

校長的話

薪火相傳



陳麗儀校長

過往以輔導主任身份主持中一迎新日，看見一張張活潑可愛的新臉孔，我都感到無限的興奮，同時也令我回想起三十多年前，自己被派往五邑司徒浩中學升讀中一時的情景。

當年的我，年紀尚輕，既膽小又欠缺自信，因此不敢隨便與人交往。不過，老師的和藹可親及諄諄教誨令我很快便適應當時的新環境，在這個既溫暖又舒適的地方茁壯成長。

大學畢業後返回母校任教，除了能把自己過去學到的知識傳授給學弟學妹，空餘時還可以跟他們「話當年」，說說以前上學時的趣事。同學對於學校的歷史

及過去發生的事情深感興趣，如此聊著聊著，便可讓他們更瞭解自己的學校。

今年，我以校長的身份出席中一迎新日，角色雖然改變了，但我更自豪的是可向學弟學妹介紹自己校友的身份，跟他們分享自己過往如何解決學習困難的經驗，好讓他們知道只要肯努力，願意嘗試及付出，難題最終都可以迎刃而解。

這麼多年來，母校的外觀、設施等都改變了不少，但淳樸的校風、老師對學生的關懷、良好的師生關係、家長對學校的支持……卻依然不變。

我希望在老師和同學的共同努力下，繼續將我校優良的傳統好好承傳下去。



中一時參加學校旅行



中六時與班主任和同學合照

獲獎消息

項目	獲獎學生	獎項
香港仔坊會 賽馬會「三代·家添愛」計劃 「寫意·存情」全港原子筆中文書法比賽	6D李偉雄	高中組入圍獎
香港社會服務聯會 天然養生有限公司優異學生獎勵計劃	3A廖瓊龍 5D陳駿譽	獎學金
教育局、香港大學電子學習發展實驗室 初中歷史科電子閱讀獎勵計劃2020	4A陳樂軒 4A鄭志華 4A黃子煒 4A鄧詠波 4A林靜雯 4A黃穎怡 4A甄津蝶 4B陳啟衡 4B關梓豐 4C邱焯城	嘉許證書
義務工作發展局 4C青年義工領袖計劃	5A霍澤義 5A林繼洋 5A何嘉希 5A邱子桐 5A余啟華 5A甄海飛 5A陳家淇 5A鄭淑英 5A張芷瑩 5A夏浩瑩 5A伍潔盈 5B張詩淇 5C陳德儀 5C葉皓言	個人嘉許狀
教育局 香港學校戲劇節2020-21	3C劉凱浚 5A霍澤義 5A許樂勤 5B黃嘉輝 5C歐陽威 5C梁琦璋	傑出整體演出獎 傑出合作獎 傑出影音效果獎 傑出劇本獎
一帶一路青年發展協會 社區關懷大使計劃	5A陳家淇 5A張芷瑩 5A夏浩瑩 5B張詩淇	熱心參與獎
扶貧委員會「明日之星——上游獎學金」計劃	5A郭惟滄 5A譚宇宇 5A甄海飛	獎學金
國際青少年音樂協會 全港中西匯萃青少年音樂大賽	4D黃嘉怡	高級組季軍
教育局 中小學數學應用創意信息圖比賽	4A洪嘉好	高中組銅獎
職業訓練局 「酒店營運」及「西式食品製作」競技大賽	5A許詠茵	冠軍
香港中文大學 高中生暑期課程2021	5A伍柏林	優異獎
夫子會 抗疫徵文比賽	6A羅淑然	妙筆獎
香港科技大學 工商管理學院 院長榮譽榜	黃永廉 (2017-18畢業生)	榮譽院長榮譽榜
香港浸會大學國際學院 媒體傳播副學士課程 校長榮譽榜 創意媒體副學士課程 學院成績優異榜	張智傑 (2018-19畢業生) 何焯如 (2019-20畢業生)	榮譽校長榮譽榜 榮譽學院成績優異榜
香港中文大學 大專空手道錦標賽	李智剛 (2018-19畢業生)	銀牌
香港專上學院 傑出新生獎學金 2020-21	羅樂怡 (2019-20畢業生)	獎學金及證書

獲獎感受

全港中西匯萃青少年音樂大賽高級組季軍得主

4D 黃嘉怡

回想參賽那天，我身在現場時感到緊張不已。我是最後一位表演者，所以把握時間把琴譜仔細看了一遍又一遍，牢記每個音符。當我踏上舞台演奏時，剛開始還感到指頭僵硬，後來才漸漸放鬆下來，投入音樂之中。最後，我得到高級組季軍，讓我明白到凡事要作最好的準備，才可有收穫！



「4C青年義工領袖計劃」個人嘉許狀得主

5A 張芷瑩

這次義工活動令我明白到合作的重要。義工領袖在活動中分工合作，每一個人都盡力完成自己的任務，如設計、宣傳和購買材料，才能使活動圓滿落幕。其實，在日常生活中，合作也是我們與人共事時不可或缺的時候，我們更應該以友好的態度跟他人溝通和協作，發揮各自的專長。



「酒店營運」及「西式食品製作」競技大賽冠軍得主

5A 許詠茵

依稀記得比賽那天，我緊張得問了老師不下十次：可以上廁所嗎？這樣會不會被扣分？弄得老師哭笑不得。幸好，比賽過程尚算順利，沒出甚麼差錯。直至宣布獎項時，我本來安全著陸的心又一次高高懸掛起來。誰料自己真的獲獎了，心臟驟然停了一下，反應不過來。直到回家後，那喜悅還是久久沒有熄滅。這次比賽的可貴之處是讓我領略到凡事做好準備，現實定必給予善果。



香港學校戲劇節2020-21「傑出合作獎」得主

5B 黃嘉輝

去年第一次聽到要演四個人的戲劇，我先是有點錯愕，繼而是有點擔憂——我們真的可以嗎？時間越來越少，但劇社內多番討論後發現要克服的問題太多了，Zoom串流、影音配置，甚至對戲……幸而，問題一步一步解決過來，到比賽前已經有一定把握了。雖然最後並未完成我們上大台的願望，不過這已足夠了，不是嗎？我懷念大光燈投射在我臉上的那段時光，更懷念從對方雙眸裡反映出來的我。



文憑試備戰攻略

鄭錦濠 (2020-21畢業生)

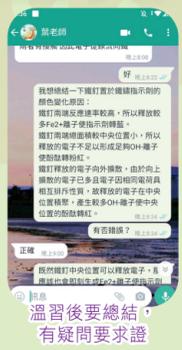
我備戰考試時遇上許多困難。如何早起，如何保證按照計劃操卷，均考驗我的意志和毅力。對此，我建議考生為自己定立人生目標，讓自己在鬆懈時，得以提醒，繼續前行。另外，我溫習時常遇到許多不懂的地方，在思考未果後，我會向老師求助。各位考生不要害羞，老師非常樂意幫助我們。

接下來，我想分享有關溫習和操卷的一些淺見。首先，對於數學和M1這類考驗邏輯的科目，我認為在理解其原理的前提下，除了做練習，並沒有其他方法。其次，對於化學與生物這類同時考驗知識基礎與邏輯的科目，我便會採取優先詳細溫習，其次操練試卷的方法，並會自我提問，以便梳理概念。詳細溫習讓我在選擇題中如魚得水，亦能讓我在長題目中透過已有知識進行推理，從而得出答案。再者，不論是中文、英文、生物、化學……這些科目，我各有一本答題技巧筆記本，從錯誤中尋找思考框架與答題方法，並清晰記下。有人說「失敗乃成功之母，總結乃成功之父」，我對此十分認同。

除此之外，在漫長的備考和考試期間，我也總結了一些教訓，包括：要養成良好作息習慣；要及早開始溫習和操卷，各位考生千萬要注意，以免後悔莫及。希望我的備戰文憑試心得，對你們有點幫助。最後，祝各位學弟學妹能堅持到底，勇創佳績，期待明年能在科大校園遇見你們！



鄭錦濠(右一)與他的戰友



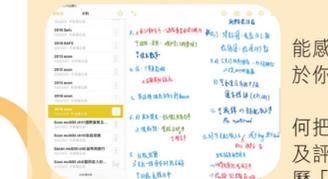
溫習後要總結，有疑問要求證

何希彤 (2020-21畢業生)

關於備戰文憑試，我會說，它是一碗涼茶——苦口良藥，只要捱過最苦澀的時刻，便能感受到它為我們帶來的力量，苦盡甘來。這碗涼茶就在你們面前，喝還是不喝，選擇在於你們。

備戰文憑試期間，最不能缺少的當然是操練歷屆文憑試卷，但做了一年便少一年，如何把它們最有效地利用，是一門學問。我認為操卷最大的目的，是瞭解考評局的擬題方式及評分標準，掌握答題技巧，而不是透過它們學習課本已有的知識。相信各位考生都曾經歷「明明很接近答案，卻沒有得分」，這往往是答題技巧不足所致。因此，我會把錯誤記錄在「『錯』題簿」上，把正確的字、步驟寫在錯誤答案下面，加以對照。每做一份試卷，每錯一題，我都會一錯不漏地記下來，反複比對、思考，便能明白自己常犯錯的題目類型，以及瞭解如何滿足考評局的評分要求，不錯失得分的機會。

附圖是我摘錄筆記的例子：用不同顏色把錯誤分類（概念/技巧/答案），然後如圖中的方法記下，以認清自己犯了哪類型的錯誤。到達考場後，我會重溫「『錯』題簿」，加深記憶，以免再犯，尤其是概念及答題技巧部分！希望大家也能為自己開一本「『錯』題簿」，幫助自己爭取佳績吧。在此預祝各位學弟學妹考試成功！



何希彤備戰文憑試的法寶——「『錯』題簿」



何希彤(後右)告別校園，與好友一起迎戰文憑試!

李正文 (2019-20畢業生)

「遲到總比不到好。」跑道上，縱然你遲了起步，但總比不起步走得遠；學習上亦然，而我正是那個晚了起步的人，但最終也能到達目的地。

在英語的學習上，我是一個遲到者，又不願努力追趕，所以英語使我在第一次的文憑試上被徹底擊敗。可是，這盆冷水卻徹底澆醒了我，亡羊補牢。在第二年的備戰中，我堅持每天花一至兩個小時讀報、寫作及聆聽英語——弄清楚最基本的英語文法知識，例如各種時態；堅持閱讀英文報章，把不懂的詞語、句式查個明白，寫在紙上，每天溫習；仔細聽讀英語新聞，如BBC，一段新聞約重覆聆聽三次，第一次關字幕，瞭解聽不明白的地方，第二次開字幕，找出剛才聽不清楚的字詞，一查字典，瞭解意思及讀音，再聆聽第三次作複習；寫下短文作新聞總結，也嘗試模仿新聞中的句式，練習寫作。漸漸地，我縮窄了自己與他人的距離。

不要因為自己起步比他人慢，而認為為時已晚或低估自己，因而選擇在跑道上棄權。相信我，慢慢追，總會追上去。



李正文終於夢想成真，披上綠袍參加香港大學開學禮

家長教師會 (2021-22) 活動預告

舉辦月份	活動	內容
2021年12月	襄善周大本營	義賣
2022年1月	割切水仙工作坊	割切水仙
2022年1月	親子手工藝班	親子手工藝製作
2022年2月	家長教育講座	教育子女心得
2022年3月	親子樂悠悠/工作坊	親子一日遊/工作坊
2022年4月	親子烹飪班	親子烹飪
2022年5月	中三選科簡介會	中三選科介紹
2022年5月	親子工作坊	工作坊
2022年8月	中一迎新日家長全接觸	介紹家長教師會資料及活動
2022年10月	高中與大學聯招簡介會	講解高中課程與大專收生之關係及介紹大專收生要求

老師生力軍

我的故事

莊梓琪老師

記得兩年前的文憑試放榜日，我問其中一位看起來非常迷惘的同學打算報讀甚麼課程，他回答：「我不知道。」然後我繼續追問他將來想從事甚麼職業，他仍是回答那句「不知道」。

這個學生對前途的不清楚，使我回想：到底自己是甚麼時候想成為一個老師呢？中學四年級的時候，受到老師及同學的啟發，我立志成為教師。後來，我一直朝著這個方向努力，在人生數個岔路口前，毫不猶豫選擇能通往這個夢想的道路。同學，你們以後的人生將會面對很多抉擇，現在能定下自己人生的大方向，日後立於岔路口前，便不難找出適合自己走的大道。一年光陰轉瞬即逝，新的學年又開始了，同學如果你們還沒定下人生目標的話，何不現在開始思考，思考著……思考著……終會找出答案的。



鄧穎欣老師

各位同學，大家好，我是本年度新加入司徒浩大家庭的鄧老師。也許大家會認為老師必定從小便很努力學習，成績優異。可是，我是個例外。

我小學時的英語成績並不理想，所以未能成功派入Band 1學校。自此，我就更討厭英文。直到中三那年，我遇上了她，她是一位外籍英文老師。課堂上，她告訴我們要勇敢跳出自己給自己設定的框架，只有堅持突破自己才會進步。及後，我決定嘗試努力學習英文。除了學校的英語課，我在餘暇也會閱讀自己感興趣的英文書，例如英文漫畫或電影改編的小說。

英文科其實比大家想像中有趣，千萬不要受自己對它的印象影響而放棄學習。嘗試抹去對它的壞印象，跳出自己的框架，重新學習。只要持之以恆，你就會發現箇中的樂趣。



甄彥宏老師

我是本學年加入五邑司徒浩中學這個大家庭的新老師——甄彥宏。希望藉以下簡短的分享，讓各位同學更認識我。

我是一位數學老師，如同大部分我接觸過的數學老師一樣，都是自小便喜愛數學，願意花時間挑戰艱深的數學題，並從中得到樂趣。但我也如大部分的學生一般，有不擅長的學科，尤其是化學科。我總是未能掌握化學科涉及的概念，每次小測的成績都不太理想，久而久之便產生逃避心態，不願再花時間在這學科上。但感恩的是，我的化學科老師並沒有放棄我這個資質平庸的學生。她課餘時總主動輔導我的學業，更鼓勵我只要肯努力，定必會有回報。之後，我也比以往主動向她請教，後來化學科的成績也進步了不少。

希望藉著我這個經歷，激勵各位同學勇於面對自己不擅長的科目，正如我的老師所說：只要你願意付出，總會有回報的。



陸洋洋老師

各位同學，大家好！我是陸老師，很高興能在五邑司徒浩中學任教英文科。少年時，我對未來充滿憧憬，很想找到自己的理想。我發現自己熱愛學習英語，也喜愛校園生活，所以立志投身教育工作。

英語是國際語言，擁有良好的英語水平，不但能促進學習效率，更能提升競爭力。要學好英語，必須多讀多寫。從前下課後，我總愛在圖書館裏閱讀各類英文書本，加深對英語及不同知識、文化的理解。此外，我也熱衷參加英語學習活動，以提升英語能力。

實現夢想是推動人前進的動力。在追求夢想的過程中，只要持之以恆地努力，夢想最終總會實現。



活動剪影

暑期才藝訓練班

iPad繪畫班

3B 伍耀偉

這個暑期才藝班饒有意義，讓我認識到平板電腦中有關繪畫的應用程式，令我大開眼界。這些繪圖程式功能多樣，用途廣泛，例如在不同的圖層可隨意畫上圖案；也可以載入圖片，然後自由編輯和上色；也可以為某些細節加深顏色，增強效果，十分有趣。這個繪畫班既可提升我的畫功，又可以助我結交一些志同道合的朋友，一舉兩得。



同學使用iPad繪畫，發揮創意。

「脈」相承之中醫初探

3C 黎宗希

我在今年七月參加了為期兩天的「『脈』相承之中醫初探」活動，獲益良多。透過這次活動，我學會推拿、按摩，並在家中學以致用，也跟我的家人和朋友分享這些養生之道。這次活動讓我體會到：我們生病時一般會看西醫，因為西藥對大部分疾病療效顯著，但卻忽略了對人體機能造成的副作用。相反，中藥療效看似較緩慢，但副作用相對較少，故真希望中醫能在香港逐漸普及。



導師教授同學常見之穴位及中醫基礎理論

學長為同學展示人體的經脈

Teen晴計劃攻防戰

3B 馬英傑

這個活動是在半個籃球場大小的地方上進行，形式近似閃避球，雙方分成兩隊，每隊約五人，以弓箭射擊來淘汰對手，只要把對方靶上的目標打下，淘汰所有對手，便能獲勝。這個活動教會我射箭的一些基本知識、姿勢和團體合作的重要，也讓我認識了一些不同班別，甚至不同級別的同學。參加這個活動，我感到非常高興。



大家在射箭活動中建立團隊精神

同學各就各位，展開攻防戰

中華文化體驗「小巴牌」工作坊

4A 林芷妮

參加了「小巴牌」工作坊，我猶如發現新大陸，原來日常經常接觸的交通工具竟蘊含著這麼優秀的中華文化，想不到它的路線牌子有這麼多種設計。在工作坊中，我同時學會了一些小巴牌使用的特殊數字，它們不是我們慣用的阿拉伯數字，而是從廣州傳入香港的數字，十分有趣。所以，我覺得這個活動很有意義，有助我們認識不同的中華文化。



導師展示小巴車牌的書法藝術

先擬草稿，再以油漆書寫文字

生涯規劃日

「樹醫生」風險評估工作坊

6A 伍潔盈

「樹醫生」工作坊令我更深入瞭解「園藝樹藝及園境管理」的課程內容、選修課程及入學要求。工作坊中的各種活動令我認識到樹藝師的工作內容及學歷要求，內容實用有趣，也令我更加確定自己未來的就業路向。



透過聲納探測儀探測樹幹內部情況

同學運用微鑽阻力儀探測樹幹是否空心

擴增實境(AR)工作坊

6C 葉皓言

「擴增實境(AR)工作坊」是一個既有趣又有意義的共創型體驗式工作坊。活動中，我根據導師的指引，嘗試使用AR程式創作，讓螢幕上的虛擬世界能夠與現實世界場景結合與互動。除此之外，導師還提供了AR眼鏡，讓我們體驗虛擬世界與現實世界交錯的樂趣。我在工作坊中不但瞭解到AR技術的相關知識及應用領域，而且還在AR的創作過程中獲得不少滿足感和歡樂。



柴灣THEi學院向同學展示「擴增實境(AR)」技術

運用電腦程式虛擬實境

「LEGO機械車」製作

2A 鄭嘉雋

自從我參加了「LEGO機械車」活動後，自信心增加了不少，特別有成就感。經過這次活動，我學會聽從指示細心拼砌機械車，也學習到編程的方法與技巧，以及數理邏輯等，真的是一舉多得呢！希望學校日後能多舉辦這類活動，提升同學對STEAM的興趣。



研究「LEGO機械車」的基本構造

成功操作機械車，樂在其中

咖啡拉花工作坊

5B 甄樂語

在咖啡店裏，我們常可看到咖啡拉花師在咖啡上設計各式各樣的圖案，大家都被那些圖案吸引著。這次有幸參加校內「咖啡拉花」工作坊，親身體驗當中的樂趣，令我格外興奮。活動中，我可以發揮創意，在咖啡上設計不同圖案，並能夠欣賞自己的製成品，實在感到很滿足。這次活動令我覺得自己成了一個小小的咖啡拉花師，真是一次難忘的體驗呢！



認真學習咖啡拉花技巧



同學留心聆聽咖啡導師的講解

生態研習班

6A 鄭淑英

「生態研習班」是一個有趣的活動。這個活動讓我認識到更多棲息於岩岸附近的生物和不同的岩岸地形。活動中最令我難忘的可是解剖那些細小的生物了，藉著觀察和實驗，我們能更深入瞭解本地岩岸的特質和生態環境。惟一感到遺憾的，是無法到實地考察。期望疫情過後，我們能親身體驗，好好感受大自然的奇妙！



專心觀察岩岸小生物

分組研究生態奧秘

「火箭車」製作

3A 李韻妍

考試後，我們中二級參加了「火箭車」活動。起初聽到「火箭車」的時候，大家都一頭霧水，不知道究竟是甚麼。其後，導師為我們講解它的特點和製作方法，大家都十分用心聆聽。到了一起動手做「火箭車」的時候，我們都齊心協力設計，發揮自己的創意，想辦法令「火箭車」走得更快。最後，大家都拿到理想的成績呢！這個活動不但增進了中二同學彼此的友誼，也增加了我們的課外知識，饒富意義。



用心製作「火箭車」參賽



女子組展示「火箭車」製成品

STEAM Week 機械車製作

5D 鄭朗軒

這次有幸獲何善明老師邀請，參與STEAM Week 機械車的製作，我感到既榮幸又興奮。我們從中四開始，就已展開這項「工程」。我們花了很長時間討論應該如何製作自己的機械車，之後便是搜集材料以至各種細微、複雜的調整，一步一步走著，全賴實驗室老師和組員一直以來的支持和協助。雖然我們的機械車仍未完成，但我相信在不久的STEAM Week，大家便能看到它的風采。



小心！機械車要開動了

合力研究機械車各種零件