



伊利沙伯中學

Queen Elizabeth School

地址：旺角洗衣街 152 號
網址：<http://www.qes.edu.hk>

電話：2380 9621
電郵：qes@edb.gov.hk

傳真：2391 4949

校訊
Newsletter
2022-2023 年度
第二期

「心繫家國」國民教育活動

本校於本學年推行一系列國民教育活動，旨在深化學生對中華文化的認識和欣賞，培養他們的國家觀念、國民身份認同和民族情懷：

「心繫家國」——家國面面觀展覽暨體驗中國傳統運動日

是項活動由本校主辦、賽馬會官立中學協辦，並邀請16所友校參加，活動於4月14至17日舉行，內容包括展覽、話劇、客家拳術表演、舞龍舞獅以及金牌運動員匯演等，其中武術匯演於4月15日舉行，參與表演的單位除本校外，還有龍翔官立中學、荃灣公立何傳耀紀念小學、香港武術聯會等。

是次展覽能加強學生認識中華文化，培養同學保護國家文化的意識，使其成為積極和負責任的公民。舞龍舞獅及雜藝活動除可培養學生欣賞中國傳統文化的情操及提升國民身份認同外，亦可鍛煉體魄、意志力及團隊合作精神，建立健康的生活模式。

本展覽配合國家安全教育日，展覽內容涵蓋國家安全教育、中華文化如茶道、華服、古建築、古代治學精神等知識。展覽日期為4月至5月，展板同期於四區官立中學展出。





學生感言

2B 余振權

師傅指導我們客家功夫的動作時，也會提及客家功夫注重禮儀。我認為在日常的生活中亦如是，以禮貌為本進行交流才能讓社會更和諧。練習功夫讓我培養耐性，亦使我學會追求完美，做好每一個動作。

師傅每天刻苦練習，除了是因為熱愛客家功夫外，更是為了承傳。我們應回應前輩的努力，努力學習，保護祖國重要的非物質文化遺產。

2C 晉晞璇

客家人在清初來到香港紮根繁衍，但他們常遭遇猛虎野獸的攻擊，因此，他們出於自衛才發展出一套實用而兇狠的功夫。我們在學習功夫時，師傅不斷跟我們強調禮儀的重要性，客家俗語中有「寫得講得打得」，生活中遇到不可避免的糾紛時應以禮為先，打排在最後。我很高興有這次體驗客家功夫的機會，也為生在這樣富有悠久歷史、不朽文化及長遠傳承的國家自豪。



「心繫家國」——「穿梭十八區——撫今追昔」社區推廣計劃

公民與社會發展科聯同國民及公民教育組、社會服務組合作，安排中四及中五同學參加由香港官立中學舉辦的「穿梭十八區——撫今追昔」社區推廣計劃。活動旨在鼓勵同學透過不同社區的多元探索活動，促進學生均衡發展。同學在計劃中參與策劃路線，宣傳片製作，以及擔任社區導賞員，向參加者介紹油尖旺區的歷史文化及特色建築。同時，同學也參加了由其他官立中學策劃的導賞團，從中瞭解香港不同區分的特色，反思保育的重要性，增加對社區的歸屬感。中五級學生**5A**陳晞汶、何子靖、張欣怡、鄭春祺及馮厚源獲得以下獎項：最佳短片製作比賽亞軍及社區特色路線設計比賽優異獎。



「心繫家國」——「第四屆臥龍盃官立中學多角辯論賽2023」

比賽於5月27日假九龍塘教育服務中心舉行，本年度辯題為「香港特區政府銳意培養香港中小學生的愛國情懷，提升國民身份認同，最佳做法是：」，本校中文辯論隊與觀塘功樂官立中學、趙聿修紀念中學、荃灣官立中學組成丁方，方向為「增設學界適用的國民教育資料庫，推廣專題研習比賽」，最終榮獲亞軍。本校隊員包括**3C**楊澤誠、**3C**嚴朗天、**4A**陳日東及**4B**黃梓菁，陳同學更勇奪最佳辯論員。

4A 陳日東

我們很榮幸能夠在比賽中與其他學校攜手合作，最終獲得亞軍及最佳辯論員二獎。這次比賽不僅提供一個很好的平台讓各校辯論員切磋辯技，互相認識，也使我們更加深刻地理解國民教育。

4B 黃梓菁

通過嶄新的多角辯論賽賽制，讓我們能以更多角度審視辯題，跳出傳統辯論賽的正反雙方局限。感謝我校的老師、教練、各校辯員及主辦方，合作完成了一場優秀的辯論賽，使我們有所得益及進步。

學生感言



中文大學——傳承「動」起來：香港中華文化課程設計與推廣計劃

本校本學年參加了「中文大學——傳承『動』起來：香港中華文化課程設計與推廣計劃」，計劃以「客家文化」為切入點，於中二級推行，藉結合課堂學習與實踐體驗，豐富學生對「客家文化」的認知，從中了解中華文化及歷史，建立身份認同並培育正面的價值觀。在二月初時，中史科老師已在課堂內教授宋室南遷和清初遷界令等知識，亦補充了「客家文化」及「客家功夫」的歷史背景。另外，在家國面面觀暨中國傳統運動日期間，2C李玉禧、2C謝浩昌、2C楊濠駿、2D張嘉穎及2D劉霆霖共同演出一齣模擬中史課堂的短劇，為拳術表演揭開序幕。最後，「客家文化」學習成果分享會於7月7日舉行，展示了同學於本學年的學習成果，包括短劇、報告和播放影片。場內同時設有攤位遊戲，寓學習於娛樂。



粵港同心——姊妹學校交流

深圳第二外國語學校教師團隊來訪

本校於4月15日邀請了深圳第二外國語學校教師團隊到校參加「心繫家國——家國面面觀展覽暨體驗中國傳統運動日」活動。在交流會上，本校教師向深二中分享了教師專業發展、家校合作和領袖培訓等計劃，並安排學生帶領他們參觀校園。

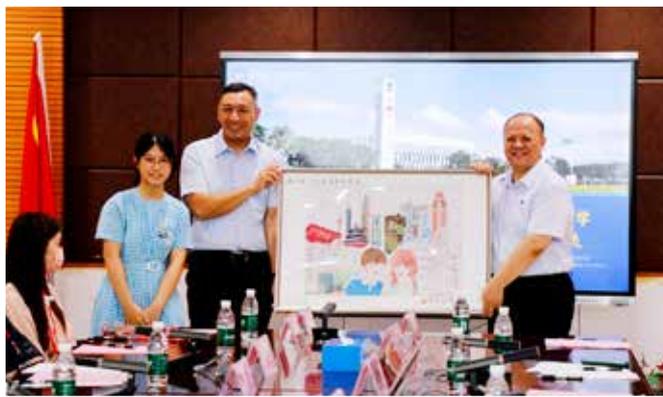
當天，香港教育局副秘書長杜永恆先生亦和深二中教師團隊交流，並表示期待兩校密切合作，共同進步。隨後，深二中教師團隊與16所官校代表一同到禮堂觀賞武術匯演，增進對香港培養青少年傳承中國傳統文化的認識。



回訪深圳第二外國語學校

5A鄭春祺

5月18日，我校師生代表在相隔不到一個月回訪粵港姊妹學校——深圳第二外國語學校，此次活動受到深港兩地教育部門高度重視，香港特區教育局施俊輝副局長、深圳市教育局關蘇副局長更親臨現場，參與其中。



聚首交流 攜手偕行

上午9時，歡迎儀式會議現場氣氛融洽，有說有笑。我校校友許為天博士興奮說道：「疫情期間得以簽約的粵港姊妹學校，深二外與伊中是唯一一對，實屬不易！」

王東文書記亦在致辭時表示，深圳與香港一衣帶水、毗鄰而居，亦親亦友。深二外與伊中有緣牽手，暢談教育理想，實是難得。隨後，陳校長展望道：「深二外和伊中能夠成為姊妹學校，是兩地政府全面合作的成果。現在國家大力發展粵港澳大灣區，期待不久的將來，我可以帶著更多的伊中學生來到深二外，參加不同類型的活動，深化交流，實現優勢互補。」

溫馨的氛圍延續到學生分享環節，該環節以創科、傳統文化及朋輩活動為主題，探討STEM教育、航天科技、客家文化、青花瓷藝、社區文化導賞及城市關愛，加深了兩地師生的認識，拉近彼此心靈間的距離。



抒翱翔天際之壯志 揚陶藝文化之魅力

上午，我們在少年科學院體驗飛機模型製作。從紮骨架、安裝機翼，到機身塑形、比例調節，每一步都須謹慎，遵從空氣動力等科學原理，讓人不禁感嘆登天之難。

深二外校園草坪上展示了一架殲10C模型機，作為中國自主研發的超音速多用途戰鬥機，其氣勢磅礴撼人，威風凜凜。在深二外航模社同學介紹中，我們了解到國家航天科技的發展神速，從「祝融」探火、「羲和」逐日，到「神舟」馳騁寰宇，每一項成就，都是人民智慧的結晶，令人自豪。

作為新時代青年，我們深受感動，明白「少年強則國強」，只有奮勇向前，昂揚向上，才能緊隨社會發展步伐，助國家繁榮富強。完成飛機模型後，我們到戶外廣場合照，在青春笑語洋溢下，飛機模型攜著未來希望，劃破天際，與青雲比肩。



午後，我們在陶藝工房體驗紫砂手捏杯製作。古雅的作坊中，檀香繚繞，我們每人接過一塊紫砂泥，身體平直坐於案前，沾濕雙手，開始揉搓紫砂泥。在每一次摩娑與琢磨中，柔膩的瓷土漸漸成形，我們陶醉其中，全然忘卻世間喧鬧，偷得浮生半日閒。

在陶藝社同學分享中，我們得知陶瓷工藝分為陶器、瓷器 and 紫砂三種，這些純淨溫潤的手工藝品，作為傳統文化的載體，展現著泱泱大國數千年的文化底蘊。我們不僅折服於其精美的外觀，更敬佩背後默默付出和堅守的工匠們。

結語

姊妹學校計劃作為一個橋樑，連結了兩岸學校師生，加強了兩地間的交流與合作。伊中與深二外有緣在疫情中攜手，透過不同類型的活動，深化彼此珍貴情誼、進行優勢互補、推動共同發展。相信未來亦會有更多形式多元、內涵豐富的項目，使兩校凝心聚力，共譜華章，激蕩出更澎湃的浪花。



學生感言

2A 鍾詩雅

5月18日那天，我有幸來到深二外，與他們的學生進行友好交流。學生分享環節中，深二外航天社社長向我們介紹學校特色——航空培訓，深二外卓越的航天成就，以及獨有的模擬駕駛室，這都讓我感到震撼和敬佩。這次深圳之行，於我而言是一次新奇而有意義的體驗，讓我接觸到了航天這片陌生的領域，見識了更廣闊的世界。

4A 謝恬熙

我有幸能到深圳與姊妹學校交流，過程中有所裨益。在參與由學生帶領的工作坊時，我們感受到學生對於自己感興趣的領域抱持著熱情和主導性。航天班的學生在課堂以外，也會通過參與其他科學活動增值自己，更將自己所學教授低年級的同學。在交流的過程中，我們向姊妹學校分享學習經歷，亦瞭解友校在航天教育、陶瓷文化和社區服務的珍貴經驗，從中了解兩地的學習生活。

本年度在班主任課中安排了不同 STEM 活動：

級別	主題
中一	走馬燈工作坊 活動先介紹走馬燈的科學原理，再讓同學分工合作，學習連接電路、繪畫和裝飾走馬燈，從中認識到中國傳統節慶、文化和故事。
中二	製作紙塔比賽 老師預先派發建築物結構的資料，讓同學學習建築結構的科學原理，然後預先設計和構思，務求利用有限的報紙和膠索帶製作最高及可承載重物的紙塔。
中三	「感官與錯覺」講座 眼睛所看見的影像，不一定完全反映現實世界的模樣，這是因為大腦處理視覺訊號時會加入一些特別的判斷。透過此講座，同學能認識大腦和視覺感官的運作，了解視錯覺的各種成因。



官立中學聯校創科比賽暨 STEM FAIR

「官立中學聯校STEM創科比賽暨STEM FAIR」於5月12至14日在上環文娛中心六樓展覽廳舉行。活動以「健康生活」為題，透過創科比賽，提升同學對健康生活認知。4A 汪子傑、4A 甄璟堯、4C 曾嘉慧和4D 胡婧瑩獲得是次創科比賽優異獎及「我最喜愛攤位設計」獎。他們為長者設計智能家居，具物聯網功能，可透過智能電話控制燈光、空氣調節及爐具，以確保長者有一個安全和舒適家居環境。另外，有三組中三同學的智能家居亦在展覽中展出，同學為來賓介紹及解釋設計意念及原理。本組亦安排2C班前往參觀，讓他們學習如何利用STEM改善生活質素，觀摩其他學校的創科成果。



試後活動

為配合自主學習和混合式教學的新趨勢，本組安排了不同的試後活動：

級別	主題
中一	參觀科學館 同學參觀專題展覽——「天生我材」，學習到人類從石器時代、青銅器時代到現代所運用的物料有何不同，以及如何利用科技和設計將材料轉化成適用於日常生活的產品。透過各項互動展品，同學除可了解不同物料的性質外，還明白到過度消耗帶來的後果，思考如何創造可持續發展的未來。
中三	航空STEM體驗日 是次活動分為三部分：飛行計劃設計、模擬飛行體驗及紙飛機設計比賽。同學會學習閱讀地圖和利用三角學等去設計真實航行路線。透過專業飛行模擬體驗，同學認識到飛行模擬器的操控，體驗平直飛行技術及飛行微調技術。最後，同學在紙飛機製作比賽中，可學習到飛行原理——力與運動的關係，並利用最簡單的物料製作不同飛行特性的紙飛機。



高鐵青年號——創科體驗行 2023 (與交流組協作)

本校成功推薦11位中三同學參與龍傳基金與香港青年協會舉辦的「高鐵青年號——創科體驗行」活動，於4月11至12日進行兩日一夜的考察，除認識高鐵科技外，還會了解大灣區城市在歷史、民生、城市建設等方面的發展。同學在是次活動中拓闊視野，獲益良多。

官校學習社群分享會

中文科



本科參加了教育局語文教學支援組校本支援計劃，並與其他官立中學建立了官校學習社群，全年共舉行了三次專業交流活動，第一次於11月29日舉行，由官立嘉道理爵士中學（西九龍）主辦，主題為「通過繪本推動跨課程閱讀」。第二次於6月13日舉行，由屯門官立中學主辦，主題為「提升學生寫作能力的校本嘗試」。兩次活動中文科均有老師出席，聆聽講者分享後與主辦學校交流經驗。第三次於7月7日舉行，由庇理羅士女子中學和本校主辦，前者主題為「『細味經典，古智今用』——由閱讀帶動的語文學習」；本校分享主題為「『校本評核——閱讀活動』的校本嘗試」，由陳慧芬老師、周紅老師、鄭穎哲老師及陳焯民老師主持，探討高中校本評核的實施計劃，包括選書、擬題、教授同學撰寫閱讀報告和小組討論的技巧、評核形式等，期望讓同學透過接觸不同類型的優質讀物，提升語文素養。

預算案 Online@M21

本科8名中四及中五同學於3月17日參加了由香港青年協會賽馬會媒體空間M21舉辦的預算案 Online@M21活動。此活動旨在為提升學生對公共財政的認識、了解政府的開支運用計劃及讓同學向財政司長表達他們對《財政預算案》的意見，從而培養學生成為負責任的社會公民。

漫遊大地看神州

本科13名中四同學於7月3日至5日參加了由科創公民教育中心、香港教育城及香港中文大學合辦的漫遊大地看神州活動。此活動旨在加強同學對國家建設和成就的認識，培育他們對國家的認同和歸屬感，訓練其獨立思考、學習能力，以及協助他們建立群體互動生活。

公社科教師學習圈及公社科專業網絡——同儕觀課及經驗交流

本校公社科分別於3月15日及5月22日在本校禮堂舉行了兩次公開課堂。第一次為中五課堂，課題為香港的發展規劃和政策（粵港澳大灣區建設），第二次則為中四課堂，課題為國家對香港的各种支援。兩次課堂皆透過電子平台及小組討論，以合作學習形式進行。兩次課堂亦分別邀請了大約30名同屬公社科學習圈或專業網絡的老師參與，透過觀課及交流，反思課程的運用及成效，並分享教學心得及技巧，讓老師們更加瞭解本科的要求及意涵。



中四級公社科中環區歷史文化考察

中四級同學分別在5月12、17、19及29日參加了由青協主辦的中環區歷史文化考察。同學們在導師的帶領下親臨中環各個歷史地標（如大館、都多利街、匯豐銀行總行等），認識了香港早期的發展及本土文化。



數學科

Goodnotes 創科公司交流

本科於4月4日安排中四級同學到創科公司GoodNotes參觀，並出席AI講座，希望讓同學對人工智能和電子學習的應用有更深入的了解。創科公司先為同學介紹GoodNotes應用程式在人工智能發展下所帶來的正面影響，繼而利用GoodNotes進行數學課堂電子學習體驗。

VR 數學學習體驗

本科分別於4月18日、5月9日及5月18日為中一、中四及中五級同學安排VR數學學習體驗。此活動由香港大學主辦，學習課題是線與平面的交角，目的是探索中學生在虛擬世界學習數學時的情感、認知和學習成果間的關係。同學們戴上顯示器、手持操控器進入虛擬世界，過程中可自由探索，又會在導師帶領下學習課題內容及完成任務。同學普遍認為活動有趣，且能在虛擬3D環境觀察夾角，比傳統在書本上的2D圖更容易理解。



環保服裝設計比賽

4A陳瑋瑜、孫慧琳、謝恬熙、4B鍾熙、陳蔚昕、倫析怡、4D胡婧瑩及劉淑勻組隊參加由中港新世代協進會主辦的「MY STAGE環保服裝設計比賽」，題為「瑰麗海洋——共同推動可持續發展」。同學的作品在顏色和細節上，展現生物多樣性，冀透過創作呼籲公眾珍惜大自然。



科技探索工作坊

中一級同學分別於6月28及29日到藝術與科技教育中心的木工及金工工場，學習用不同的傳統手工具製作模型。透過此活動，可培養同學追求卓越及堅毅精神。



家政科



「升級再造」學習成果分享

家政科聯同會計與經濟科以時裝工業為主題，於中三級推行跨課程學習。在家政課堂，同學須以小組協作形式將一件白色T恤改造成新穎的衣服。習作有助同學認識美學概念，提升資料搜集、數據分析與材料運用的能力。適逢今年復辦開放日，本科展出部分優秀作品。展品分為三個系列：Embracing Casual Comfort、A Little Dream of Lace 和 A Wild Salute。每件作品均是同學的心血結晶，充份展示其創意、縫紉技巧和協作能力。同場除分享課堂習作和公開比賽作品外，亦有服裝設計工作坊，吸引超過200位來賓參與。

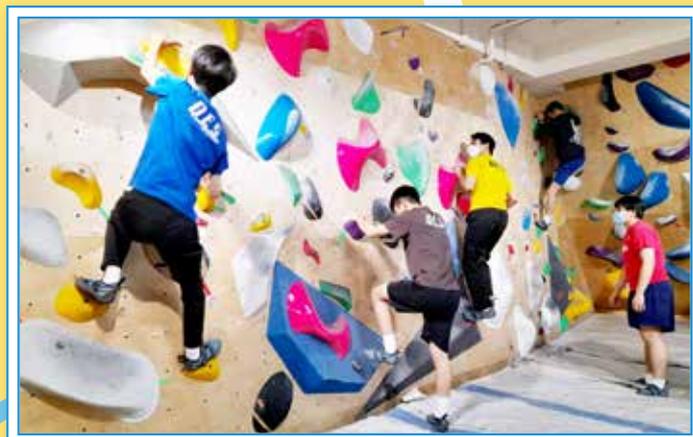
設計與科技科

本科於下學期為各級同學安排多元化學習單元，讓同學接觸更多不同種類運動，以提升對運動的興趣。當中項目包括：

體育科



中二	客家功夫
中三	高爾夫球
中四	足毽
中五	保齡球
中六	抱石／保齡球



亞洲物理奧林匹克競賽 2023

5A 許博丞、康烏日塔牧人

我們兩位和其他6名來自香港不同學校的學生有幸代表中國香港特別行政區參加了在蒙古烏蘭巴托舉行的第23屆亞洲物理奧林匹克競賽（APhO）。這趟為期一周的旅程（5月21日至29日）碩果纍纍，令我們畢生難忘。

在 APhO 比賽中，物理理論和實驗各佔 5 個小時，我們要在限時內積極嘗試解決問題。正如我們的教練蔡博士所言，APhO 與其他體育奧林匹克競賽一樣，參賽者必須擁有強大的身體耐力和心理強度，以應對無論順境逆境的挑戰。

實際上，我們確實遇到了不利情況，蒙古的 APhO 競賽題目是有史以來最難之一，如太空衛星軌道問題、轉動桌子上滾動的球問題和氣泡擴展與崩塌問題等等。儘管如此，我們都盡力完成每一個問題，並從問題反思中學到了很多全新的物理知識。

當地的交流大使來自蒙古的不同學校，並且與我們年齡相約。他們為我們提供了無私的幫助，帶我們去當地的景點和餐廳。我們還參觀了當地的博物館和藝術展覽，學習了異地的歷史和文化。我們與其他亞洲國家的學生亦緊密交流，令我們更了解不同地方的文化和教育體系。

這次亞洲物理奧林匹克競賽對我們來說是一次難忘的經驗，並期待在未來以科學貢獻社會，修己善群。

物理科



青少年航天科普計劃

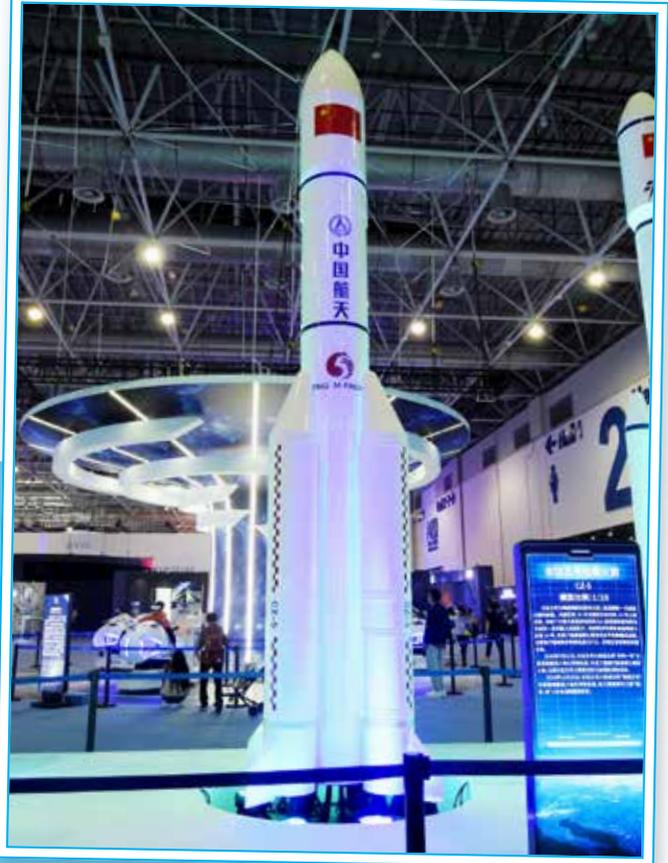
青少年航天科普計劃由香港生產力促進局和香港教育工作者聯會主辦，為提高青少年對航天科技領域的興趣，該計劃提供一系列課程和活動。

5A何樂恆

透過為期半年的太空科普課程，我能充分研習有關太空航空技術、3D打印、新太空經濟等方面的豐富知識。

在課程開首的太空科普講座裡，我們從一位中國科學院院士的講談中，認識了一些關於宇宙飛船的結構和物理理論，使我從中接觸到廣泛的高端科學知識，如太空實驗室、太空船對接技術等。院士還帶領我們討論火星移殖的可能性，激發了我們對一些流行太空議題的反思。

通過參與航空課程，我們掌握了駕駛小型飛機的技巧，以及相應的氣象學和空中交通管制的專業知識，並掌握了正規的飛行情序和守則。在課程中，我有幸在飛行模擬器裡親身體驗機師的飛行過程，是一次令我畢生難忘的經歷。



4C林穎秀

在3D打印和衛星原型製作課程中，我們學習了3D打印的基本技能，使用3D打印零件和電子元件製作了一顆10-10-10衛星。雖然它很小，但它可以即時傳送視頻並實時檢測溫度變化。我們在這些課程中學會了如何使用3D打印應用程序，並注意到3D打印潛在的發展空間其實很大。

為了更深入地了解國內航天科技的發展，我們參加了在珠海航天中心的交流活動。當天，我們參觀了中國獨一無二的天宮空間站T型1:1展示艙，以及二十系列戰機家族和中國導彈武器裝備，感受到中國的強大，大大增強了我們的民族自豪感。

綜合而言，青少年太空科普計劃加深了我對中國航空航天的認識，並激發了我對航空航天工程的興趣，這段經歷必然成為我一生難忘的記憶。



學校活動紀要

陸運會

本校在3月1日於馬鞍山運動場舉行了周年陸運會，參賽人次有558人，並有7項新紀錄誕生。當日，各社社員氣氛高漲，啦啦隊打氣聲此起彼落；各運動健兒均使盡渾身解數，務求為社爭取最多分數。

得獎名單如下：

男子甲組個人全場總冠軍	5A郭鈞瑜（西社）
男子乙組個人全場總冠軍	4A黃旻亮（南社）
男子丙組個人全場總冠軍	2B關浩賢（西社）
女子甲組個人全場總冠軍	6B蕭敏瑩（西社）
女子乙組個人全場總冠軍	4A李頌恩（東社）、4D鄭紫瑜（南社）
女子丙組個人全場總冠軍	1A李凱明（北社）
最佳場刊封面設計	4D 關智文
最佳啦啦隊獎	北社
最佳清潔獎	南社
最佳參與獎	東社
男子甲組社際全場冠軍	東社
男子乙組社際全場冠軍	東社
男子丙組社際全場冠軍	北社
女子甲組社際全場冠軍	西社
女子乙組社際全場冠軍	東社
女子丙組社際全場冠軍	北社
社際全場總冠軍	東社



開放日及校友日

本校在3月24日舉辦了疫情後首次實體開放日，各學會及學生組織於禮堂、課室及實驗室設置攤位及表演，中一、二級亦開放課室展示學習成果。來賓、家長、老師及在校同學皆盡興而歸。

3月25日為校友日，一眾校友在母校和同窗、恩師等聚首一堂，亦進行各項球類比賽，重溫昔日時光。



中六畢業典禮

本校於5月25日舉行了23級聯的中六畢業禮，近四百人齊聚禮堂，喜賀伊中學子畢業。陳校長致辭時寄語畢業生傳承伊中優良傳統，成為「修己善群」的國際公民。四班代表先後上台致謝，感激老師的循循善誘、父母的關懷備至、同儕的並肩同行。最後，師生頌唱校歌，畢業禮拉下帷幕。家長雀躍地和畢業生留下倩影，為典禮畫上圓滿的句號。



家長教師聯誼會

開放日攤位

3月24及25日為開放日，家教會設置不同類型的攤位活動，如彩繪、摺紙活動，亦有售賣小食和紀念品，深受訪客和同學歡迎。



校營鐵絲網圍牆重鋪義工活動

本會義工與校友於3月25日帶齊裝備及用具，到營地執整及修補圍欄。



校營草木修葺及維修清潔義工活動

家教會成員與校友在5月下旬再次入營，進行清潔及維修工作。



舊校服捐贈及免費領取活動

為響應環保及幫助有需要的同學，本會在4月進行回收舊校服活動，同學反應熱烈。





家長講座： 「與子女於手機文化中同行」

現時手機已成為生活中不可或缺的一部份，不少家長因子女過度使用手機而與他們發生衝突。為此，本會於4月28日邀請了註冊臨床心理學家及言語治療師朱嘉麗女士以及駐校社工進行分享，為家長提供支援，協助他們教育子女。

家長工作坊： 「如何幫助孩子提升學習效能」

為了幫助同學提升學習效能，本會在5月19日邀請了教育學博士馮兆德先生，到校舉辦工作坊。馮博士向家長講述學習原理、大腦記憶的運作模式等，讓他們理解孩子學習上的困難。馮博士又邀請家長分享個人經驗，並進一步指導技巧，協助他們幫助子女學習。



家長義工摺紙手工藝研習坊

家教會在3月3日舉辦了摺紙活動，讓家長互相交流聯誼。



家長簇絨槍毛線地氈工作坊

為幫助家長身心放鬆，培養興趣，家教會在6月25日舉辦了簇絨槍毛線地氈工作坊。家長反應熱烈。



學生活動精華

健康及性教育組

健康大使計劃

健康大使經過上學期的領袖培訓後，下學期更積極參與校內及校外義工服務。他們在開放日設立攤位，以遊戲方式推廣健康訊息及正向價值觀。此外，健康大使亦組織並舉辦生命小戰士會暨親子同樂日，為癌症康復孩子及其家庭帶來鼓勵及快樂的回憶。



夢想大使計劃

下學期的夢想大使計劃繼續舉辦了各項活動，包括團體訓練、靜觀及自我認識工作坊、密室逃脫大挑戰、攻防「箭」活動及正向訓練日營等。多元化的活動能讓同學認識自己更多面向，學習待人處事及合作溝通的重要性，從而加強自信，向未來目標前進。



才藝發展活動

15名中一同學於本學年2月至5月期間，通過中國剪紙藝術課程及魔術課程，培養健康的興趣，發展專長，提升自我效能感及自信心。



人生體驗活動

30名中二至中三學生於6月30日參加了國際十字路會舉辦的模擬人生體驗活動，活動主題是「貧窮與失明」。同學能深切體會貧窮和弱勢社群的生活困境，獲益匪淺。



性教育活動

護苗基金性教育課程

本組於1月30日舉辦了護苗基金「性教育e-class」互動工作坊，利用平板電腦遊戲和動畫等多媒體，向中三同學帶出正確的兩性關係觀念。

在6月28至29日，本組為中一同學舉辦護苗基金「初中護苗教育課程」，透過具啟發性的互動遊戲和角色扮演，協同學員學會如何保護自己的身體、尊重別人及學習兩性相處的技巧。



救世軍性教育工作坊及講座

本組在本學年邀請救世軍的社工到校為同學進行一連串的工作坊及講座，讓同學了解兩性相處的正確態度及自我保護意識的重要性。

日期	對象	課題
2月22日	中四級	網絡色情陷阱
3月6日	中二級	曖昧探測機
5月9日	中五級	分手的藝術
6月29日	中三級	性教育講座



健康教育活動

中一級「成長新動力」課程

中一級同學下學期繼續參與衛生署舉辦的「成長新動力」課程。全年通過六大主題：「健康篇」、「壓力篇」、「解難篇」、「抗誘篇」、「情感篇」和「溝通篇」，提升中一同學的基本生活技巧，包括情緒及壓力處理、溝通能力、人際關係、心理健康及解難技巧等。



衛生署學生健康服務

本學年超過9成中一至中三級同學參加了衛生署舉辦的學生健康服務。服務在2023年1月至7月期間進行，內容包括一系列的健康檢查，例如：提供身體檢驗及健康評估；轉介有需要的學生至健康評估中心或專科診所作詳細的評估及跟進。

「吸煙多面睇」工作坊

為了讓中一同學生及早認識吸煙的禍害，本組於7月3日舉行由「生活教育活動計劃」主辦的「吸煙多面睇」工作坊。課程以有趣及輕鬆的互動形式進行，通過角色扮演、動畫、遊戲及討論等活動，與同學探討吸煙的影響，藉此增強同學拒絕吸煙的信心。



學生輔導組

活動概覽

日期	輔導組活動概覽
2月10日	師兄師姐計劃中一遊戲日
2月至4月	桌上遊戲訓練
2月17、24日 3月3、10、17日 4月21、28日 5月5、12及19日	初中飛鏢小組
3月6日	中四及中五資訊素養話劇及講座
3月6日	師兄師姐計劃招募講座
3月7、10及16日	師兄師姐功課輔導及溫習小組
4月17、25日 5月2、9及16日	藝術自感創作小組
5月2、6、9及13日	師兄師姐精神急救證書課程
5月3、4、5、8、10、11及12日	師兄師姐計劃小組面試
5月8日	中三社交與情感技能學習工作坊
5月9日及18日	學生守護大使計劃互動日
5月15日	朋輩支援工作坊
5月22至25日	精神健康周
6月29日	正向社交講座（與健康及性教育組合辦）

精神健康關注周

精神健康關注周讓同學認識到精神健康的重要性，學會以正確的態度，勇敢地面對和解決問題。今年，輔導組邀請了小童群益會及新生精神康復會，透過展板、攤位遊戲、VR 體驗及運動項目，讓同學了解精神健康及舒壓的方法。



中三社交與情感技能學習工作坊

本組與基督教家庭服務中心合作，舉辦「中三社交與情感技能學習工作坊」，以社交和情感技能學習為框架，讓同學掌握如何辨識和管理情緒，學會站在他人的角度思考和處理問題。



學生守護大使計劃互動日

本計劃旨在提高同學對精神健康的認識。學生守護大使設計多項有趣的活動，幫助同學減輕壓力，促進身心健康，並跟他們分享精神健康的經驗和想法。



師兄師姐精神急救證書課程

課程讓師兄師姐學習如何辨認精神健康危機的症狀，以及處理問題時的技巧和策略。活動能宣揚正面價值觀，讓同學關注精神健康問題。

訓導組

領袖生朋輩復和技巧訓練

本組於7月6日、7日、10日及13日舉辦領袖生朋輩復和技巧訓練，讓領袖生以復和調解的手法處理糾紛，締造和諧校園。



檢查校服

本組定期檢查同學的校服儀容；跟進遲到、違規及課室秩序等問題，以維持良好的紀律。



香港盲人體育總會「視障人士」分享會

本組於4月18日邀請了盲人體育總會為中一級同學主持「視障人士分享會」，推廣「平等參與，體育共享」訊息，通過康體訓練，協助提升視障人士自信，融入和貢獻社會。會上三位視障人士分享他們如何克服殘障，同時透過參加體育活動，建立積極人生觀。分享會更設體驗環節，同學戴上眼罩，拿著拐杖，體驗視障人士在視力極度模糊的情況下走路的困難，有助培養同學關愛和堅毅的精神。



「器官捐贈講座」講座

本組分別於3月28日和4月18日邀請了香港器官移植基金會為中三級和中五級同學主持「器官捐贈講座」，會上主持人講述生前或死後捐贈器官對器官衰竭病患者的重要性，並指出香港只有約4%人口登記了器官捐贈，藉此鼓勵同學多與親友討論這個話題。此外，兩次講座亦請了一位接受了腎臟移植的康復者現身說法，談及移植前後的生活和心路歷程，有助培養同學同理心和關愛的精神。

「戰禍無辜」體驗工作坊

本組於2月22日邀請了宣明會為中六級同學舉行「戰禍無辜」體驗工作坊。宣明會為同學模擬體驗，讓他們走入戰地成為難民，在逃難過程中作出不同的抉擇，認識戰火如何令無辜平民失去家園及人生。活動有助同學反思戰爭塗炭生靈禍害。

「頌親恩——玫瑰永生花玻璃罩擺設製作」工作坊

本組與園藝學會合作，為中一級同學舉辦「頌親恩——玫瑰永生花玻璃罩擺設製作」工作坊，培養同學孝道精神，以行動表達對母親的敬愛。同學們在母親節親手製作保鮮花玻璃擺設送給母親，同學均投入參與，用心製作。



壁報設計比賽

本年度壁報設計比賽以「勤奮」為主題，讓同學發揮創意，配合美工藝術，設計華實兼備的壁報，讓同學培養勤奮好學的良好品德，並加強班中同學的團結精神。各獲獎班別將在散學禮上台領獎。

比賽成績如下：

級別	中一級	中二級	中三級	中四級	中五級
第一名	1A	2C	3A	4C	5A

結業禮升旗

下學期升國旗禮旗下講話主題

日期	旗下講話單位	主題	分享代表
1月31日	輔導組	以理性思考、尊重的態度來處理朋輩的紛爭	5C盧心悅
2月7日	普通話科	古都長安	2C晉晞璇
2月14日	科學教育（化學）	國家在環境保護方面的工作及最新發展	5A鍾仁傑
2月21日	資訊及通訊科技科	安全地及正確地使用資訊科技和社交媒體的重要性	4C羅家洋
2月28日	視覺藝術科	中國旗袍	3C黃欣悅
3月7日	中國歷史科	民族平等	2C陳朗維
3月14日	社聯會	中華文化重孝的精神	4A周祖旭
3月21日	體育科	國家近期的體育發展	2A李皓晴
4月18日	陳校長（15/4全民國家安全教育日）		
5月2日	生活與社會	勞動節的起源和意義	2C謝愷嵐
5月9日	企業、會計與財務概論	國家與香港經濟及商業發展的緊密關係	4A陳日東
5月16日	經濟	透過國際合作促進國家經濟發展	4A李孜鵬
5月23日	學生會	學生領袖	5A何子靖
5月30日	歷史	國家的歷史建築保育	3C丁雋灝
6月27日	地理	國家的自然世界遺產	4A孫慧琳
7月4日	陳校長（1/7香港特別行政區成立紀念日）		
7月11日	陳校長（散學禮）		



中式步操及升旗訓練

1A冼靖瑜、楊凱喬、劉懿樂完成了中式步操及升旗訓練，並於3月25日在九龍灣輔警總部參與了中式升旗及步操比賽。同學們在比賽期間表現良好，雖然最終沒有得到獎項，但同學們透過比賽觀摩也獲益良多。本校7月11日結業禮的升旗儀式亦以中式步操進行。



四社聯會

社際籃球比賽

本會於5月舉辦社際籃球比賽。男子組為五人籃球賽事；女子組則採用三人籃球賽制。最後東社包辦男子組及女子組冠軍，男子組亞軍由北社奪得，南社奪得女子組亞軍。



賽馬會划越無限計劃運動體驗日暨社際室內划艇比賽

本會於1月30日參加了賽馬會划越無限計劃運動體驗日，同學以社際比賽形式參與室內划艇。比賽由南社奪得冠軍，西社則奪得亞軍。



社際乒乓球比賽

本會於5月20日舉辦社際乒乓球比賽。男子組賽事由東社勇奪冠軍，而南社則奪得亞軍；女子組賽事由北社奪冠，亞軍由南社奪得。



升學輔導及生涯規劃組

學長師友計劃——職場參觀活動

為協助中三至中五同學對未來發展路向有更深了解，本組與伊利沙伯中學舊生會合辦了不同的職場參觀活動。活動當天學長們介紹了行業要求及前景，分享工作心得和社會經驗，讓同學們拓闊視野，增廣見聞，並加強對個人興趣和能力的了解，有利制定個人未來的升學就業計劃。

日期	行業	地點	主要活動
7月6日	法律	區域法院	法院參觀、學長經驗分享、法庭審訊旁聽及相關法律程序講解
7月7日	酒店	香港君悅酒店	酒店客房及餐廳參觀、學長經驗分享、就業要求及行業前景短講



扶輪生涯規劃教育系列 2022-23

扶輪社3450地區及教育局主辦的「生涯規劃活動2023：職業博覽及模擬面試工作坊」於6月24日在梁文燕紀念中學（沙田）舉行。是次活動為學生提供事業探索機會，讓他們了解各行各業，協助他們做好生涯規劃。

學生感言

5D 陳以澄

職業博覽開幕時，特邀嘉賓王祖藍先生的演講很有啟發性，他以個人經歷簡單說明了生涯規劃的重要性。接著，學生們自由選擇自己有興趣的職業方向，參加兩場職業分享會。我出席了動畫和創建企業的股份，講者們耐心地回答學生們的問題。以創建企業為例，講者除了創業，在股票、外匯等方面也有所涉獵，短短一小時的分享，非常充實。

6D 王日男

由於我沒有面試的經驗，模擬面試對我來說是一項巨大的挑戰。在面試過程中，我非常緊張。聽取導師的建議後，我頓時感到輕鬆了很多。從基本的姿勢和肢體語言，到誠信和守時等各方面，導師都給予我很多提點，讓我可以自信地面對各類型的面試。透過這次活動，我學會了如何應對艱深和尖銳的問題，實在獲益良多。



香港總商會——商校交流計劃 (參觀亞非法協香港區域仲裁中心)

就業及生涯規劃教育組參加了由香港總商會舉辦的商校交流計劃，連續第二年與國際律師事務所 Squire Patton Boggs (翰宇國際律師事務所) 結為伙伴。12位中三及中五的同學於6月28日參觀了位於中環的亞非法協香港區域仲裁中心，並與翰宇國際律師事務所合夥人及亞非法協香港區域仲裁中心主任陳曉峰律師見面。同學聽過陳律師介紹仲裁中心後，紛紛把握機會向他發問有關修讀法律的條件和行業的前景，獲得很多最新的資訊。



A Day @HKUMed

「香港大學李嘉誠醫學院一日行」於5月6日舉行，此活動由香港大學醫學院的教師和醫學院學生帶領，提供了身臨其境的醫學院學生生活體驗，包括示範和模擬問題導向學習等，涵蓋不同的學習重點，旨在透過多元和互動學習，與有意報讀該學院的學生建立聯繫。參與學生將有機會深入探索現代醫學領域，並提前進行學習。對於學生來說，能與醫學專業人員交流和互動，以及與香港大學醫學院社群建立聯繫，也是很有收穫的體驗。



參觀香港大學

為了協助學生加深了解大學課程及規劃未來升學藍圖，本組安排中五級學生於6月30日到訪香港大學，活動內容包括模擬課堂及課程介紹。



參觀香港國際航空學院

本組安排了中三至中五級同學於6月29日參觀航空學院，從而深入了解航空行業的發展狀況和未來趨勢，為未來職業規劃提供參考。



參觀城大動物醫療中心

本組安排中三至中五級同學於7月6日到城大動物醫療中心參觀，透過是次參觀，讓同學了解動物醫療技術、設備和流程，並探究動物醫學的發展趨勢和挑戰。



社會服務組

為培養同學服務社區精神，本組與小童群益會合辦了功課輔導班。此活動由中四及中五級同學於2月至5月期間輪流到香港小童群益會賽馬會長沙灣青少年綜合服務中心為小學生進行功課輔導，完成後由中心社工帶領反思，不論是中心的小學生還是本校同學皆獲益良多。



少年警訊

伊中少年警訊隊員在復活節參加了警務處舉辦的「多族裔青少年大灣區共融科創探索交流團」，旨在拓寬同學的眼界和視野，鼓勵香港各族裔青年人走進大灣區，親身體會中國創科發展的步伐與成就，了解科技如何能融入日常生活、改善治安和提升生活環境。

環保教育組

本組在下學期舉辦了一連串的活動，提升同學對環境保育的意識。活動包括利是封及快測盒回收，互動話劇及參觀船灣淡水湖及嘉道理農場暨植物園。



家政學會與園藝組

玻璃盆栽製作班

為提倡健康生活模式及幫助同學紓緩壓力，家政學會與園藝組於2月24日合辦了「玻璃盆栽」製作班，共有12位中一級至中五級同學參加。在工作坊上，同學學習基本栽種技巧和護理植物方法，運用創意設計盆景，作為點綴家居的擺設。希望藉著製作玻璃盆栽，鼓勵同學透過怡情養性的活動，釋放壓力情緒，從而建立正面的人生觀。



文史學會

「古代娛樂知多少」體驗活動

文史學會、歷史學會及科學學會通力合作，於去年12月8日至9日一連兩天舉辦攤位活動，讓同學參加投壺及射箭遊戲，又設展板介紹其科學原理及歷史源流。同學反應熱烈，成功寓教於樂。



「歷史人物 UNO 卡牌」遊戲活動

本會於開放日設計「歷史人物UNO卡牌」遊戲活動，透過UNO卡牌遊戲，讓同學和來賓認識和鞏固對中國古代著名人物的認識。活動展示了同學的創意，積極推廣中國歷史文化。



英文學會

Piñata 活動

Piñata是西方派對慶典上經常出現的遊戲：一個載滿糖果的容器會被懸掛起來，參加者需蒙著眼用棒敲打它，打破後大家紛紛搶奪散落一地的糖果。

活動於5月29日午息時間進行，過程中同學須將字詞重組成跟piñata有關的句子，賺取分數兌換敲打piñata的秒數。本會希望藉遊戲讓同學運用英語，並紓緩考試的壓力。最後同學成功打破兩個piñata贏得糖果，大家都非常投入盡興。



數學學會

人工智能應用與數學原理講座

本會於9月22日邀請了張澤松博士到校，為中三級同學主持「人工智能應用與數學原理」講座，分享數學在人工智能的應用。此活動由香港城市大學電機工程學系主辦，希望讓中三級同學更深入了解人工智能及數學原理在數學延伸部分（M1/M2）的應用。



數理遊踪

為培養同學對數學的興趣，本會與於6月29日為中二級同學舉辦了數理遊踪，透過一系列科學及數學活動，例如魔術、剪紙、摺紙、人工智能生成藝術、反應與平衡的運動科學，以及指紋識別鑑證科學等等，學習相關知識。同學反應熱烈，對數學的興趣大大提升。



地理學會

地理學會

為引起同學對地理知識的興趣，協助同學學習地理知識，本會舉辦了一次田野考察，「地圖閱讀」補習班，每日更新校內氣候表等。



紅十字會

捐血日

本會於2月20日邀請香港紅十字會輸血服務中心到校舉辦捐血日，讓年滿16歲或以上的同學體驗捐血救人，回饋社群的精神。



第42屆宣誓典禮

本會於3月18日舉行第42屆宣誓典禮。當天，西九龍總部活動高級主任高浩翔先生擔任主禮嘉賓，為一眾中二至中四級會員監誓，見證他們正式成為「紅十字運動」的一分子，鼓勵他們繼續服務學校及社群。



世界紅十字日

本會於5月8日派出兩隊同學參加「世界紅十字日2023——定向遊蹤活動」，透過走訪港九新界曾受天災影響的地方，了解氣候變化與日常生活的關係，並找出天災對人類帶來的威脅。



「戰區90」人道探索館體驗活動

本會於6月20日帶領會員參加了「戰區90」人道探索館體驗活動。25名參加者以第一身體驗戰爭的經歷，感受戰爭的可怕與禍害，令他們明白戰爭並不遙遠，鼓勵他們建立人道視野，關懷身處苦難的人，採取行動應對本地及全球瞬息萬變的人道挑戰。



學生成就

第73屆校際朗誦節中文朗誦比賽

第73屆校際朗誦節中文朗誦比賽已順利完成，本校共參加了26個項目，獲5項冠軍、3項亞軍、6項季軍及12項優良獎。其中2C陳朗維在中二粵語詩詞男子獨誦比賽獲取冠軍，同時獲得湯寶珍MH盾，成績斐然。

班別	姓名	參加項目	比賽成績
1A	劉佩賢	中學一二年級普通話女子散文獨誦	冠軍
2C	陳朗維	中學二年級粵語男子詩詞獨誦	
3A	陳韻捷	中學三四年級粵語二人朗誦	
3C	楊堯嵐		
4B	盧心悅	中學三四年級普通話女子散文獨誦	
6B	張志瑤	中學五六年級粵語二人朗誦	
6C	關靖悠		
2A	譚嘉琪	中學二年級粵語女子詩詞獨誦	亞軍
2C	黃鵬	中學一二年級普通話男子散文獨誦	
2A	孫巧喬	中學一二年級粵語二人朗誦	
2A	鍾睿雅		
1A	林明熙	中學一年級粵語男子詩詞獨誦	季軍
1C	羅渝茜	中學一二年級普通話女子詩詞獨誦	
2A	譚嘉琪	中學二年級粵語女子散文獨誦	
2C	李玉禧	中學一二年級普通話女子詩詞獨誦	
4A	鍾熙	中學三四年級普通話女子散文獨誦	
4D	李澤雅	中學三四年級普通話女子散文獨誦	

中文辯論隊

本校中文辯論隊本年度榮獲不少獎項，如4月23日於2023年扶輪鳴辯盃全港中學生辯論賽奪得季軍，隊員包括3B洪曉晴、3C嚴朗天、4A陳日東、4B黃梓菁、5A張欣怡，本隊隊員亦曾多次於不同辯論比賽中奪得最佳辯論員獎項，如星島第三十八屆全港校際辯論比賽、「第二十一屆《基本法》多面體——全港中學生辯論賽（基本法盃）」及第五十五屆聯校中文辯論比賽等。



第七屆全國學生「學憲法 講憲法」活動全國總決賽

本校榮獲教育局邀請，派遣學生代表香港以視像方式參與國家教育部舉辦的「第七屆『學憲法 講憲法』活動全國總決賽」中的初中組演講比賽，3C楊堯嵐參與了兩輪賽事後獲頒三等獎。



2023 國家安全寫作比賽

教育局和保安局為「2023年國家安全齊參與」計劃設計了一系列活動，以強化學校國家安全教育的氛圍。是項比賽旨在讓學生通過觀看以「國家安全」為主題的影片及閱讀相關書籍，並撰寫感想，從而增加學生對國情的了解及對國家安全的認識。本校中一至中五同學均參加了比賽，2C陳朗維在眾多參賽者之中脫穎而出，奪得初中組亞軍，本校亦榮獲最積極參與學校獎。

「國家安全你要知 • 認識《基本法》網上問答比賽」

本活動由東九龍青年社聯同黃大仙區學校聯絡委員會舉辦，目的是為了在學界推廣《基本法》和國家安全的重要性，令市民更認識《基本法》，4A謝恬熙和4C羅家洋榮獲高中組優異獎。

《憲法》和《基本法》全港校際問答比賽

賽事由教育局舉辦，今年加入《憲法》相關的題目，讓學生對《憲法》和《基本法》有更全面和深入的認識。本校同學於2月參加是項比賽，最後獲頒「十八區優秀學校獎」。

英文辯論比賽

英文辯論學會今年派出初中和高中隊伍參與香港中學英文辯論比賽、星島第38屆全港校際辯論比賽及第12屆全港官校英文辯論比賽。各參賽同學大展口才，表現優秀。其中初中隊於香港中學英文辯論比賽上學期賽事中贏得冠軍殊榮，同學亦憑著上學期奪冠之勢，進入全年總決賽。此外，本校隊員於第12屆全港官校英文辯論比賽與其他13間官立中學一較高下，並順利進入總決賽。



比賽名稱	獎項
真光女子數學邀請賽2022	3A 陳韻捷、4C 曾嘉慧 (優異獎)
2022粵港澳大灣區數學精英盃大賽 (香港賽區)	3A 王志臻 (冠軍) 2A 張健豪 (金獎) 2D 馮思鎬、3B 范衍禮 (銀獎)
第25屆香港青少年數學精英選拔賽	1A 李想 (二等獎) 2C 王佳宇 (三等獎)
第40屆香港數學競賽 (HKMO) (2022-23)	初賽成績： 3A 王志臻 (一等獎) 4A 甄璟堯、5A 許博丞 (二等獎) 5A 康烏日塔牧人 (三等獎) 決賽成績： 3A 王志臻、4A 梁曼婷、4A 甄璟堯、4C 曾嘉慧、5C 梁竣皓 (團體優異獎)
2023亞洲奧林匹克數學精英盃大賽 (香港賽區)	2A 林雨陽 (金獎) 3B 范衍禮 (銀獎)
數學思維大激鬥2023	1A 李想、2A 鄭禮言、3A 王志臻、4A 甄璟堯 (金獎) 2A 張健豪、2C 王佳宇、3A 陳韻捷 (銀獎) 4C 曾嘉慧 (銅獎)
2023香港數學及奧數挑戰賽	1A 陳海崧 (中二級殿軍) 3B 范衍禮、4D 歐陽俊 (金獎)
國際數學奧林匹克——香港選拔賽初賽2023	3A 王志臻 (優異獎)



第五十三屆「國際物理奧林匹克」

本屆「國際物理奧林匹克」於7月10日至17日舉行，由日本主辦，共有來自82個國家或地區的394名學生爭奪獎牌。香港隊共奪得一面金牌、三面銀牌和一面銅牌，5A班許博丞有幸代表中國香港參與第五十三屆「國際物理奧林匹克」，並取得驕人成績，勇奪獎牌。

「國際物理奧林匹克」的香港代表隊成員，均在香港區選拔賽中獲得優異成績，繼而修讀由香港資優教育學苑及香港科技大學安排的特定增潤課程。在課程中表現出色的學生方可獲選為香港代表，出戰比賽。



香港學校戲劇節 2022-2023

本校中文劇社以劇目《人工智能》參加香港學校戲劇節2022-2023，並獲評判一致好評。比賽當天同學傾力演出，並與兩位評審積極交流，踴躍發言。是次比賽讓同學發揮戲劇潛能，同時明白團體合作的重要性，實在獲益匪淺。



得獎學生名單如下：

傑出編劇獎：	2C 黃康橋
傑出演員獎：	1A 葉晞程、2C 黃康橋、3B 梁恩浩
傑出影音效果獎：	4C 梁啟軒
其他得獎學生：	1A 梁禮然、1B 馮焯謙、2B 曾浚權、2D 李佩妍、3D 莫浩朗、3D 鍾志傑、4B 盧心悅、5C 伍穎瑜、5D 楊沛賢

第 59 屆學校舞蹈節

本校舞蹈隊於2月9日參加「第59屆學校舞蹈節」中學組爵士舞及街舞（群舞）比賽，榮獲甲組獎。她們亦於開放日進行兩場表演，向師生及來賓展現訓練成果。



中學校際籃球比賽

本校女子乙組籃球隊參與中學校際籃球比賽（第三組——九龍一區），球隊出線後於淘汰賽連勝多場，一直晉級至決賽，最終榮獲亞軍。



香港學界體育聯會——中學校際羽毛球比賽

本校男子甲組羽毛球隊（2B陳智樂、2B陳璟樂、3C嚴朗天、4A周祖旭、5A胡定泓及5B阮銘灃）參與本年度中學校際羽毛球比賽（第三組——九龍一區），經歷連場龍爭虎鬥後，榮獲亞軍。



香港學界體育聯會——中學校際田徑比賽

本校派出超過60位田徑運動員於2月13、16及20日參加中學校際田徑比賽（第三組——第二區），成績斐然。

得獎名單如下：

女子丙組800米冠軍	1A 李凱明
女子丙組1500米冠軍	
女子丙組800米亞軍	1C 郭芷攸
女子丙組1500米亞軍	
女子甲組400米殿軍	5A 梁愷琳
女子甲組800米亞軍	5A 林海晴
女子甲組1500米亞軍	
男子丙組400米亞軍	2B 關浩賢
男子丙組800米殿軍	
男子乙組800米季軍	4C 胡銘
男子乙組1500米殿軍	
男子乙組標槍殿軍	4D 歐陽俊
女子丙組4x400米季軍	1A 李凱明、1B 周洛儀、1C 郭芷攸、1D 吳詠嵐
女子甲組4x400米冠軍	4A 李頌恩、5A 何子靖、5A 林海晴、5A 梁愷琳
男子丙組4x400米冠軍	1A 林明熙、1B 黃千源、1D 李浩銘、2B 關浩賢
男子乙組4x400米亞軍	3A 胡濠、4A 黃旻亮、4C 胡銘、4D 關智文



香港學界足毽賽 2023

經選拔後，本校挑選了8名運動員（4A黃旻亮、甄璟堯、4B鄭博謙、劉浩宏、李家僊、4D歐陽俊、關智文、杜晉杰）跟隨教練進行特訓，並於4至5月首次以學校名義參加香港學界足毽賽2023，成績不俗。其中黃同學、鄭同學、李同學及歐同學更奪得了中學高級組團體賽優異獎。



2022/2023 香港中學及大專學界短距離定向錦標賽

本校派出8名運動員（3A胡濤、4A李頌恩、陸謙柔、黃旻亮、4C胡銘、5A何子靖、林海晴、梁愷琳）分別在2月4日和2月11日於烏溪沙青年新村及大棠渡假村參加2022/2023香港中學及大專學界短距離定向錦標賽。其中6位運動員更是於本年首次接觸此項運動，經老師及教練的指導後，他們憑其努力訓練成果，於賽事中勇奪佳績。

得獎名單如下：

九龍區女子乙組（初賽）	4A 李頌恩（第7名）
九龍區女子甲組（初賽）	5A 林海晴（第4名）
九龍區男子乙組（初賽）	4C 胡銘（第1名）、3A 胡濤（第6名）
九龍區團體男子乙組（初賽）	3A 胡濤、4A 黃旻亮、4C 胡銘（第2名）
全港精英女子乙組（決賽）	4A 李頌恩（第7名）
全港女子乙組（決賽）	4A 陸謙柔（第2名）
全港精英男子乙組（決賽）	4C 胡銘（第1名）、3A 胡濤（第6名）
團體精英男子乙組（決賽）	3A 胡濤、4A 黃旻亮、4C 胡銘（第2名）
全場團體精英男子組（決賽）	3A 胡濤、4A 黃旻亮、4C 胡銘（第3名）



屈臣氏集團香港學生運動員獎 2022/2023

5A林海晴憑其運動潛質及多項運動領域的佳績，包括：游泳、越野跑及田徑，獲本校提名角逐「香港學生運動員獎 2022/2023」，並獲主辦機構屈臣氏集團頒發獎項。

