

五邑司徒浩中學

F.D.B.W.A. SZETO HO SECONDARY SCHOOL

校址：九龍藍田啟田道七號

電話：二三四零 五九一六

傳真：二三四九 六三七六

電郵：office@szetoho.edu.hk

網址：http://www.szetoho.edu.hk

聯擊

June 2021

前總領袖生劉杰明

文德體藝兼備

記者：6A鄭彩娟



記者鄭彩娟與劉杰明交流甚歡

去屆總領袖生中六甲班的劉杰明，是同學口中的「學霸」，長期穩佔級內三甲，又是名運動健將，文武雙全，榮獲今年度「個人發展獎勵計劃」金章，可謂全方位發展的楷模。而不為人知的是，劉同學曾在內地求學，三年前才來港定居，經歷了中港兩地截然不同的教育制度。這次訪談，將走進劉同學的生活和經歷，解開他不為人知的秘密。

學習與運動 締造精彩難忘的中學回憶

「學霸」，想必都是嚴格律己，常駐自修室溫習，獨有一套學習方法的人。然而，劉同學與「學霸」一貫形象不同，對於學習方法，他坦承道：「我算不上特別勤奮的人，不會瘋狂操題。對我而言，最重要是上課認真聆聽老師講解，這能使學習事半功倍。課上專注和認真完成日常功課是我吸收知識的主要方法，當然也會額外做點練習。」聽來與一般學生的做法大同小異，關於「認真聆聽老師講解」，劉同學大方分享他的心得，上課時他會盡量跟著老師的節奏去思考，默默地自我提問，嘗試自己解答；百思不解，才會請教老師。「尤其對於理科的概念，獨立解難可把概念理解得更透徹。」



劉杰明(前左三)熱愛足球，乃足球校隊成員

外型陽光正氣，個性謙虛低調的劉同學，有如其他「理科人」，享受解難的過程，喜歡不斷挑戰自己。他在數、理兩科表現出眾，甚至代表學校，參加第36屆香港數學競賽(HKMO)，在全港數百所學校的激烈競爭中，他與同學成功躋身前50強，進入決賽，為我校開創先河。

訪談期間，劉同學的目光總不自覺地飄向身旁「咚咚聲」的籃球場，偷瞄球員練習。其實，別光看他平時勤學用功，舉止彬彬，實則他也非常好動，中三時是籃球隊隊員，中四時擔任綠社體育秘書，中五又移身至綠茵場，加入足球隊。即使中六學業繁忙，劉同學仍堅持學校龍舟隊的訓練，始終和體育運動「藕斷絲連」。對此，他信念堅定地說：「划龍舟頗具挑戰，對我的體能和意志都是良好的鍛煉，多做運動對身體確實有益無害。」即使生活多忙

碌，面對繁重學業，他對運動始終投入，抱著恆久不渝的熱誠，著實令人敬佩。



劉杰明(左六)曾於內地寄宿學校生活，學習風氣嚴謹

在繁忙的學業中通過運動找到平衡，劉同學始終認為「學生不可以只讀書」，他常鼓勵身邊的同學多參與活動，或許這正是他常保持精力充沛的原因吧。他去年也曾擔任總領袖生、導航計劃主席、中文學會副主席、英語大使等職位，常常都被不同的活動和責任包圍，到哪裡都會看到他活躍的身影。想必劉同學積極參與不同活動的經歷，定能給他帶來獨一無二、精彩繽紛的中學回憶，也是其他同學學習的榜樣。

中港教育大不同 珍惜本地多元發展

鮮為人知的是，劉同學曾在廣州生活，中三才正式加入司徒浩的大家庭。「廣州的學校和香港的有甚麼不同呢？」一提及廣州，劉同學立即精神抖擻，腰板挺直，滔滔不絕地憶述，「以前在廣州上學過的是寄宿生活，週末才會放假回家。少了煩瑣的交通往來時間，加上學生在校規定不能使用電子設備，會投放更多時間於學習。但內地讀書壓力大，功課量很多，每月都有一次考試。面對級裡超過800人的激烈競爭，每每看見考試排名不如預期，壓力和危機感難免大增，但樂觀地看，這種競爭亦可以激勵自己更加努力。」



劉杰明(右一)曾為中文學會副主席，積極傳揚中國文化

相對而言，香港的學習氣氛較輕鬆，但劉同學一點也不鬆懈，更因而提升自我要求，剛來港讀中三時，他提醒自己不要輕易滿足現狀。當問及最欣賞香港教育方式的哪一點，劉同學頗有感觸地指出，「香港的師生關係很好，彼此亦師亦友。老師會常與學生溝通，可做到因材施教。而內地老師沒辦法顧及太多同學，常處於機械化的教學和操卷的無限循環中。」雖然內地教學法對於取得高分是頗為有

效的，但在劉同學看來，內地學生很難成為一個願意學習、享受學習的人，更毋用談發展甚麼個人興趣和才能。

比較兩地截然不同的教育，劉同學深有體會，他讚嘆香港的教育更注重學生的全方位發展。對於紅十字會、童軍等機構，劍擊、壁球等運動，他都是來到司徒浩中學才初次接觸的。學校的體育發展也令他得以重拾昔日的足球夢，在青蔥的黃金歲月中馳騁球場。

香港長大的學生早已把多元課外活動視為理所當然。若我們能從劉同學的感言中得到些許啟發，或能學會更珍惜這些得來不易的機會，更享受香港教育給予我們的多元發展。



劉杰明(右一)於領袖生交職禮上接任總領袖生一職

格言贈來者 志氣夢想不可缺

文憑試近在咫尺，面對畢業後的長路，劉同學已計劃好向科學方面發展，如工程系。他希望能貢獻社會，把科學理論運用到真實生活上，用科技或發明去改變現狀，造福他人。

「人品學問，俱成於志氣，無志氣人，一事做不得。」這是劉同學的格言，他指出「這句話的意思是：人無志而不立，人品好，學問高，都建立於志氣。無論想要達成甚麼目標，都必須拿出決心和勇氣去追求。若只是空想，而不付諸行動，只會一事無成。」他也藉此鼓勵自己和學弟學妹，勇敢去追求目標，不要小看自己。他眼見不少同學常對自己缺乏自信，不敢踏出追夢或作出改變的第一步。「夢想無大小，無論結果如何，努力過，就不會後悔。」

同樣地，相信為了實現他的目標，劉同學也會不遺餘力。他開玩笑地說，「待我四十五周年校慶回來，再看下回分解。」



劉杰明(後左三)學業忙碌，但仍不忘投入龍舟訓練

老師的話

周碧霞老師

你可有想過以家庭教育取代學校教育？我育有一子，但我從沒想過以家庭教育取代學校教育。學校所能提供的學習環境，是家庭給予不到的。在學校裡，學生過著集體生活，與同齡的青少年一起上課、相處，互相鼓勵、競爭，能使他們的學識和品行一同進步，亦能為日後面對社會打好基礎。學校生活是成長的重要階段，希望大家珍惜在學校的每一刻，不論上課或玩耍，這都將成為你美好的回憶。



潘德華老師

人生經常面對很多問題，需要運用邏輯思維解決。在此跟大家玩一個問答遊戲，必須立即回答，不能花時間細想。問題：你參加賽跑，追過了第二名，你是第幾名？如你回答「第一名」，那就錯了，因為你追過第二名，你只是取代他的位置，你正是第二名。由此可見，犯邏輯錯誤的原因，往往是被不相干的語言陷阱誤導，因此必須緊扣題目作思考。邏輯思維重視的不是知識和學問，而是思考的周密與嚴謹。



鍾信成老師

「街拍」是攝影中的一門學問，當中需要融入生活、瞭解社區，需多留意觀察街上路人的行為、姿態，豐富自己的見聞，才能拍攝出好作品。



現今大家上街時，大多只關注手機的螢幕，往往沒有留意身邊的人和事，其實這樣會令我們錯失很多。嘗試由今日開始，改變一下生活習慣吧！

曾佩文老師

一位網民發現一張鈔票上寫有一段文字，仔細閱讀後，他認為這張鈔票可能對原主人別具意義，於是在網絡上發文尋人。皇天不負有心人，鈔票最終物歸原主。原來這張鈔票屬於一名少女，她去年錢包被偷，結果遺失了父親死前留給她的這張鈔票。失而復得的少女自此不再為遺失父鈔票一事而感到自責了。這故事讓我們知道，一個舉手之勞的行動足以填補別人生命中的遺憾。從今天起，大家積極踏出助人的一步吧！



何善明老師

2019年11月底，香港上空出現了罕見的天文現象——「四星連珠」，即抬頭可見月球、金星、木星和土星在上空連成一線（「一線」的意思是指在我們的視線上一成一直線，並不代表四顆星真的連成一條直線）。此天文現象之所以罕見，是因為每顆星的公轉周期不一：木星周期12年、土星周期29年、金星周期200天。如想看到「九星連珠」這種更罕見的現象，恐怕要等到2149年了。同學如對天文現象有興趣，除了可上網或到圖書館查閱資料外，更應該到野外實地觀星，才能深深體會到大自然的宏偉壯麗。



邱慧萍老師



星期三進行排球練習前，每要多番呼喚，請一群熱愛籃球的同學離開讓出操場。有一次，最後一名同學終於離開籃球場。那名同學個子不高，是球場常客，每趟也見他打得大汗淋漓、衣衫盡濕。那時，男孩拿起書包及地上的飲品準備離開，突然他回頭一望，發現籃球架旁有其他同學遺留的飲品盒，便靜靜地走回去把它拾起，扔進遠遠的垃圾箱。

旁觀到這一幕，我心裡暗暗讚賞那孩子。即使旁人眼中的他未必是優秀的學生，但在一個不起眼的角落，他做出了自覺自律的行為，讓我覺察到人心的良善。我們不必很出色，只要做一個善良正直的人已足以讓人佩服。

龐柳英老師

看著同學紅彤彤的臉，聽著同學聲聲的「加油」，理解同學內心的激情：這是人生第一次的畢業長跑，也是中學生涯最後一次比賽，只要咬緊牙關，就能跑到終點。衝刺過後，同學的雀躍、興奮，拿著獎牌饒有興趣地在暢談、蹦跳、拍照……這是中六同學到元朗大棠參加畢業長跑的情景。如此美好的景象，不正是大家憑著意志和毅力譜寫的嗎？

那天回家，我走進菜市場，看見新鮮的菠蘿，猶豫著該否買回家，心想：如何剗削呢？自己一向都用罐頭菠蘿做食材的……那刻，同學參加長跑的堅毅動人情景在我腦海中浮現，我為何不嘗試呢？同時，腦海裡也浮現兒時媽媽削菠蘿的片段。試一試又何妨呢？於是，我決定買一個回家。經過我的努力後，菠蘿削好了。看著削好的新鮮菠蘿，想像著過一會兒就可品嚐美味的菠蘿炒飯，不禁垂涎三尺。



生活，就是如此，只要肯嘗試，勇於嘗試，總會有意想不到的收穫。

邱明慧老師

某天，一位外籍客人結賬時給了年輕侍應一大疊紙幣及一堆錢幣，年輕侍應滿面悵惘，不知所措，呆呆站着。過了一會，客人不耐煩了，問他有何問題，他不懂回答，就這樣對望了十分鐘。結果客人招來了經理，並投訴那位年輕侍應。原來那位年輕侍應不懂數算這麼多的現金，面對突發情況又不懂處理。



初聽這則奇聞，我也感到匪夷所思，但再想想，日常生活中這些事例屢見不鮮。怎樣剗香蕉皮？怎樣撥打固網電話？如何開關煮食爐……

是時代進步，舊產品被淘汰？還是我們對小孩過份呵護，以致他們的本能「被退化」？這值得我們深思！

活動花絮及感想



參加啟知中心探訪長者義工服務

4A 邱思賢

這是在老師的帶領下參加探訪長者義工活動。我們上門探訪的是陳婆婆。與她初次見面，短短相聚已一見如故，像老朋友般交談甚歡。她熱情地向我們展示親手製作的手工藝品，又分享生活趣事，氣氛輕鬆愉快。

這次活動讓我們反思：我們願意在假日探訪陌生的長者，和他們聊天，那麼對自己的親人，又是否應更好關心呢？



香港房屋協會工作體驗

4A 夏潔瑩

這次工作體驗，負責的主要是文書工作，例如整理文件，這令我對房協的運作有更深的認識，這些都是書本上不能學到的知識。



雖然這次體驗只有一天半的時間，但已令我十分難忘及明白了很多事情，例如學會打字的重要、工作的正確態度等。總括來說，這次體驗十分有意義，值得參加。



理財工作坊

3C 黃子烽

學校舉辦了一個名為「理財工作坊」的活動，它透過遊戲的方式，讓我們瞭解股票買賣、投資風險等知識，打破了平常上課的嚴肅氣氛，而且能讓同學明白及意識到理財的重要。這個活動令人獲益良多，讓我認識到應如何有效理財。如果來年再舉行這活動，我一定會參加。



E閱讀計劃

1B 周昭宇

在「E閱讀計劃」課堂中，老師教導我們如何利用平板電腦閱讀電子書，讓我們從中領略閱讀的樂趣，以及培養良好的閱讀習慣。我覺得在學校能夠使用多元化方式進行學習是好事，這可讓我們從中獲得不同類型的知識和經驗，所以我期盼學校可以多舉辦這類活動，讓我們更積極地學習。



中二紀律訓練生活營

2D 杜展希

經過這次生活訓練營，我學會了團隊合作及做事要守紀律等良好品德。在活動中，團隊合作非常重要，例如收拾東西、做飯及洗碗的時候，可以分工合作，每人做一點事，不消一會兒，就能把任務完成。



這道理在上課和工作方面亦很有用，讓人終身受益。

圖書館萬聖節活動

2B 陳焯熹

很喜歡這次活動，它給我們提供了增加課外知識的機會，讓我們更踴躍到圖書館借閱圖書，寓學習於娛樂中。同學在閱讀課外書後，可獲得一些糖果或巧克力，口袋中的知識和零食均是滿滿的。



米埔考察

1C 郭麗明

10月，學校帶領中一同學到米埔考察，目的是讓我們瞭解香港生物的多樣性和培育愛護環境、守護大自然的品德。

我們通過世界自然基金會(WWF)香港分會的講解，認識了多類本地生物，如：水生動植物、昆蟲、兩棲爬蟲、魚類及哺乳類等，單是雀鳥已經超過400種，當中還有49種受全球保育關注，包括黑臉琵鷺、黑嘴鷗及小青腳鸕。



我們在觀鳥亭內看到了中華鷓鴣、棕頸鴨、小白鷺、白鶴、灰鶴等；還在考察的路途上看見了綠頭鴨和鵝鴨呢。講解員很耐心地告訴我們不同雀鳥的習性和辨認方法，我們可以根據鳥的形態、特徵和行為綜合判斷，還可以根據鳥鳴聲、飛行姿態識別牠們。

這次考察，讓我們瞭解不同動植物的特徵和生活環境，大大增廣了見聞。

萬聖節「鬼屋」活動

2B 廖婉然

我覺得今年的「鬼屋」比去年的刺激好玩。遊戲當中，你可以大聲呼叫，又可以從中學學習一些英文生字。特別是當你從鬼屋出來時，會有意外的收穫，只要向英語外籍老師說一句：trick or treat，她就會給我們一顆糖果作獎勵。



學界越野隊比賽

6C 楊格



有幸參加這一場比賽，對於快畢業的我們，真是很有紀念價值。記得當日衝線時，我感到無比刺激和快樂，這是我多年來在學界比賽中唯一獲得的個人獎項。我能站上這個高度，真要感激我的教練和老師，是他們教導我，為我帶來榮譽，令我實現了本是遙不可及的夢想。





中六級「模擬放榜」活動

6A劉杰明

模擬放榜日，我直到踏進禮堂前，心情仍是波瀾不驚。但活動開始後，便有些忐忑不安，雖然知道老師會保守地評估我的成績，但這的確有一定參考價值，若與心中理想不符合，心中難免失落。拿到成績表後，說不上晴天霹靂，但也猶如當頭一棒，於是我暗下决心，要做得更好！然後，便到了選擇出路的時候，我選擇了JUPAS面試。在第一次面試中，我完全沒有準備，從中得到了許多建議，瞭解到以後面試前所需作的準備，受益良多。不管文憑試結果如何，其實條條大路通羅馬，總可以找到一條合適的人生道路，不應氣餒。現在應全力向文憑試衝刺！



中一迎新競技大比拼



1C李桌楠

11月中，學校舉行了「中一迎新競技大比拼」，當中有很多需要團隊合作才可完成的遊戲，目的是希望我們對新的環境可以有更大的歸屬感，並且建立友誼。活動中，我們雖然沒有取得好成績，但班主任不斷鼓勵我們，而我也瞭解到班內不同同學的性格和處事態度。活動過後，同學彼此的默契也大為提升，大家相處也變得更融洽。



「中二同班一家親」活動

2C李倍欣

「得獎的班別是2C！」一陣歡呼聲傳來，不論老師或同學都為我們喝彩、鼓掌。數月前，中二的所有同學都參加了學校舉辦的「同班一家親」活動。遊戲的過程中，大家的情緒都十分高漲：有的同學大聲打氣，有的同學則在場外對出賽的同學加以提醒，無一不為自己班賣力叫喊，沒有一個同學是閒著的。結果，全賴同學的通力合作，我們才能在最後獲得勝利。在這個活動中，我學會了如何與別人合作和交流。雖然期間曾因少許的意見不合而吵了幾句，但這次有意義的活動大大增進了我們的歸屬感和凝聚力，令我們大家之間的友誼更加堅固。



全方位學習日

6C余振鵬

今年是中學生涯最後一次全方位學習日，我們的心情特別興奮。我們全班決議，先燒烤，後玩遊戲，好好體驗離島的風情。當天，我們一到達梅窩，便馬上分工合作，準備燒烤用品，但卻發現原來大部分食物都未解凍，於是我們趕急地用水把食物浸着，幸好最後也能弄妥。由於很多同學平時少燒烤，所以出現不少「暗黑料理」，有的更把麵包燒出火來，引得其他同學哄堂大笑。這些笑聲成為了我的深刻回憶，永世不忘！



學生會選舉

4A黃嘉宜

一年一度的學生會選舉令人雀躍！選舉期間，校園內洋溢著後選內閣宣傳的熱鬧氣氛，同學也十分投入和享受這種喧鬧。投票當日，各個候選內閣都拼盡全力「拉票」，爭取我們手中寶貴的一票……最後宣讀投票結果，新一屆的學生會誕生了。期望新一屆學生會能夠積極面對各種考驗，各位同學能投入各項學生會活動，享受美好的校園生活！



「Hello From Me, Too」英文閱讀計劃

1D葉芷晴

當天老師讓我進行一個「拋鍋」小遊戲，我便把它當作平時在廚房翻班戟一樣，我連續幾次成功「拋鍋」把班戟翻到平底鍋裏。我覺得這是個好嘗試，因為可以考驗自己的眼力、毅力和信心，過程是挺緊張的，擔心「班戟」會掉在地上。後來經過多次嘗試，我愈做愈有信心，我希望日後可以再參加這類有趣的活動。



親炙作家講座

6C黃卓文

這次學校邀請了蒲葦先生擔任演講嘉賓，真的令我感到十分意外。在他的演講中，我學習到中文科卷一、二一些應試技巧，例如時間分配，又或是如何擬定論點，他以一道文憑試題目「讀書無用」為例加以說明，令我很輕易掌握到論說的技巧。演講中，最令我難忘的是蒲葦先生播放了一段由自己錄製的影片，影片的主題乃範文《月下獨酌》，這影片令我對範文有更深的瞭解。感謝蒲葦先生的來臨，這活動真的令我獲益良多！



中六級畢業長跑

6C鄭芷晴

對我來說，畢業長跑十分有意義，因為這次長跑比賽是我中學生涯中最後一次比賽，也是我第一次奪得冠軍的比賽！比賽途中，我多次想放棄，但當我想到畢業長跑後就要面對文憑試，兩者都是要憑着意志和毅力才能成功的，我便咬緊牙關，繼續向前衝！這次比賽不但令我增強了鬥志，還讓我留下了美好的回憶呢！



家長教師會

會員大會暨交流會

家長教師會2019-20年度會員大會在10月24日晚上舉行。是次活動有81位家長參加。首先由主席蘇海燕女士致歡迎辭及作活動報告，再由司庫關澤強先生宣讀財政報告，會上無異議通過了活動報告及財政報告。為感謝數位家長對本校的貢獻，李碧茵校長代表本校向2018-19年度家長校董關澤強先生及另外4位家長委員（包括蘇海燕女士、梁靜儀女士、吳育琪女士及周吁穎女士）致送紀念品。



家長在禮堂出席家長教師會會員大會

接著，由家長校董選舉主任陳麗儀副校長主持家長校董選舉，本年度有四位家長校董候選人。投票結果由梁靜儀女士當選家長校董，李雪梅女士當選家長替代校董。

小休後，由李碧茵校長主持交職禮，2019-20年度家長教師會家長委員包括：關澤強先生、余少波女士、梁靜儀女士、劉青龍先生及周吁穎女士；教師委員包括：陳麗儀副校長、葉永寶老師、劉智威老師、柯佩瑜老師及余佩蘭老師。

會後，家長與教師在學校有蓋操場茶聚，中六級同學的家長則與班主任於一樓課室討論大學聯招及多元出路事宜（註：因交通特殊情況取消十月十一日之「中六家長會」）。家長藉此向班主任及科任老師瞭解子女在校的學習情況，大家互相交流教育心得、分享經驗，茶聚至八時三十分結束。



2019-20年度家長教師會第一次委員會會議



家長與老師在有蓋操場茶聚



2019-20年度家長教師會委員與李碧茵校長合照

家長教師會（2019-20）活動預告

時間	活動項目	活動內容
2020年8月	中一迎新日家長全接觸	介紹家教會資料及活動
2020年10月	中六畢業生多元出路簡介會	讓家長認識高中課程與大專收生之關係及瞭解收生的要求

獲獎消息



6A林偉明同學參加「國家語委會普通話水平測試」，考獲「二級乙等」成績，獲頒發嘉許證書



中四至中六級五位同學到李樹培夫人啟知中心擔任義工，獲香港中國婦女會頒發「義工服務感謝狀」



田徑隊參加康樂及文化事務署「觀塘區分齡田徑比賽」，分別於青少年C組及D組1500米、鐵餅及鉛球項目中獲得三甲佳績



室內賽艇組參加「發現號室內賽艇比賽」，表現優異，除於男子初中組4x500米接力賽及高中組500米賽事中分別獲第五及第六名，3B許庭軒同學（前排右一）更於初中500米賽勇奪冠軍



歷史科參加教育局及香港大學合辦之「歷史科電子閱讀獎勵計劃2019」，同學表現優異，獲頒發嘉許獎狀



越野隊於「學界越野之王長跑賽」（香港仔站）表現理想，隊員（左起）4C鄧名揚、5B卓啟廉、6C楊格分別獲第六名、季軍及第九名



越野隊參加香港學界體育聯會「中學學界越野比賽」（第三組別），表現優異。除於男子甲組獲冠、亞、季軍外，亦獲得團體冠軍。



化學科參加由「香港虛擬大學」及「教育局科學教育組」合辦之「化學家在線」自學獎勵計劃成績優異，中五及中六級多位同學獲頒發鑽石獎、白金獎、銀獎或銅獎