse Speaking	/	MERIT
1A	Wong Chui Yan	Solo Verse Speaking	/	MERIT
1A	Wong Wai Chung	Solo Verse Speaking	/	MERIT
1B	Chau Chak Ho	Solo Verse Speaking	/	MERIT
1B	Cheung Ka Ki	Solo Verse Speaking	/	MERIT
1B	Ting Cheak Nga	Solo Verse Speaking	/	MERIT
2A	Chu Tsz Ying	Solo Verse Speaking	/	MERIT
2A	Nam Cheuk Ling, Zuki	Solo Verse Speaking	/	MERIT
2A	Ng Wing Chi	Solo Verse Speaking	/	MERIT
3A	Yu Mei Shan	Solo Verse Speaking	/	MERIT
3A	Yun Hiu Wai	Solo Verse Speaking	/	MERIT
3A	Chan Hoi Kwan	Solo Verse Speaking	/	MERIT
3A	Yan Po Sum	Solo Verse Speaking	/	MERIT
3C	Lee Choi Yin	Solo Verse Speaking	/	MERIT
4A	Lo Sheung Lok	Solo Verse Speaking	/	MERIT

Class	Name in English	Contest	Prize	Awards
4A	To Yee Man	Solo Verse Speaking	/	MERIT
4A	Lee Kin Fung	Solo Verse Speaking	/	MERIT
5A	Hui Yan	Solo Verse Speaking	/	MERIT
5A	Moi Hin Yan	Solo Verse Speaking	/	MERIT
5B	Lam Sze Ngai	Solo Verse Speaking	/	MERIT
5C	Choi Ying Hung	Solo Verse Speaking	/	MERIT
5C	Chong Ka Yan	Solo Verse Speaking	/	MERIT
5C	Ng Wai Kwan	Solo Verse Speaking	/	MERIT
5C	Wong Ka Man	Solo Verse Speaking	/	MERIT
5E	Kong Tsoi Ying	Solo Verse Speaking	/	MERIT
6A	Pin Hoi Yan	Solo Verse Speaking	/	MERIT
6A	Choi Kwan Wai	Solo Verse Speaking	/	MERIT
6A	Yeung Ying Kwan	Solo Verse Speaking	/	MERIT
6B	Tso Miu Ling	Solo Verse Speaking	/	MERIT
1A	Chow Ka Yan	Solo Verse Speaking	/	PROFICIENCY
3A	Chung Pui Yu	Solo Verse Speaking	/	PROFICIENCY
3A	Hsieh Lung Kwun	Solo Verse Speaking	/	PROFICIENCY
3A	Kwong Wing Kin	Solo Verse Speaking	/	PROFICIENCY
3B	Kong Cheuk Yiu	Solo Verse Speaking	/	PROFICIENCY
3B	Lee Lok Han	Solo Verse Speaking	/	PROFICIENCY
4C	Choi Sin Ting	Solo Verse Speaking	/	PROFICIENCY
5A	Yu Min	Solo Verse Speaking	/	PROFICIENCY
5C	Cheng Ka Man	Solo Verse Speaking	/	PROFICIENCY
6A	Hong Po Kat	Public Speaking Solo	/	MERIT

中文及普通話科獲獎消息

中文及普通話科於本年度朗誦比賽派出 22 名同學參賽，成績令人滿意。當中有 1 位同學勇奪冠軍，2 位同學取得亞軍，另外奪得 12 個優良獎、6 個良好獎。

普通話組冠軍：李健峰

中文組亞軍：施裕琳、李鎧琪

班別	姓名	成績	級別	組別
4A	李健峰	冠軍(普)	中學三、四年級	普通話男子組詩詞獨誦
6B	施裕琳	亞軍(粵)	中學六、七年級	粵語女子組詩詞獨誦
6B	李鎧琪	亞軍(粵)	中學五至七年級	宗教作品朗誦(粵/普)
1B	張婉瑩	優良(粵)	中學一年級	粵語女子組詩詞獨誦
1B	黃勤	優良(粵)	中學一年級	粵語女子組詩詞獨誦
1B	董穎琪	優良(粵)	中學一年級	粵語女子組詩詞獨誦
2A	林廣慶	優良(粵)	中學二年級	粵語男子組詩詞獨誦
3A	宋青青	優良(普)	中學三、四年級	普通話女子組詩詞獨誦
4A	陳淑雅	優良(普)	中學三、四年級	普通話女子組散文獨誦
4C	張咏儀	優良(粵)	中學三、四年級	普通話女子組散文獨誦
5E	江采盈	優良(粵)	中學五年級	粵語女子組散文獨誦
5E	羅肇恩	優良(普)	中學五至七年級	普通話女子組散文獨誦
6B	吳依霖	優良(粵)	中學六、七年級	粵語女子組詩詞獨誦
6B	徐秀瑜	優良(粵)	中學六、七年級	粵語女子組散文獨誦
6B	朱凱汶	優良(粵)	中學六、七年級	粵語女子組詩詞獨誦
3A	李慧萍	良好(粵)	中學三年級	粵語女子組詩詞獨誦
3A	楊小麗	良好(粵)	中學三年級	粵語女子組詩詞獨誦
3A	余美珊	良好(粵)	中學三年級	粵語女子組詩詞獨誦
3A	梁明諾	良好(粵)	中學三年級	粵語女子組詩詞獨誦
3A	勞詩慧	良好(粵)	中學三年級	粵語女子組詩詞獨誦
4A	張方元	良好(普)	中學三、四年級	普通話女子組散文獨誦



元宵燈會活動花絮

中文學會於本年二月十七日（農曆正月十五）在小息及午膳時間於大雨操場舉行元宵燈會。過去，中文學會多於中秋節舉行猜燈謎活動，並以燈籠作禮物；今年則希望與同學共賀佳節，並從中傳揚元宵節的歷史文化，令活動別具意義。活動當天，同學均踴躍猜謎，中文學會亦送出過百份禮物，大家樂也融融。

負責同學：(6B)李鎧琪、朱凱汶、彭潤亞、黃嘉雯、許寶意、施裕琳



現場一片燈海，美麗非常。



同學們結伴猜燈謎，一臉認真。



活動當天人頭湧湧

辯論隊初創立 參加新界聯校辯論比賽

本校中文科於今學年正式成立辯論隊，並參加新界聯校辯論比賽。比賽共分兩場，雖然本校同學未能取得獎項，但在當中獲益良多。辯論隊之成員為4A李健峰、4B嚴華龍、5E李愷臣、5E江采盈、5E羅肇恩、6A孔寶吉。

我費得參加辯論比賽
可以提升自己運用語言的
能力，如以有限資料編寫成
四分鐘的講稿，實在並不容
易，幸好在過程中得到很多
同學的協助。雖然輸了，但
我並沒有感到不開心，因為
我們在第二次比賽在總分上
只輸了十多分。另一方面，經
過檢討亦發覺我隊所設計
的主線不夠清晰，在臨場時亦
聽得不夠清楚。我相信經過
改善，下次定能做得更好。

嚴華龍

成員感想

參加辯論比賽需
要付出很多時間，因
為要揣摩對手想法，
所以要經常作討論。回想在預備時，我
們甚至在學校留到十一時半。雖然辛
苦，但和隊員目標一致，在合作中感到
十分快樂。現辯論隊剛起步，希望有機
會在學校舉辦友誼賽，讓同學也可參與
其中，而比賽題目亦可定得較生活化，
如「學校應否設立精英班制度」。

孔寶吉



辯論隊主結辯嚴華龍同學



辯論隊二副江采盈同學



本校辯論隊在比賽開始前嚴陣以待



正在發言的孔寶吉同學

中文科視學總結

是次視學由教育局課程發展處課程發展主任（中國語文教育）蔡金霜女士及包桂芬女士親臨本校進行，為本校中文教育提供了寶貴的意見，亦對中文科老師的努力作出肯定。

其意見節錄如下：

對中文科老師的努力作出肯定：

- 欣賞本校老師經驗豐富，對中文教學有明確方向。
- 欣賞教師進行課研，提升教與學成效。
- 學生乖巧、專注，對課堂內容有回應。
- 老師清楚知道學生的程度及需要。
- 老師努力嘗試舉辦不同的課後活動以提升學生的中文能力。
- 老師鼓勵學生學習，即使是平日進行練習也盡量貼近公開試模式。

家校團結 —— 家長教師會活動花絮

家教會十周年 聚餐活動花絮

為慶祝成立十周年，李惠利中學家長教師會特舉辦了紀念午宴。午宴當日除了校監、校牧、校長和一群熱情的老師前來恭賀外，還有歷屆正、副主席及一群本屆家長成員出席。至於嘉賓方面，家教會更邀請到葵青區家教會正副主席及代表、亞斯理社會服務處總幹事侯月琮女士及警民關係組警長劉歷明先生光臨指導，可謂濟濟一堂，熱鬧非常。

家教會當天為參與人士準備了一本日記式記事簿作紀念品，物輕情重；另增設十年來活動相片的回顧，令眾人細味家教會過去的一點一滴。正如校監所言，家校合作是學校發展一個重要的基石；此外，就家教會與學校合作的過程，歷屆主席亦一一娓娓道來，更令人體會家校合作的「合作大道」，任重道遠。最後，午宴在一片歡笑聲中結束。



家教會主席何倩萍女士
簽名留念



校監林崇智牧師亦親臨出席家教
會聚餐



校長也出席聚會，表達對家教
會的支持。



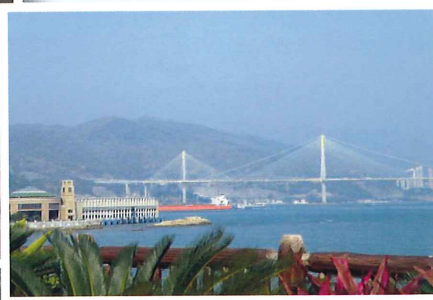
嘉賓與眾家長，老師合照，眾志成城，
為李惠利的發展獻出一分力。

親子旅行活動花絮

家教會在 2011 年 1 月 16 日舉辦了親子旅行，共有 120 人參加。當天眾人浩浩蕩蕩的由學校出發，先到達「恆香老餅家」，享用美味的老婆餅，然後到流浮山品嚐地道的海鮮餐。接著大家抵達「挪亞方舟」，更參觀了多媒體影院及展覽館。在當中，家長與學生得到不少有關愛護地球的資訊，還聯袂到別具特色的馬灣公園中散散步、談談心。大家對是次安排均表示滿意，還希望明年仍能到此一遊。



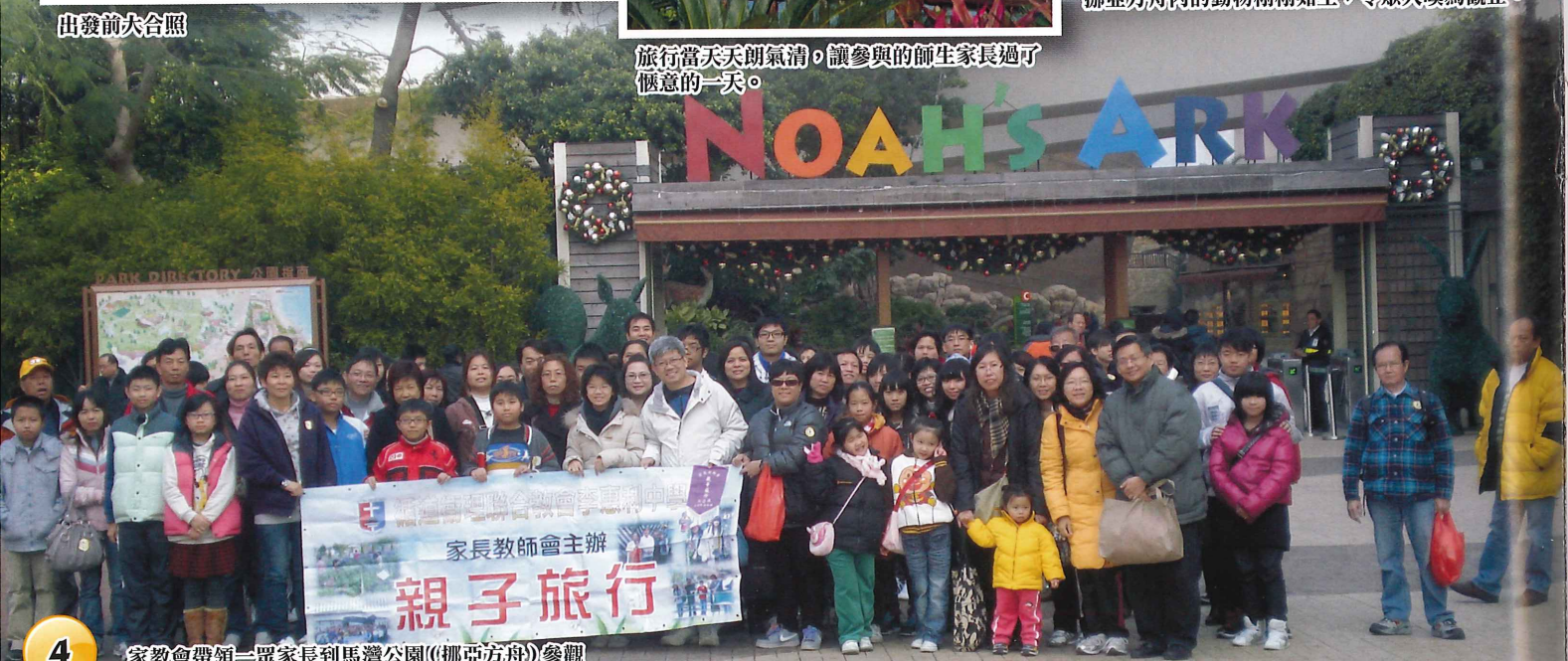
出發前大合照



旅行當天天氣清，讓參與的師生家長過了
愜意的一天。



挪亞方舟內的動物栩栩如生，令眾人嘆為觀止。



武漢高速鐵路之旅

改革開放政策實施以來，隨著國家經貿活動的蓬勃發展，陸路運輸系統需求增加。快速鐵路運輸是國家現時積極推行的全國計劃，而現時全球最快速的武廣高速鐵路已於 2009 年 12 月 26 日通車，列車時速高達 350 公里，來往武漢及廣州兩地的車程由傳統鐵路的需時 10 小時大大縮短至 4 小時，全程共有 18 個車站，穿越廣東、湖北、湖南三省。

於去年十二月底聖誕節假期，八名中六同學參加「仁濟醫院武漢高速鐵路之旅」，在四日三夜行程中，同學乘坐武廣高鐵到武漢，真正體驗這先進快速的內地交通工具。同學在此活動獲益良多，其不但認識到武廣高速鐵路及了解中國整體交通網絡的發展，而且亦可從中一睹世界的尖端科技。



黃鶴樓前師生合照



出發了！



同學們在車廂內可相對而坐，好不親熱。



同學們參觀湖北省博物館

城市論壇

部份學生會幹事及高中同學在一月初中出席香港電台在維多利亞公園舉行的城市論壇。參加同學在活動前搜集相關資料及與老師討論議題，增加其對題目的了解。在活動當天，同學更在論壇上發言，表達對「申辦亞運」的意見。此活動不但提升同學的公民意識，更訓練他們的批判能力。



本校同學在城市論壇發言



參與城市論壇的老師和同學



同學與主持人合照

捐血日



捐血日已在一月十三日舉行，當天的氣溫只有 10 度，在這個寒冷的星期四共有九十七人參加這項有意義的活動，總人數打破歷年紀錄，其中以中五級同學的參與最為踴躍。除了校長、老師及同學參加外，今年的捐血日還首次邀請得家長教師會的何情萍主席及歐陽愛珍副主席參與捐血，令活動更添意義。



捐血日情況



捐血同學不忘舉出勝利手勢

廉署互動劇場



公民教育組在一月份安排香港話劇團到學校演出廉署互動劇，將中四的上課地點由課室轉移往禮堂。透過劇中人物有趣生動的演繹方式，同學對《防止賄賂條例》的認識有所增加。是次廉署互動劇的劇目是「金童玉女」，同學在欣賞香港話劇團演員的精湛演技外，還明白到貪污的禍害及知道舉報貪污的途徑。



同學全神貫注觀賞話劇



活動增設互動環節，同學皆表現雀躍。



廉署互動劇場，演員表演維妙維肖。

少青啟發課程

結出豐盛的果子

郭家珏副校長

「啟發課程」是甚麼？

「啟發課程」是為期十多週的課程，共有十五節。它不像一般學校要考試做作業，而是以輕鬆、不施壓的模式向學生傳福音。「啟發」的英文名稱 ALPHA，這五個字母正好說明了它的特色：

Anyone interested	啟發信仰，老少皆宜
Learning and laughter	學無止境，歡笑滿堂
Pasta and pudding	圍桌共膳，建立情誼
Helping one another	互助互勉，切磋求知
Ask anything	自由發問，各抒己見

「啟發課程」的氣氛是暢所欲言，開放包容。其於 1977 年起源於英國倫敦聖公會聖三一布普頓堂 (Holy Trinity Brompton)，現已遍及全球 150 國家，在 28,000 間教會及團體中使用，更被翻譯成 52 種語言，參加者超逾 700 萬人次。香港佑寧堂於 1994 年首先在港使用「啟發課程」；1998 年苗禮士、解哈拿夫婦成立香港辦事處。課程的資源也隨之陸續翻譯成繁體、國粵語中文版本，以配合華人教會的需要。現時，香港已有超過 200 家堂會、學校及機構登記使用「啟發課程」，並在多個群體中使用，包括青少年、白領人士，甚至監獄囚友。

啟發飯食可以菜式不同，但「啟發課程」的內容和主題都很相似，而本校第三屆「少青啟發課程」有如下的安排：

舉行日期：2011 年 2 月 - 2011 年 5 月

舉行地點：學校禮堂

舉行時間：下午 12:30 (約一小時)

行政主任：何世傑老師

主 持：簡偉民老師



同學與工友一起為眾人預備食物

項目	日期	Day	主 題	信息分享	備 註
	21/1	B	全級中一宣傳		
簡介餐會	18/2 (五) (放學後)	F	勇闖顛峰，之後如何？ (前稱「基督教：沉悶、捏造和可有可無？」)	何世傑老師	預備報名表
第 1 週	25/2 (五)	E	耶穌是誰？	張欽龍校長	簡介
第 2 週	4/3 (五)	D	耶穌為什麼死？	關慧禎助理校牧	(推介發營)
第 3 週	11/3 (五)	C	何謂「信了主」？ (前稱「怎樣確定自己信了主？」)	李耀基老師	
第 4 週	25/3 (五)	B	為什麼要讀聖經？怎樣讀聖經？	馮炳基老師	
第 5 週	31/3 (四)	F	為什麼要禱告？怎樣禱告？	廖瑞君老師	
第 6 週	8/4 (五)	E	上帝怎樣指引我們？	丘玉鳳校董	
第 7 週	15/4 (五)	D	怎樣抵擋邪惡？	李競軒老師	
啟發營	9/5 - 10/5 (一至二)		啟發營：(有 3 個討論題目) 1) 聖靈是誰？ 2) 聖靈有什麼工作？ 3) 怎樣被聖靈充滿？	鄧麗珍女士	
第 8 週	6/5 (五)	E	為什麼要傳福音？怎樣傳福音？	簡偉民老師	
第 9 週	13/5 (五)	C	上帝今天還醫治人嗎？	郭家珏副校長	
第 10 週	20/5 (五)	B	教會是甚麼？	校牧范建邦牧師	
啟發慶祝餐會	26/5 (四)	F	如何活得更精彩？	孔偉健老師	致謝，慶功宴



課堂流程：

12:15 pm (15 分鐘)	佈置場地	
12:30 pm (15 分鐘)	開始入座	
12:45 pm (15 分鐘)	謝飯祈禱，送上食物，進膳	
1:00 pm (5 分鐘)	敬拜	(同步祈禱)
1:05 pm (15 分鐘)	信息 (包括有獎問答 / 遊戲，送小禮物)	(同步祈禱)
1:20 pm (15 分鐘)	小組討論	(同步祈禱)
1:35 pm (2 分鐘)	祝福，結束祈禱	
1:37 pm (3 分鐘)	歡送，執拾	
1:40 pm	返回課室點名	

同步祈禱：助理校牧關姑娘帶領祈禱組的老師與大家一起吃午餐，之後在禮堂後的領袖生室進行同步祈禱，求主帶領，使課程能順利舉行，同學能認識基督教信仰，並信耶穌。

本校「少青啟發課程」的內容和理念跟成人啟發一樣，只是在講座的演繹上煥然一新，使用三種吸引年輕人的模式來表達——科技式（電影及科技媒體）、互動式（遊戲、實驗）及靈巧式（故事及話劇），讓學生更易接受。講員以青少年的語言向同學傳講耶穌基督，並希望將信仰融入到學生的生活中，使他們健康成長，活出豐盛的生命。

今年參加「少青啟發課程」的學生人數眾多，中一級及中二級的新學員共有四十人，而參加做組長、服務隊工及老師的人數共有五十多人；而大部份出任隊工的同學，以往都參加過「少青啟發課程」，他們都受到感動，願意以基督耶穌的愛服侍低年級的師弟和師妹。今年我們更得到亞斯理社會服務處的長者前來協助，為學員預備美味的午膳食物和甜品。而完成「少青啟發課程」後，學校計劃在暑假期間與亞斯理堂青少年牧區合辦「生命好友營」，讓學員、組長和服務隊工的同學參加四日三夜的營會，接受進一步的栽培和牧養。祈盼在校牧、助理校牧、校長、老師和眾同學齊心努力下，以同一心志，興旺福音，讓耶穌進入每一個人的生命，得蒙祝福，永世無盡。



中一同學在活動中亦踴躍發言



同學一臉虔誠作禱告



從同學的勝利手勢可看出其十分享受啟發課程



在活動中老師向同學發問，增加互動機會。



同學們進行討論分享，一起作出反思。

2010 - 11 年度視覺藝術科

活動紀錄



日期	活動名稱	合作機構
2010年9月至 2011年5月	【Tate Modern turbine generation project】 英國泰特現代藝術館 國際交流計劃 (進行中)	Tate Gallery, UK 英國泰特藝術館
2010年9至10月	【交換·發現】(中四視藝學生)	
2010年10月至 2011年1月	【環境藝術探索】計劃(中五視藝學生)	香港嘉道理農場 暨植物園
2010年11月	參加【鮮浪潮2010】短片講座及 【鮮浪潮】得獎作品放映(合共三場)	香港藝術發展局
2010年11月	2011 校園藝術大使 中五 吳俊傑	香港藝術發展局
2010年12月1日	參觀【2011 全港中學生視藝展】 中四、五視藝學生	香港教育局
2011年1月	【重整香港】一分鐘短片創作坊 中四視藝學生	【錄影太奇】
2011年1月	【羅浮宮雕塑全接觸】觸感之旅 (中一、中三及中五級同學)	香港藝術館



【交換·發現】其中一課到上環發掘本地特色，依山而建的建築、永利街、中區警署和域多利監獄都令人留下深刻印象。



【錄影太奇】導師正指導中四同學創作【重整香港】短片



得獎紀錄

主辦機構	比賽名稱	獎項	得獎學生
香港教育局	【2011 中學生視藝創作展】	媒體藝術組大獎	中五 昌美怡
香港教育局	【2011 中學生視藝創作展】	媒體藝術組(入選展出)	中五 吳俊傑 中五 王麗芳
香港藝術中心	【16th ifva 第十六屆香港 獨立短片及錄像比賽】	青少年組入圍十強	中五畢業生 鄧廣燊 中七畢業生 黃詩明
香港藝術中心	【16th ifva 第十六屆香港 獨立短片及錄像比賽】	青少年組評審推薦放映	中五 昌美怡



什麼可以代表香港文化？吃！同學用菠蘿包拍短片。(「重整香港」工作坊)



中一全級同學到香港藝術館參觀【羅浮宮雕塑展】



同學們踴躍報名到百老匯電影中心觀看【鮮浪潮】精彩的得獎作品



雕塑不只是以雙眼欣賞的！中三同學正以手代眼觸摸美麗的古希臘女神維納斯雕像。



香港藝術發展局主辦【2011 校園藝術大使】，於本校擔任藝術大使的是中五吳俊傑同學。



中五同學蒙著眼睛，用觸覺探索藝術。



完成了歷時兩個月的環境創意工作坊，與駐校藝術家自雙全先生、嘉道理農場藝務主任張樺小姐來個大合照。

李惠利之「星」(第二輯)——傑出同學專訪



李東昇同學專訪

記：記者(6B李鑽琪)
李：李東昇

李東昇小檔案

班別：6B
出生日期：8月5日(獅子座)
嗜好：溜冰、唱歌
戰績：於2010年香港中學會考取得21分

記：你哪一科的成績最好？

李：相信是物理、化學、生物及數學，各科在會考中均拿到B級。

記：你認為要怎樣才能在公開考試裡獲得好成績？

李：首先，基本條件是要留心上課，要理解課堂上老師教授的知識。其次，遇到難題及不明白的地方要積極主動去問相關的老師，否則問題只會越堆越多，最後必定因解決不了而放棄。然後，就是要多做練習和過去的試題，從中接觸不同類型的題目。接著，就是要核對答案。很多人輕視這個過程，但其實它是最重要的，因為在這個過程中，可以加深對答對題目的印象，亦可以釐清混淆的概念。我提議為每一科都設一本筆記本，筆記本主要是記錄每一個單元的重點，而且可寫上曾經犯上的錯誤，這樣便能更統一及清楚地溫習，不再是漫無目的翻書。

記：你大概在哪個時候開始預備應付會考？你總共做了多少年歷屆試題(Past paper)？

李：我在中四學期中開始做歷屆試題。以物理、化學、生物、數學和附加數為例，每一科都做了最近10年的試題，而且每年的試題均做了3次或以上。

記：在中五時的溫習假期你如何分配時間溫習？

李：那時候，我每天溫習4-5個小時，有時候會和朋友一起到自修室溫書。要強調的是，應選擇適當的同伴，因為有一些朋友會很容易受誘惑而分心；當他分心時，你也很容易便分心，導致溫習效率降低。

記：你最喜歡哪一科？

李：數學，因為數學科要背誦的東西比較少；而且當計到正確答案，特別是完成一些艱深的題目時，我會有莫大的滿足感。

記：你哪一科的成績比較弱？你又如何面對成績較弱的科目？

李：中文和英文。我知道每人都有長處和短處，而我在學術上的缺點就是語文，於是將勤補拙，多讀報紙和課外書，從中可以學懂一些詞彙及句子結構。雖然在公開考試這兩科的成績未如理想，但至少我已經盡力，問心無愧。

記：你如何面對「未代會考生」這身份帶來的壓力？有什麼舒壓活動？

李：其實也沒有太大壓力，我都是以平常心去面對會考。但我會爭取時間去休息，讓自己的腦袋放鬆及重新「充電」。

文質彬彬的李東昇同學



呂美怡同學專訪

記：校訊記者
呂：呂美怡

「我要多謝李坤儀老師！」

她眼泛淚光，但語氣十分堅定地吐出一句話。表面上，她是一位弱質纖纖、面容可愛的女同學，更憑短片作品榮獲教育局主辦【2011中學生視藝創作展】媒體藝術大獎，理應十分快樂；但聽過小妮子娓娓道來自己的學習經歷——患讀寫障礙，中英文成績欠佳，作文是一項艱難的任務……原來其成長經歷與「失敗」兩字牢牢緊扣。

獲獎背後，是一個同學對理想的苦苦追求。她，抓住了。

獲獎 分享喜悅

記：呂同學，恭喜你獲得教育局主辦【2011中學生視藝創作展】媒體藝術大獎，可談談你的得獎感受嗎？

呂：這是我第一次在公開比賽中獲獎，感到很開心，覺得能確認自己做的事是對的。

記：可談談你的學習生涯嗎？視覺藝術科在當中又起了甚麼影響？

呂：我本身喜歡畫畫，後來發覺視覺藝術科牽涉的範圍很大。原來在畫畫以外，要懂得欣賞畫的含意，要從不同角度進行思考，如要了解一件事情可能要認識其歷史背景。另外，視覺藝術科亦助我欣賞生活細節，觀察捕捉到別人認為微不足道的美妙。

記：你對將來的發展有何期望？

呂：我希望可從事與動畫設計相關的工作。

患讀寫障礙 令人生跌入低谷

記：我知道你在學習上要面對因讀寫障礙而造成的問題，可說說箇中情況嗎？

呂：在讀三、四年級時我即使已十分努力，但成績仍強差人意。最嚴重要數作文，自己無辦法把所思所想轉化為句子；寫敘文還好，因為寫作內容往往是在日常生活中經歷過，若要我憑空想像抽象的東西則難上加難。故此我當時充滿挫折感，變得無信心、退縮，擔心將來可以選擇的工作很少。幸好之後接觸到視覺藝術，令我明白讀書不是唯一出路。現在回想起，小學常被老師責備，令我感到無奈。

感謝 良師提攜

記：聽你所說，視覺藝術對你成長的重要性舉足輕重。有沒有心底話想和李坤儀老師說？

呂：(眼泛淚光)我要多謝她的鼓勵，否則我對讀書的態度只會繼續放棄。她知道我患讀寫障礙，為我想方法，建議我把想寫出來的東西說出來同時加以錄音，然後自己按錄音內容邊聽邊寫。我覺得十分管用！

記：在準備參賽時有甚麼深刻的經歷？

呂：記得在參賽前往往要在學校留到十時、十一時，有時李老師更要送我回家！有趣的是，我知道老師離開學校需要「簽走」，有時李老師也不敢把時間寫得太晚，害怕嚇壞別人，以保持低調，與我一起默默耕耘。

後記：回看呂美怡同學對老師的感謝之言，感到這是一個千里馬遇到伯樂的故事。在此祝願呂同學在藝術發展上能不斷取得突破。



中五呂美怡同學短片獲得教育局主辦【2011中學生視藝創作展】媒體藝術大獎，獎品包括全費資助參加【視藝精英北京藝術之旅】。

本校第二十八屆陸運會已於二零一零年十月二十九日及十一月一日於葵涌運動場順利舉行。本屆賽事共有610人參加，學生工作人員超過200人。當中有賴各裁判老師和同學的鼎力支持，令賽事能順利舉行。

本屆賽事繼續邀請了多間小學派出運動員角逐小學4X100米接力賽，唯由去年分別舉行男、女子組比賽，今年改為男女子混合賽事。各間小學精英盡出，比賽時合作無間，充分展示出交接棒的技術，博得全場熱烈掌聲。成績如下：



冠軍：聖公會主恩小學
亞軍：林金殿小學
季軍：聖公會仁立小學
殿軍：亞斯理衛理小學

本屆賽事有一項紀錄被打破：

男子丙組四米 F2A 黃松祺 新紀錄：1分00秒06

各項目得主如下：

個人全場總冠軍：

- 女甲：6A 鍾嘉怡(紅)
- 女乙：2A 林瑩瑩(紅)、3A 林秋鳳(紅)
- 女丙：1D 黃曉美(紫)
- 男甲：5D 陳嘉俊(紅)
- 男乙：4A 林永濠(金)
- 男丙：2A 黃松祺(紫)

四社團體全場冠軍：

- 男子甲組：紅棉
- 乙組：紫荊
- 丙組：紅棉
- 女子甲組：紅棉
- 乙組：紅棉
- 丙組：紫荊



社際全場總冠軍：男子：紫荊 女子：紅棉

全場總冠軍：紅棉

啦啦隊比賽冠軍：紫荊

場刊封面設計比賽冠軍：4C 林燕妮同學

除了田徑比賽外，本屆賽事還有家長、師生4x100米接力賽。每隊最後兩棒由老師和家長接力，氣氛熱鬧又緊張，充分發揮「友誼第一，比賽第二」之精神。

在開幕禮中，本校邀請到校友黃耀富先生，家長教師會主席何倩萍女士主禮。黃耀富先生是本港甲組公民足球隊隊員，他還帶領整隊公民足球隊到場與本校足球精英合演一場足球表演賽球，使運動會增添熱鬧氣氛，全校師生也投入觀看，結果校隊更以一球取勝。而他除了頒獎給得獎健兒外，還分享自己於母校時及現職足球員之生活。

最後，隨著基督女少年軍將校旗緩緩降下，本屆陸運會在同學高唱校歌中正式結束。



男童軍隊形整齊步操入會場



參與接力同學互相打氣



比賽即將開始，同學如箭在弦。



在觀眾席上的同學為健兒打氣



在這重要日子，家長們也齊來支持。



公民足球隊出席本校陸運會，與同學切磋球技。

信德衛理聯合教會李嘉明中學
The Methodist Leung Yee Lun College
校友黃耀富先生與本校同學合照

獲獎消息

本校女子甲組乒乓球隊在葵青區校際比賽決賽當中，勇奪亞軍。

決賽當天決賽當天運動員可能在壓力影響下，起初未能發揮水準，但經教練從旁指導下，慢慢發揮應有技術。雖然最後未能奪取冠軍，但也創下本校乒乓球隊一個令人驕傲的紀錄。

乒乓球隊成員包括陳蓉、朱祖瑩和冼銘妍。謹在此道賀，並感謝決賽當天家長、校長及老師們到場為球隊打氣。



女甲乒乓球選手冼銘妍作正手抽擊



女甲乒乓球選手與校長、老師大合照



教練團正與選手作戰略分析



選手陳蓉於打球時的英姿

本校女子甲組羽毛球隊在葵青區校際比賽中憑著運動員堅韌的精神，最終奪得殿軍。

羽毛球隊陣容包括隊長許曉彤，隊員葉曉薇、吳嘉雯、吳釗琮、李清怡、陳曉雯和吳佩俞。而教練麥鏡新老師、陳冀陶活動助理亦功不可沒，謹在此道賀。



羽毛球比賽戰況激烈



羽毛球隊上下團結一心

活動消息

本校男、女子甲組排球隊在本屆葵青區校際排球比賽中，分別奪得殿軍。在初賽中，各隊員表現出色，

可惜在四強賽事中較為緊張，未能發揮應有水準。賽後各隊員對賽果表示失望，承諾日後加緊練習，為來年比賽作好技術及心理準備，盼望再為本校爭光。

男子隊成員：梁卓軒（隊長）、藍浩言、梁健麟、陳旭華、呂焯軒、楊兆基、袁榮丰、謝友俊

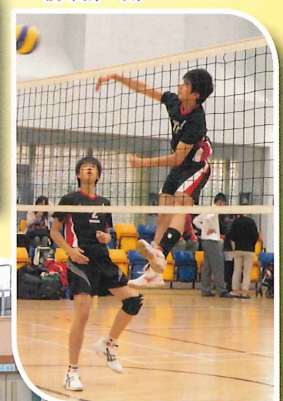
女子隊成員：許曉彤（隊長）、藍迦穎（副隊長）、鍾嘉怡、冼銘妍、劉小綿、韓子清、吳嘉雯、葉心盈、楊慧玲、楊慧嫻



鏡頭捕捉了許曉彤同學發球的一刻



鍾嘉怡同學正進行強攻，充滿殺傷力。



楊兆基同學正扣球，勁道十足。



排球隊隊員正預備進攻

本年度葵青區校際越野比賽已於十一月十七日在城門水塘主壩舉行，本校共派出 24 位運動員參加各組別之賽事，並取得佳績。在丙組賽事中，有 14 間中學共 112 位選手參加全長 3.5 公里之比賽，競爭激烈，而本校 2A 班黃松祺憑著凌厲後勁，超越其他選手，勇奪丙組冠軍。



師生於出戰前大合照



本校同學黃松祺（圖左上角）在眾多健兒中勇奪丙組冠軍



本校參賽陣容鼎盛，奮力奪標。



本校女子甲組排球隊英姿颯爽，巾幗不讓鬚眉。



本校男子排球隊與帶隊老師合照，威風凜凜。



通識科及中文科合辦

境外遊活動花絮

2010年12月，通識教育科與中文科為中四、五級同學合辦了「西安文化交流團」。同學有幸探訪了陝西省的重點示範中校——「西安高新一中」。交流活動包括才藝表演，然後更提供平台讓兩地同學交流了學習心得和生活點滴，彼此十分投契。

接著，幾經長途跋涉，同學們才到達「壺口瀑布」。洶湧澎湃的黃河河水與四周冰天雪地的畫面，蔚為奇觀，且都是同學們從未見過的景象，大家都為之震憾。

此外，一行人也參觀了相傳楊貴妃出浴的「華清池」，其亦是「西安事變」的遺址，一幕幕歷史頓時浮現在大家眼前。而最令人難忘的是參觀「秦始皇兵馬俑」博物館，千軍萬馬的場面實在震撼，令人嘆為觀止。

這次西安之旅，讓同學更瞭解中國的歷史文化，是別具意義的活動。



眾人在「秦始皇兵馬俑」博物館前留影



同學於兵馬俑前留影



同學們到半坡博物館上了不一樣的歷史課



難得的機會——與「西安高新一中」同學交流



誰是幸老師？



師生們在「壺口瀑布」的雪景前合照，表現雀躍。



同學們到「華清池」感受昔日楊貴妃的風采

音樂日活動花絮

本校一年一度的重大活動——音樂日已於2010年1月31日舉行。當中音樂科鄭敏姿老師和一眾同學籌備良久，以確保活動能圓滿舉行。活動當天，高低年級的參賽同學在台上均施展渾身解數，以歌藝、台風、舞蹈俘虜台下同學。

另外，今年音樂日特邀請校友黃浩邦先生作表演嘉賓。自學成才的黃浩邦先生在過去的2年內，已成為本地屈指可數的Beatbox(節奏口技，模仿鼓聲、電子聲)領軍人。其抽空回母校表演，更示範節奏口技，令現場同學十分興奮，更讓同學為今年音樂日留下更深刻的回憶。



一班同學合唱，人人陶醉於其中，實行「比賽第一，友誼第二」。



同學專心演奏長笛，絲絲入扣。



四位參賽同學凝神養氣，以是下一刻載歌載舞的前奏！



參賽同學陶醉於演繹歌曲，十分投入。



同學化身鋼琴王子，演奏扣人心弦的樂章。



台上同學表現相當投入，台下同學亦看得熱血沸騰。



校友黃浩邦先生表演節奏口技，令同學嘆為觀止。



畢業班同學精心排練參賽歌曲，為中學校園生活留下美麗的句號。



黃浩邦先生教導同學節奏口技，同學們皆雀躍非常。



孖女合唱，台上台下均合拍非常，同學們皆雀躍非常。