



德蘭中學

St. Teresa Secondary School

地址：九龍何文田常盛街21號

電話：2711 5202 傳真：2715 4509

網址：<http://www.stteresa.edu.hk>

2021-2022
第二期

蘭薰



中國空間站「天宮課堂」太空授課活動
2021年12月3日(香港分課堂)



▲ 動手做實驗



▲ 學生與中聯辦官員作交流分享

航天夢再續

天宮課堂珍貴體驗

2021年6月25日，國家頂尖航天科學家團隊訪港，親駕本校主持演講。不足半年，本校學生再次親炙航天精英，有幸參加天宮課堂。

本校六愛班石雪婷、李瑞瑤、江宇婕、張雅涵、施嘉穎，六孝班林欣欣、朱雯瑛，四愛班劉健儀、李靜蕾、高松靖同學獲邀參與由中國載人航天工程辦公室、國家教育部、科技部、中國科協及中央廣播電視總台於培僑書院舉辦的中國空間站「天宮課堂」太空授課活動——香港分課堂。學生與神舟十三號航天员翟志剛、王亞平及葉光富在中國空間站，以天地協同互動方式進行太空實驗。

「天宮課堂」學生心聲

6A 施嘉穎

在過去的2021年中，很榮幸學校給予機會，讓我參與「航天講座」以及「天宮課堂」等別具意義的活動。

在六月份的「航天課堂」中，我有幸擔任活動司儀一職，近距離接觸到國家航天科技發展的主要建設者。而近期的「天宮課堂」，又是一個新體驗。在之前也有進行過一次「天宮課堂」的課程直播，在網路上去觀看的時候更像是一個觀賞者，在欣賞一場準備好的表演。隨著天和核心艙的成功對接，也迎來了新一次的「天宮課堂」。當會場跟隨實驗進行時，更多是身臨其境。在地面上做的實驗，永遠無法達到屏幕上的效果，但我們也會認真地聽講、學習，會有更多參與感和全身心地投入。感嘆於人類對宇宙的好奇心，驅使著眾人為探索其中奧秘而付出努力，航天员也要在太空上適應前所未有的生活——經受著失重。也正因如此，才能帶出這樣生動的課程，讓學生在地面也能直觀的感受到太空中的日常和科技的發展，賦予學生更多想象題材！

6B 朱雯瑛

很榮幸能參加「天宮課堂」，首先感謝各界提供這個千載難逢的機會。

課堂開始前，懷揣著激動不已的心情，因為我對太空站上不同範疇也有著疑問，比如說：月壤不具備養分，能在空間站內進行耕作嗎等疑問。在天上地下成功連接視頻見到三位航天员，心情更是心潮澎湃，以前都是在電視機前看回放，沒有親身體驗「近距離」實時的畫面，感嘆祖國科技發展的日新月異。

在課堂進行過程中，航天员耐心地與我們一起做實驗，利用生動有趣的例子講解了一些天上地下的差異現象，包括太空細胞學研究實驗展示、浮力消失實驗、水膜張力實驗、水球光學實驗等，讓我們能明白其中原理。實驗讓我感受到宇宙的神秘莫測，激發了我對航天知識的好奇心。

而在王亞平老師進行水膜張力實驗時，對我們的寄語期盼也尤讓我印象深刻——「你們都是祖國的花朵，含苞待放，未來是你們的，希望你們的夢想都能在廣袤的宇宙中綻放。」正所謂「江山代有才人出，各領風騷數百年。」在航天员進行探月工程的背後，還有無數科研人員在背後默默付出，進行科技研發，為祖國發展貢獻力量，這是振奮人心的時刻；因此，作為新時代青年，我應懷有大志，努力追夢。

4A 劉健儀

這次天宮課堂更生動、具體地向我們描述了太空與地球截然不同的物理現象，令我意猶未盡。其中，我最感興趣的就是水球光學實驗！在失重環境下，在水膜加入水滴變成一個晶瑩剔透的水球，但我們同步實驗時卻無法做出。這幾個小實驗讓我更加瞭解到不同環境下所呈現的物理現象。在這種別開生面的授課方式拉近了我們和科學的距離，更激發我對太空的興趣。



▲ 滿載而歸的課程



▲ 實驗組學生吸引官員來查看



· 得獎短片 ·

Global Teacher Award 2021

全球教師獎(Global Teacher Awards)旨在積極接觸世界各地為自己的專業作出卓越貢獻的傑出教師。該獎項表揚在不同學科的教學中表現出色，並通過課堂以外的教學以服務社區的教師。

從**平凡**中教得**不平凡**，以**生命**影響**生命**，
盼教學心火**承傳**下去

蕭煒忻老師教學理念與感言：

本人十分榮幸獲選為Global Teacher Award 2021的老師之一，感謝大會給予機會及肯定。當老師是我從小的志願。生命中相遇的每位良師，都教曉我如何當好一位老師。感恩一路上遇上很多位好老師，他們在我生命中不同的階段，以身教、言教、境教，伴我成長，造就了今日的我。

「師者，所以傳道、授業、解惑也」。我相信當老師不僅是一份傳道授業的工作，對我來說，更是一份使命。我覺得在這世代當老師的是有種責任，要為廿一世紀的學生裝備，所以過去十年間我除了推動電子學習及翻轉教學，亦有不斷進修，在各方面都自我增值。在課室內，老師不再只是單向的知識傳遞者，而是要作為學生學習的引導者(Facilitator)。

感謝學校對我的支持與信任，讓我試行創新的教學法；感謝校監及校長多年來的欣賞與肯定；感謝同事及學生在一路上的支援與支持；最後，也特別感謝我的學生，陪我走上這個創新的學習之旅。作為21世紀的教師，也必然要勇於嘗試，才能引導學生在學科知識及個人成長方面有所成就，並成為一個好公民。



▲ 蕭煒忻老師榮獲全球教師獎 (Global Teacher Award)

視覺藝術教師表揚計劃2021

視覺藝術教師表揚計劃是為了表揚本港具抱負並且工作表現優秀的視覺藝術科教師，並為同儕間提供交流的機會，鼓勵教師精益求精，提升其教學質素。

藝術生活，生活藝術

關劍花老師教學理念與感言：

藝術是我自幼的喜愛，陪我渡過成長的迷思，在生命中擔當不可或缺的角色。由當初的喜好成為一份授業解惑的行業，這意味藝術於我已盛載了教育的使命和責任。

藝術，已融入我的日常生活；生活，便是構思校本藝術教學的靈感來源。我期望能透過藝術讓學生發現生活中的美、促進身心靈的健康、培養創新思維、強化學生的生命素質、裝備她們迎接人生中的挑戰。

教育，不是一個人的單打獨鬥。感恩在德蘭中學這個大家庭內有一群充滿教學熱誠，勤奮而又團結的同工；又有一位愛惜學生，給予老師自主和強力支援的校長，



◀ 視覺藝術教師表揚計劃2021——優異表現獎

在廿一世紀革新的教育路上，縱然崎嶇，但我們砥礪同行並不孤單！

此次榮獲優異表現視覺藝術教師獎是對本校視藝教學的肯定，除了鼓舞自己在個人崗位發揮所長外，未來亦將繼續以學生為本，讓學生體驗知識的連貫，提升內在學習動力；同時亦希望以藝術作橋樑，讓學生走出成長的迷思，促進身心靈的健康，並且打破隔膜，連結世界，增強文化交流及人文關懷之情。



多元學習

藝術氛圍

人文關懷

生活中的藝術

第22屆消費文化考察報告獎 頒獎典禮



消費文化考察報告獎



· 作品介紹 ·



▲ 學生透過不斷的實驗終於完成了「iEAT好食德」電子系統

iEat 好食德校園計劃介紹

該計劃目的在校園推廣減少剩食，以達致可持續消費。透過iEat手機應用程式，配合裝有重量感應器的智能廚餘收集箱，每天收集學生的剩食數據，再進行數據記錄及分析。這些分析後的數據能夠讓家長及飯商都得到有用的資訊，計算出每天實際需要的食物份量後，家長及飯商都可以因應同學的食量及喜好作出食物供應調節。

程式共有四個功能：

- 1 **我的剩食日記：**透過每天將剩食倒進裝有重量感應器的智能廚餘收集箱，量度及記錄每位同學每天午飯後剩食數量，數據透過物聯網即時送上雲端並在程式更新。同學和家長可利用程式追蹤同學剩食的情況。
- 2 **獎勵計劃：**程式設計積分計算功能，同學可以利用積分兌換禮物。除外系統還會選出每月之星(食剩最少)給予獎賞。
- 3 **廚餘知識科普：**程式可教育同學廚餘的可持續循環。
- 4 **網上小遊戲：**小遊戲讓同學學習分辨生廚餘和熟廚餘，達到愉快學習的目的。



▲ 第二十二屆消費文化考察報告獎



▲ 第三十三屆消費文化考察報告獎「可持續消費創意設計」主題獎

《歷史文化學堂——香港街道紀行》 弘揚中華文化獲佳績



如欲了解頒獎禮之詳情和閱覽本校學生的研習報告，請瀏覽文聯會網頁



▲ 這個獎盃見證我們努力的成果



▲ 謝謝校長親來打氣與支持



▲ 實地探訪花布街

本校選修中國歷史科和歷史科的學生，包括：（五愛班）劉志惠、賴小瑜、湯傲穎、黃葆雯、程樂洛，組隊參與香港中華文化發展聯合會主辦、優質教育基金資助的《歷史文化學堂——香港街道紀行》專題研習報告比賽。學生以花布街為主題，利用文獻、實地考察和訪問等方式進行歷史研習，製作〈花布情懷：由永安街至西港城的疋頭故事〉的專題報告。本校學生的報告在眾多參賽作品中脫穎而出，榮獲中學組冠軍。師生於10月23日出席發佈會暨頒獎禮，並向嘉賓和其他參賽學校學生分享研習心得。文聯會稍後亦會把本校學生的得獎作品透過成品集出版，供公眾和學界參考。



▲ 頒獎禮

▼ 能在電台內與公眾分享小組的研究結果是件開心的事



本校選修中國歷史科和歷史科的學生組隊參與香港中華文化發展聯合會主辦、優質教育基金資助的《歷史文化學堂——香港街道紀行》電台演講比賽。其中六愛班高語晨、林小淇，六孝班伍曼晴憑着〈長洲警署：長洲百年治安的守護者〉，以及五愛班賴小瑜、劉志惠、湯傲穎、黃葆雯、程樂洛製作〈人情世故：煙火下的廟街〉，雙雙贏得入圍獎。

兩組學生均獲邀到電台錄音，透過節目向公眾分享她們的歷史研究成果，並發表感想。學生的用心製作，獲主持給予好評。相關節目已分別於2021年11月9日及2021年12月14日在新城電台知訊台《世界隨意門》節目內播出。

11月9日：
〈長洲警署：長洲百年治安的守護者〉



12月14日：
〈人情世故：煙火下的廟街〉



▲ 第一次在電台作演講



▲ 在新城電台接受獎狀

教師發展日，參觀「學與教博覽2021」



▲老師們興奮地準備出發參觀不同的教學展覽

全體教師及教學助理於10/12/2021(五)教師發展日到香港會議展覽中心參觀「學與教博覽2021」，這展覽提供平台，讓本校同工一同探索教學資源及科技的最新發展。本校老師當天透過參與講座及分享會，了解其他學校的經驗，並認識最新教育議題，大家表現積極投入，獲益不少。當日蕭煒忻老師及梁淑茵老師被邀請分享題目「STREAM for GIRLS教學經驗分享——帶着「設計思維經驗」回到女校的學習現場」，跟學界分享本校STEM課程設計的經驗；蔡煒傑老師亦在Microsoft x AiTLE for Hero分享本校學生的STEM成果以及在AI for Girls中扮演的角色及期望。同場本校有四名學生（中三愛蘇玉珊、林美君，中四愛陳卓瑤、周安悅）被邀請在InnoSTEMer展示「可持續發展智能產品」設計成果，得到參觀人士及本校老師讚賞和支持，學生倍感鼓舞。



▲蔡煒傑老師為到場參觀的教育界同工作分享



▲本校學生獲邀在博覽會上展示可持續發展智能產品設計成果



▲蕭煒忻老師及梁淑茵老師獲大會邀請分享如何在女校推動STREAM

同工專業交流——西貢崇真天主教學校(中學部)

本校一直著重教師的專業發展，除鼓勵教師參與教育局舉辦的培訓進修課程外，也會積極安排與不同的學校作出專業交流以提升教師的教學效能。12月8日，西貢崇真天主教學校(中學部)校長、副校長及十多位老師親臨本校，與本校的中文科、STEM/推廣電子學習小組及資訊科技科的老師作出專業交流及經驗分享，當天兩校老師表現積極，氣氛融洽。



▲兩校中文科老師作出專業交流



▲兩校STEM/推廣電子學習小組及資訊科技科的老師經驗分享



▲西貢崇真天主教學校(中學部)與本校老師合照

到恩主教書院進行人文學科專業交流

本校人文學科團隊於12月10日下午到恩主教書院進行專業交流。教育局質素保證視學組於11月到恩主教書院進行人文學科重點視學，恩主教書院邀請本校及其餘三所教區中學到恩主教書院就人文學科發展作專業交流。席間恩主教書院團隊分享是次人文學科重點視學的寶貴經驗，讓本校人文學科團隊獲益良多。第二部分的小組交流分享環節，本校老師亦與友校同工們分享規劃人文學科課程的心得。



▲本校人文學科老師與恩主教書院校長合照

Learning English in Pandemic Times

The COVID-19 pandemic has affected the education system in Hong Kong, making English learning more challenging than ever. However, new fun English activities and classes were arranged to help students keep up with their learning and to provide them with enough opportunity to practise the language.

Creating an English-rich environment

Breakfast Talk

To encourage more students to speak English, this activity was organised on Monday, Wednesday and Friday mornings. Students could pick some designated reading materials and read them out to their English teachers. It helped students improve their pronunciation and boosted their confidence in speaking English. Participants were pleased to receive a small treat after completing their reading.



▲ Breakfast Talk is held in the covered playground.



▲ It is fruitful to chat with English teachers.

▲ Don't be shy! Speak in English!

▼ You can always learn a lot of English through songs.

English Song Corner

In the morning, students could listen to English songs while having breakfast at the canteen. They also had a chance to dedicate their favourite songs to their schoolmates and teachers. Students loved to see their messages to be read aloud and displayed on our big screen TV.



▲ The students are busy writing down new vocabulary that they have learnt from the song.



▲ It's Christmas time. Here is a Christmas song to create a Christmas atmosphere!

Weather Broadcast

'What is the weather going to be like for today?' This was how the weather broadcast started every morning before the start of the morning assembly. Students from every class took turns to broadcast the weather forecast for the day through the PA system. This activity gave more opportunities for students to use English and to speak in their best broadcasting voice.



▲ One of our student weather broadcasters and our NET.

▲ Our English teachers are also hosts for the weather broadcast. Tune in for the weather forecast every morning!

Boosting students' proficiency in English

Although the teaching and learning progress was affected by the pandemic, various English classes were organised for students in different forms to ensure that they did not fall behind in their studies.

S1 and S5 enrichment classes

To help S1 students bridge the gap between the primary and secondary curriculum, and to prepare S5 students for the DSE, enrichment classes focusing on different language skills and grammar items were provided for target students who performed well in subjects other than English.

S4 Curriculum Plus Prequel Programme

Initiated by the Hong Kong Policy Research Institute Education Research and Development, the programme aims to enhance English learning and the English proficiency of participating students. This two-year programme provides 70 learning hours for students per year through online and face-to-face lessons.

S6 Little Sheep Programme

Inspired by the bible verse "The Lord is my shepherd, I lack nothing" (Psalm 23:1), English teachers, the shepherds, initiated this English programme to give more support to students taking the upcoming HKDSE. Each teacher guided two to three students on how to boost their performance in the reading and listening papers. All students welcomed the programme and appreciated the effort and care from their teachers.

主保瞻禮

2021年9月30日早上於學校禮堂舉行慶祝主保瞻禮祈禱會。

本年度，學校以「生命」為主題，主要培養學生重視生命的可貴，亦會特別培育學生以下四個價值態度：

- (一) 作息有序，培養健康的生活習慣
- (二) 勇於解決困難
- (三) 尊重、關愛及服務近人
- (四) 愛護生物及環境

期望學生學習主保小德蘭克服困難、永不放棄的堅持，並珍惜所有，培養積極進取的精神，以愛去關懷身邊的人。

在祈禱會中神父為天主教同學會幹事進行派遣禮及祝福中六學生，讓學生偕同聖神面對不同的挑戰。學生會幹事也代表全體學生，向全體教師致敬，感謝老師一直的培育和陪伴。



▲ 校監為學生祝福



▲ 高中學生齊集在禮堂進行主保瞻禮



▲ 天主教同學會幹事與校監、校長合照

復活救主基督像及壁畫祝福禮

2021年12月9日，校監劉富根神父祝聖學校的「復活救主基督像」及「壁畫」。透過這可見的標記來提醒和幫助我們記起天主子耶穌基督經歷了苦難、死亡和復活，為人類帶來救恩和永生的希望。願我們在基督的愛內合而為一，獲得豐盛的生命，共同建樹德蘭這個大家庭！



▲ 祝聖儀式開始



▲ 復活救主基督像



▲ 在祝聖儀式進行時，學生都誠心低頭祈禱



▲ 校監為壁畫祝聖

維護生命講座

本校邀請「天主教香港教區婚姻與家庭牧民委員會」牧民幹事陳麗嫦女士為學生主講「維護生命講座」。希望透過這講座，讓學生更能夠懂得珍惜生命，遇到困難時不會輕易放棄。



▲ 學生於講座上踴躍發問



▲ 陳思敏副校長頒發感謝狀予陳女士，以答謝她帶給學生一個精彩的講座活動

「媽媽的神奇小子」電影欣賞

本校聯課活動組於9月30日舉行了「媽媽的神奇小子」電影欣賞活動。當日中六學生與班主任、校長及家長一同觀賞電影。電影講述殘障運動員蘇樺偉的奮鬥故事，以及蘇媽媽與他的心路歷程。學生認為電影很有啟發性，明白到人生縱使遇到很多的挫折，無論如何都要迎難而上，堅持下去，即使普通人，甚至殘障人士，也可以創造奇蹟。



▲ 校長、老師、學生和家長難得一起觀賞電影



▽透過活動和遊戲培養學生的團隊精神、協作能力

中一新里程與蘭籽計劃

本校於八月二十五至二十七日舉辦了「蘭籽計劃」大姐姐領袖訓練和開學前適應課程「中一新里程」，讓準備入學的中一新生提前認識學校和同儕，更好地預備九月入學；同時亦讓中三至中五的大姐姐，為來年照顧中一的學妹作好準備。透過活動和遊戲培養學生的團隊精神、協作能力，加強學生的自理能力訓練(包括保持良好儀容、填寫手冊、時間管理和訂立目標)，以及協助學生投入中學生活，建立校園社交及網絡，與同儕分享升中感受，認識校園環境及生活常規，建立對學校的歸屬感。最後一天的啟動禮，葉校長除了歡迎中一新生外，更與在場六十多位學生家長為女兒打氣，一同進行紙飛機飄揚啟動儀式，場面溫馨愉快，饒具意義，象徵著中一學生中學生涯的一個好開始。



▲「蘭籽計劃」大姐姐領袖訓練和開學前適應課程「中一新里程」



▲學生於大畫紙上寫下個人目標，訂下遠景

中三成長訓練

學校亦在11月12日邀請了外間機構導師為中二級學生舉辦了成長訓練活動。活動除了有守規的訓練(集隊、步操、禮儀)外，亦有不同的分組遊戲，旨在讓學生學習合作及互助精神，以及建立對學校的歸屬感。學生根據自己的班別分組進行不同的活動，透過協力的形式完成不同的挑戰和任務。學生從而可學習團隊合作及互助精神，提升同學間的凝聚力。活動完結前，每名學生更寫下個人目標，訂下遠景，並張貼在大畫紙上。導師亦邀請學生反思活動的過程。場面溫馨愉快，別具意義，讓每名學生留下深深的印記。



▲中三級成長訓練活動



▲班別分組進行不同的協力挑戰

解憂號

學校於10月18至20日，一連三天邀請了香港青年協會「解憂號」活動車到校進行活動，旨在提升校園正能量，加強對學生的情緒支援。學生積極投入活動，並與老師分享活動的點滴，讓校園充滿歡樂的氣氛。透過「解憂號」與導師分享，學生可以透過不同的舒壓活動，認識自我情緒及表達情緒方法，學習與正面及負面情緒共處。

活動帶出要學會與情緒共處的重要性



DRAW ALL YOU CAN® (大集繪) 表達藝術小組

Draw All You Can® (大集繪)



▲ 與學生作品合影



此外，學校社工徐詠嫻姑娘應班主任老師邀請，於12月2日為1A班學生舉辦兩節表達藝術小組，一起在第一學期測驗後，透過Draw All You Can® (大集繪) 表達藝術繪畫方法，讓學生在測驗後一同舒壓。Draw All You Can (大集繪) 是從STEM教育上，加入繪畫元素，以圖畫卡片為創作基礎，讓參加者享受自由創作的樂趣。是次創作更邀請了葉妙顏校長在畫布上簽名鼓勵！這份大型創作將在學生事務組的壁報上展示，大家在校園可一起欣賞。

西九戲曲中心茶館劇場

中三及中四學生於11月17日前往西九戲曲中心欣賞茶館劇場表演，是次教育專場由陳廷驊基金會慷慨支持。當日學生欣賞了由駐場的茶館新星劇團呈獻的戲曲表演，發掘傳統美學，配合司儀生動淺白的即場解說及互動討論環節，增加了對戲曲藝術特色及文化價值的認識。學生認為透過現場欣賞戲曲，更能感受到舞臺表演的張力，與演出者的情感表現。同時亦有機會認識傳統文化和音樂元素（如：戲服、樂器等），獲益良多。



▲ 學生於現場欣賞戲曲



▲ 中三及中四學生於西九戲曲中心欣賞茶館劇場表演

街舞欣賞與體驗

學校於12月3日邀請了香港街舞發展聯盟到校表演霹靂舞。過往學生在學校內較常接觸中國舞或其他較傳統的舞蹈，霹靂舞表演於學生而言更有新鮮感和吸引力。霹靂舞表演充滿熱情及動感，當日安排中一學生於操場欣賞表演，高漲的氣氛亦引來中六學生及教職員駐足欣賞。當日學生認識到不同種類的街舞，亦有中四及中六學生參與Battle，氣氛熱熾。此次活動能提升學生對霹靂舞、嘻哈舞等街舞的認識，並希望藉此培養她們正向價值及發展其肢體舞蹈潛能。



香港街舞發展聯盟到校表演霹靂舞

▲ 霹靂舞表演引來學生及教職員駐足欣賞

競技日 Games Day

本校於11月19日舉行競技日 (Games Day)，全校師生一同參與。學校本年度以「生命」為主題，期盼學生能培養健康的生活習慣，愛護生物及環境，並能勇於解決困難。競技日為學生提供優良的課堂以外的學習環境，俾其發揮潛能，達至均衡發展。

活動分為上下午兩節，首先進行班際障礙賽。學生需通過重重障礙，以球拍運球至終點。比賽緊張刺激，學生的歡呼聲、叫喊聲冠絕全場。下午障礙賽則全由老師出賽，學生更為老師吶喊助威。隨後，學生亦有參與社際閃避球比賽，更有期盼已久的師生閃避球比賽。學生和老師於球場上更打成一片，場面溫馨感人。其後，由校長頒發獎項予各隊伍，分享獲勝的喜悦。

競技日除了讓校園充滿了一片歡聲笑語外，在全部賽事結束後，師生一同詠唱Action Song，帶出關愛、珍惜和分享生命的信息。於課業繁重的日常之間舉行競技日，讓學生擴展身心之餘，更是要學生在比賽中對生命、競賽、學習等有更多的體會，使競技日競具競爭和勝負以外的意義。



▲ 高中學生於樓層一同詠唱Action Song

▼ 社際閃避球比賽

▼ 師生閃避球比賽



▲ 班際障礙賽

▲ 老師障礙賽



▲ 師生一同詠唱Action Song，帶出關愛、珍惜和分享生命的信息

平安與歡欣聖誕禮儀

本校於12月17日舉行聖誕聯歡會。透過聖誕禮儀來向學生傳揚耶穌誕生給世界帶來救恩的大喜訊，使師生間感受和平與愛的訊息。此外，亦會將天主教教育五大核心價值融入禮儀當中，藉著讀經、祈禱、嘉賓的主題分享、講道來鞏固學生對各項價值的認識，並活出不同價值的精神。

主禮呂志文神父在聖誕禮儀中分享主耶穌降生那段時期，聖家如何面對逆境。呂神父並以烹煮紅蘿蔔、雞蛋、咖啡豆三種食物為喻，提醒我們看待逆境可抱有不同態度。假設熱水是人生的磨難，這三樣材料則是不同的人：有些人像紅蘿蔔，原本很硬很堅強，被熱水煮過後便從此軟弱；另一種人是雞蛋，內柔外剛，被熱水折磨之後，雞蛋便硬化，鐵了心，積壓一肚子的怨氣做人；還有一種人就像咖啡豆，沒有一蹶不振，亦沒有鐵石心腸，反而當遇到帶給它痛苦的滾燙熱水時，它才能夠釋放出令人心神振奮的芬芳香氣和濃郁味道。寄語學生應像咖啡豆一樣，讓自己溶入於苦難中，在最糟糕情況時所承受的壓力越大反而越能激發潛能，使危機變成轉機。



▲ 學生恭讀福音



▲ 呂志文神父與學生分享如何面對逆境

聖誕聯歡才藝表演比賽Talent Show

本校亦於聖誕聯歡會當日舉行才藝表演比賽，全校師生熱烈地慶祝這個普天同慶的節日。學校為實踐天主教全人教育的辦學理念，特此舉辦是次比賽讓學生以個人或組合形式自由參與，發揮潛能、各展所長。

當日活動分為初中組及高中組，同學之間互相較量和比拼以外，更有師生同場表演，氣氛和諧融洽。一眾參賽者及表演隊伍傾力演出，精彩片段連綿不絕。

活動期間，校長和一眾老師抽出數十名聖誕幸運兒，更添聖誕氣氛；同時，校長亦為每名學生準備了一份聖誕禮物。於繁重的第一學期即將完結之際，分享節日的喜悅，讓每名學生在欣賞精彩表演後都能滿載而歸。

才藝表演比賽在歡聲笑語中完美落幕。活動不但為二零二一年校園生活畫下句號，更讓學生有機會欣賞彼此的才能，建立正向校園氣氛，加強學校師生的凝聚力。



▲ 學生的奇趣造型吸引眾人紛紛來打卡

▼ 老師抽出幸運兒贈送禮物



▲ 學生舞蹈表演



▲ 師生組合一同表演

學生成就

2021-2022年度學生獎項

學術

主辦機構及活動名稱	比賽項目	獎項	班別	學生姓名
祁良神父教育基金有限公司	祁良神父教育獎學金 (2020-21)	獎學金 \$1500	6A	張雅涵
羅氏慈善基金 (基金) 及教育局 應用學習獎學金 (2020/21 學年)	應用學習獎學金 (2020/21 學年)	獎學金 \$1000	6C	鍾曉嵐
黃廷方慈善基金及香港社會服務聯會	黃廷方獎學金 2021	獎學金 \$5000	5A	洪妮娜
香港中華文化發展聯合會	《歷史文化學堂——香港街道紀行》專題研習報告比賽	中學組冠軍	5A	劉志惠、賴小瑜、湯傲穎、黃葆雯、程樂洛
		嘉許證書	6A	高語晨、林小淇
			6B	戴鈺婷、麥雯海、伍曼晴
香港中華文化促進中心	2020-2021 中國中學生作文大賽 (香港賽區)	初中組優異獎	3B	許嘉雯
		高中組優異獎	4A	劉健儀、蔡樂怡
			6A	陳苑柔
			2020 畢業生	陳嘉怡、潘翠霞
勵志教育青年基金	「中國航天夢」全港徵文比賽 2021	優秀精句嘉許獎	2A	陳家怡
香港青年旅舍協會	2020-21 香港賽馬會社區資助計劃—— 美荷樓香港精神學習計劃「兩代情」 徵文比賽	優異獎	3A	陳嘉儀、曾凱喬、鄭淑妍
			4A	陳卓瑤、林樂漫、李浩欣、李碧瑤、 盧穎詩、蔡樂怡、王安琪
			6B	林欣欣
教育局及 香港大學電子學習發展實驗室 合辦	初中歷史科電子閱讀獎勵計劃 2021	優異獎	2A	周佳兒
			4A	林樂漫、李碧瑤
		嘉許獎	2A	陳家怡、鍾樂然、梁紫柔、孫僖遙
			2D	鍾珈敏、張庭琳、蘇嘉晞、邵天詠
			3A	蘇玉珊、周穎茵
香港中華文化發展聯合會	《歷史文化學堂——香港街道紀行》 電台演講比賽	入圍獎	5A	程樂洛、劉志惠、賴小瑜、 湯傲穎、黃葆雯
香港中華文化發展聯合會	《歷史文化學堂——香港街道紀行》 電台演講比賽	入圍獎	6A	高語晨、林小淇
			6B	伍曼晴
童軍知友社賽馬會 啟業青少年服務中心	「CHEER 喻心呼吸」 青少年精神健康計劃——鼓勵標語創作比賽	優異獎	2A	丘詠欣
香港城市大學化學系及 香港化妝品化學師協會	第一屆香港中學化妝品配方比賽	優異獎	6A	李靖怡、施嘉穎、楊愷琪
消費者委員會 及教育局 合辦 第二十二屆消費文化考察報告獎 「可持續消費創意設計」主題獎	iEat 好食德校園計劃	初級組 - 最卓越設計獎 最佳實踐獎	2A	陳家怡、何璧言、鍾樂然、 侯彥廷、甘凱喬
香港虛擬大學及教育局科學 教育組	「化學家在線」	鑽石獎	5A	何芷茵、洪妮娜、常巧潼
			5B	余敏睿
少年警訊	「STEM-Up 香港創新科技大賽」	高中組 「最具創意及創新獎」	5A	何芷茵、洪妮娜、常巧潼
		嘉許獎	2A	陳泳霖、伍妙恩、蕭樂穎、丘詠欣、 陳家怡、鍾樂然、侯彥廷、何璧言、 甘凱喬
			3A	鄭嘉瑜、林美君、蘇玉珊、周穎茵
九龍西潮人聯會	「逆境自強」短視頻比賽	優異獎	4A	林樂漫、李賜恩、李碧瑤、盧穎詩

體育

主辦機構及活動名稱	比賽項目	獎項	班別	學生姓名
香港學界舞蹈協會有限公司 第 57 屆學校舞蹈節	中國舞 (三人舞) 踏姑娘 (哈呢族)	優等獎	4A	盧穎詩
			5D	陳嘉澐
			6B	黎嘉欣
	現代舞 (三人舞) 路	甲級獎	6A	吳詠琳、謝宛諾、楊愷琪
屈臣氏田徑會 屈臣氏田徑會周年大賽 2021	女子 U14 組別跨欄	亞軍	1B	譚因喬
	女子 U18 組別鉛球	季軍	5C	張惠貞
	女子 U20 組別鐵餅	殿軍	5C	謝麗謙

藝術

主辦機構及活動名稱	比賽項目	獎項	班別	學生姓名
你想書店—社區閱讀互動計劃	「你想書店」四格漫畫創意大賽	我最喜愛作品獎	2A	陳家怡
香港藝術發展局	第 13 屆校園藝術大使計劃	嘉許狀	5A	陳卓盈
			6C	陳穎桐