

校外比賽成績 (節錄) 2011年7月至2012年6月

主辦單位	得獎學生	比賽	成績
香港三項鐵人總會主辦	4B林家瑋	男子青年組16-19歲	冠軍
2012水陸兩項鐵人聯賽-比賽1	4D曾嘉紅	女子青年組16-19歲	冠軍
香港三項鐵人總會主辦	4B林家瑋	奧運組三項鐵人接力賽	亞軍
全港三項鐵人錦標賽2011	4B張凱暈	國際龍舟慈善賽2011 200米	亞軍
少年警訊國際龍舟慈善賽2011			
康樂及文化事務署 學校體育推廣計劃	2D鍾梓謙	男子少年組	亞軍
聯校滑浪風帆比賽2011			
香港全能運動學會主辦	5B蕭 順	男子青少年組	亞軍
斜路王挑戰盃雙向道2011			
康樂及文化事務署及 北區體育會合辦	5B甄芷蓉	女子青少年F組50米胸泳	亞軍
北區區議會贊助			
北區第二十六屆水運會2011		女子青少年F組100米胸泳	季軍
中國香港體育協會暨 奧林匹克委員會主辦	5B蕭 順	三項鐵人賽接力組	亞軍
中銀香港第五十五屆體育節2012			
Revolution Asia 主辦	6E陳彥銘	男子精英組 16-19歲	季軍
2XTRI - Double Triathlon			
香港全能運動學會主辦	5B蕭 順	男子青少年組	季軍
斜路王挑戰盃2011			
香港三項鐵人總會主辦	5B蕭 順	水陸兩項鐵人接力賽	季軍
香港三項鐵人挑戰賽2011		男女混合B組	季軍
美津濃主辦	5B蕭 順	男子16-19歲組	殿軍
美津濃城門河10公里賽2011			
大埔體育會主辦			
大埔區議會贊助			
香港長跑網全力支持	5B蕭 順	男子MA組(16-19歲)	殿軍
大埔體育會2011-2012年度 10公里長跑比賽			
長洲環島健跑會主辦			
佛教慧因法師紀念中學協辦	5B蕭 順	男子少年組	殿軍
第十一屆長洲元旦長跑2012			
大埔區文藝協進會	本校舞蹈組	大埔區第31屆校際舞蹈比賽 中學組	銀獎
香港學界體育聯合會 大埔及北區中學分會	5A黃樂頤 5A吳芷茵 5B張詠琳 5B梁紫婷 5D陳嘉禧 6A何卓兒 6C鍾倩雯 6C梁倩彤 6D黃靖雅 3B盧善衡 3B蘇揚凌 4B張凱暈 4B林家瑋 4B劉永豪 4D馮衍斌 4D李明揚 4E徐偉賢 4F李浩光 5A陳世緣 5C李勇毅 5C敖思衍	女子甲組	亞軍
2011-2012年度校際手球比賽			
香港獨木舟總會主辦 香港特別行政區龍舟聯合會 協辦		邀請組團體	季軍
2011年龍舟(傳統艇)比賽 林麗達盃(北區學校公開賽) 暨 陳春旺盃 (獨木舟總會邀請賽)			
中華台北龍舟協會、 高雄市議會及高雄市體育處主辦	本校龍舟隊	2011年城市盃國際龍舟錦標賽 國際組團體	殿軍
香港龍舟協會主辦 康樂及文化事務署資助 第二屆學界龍舟錦標賽	本校龍舟隊	中學公開組2011	優異獎
		校際越野比賽2011	
		男子甲組團體	亞軍
		男子乙組團體	優異獎 (第五名)
		男子丙組團體	優異獎 (第六名)
	4B林家瑋 6E陳彥銘 5B蕭 順 2B陳浩楠 1C謝孝行 2D鍾言禧	男子甲組個人全場	季軍
		男子乙組個人全場	第六名
		男子丙組個人全場	第七名
		女子甲組團體	殿軍
		女子乙組團體	第五名
		女子甲組個人全場	第九名
		女子乙組個人全場	優異獎 (第六名)
		女子甲組團體	優異獎 (第六名)
		女子乙組團體	優異獎 (第六名)
	4D曾嘉紅 5E麥凱澄	女子甲組個人全場	第四名
		女子乙組個人全場	第十名
		校際田徑比賽2011	
		男子甲組團體	優異獎
		女子甲組團體	殿軍
	1C林鎬榮	男子乙組 100米	季軍
	2D鍾言禧	男子丙組 1500米	冠軍
		男子丙組 800米	亞軍
	5B蕭 順	男子甲組 1500米	季軍
	2B陳凱兒	女子丙組 100米欄	季軍
	4D曾嘉紅	女子甲組 800米	亞軍
		女子甲組 1500米	亞軍
香港學界體育聯合會 大埔及北區中學分會		男子甲組團體	優異獎 (第七名)
校際游泳比賽2011			



靈糧堂劉梅軒中學
Ling Liang Church M H Lau Secondary School

軒情

二零一二年
十月 第25期

地址：新界大埔公路(元洲仔段)雍宜路三號
3 Yung Yi Road (Yuen Chau Tsai Section), Tai Po, N.T., Hong Kong

電話：2653 1234
網址：http://www.l lcmhlau.edu.hk

傳真：2653 2111
電郵：school@l lcmhlau.edu.hk



校長的話



「敬師愛友樹德行 自信自強展才能」

以上是本年度學校重點發展的主題，盼望同學們在德行、才能、知識及靈命上都能夠均衡發展，以至將來投身社會，可以學以致用，成為別人的榜樣，滿有基督長成的身量。

為迎合中學文憑試的來臨，我校多年來積極培養「文藝校園」風氣，特別在校本課程方面，各學科每年都不斷優化課程的內涵。例如，中文科推行「精萃」校本課程計劃：在初中大力推動「微型小說」創作，提升寫作的趣味性。我校更舉辦全港性中小學微型小說比賽，今年有逾100間中小學參加，參賽作品多達1400份，更多學萃能發揮所長，更多年輕小說家得以嶄露頭角。

此外，英文科積極推行「提升英語水平計劃」(Refined English Enhancement Scheme)，每次英文口語練習課堂都會安排四至五位英文教師分組上課，增加個別指導同學的機會，同時帶動班級「齊齊學英語」的學習氣氛；每年我校更會舉辦不同形式的外國交流團及交換生計劃，如紐西蘭、英國、美國等國家，讓同學在不同文化氛圍的地方學習英語，增廣見聞。

本年度的《基督精兵》計劃仍會繼續帶領中一級同學踏上絢爛繽紛的校園生活，讓同學在智慧、體魄、與人關係及與神關係等四方面，都有均衡發展機會。計劃內容包括導修課、成長活動及學生團契，略舉精彩的活動如下：基督徒團契(C-Power)、手鈴隊、戲劇學會、龍舟隊、武術隊、義工隊、電腦學會、有機耕作、器械健體班、War Game、樂器班及球類活動班等，活動多元，應有盡有，務求培養同學們在德、智、體、群、美、靈、情等七育的健康發展。

今期《軒情》的欄目「生命影響生命」將會介紹前香港武術隊隊長鄭家豪先生的傳奇故事，鄭先生深信：「生命就是在於運動！」希望他的奮鬥故事，可以燃點各位追尋夢想的動力。此外，《軒情》亦會介紹今年學校的藝術展覽，欣喜看見同學們努力的成果。眾多精美藝術作品的展出，盡顯他們的藝術天份。

最後，願各位：樹德行！展才能！一同在靈糧這個大家庭，建設多姿多采的校園！

潘慶輝校長

中一成長計劃 「基督精兵」

聖經中提到：「耶穌的智慧和身量，並神和人喜愛他的心，都一齊增長。」路加福音2:52。學校深信每位同學必須有均衡發展的空間，在智慧、體魄、與人關係及與神關係四方面有所成長。

所以，學校銳意透過「基督精兵計劃」幫助每一位中一同學規劃課餘時間，以達致平衡的發展。

智慧……

導修課讓同學有空間整理當天的學習，在老師的督促下努力完成功課。

體魄……

學校注重同學的健康，所以在成長活動的安排上，都刻意讓同學有鍛練身體的機會，例如有「We Red 新一代」，同學在專業的教練指導下使用學校的健身室，強身健體；「精兵武術」亦是另一個讓同學鍛練學習的好機會，在石老師（全國武術冠軍）的指導下，同學都能發展所長。

與人的關係……

成長活動中不乏一些講求合作、紀律的項目。例如合唱團、手鈴隊、基督女少年軍、升旗隊等。透過此等活動，同學學會遵守紀律，與人合作。

與神的關係……

逢星期四為學生團契聚會，讓同學認識信仰，明白真理。全年以主禱文為信息分享總題，再配以小組分享、遊戲等活動，讓同學在輕鬆環境下，探索人生意義。



新高中 教學策略

334 新學制是香港近年最重要的教育改革，為使學生適應及掌握新高中課程要求，並於中學文憑試獲取佳績，本校實施了以下的教學策略：

1. 中四銜接課程

此課程於升中四暑期進行，為期兩周，令學生為新高中課程作好準備。

2. 中四開設6班小班教學

本校增加中四教學資源，由5班教學資源增加至6班，增多一位班主任及減少各班人數，以進行小班教學，使學生在新高中學習得到更好的照顧。

3. 中四新高中訓練營

為期3日2夜的訓練營內容豐富，包括參觀各大專院校、生涯規劃活動、舊生分享讀書心得等，透過營會的活動，加深學生對新課程的認識，令學生更快適應新高中的學習和訂立升學的目標。

4. 加時補課

為讓中五學生盡早投入應試狀態，本校早在第三學期為同學加設課後補課。

5. 暑假提早開學

為讓中六學生為中學文憑試作更好的準備，本校在升中六暑假舉行17日特別上課天，更於開學後進行每周三天的補課，增加各科的教學時間。

6. 課後拔尖補底班

為加強對高中生學習差異上的照顧，我校各科每年均最少籌辦15班由外聘專業導師任教的拔尖補底班，課程分別於放學後及週六舉行。所有學生均可獲得學校資助學費，部份有經濟需要的學生家庭更可獲得全額資助，拔尖補底的最終目的是達至提升所有學生的學術水平。

通過上述之教學策略，以及我校老師悉心的教導、學生奮力的學習，本校首屆的中學文憑試成績非常理想，十七個考試科目中有十科合格率达到全港水平，歷史、微積分統計、代數微積分及視覺藝術科達100%合格率，當中有六科的成績更高於全港水平，其他各科平均合格率为76%。在必修科目（中、英、數、通識）當中合共取得十五個5至5**等級，全部科目獲4或以上等級共有132次數，特別優異科目包括生物、通識、數學、微積分統計（M1）、代數微積分（M2）、中國歷史、企業會計等，優良率最高達40%及33%。新學制首屆畢業生共有19人升讀本港大學學位課程，包括科技大學、中文大學、浸會大學、理工大學等，其百分率为13%，修讀副學位（副學士或高級文憑）共45人，其百分率为31%。

總結首屆中學文憑試之成績，各科老師已作檢視，並且優化教學及備試策略，以協助來屆學生在文憑試中爭取更理想的成績。



高中訓練營，班主任與學生分享學習生活



學生透過「生涯規劃」棋，為自己訂立升學目標



學生參觀科技大學，為晉升大學及早準備



在集體遊戲中，同學合作解決困難，增強團隊精神，共同面對高中學習的挑戰



學生參觀各大專院校，為自己訂立升學的目標



進行野外考察，令學生更掌握課堂學習的知識



同學透過讀書營，增加專注溫習的能力

黎頌恩專訪



本校應屆畢業生6B班黎頌恩同學於2012年DSE公開考試中考獲佳績，因此今期《軒情》特意訪問黎同學讓她向各位分享自己的應試心得。

黎：黎頌恩同學 軒：軒情

軒：據知妳於今年DSE公開試中獲得佳績，並成功升讀科技大學理學院，妳能否向大家分享妳的溫習竅門呢？

黎：其實，所謂的竅門都是老生常談，不外乎平時留心上課、多操練過往公開試的試卷而已。

軒：妳有否如眾多的中學生那般，在坊間的補習社補習呢？

黎：我沒有去補習社補習。我認為就算去了補習社，最終還得靠自己努力溫習，才能鞏固學習成果。我平常會好好整理上課筆記，讓自己溫習時更有系統，有系統的筆記能在我溫習時發揮重大的助力。

軒：於新高中學制下，需要三年時間去準備DSE公開試。三年的備試期間，不知妳曾否有一刻想過放棄呢？

黎：放棄的念頭倒沒有。不過，無可否認，中四時，我第一年接觸新高中課程，無論課程內容，還是答題技巧，都與初中有著很大的分別，所以我也有點不適應，出現過倦怠的狀態。幸運的是，中五時開始適應新高中課程，逐漸重拾應試狀態。

軒：在你備試期間出現疲態時，有沒有人在妳身邊扶持呢？

黎：當然有！老師和同學對我的支持，可以說是應試的強心針。就老師而言，當我學習時有任何疑難，老師都會盡力為我解答，更為我釐清了不少課程內的複雜概念，令我在學習上事半功倍。同學方面，他們和我一起上課、一起溫習，大家互相扶持，可以說是戰友。當時我會去其中一位同學家中的會所溫習，一來不用輪候自修室；二來不用身處自修室那種密閉侷促的環境。在良好的環境下溫習，確能有更好的效果。

軒：我知道妳是一位基督徒，妳覺得信仰在妳備試和應試上起了甚麼作用呢？

黎：臨近DSE開考時，我少不免會感到緊張，那時我每晚都會向主耶穌禱告，每當禱告後，我內心都會感到很平安，覺得主耶穌看到我的困難，會保守我。當我回教會與弟兄姊妹分享近況時，有同樣經驗的弟兄姊妹都會鼓勵我，這使我的信心增強了不少。

軒：不少應考DSE的同學都對大學聯招的選科排序感到困惑，妳於聯招選科排序，有沒有心得分享呢？

黎：大學聯招選科時，最重要的是考慮自己的興趣和能力，其次要參考每個學科的收生計分方法。以我為例，我自己本身對理科較感興趣，所以大學聯招第一次選科時，我依次選擇了中大、科大及城大的理學院。DSE放榜後，參考過自己的分數及各大院校收生要求後，變得較為謹慎，我稍為調節自己的選科意願，依次選擇了科大、城大及浸大的理學院。幸運地，我成功入讀了科大的理學院。選科時，如果感到困惑，不妨多向學校升學輔導的老師求助，相信定能獲得不少有益的建議。我當日就是聽取了老師的意見，才能作出正確的選擇。

軒：很感謝妳願意接受《軒情》本次的訪問，不知道最後妳還有沒有一些說話想向靈糧的師弟妹說，藉此勉勵他們呢？

黎：我知道不少師弟妹可能會在英文卷Section 1 或Section 2 的選擇上有所猶豫，坊間有不少人說過「由於Section 1 程度較淺，如選擇Section 1的話，會較難取得 level 4」。不過，就我經驗而言，我也是選擇Section 1，但我最終也能獲得 level 4 的成績，所以，如果各師弟妹要就Section 1或Section 2作出選擇的話，最重要是按自己的能力選擇。最後，我希望各位師弟妹都能在DSE中能夠獲得佳績。

軒：很感謝妳願意接受《軒情》的訪問。

第二屆全港 微型小說大賽

學界文藝盛事，來吧！

《第二屆全港微型小說比賽》·正式出發！

本校自去年舉辦第一屆全港微型小說大賽，得蒙各學術界、教育界的鼎力支持，參賽人數相當踴躍，報名學校超過100間中小學，參賽作品數以千計，展示香港文字創作的生命力，繼續發芽，茁壯成長，讓更多年輕的小說家嶄露頭角！

用心創作·用筆說話

踏入第二屆全港微型小說大賽，我們繼續期待各區中小學校的踴躍參與。經常有同學會這樣問：「怎樣才可以寫出一篇優秀的微型小說呢？」常言道：小說是人生的再思，每個人都是生命的個體，始終每個人對生命的體會、對社會的觸覺，對事物的感知能力都不一樣，因此出色的小說都是具有個性的，又何必執於別人的公式定律呢？關鍵在於是否用心觀察，用心去鋪排呈現。著名作家陳葑先生說得好：一切創作由「趣」而起，小說創作源於個人的趣味觀，感興而發，由趣帶動文字建構，樂在其中，相信這比搜盡枯腸，費煞思量，地獄式地強迫自己寫得更有趣！

作家到校·陳葑

我校近年積極推動微型小說創作，發展具校本課程體系的中文科「精華課程」，為配合有關語文能力的培養，我校十分重視硬件及軟件的教學工程。硬件方面，固然已建立完善的微型小說課程，今年並由中一級擴展至中二級推行，繼續完善課程的延伸。軟件方面，校方舉辦一系列「作家到校」講座，最近我校就邀請到作家陳葑先生親身到校，為全級中一同學及中文科老師舉坊微型小說工作坊，提升教學策略及創作動機。



英文科

US Student Exchange Programme

In the coming month and during 9-11 of November 2012, we will have around eight American students to study with our students and attend different lessons among our students. In addition there will be three American teachers accompany them. They are coming all the way from the states to be with us in the school and that by itself is going to be really challenging for our students as they need to cope and accommodate them and try to be their host. Apart from exposing these American students to Hong Kong culture.

Last year, we've sent our students from school to US as they stayed with their host family, attended normal lessons in a US and experienced the American way of life.



My Reflection 5A Tang Shun Yan

It was a nice trip for everyone. Everything was so wonderful in this education tour. At first, I was really worried and felt nervous. It was because I never went to the U.S. before and I never had stayed alone without my parents. However, my host family was very kind to me. They treated me so well with care and attention!

Through different activities and chats with the students in Monticello, we understood each other more. All of us seemed like old friends! And our positive feeling was growing steadily over time. Most of us kept smiling every day and everywhere. However, we knew that we will leave soon, so that we really treasured the time we spent together in Monticello.

"I will miss you" or "I love you" became our common words in the last few days! On the last day, we hugged each other and had the happiest night in Monticello. During these two weeks, the local students made the best memories for us. It was so unforgettable.

I am glad to join this exchange tour and would like to give thanks to the teachers who gave me the opportunity to join this program. Hopefully, I will go to Monticello again in the future because I really miss my friends and families there.

S.P.L (Speaking Practise Lesson)

To the vast majority of students it is an exceptional kind of experience to have this golden and precious opportunity to talk more with each other and in front of their LETs or NET. It's like the sun in front of you every day you cannot escape from it, and the whole year around, students need to face it and speak English during SPL overcoming their comfort zone.



In the Speaking lesson students are exposed to brainstorming techniques and methods including implementation of bullet points, abbreviations, usage of symbols, numbers, sign and mind mapping to initiate their thinking process to come up some ideas, and learn how to jot down notes logically, analytically, creatively and smartly. Students learn how to provide solid reasons, justify them rationally, argue for and against others' views and demonstrate their personal experiences and provide genuine live examples around them. Obviously, students can develop and expand, strengthen, and empower their reasoning, turn-taking, interaction, collaboration and teamwork skills leading them to become truly professional people in the future. Students Learning how to equip themselves better for the given group discussion and individual response tasks to give them an important leverage, and the speaking skills they to master speaking confidently in a timely manner.

As we say 'practise made perfect' students here in our school are required to practise and make an effective use of whatever they were taught by their LETs and NET. Consequently, more than 70% of our S.1-S.6 students had shown a tremendous improvement in terms of their speaking performance in HKDSE and school examinations. Additionally, more than 95% of them are actively participating, and devotedly supporting SPL in many aspects and throughout the entire process of preparation, actual group discussion, and feedback given by teachers. Teachers and students managed to build up a vibrant communication channel among themselves to make SPL a success and definitely without their mutual collaboration, devotion, commitment, and hard it will never happen at all. In other words, our students become more committed, committed, motivated and eager to speak English confidently without shying out and hiding away regardless whether they're fluent or not to speak to native English speakers and to anyone speaks to them in English.

Lastly, nowadays students can share their thoughts, feelings, and voice out their views freely in English without any hesitation which is really wonderful to see it happening in our school. Hopefully, this trend will continue for many years to come, and students become more confident than ever.

My Reflection 5B Ng Yiu Long, Christopher



I am so happy that I had a wonderful trip to Washington. Thanks to my school because they had given me an opportunity to go to the U.S. I will never forget this amazing trip.

On the first day, Miss Cheung took us to the airport. First, I was so scared because I will be away for almost twelve days. Sadly, I'll miss my family and home all together. When we went to Seattle and met my friendly US host family, I didn't feel scared any more. After meeting them, we visited the school of Seattle. The school was huge and the people were pleasantly nice. I love the school there very much.

During the trip, we had lots of fun. We went to see a base ball competition on one Saturday night. It was excellent! After the base ball competition was over, I felt the baseball was marvelously exciting.

We went to the church and mountain on Sunday. The US church was huge. We had a funny start in the morning on that day. Then, we went to the mountain. We played many exciting snow games. That's was wonderful as I made a snow man.

Finally, we came back to Hong Kong on 21st April, 2012. I would guess Washington will be missed badly. I wish to go there again one day. Lastly, Thanks to Miss Cheung and my US host family for taking care of me well during those two weeks.

數學科

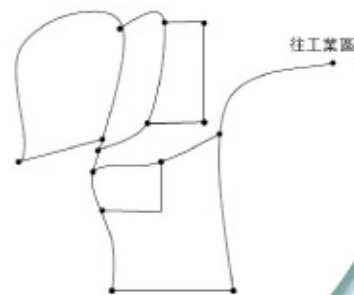
若要走遍大埔每一條街道，卻不重複路程，這是可能的事嗎？

行走路徑

全個大埔區實在太多道路了！為方便研究，我們把大埔區分為6個小區域，亦把它們繪成簡單點線圖：

1. 富善、富亨

簡化上圖並考慮前設，點線圖如下：



本校數位初中同學利用數學方法探討以上問題，並在數學專題研習比賽中獲得獎項。

數學，不單是運用已知的公式進行準確的運算，更可成為同學生活中的探究工具。無論是生活上的小問題，遊戲的策略，都可利用數學方法進行研究。因此，「數學專題研習比賽」不僅有助同學增進專科知識，更可為他們解決生活中的疑難，是我們恆常參加的活動比賽。

為了讓同學有更多機會以不同形式接觸和學習數學，數學科特別招募一班對數學有興趣的同學，透過定期聚會，加強他們對數學的認識，訓練他們發展不同的數學才能。或是進行專題研習，或是接受「奧數訓練」，甚或參加趣味數學遊戲，目的在加強他們對數學的認知，發展他們在數學方面的才能。

對於未能加入小組的同學，我們仍嘗試以多元活動，引發他們對數學的興趣。其中本科計劃舉辦劇本創作比賽，選題為數學的「進制」問題，希望同學以創意短劇形式表達對課題的了解。比賽得獎作品將會被製作成短片，除用作參加比賽外，更可作為教學材料。同學在課堂內看見老師採用自己的作品進行教學，那種滿足感是何等之大呢！



數學科第二屆全港中學生數學短片創作比賽獲獎同學



數學科專題報告比賽頒獎禮

通識科



通識科學習領域多元化，內容廣泛，同學從中一起便有機會探討社會及世界性議題。從政治民生、經濟發展、城市環境、能源科技，到認識中國及放眼世界的全球化議題都包括其中。不同的議題研習，豐富同學的知識，並啟發他們思考。

為了配合不同教學單元的學習需要，去年本校為同學安排了各類型的活動，包括參觀、訪問、專題研習、境外考察及交流等。例如同學在老師帶領下走到長洲考察，探究飲食全球化的現象；在互動戲劇活動中，了解農民的貧苦問題；同學又有機會穿梭於古街舊里，認識香港的傳統行業、古建築物及民生風俗。

此外，通識科亦舉辦「滬港龍情——上海及浙江交流團」，讓學生走出課室，透過親身體驗，了解中國的城鄉發展情況。同學除了參觀上海著名地標，了解其新舊面貌及歷史發展外，亦有機會與姊妹學校——「湖州第二中學」作學術交流，認識不同的教育體制及學習模式。

通識科是與生活息息相關的科目，期望透過課堂學習、討論及考察，培養學生成為一個懂得分辨是非、勇於表達及包容不同意見。



作品集 展覽

一個由學生親力親為的視覺藝術科作品展覽

畢業生吳淑卿 董曼婷 呂芷恩

這次展覽，是上學年五月作品展覽的延續。

大約在四月至五月中旬，我們已經訂下展覽大概的安排和處理細節。在四月尾與同學商討時，我們首先考慮到的是展出的學生數目。即使活動室有足夠的空間，但展出所有學生的作品，單是一個午膳的時間會令人目不暇給，故展期計劃訂為兩天，以便更多同學可以前來觀賞。

然後，便考慮到場地的佈置：在視察活動室環境期間，我們發現活動室的空間感很大，牆身的木樺組合線條較多，再加上電風扇的裝置，我們思考到這樣的佈置會削弱觀賞者的注意力，若要清晰地展示展品的位和讓觀賞者能集中理解作品，我們可以使用黑布包圍著活動室四周，形成一個黑色盒子的感覺，令環境產生局限性和嚴肅神祕的氣氛來配合作品，故我們決定使用黑布佈置整個環境。而老師亦提及布料的性質都需要考慮，所以我們便前往深水埗搜集不同質料的黑布樣板。

接著，我們考慮到的是展品擺放的方式：若展出二至三名同學的展品（一名學生有六件作品），在活動室環境裏如何能有序地排列展品，讓觀賞者能有條理和有方向地觀看作品，而這方面要到搬運桌子組合時再作決定。除此之外，我們亦考慮到每件作品的自白部份需由創作者解說，所以我們在一星期前於互聯網向大家發出訊息，希望收回各人的創作自白，而大部分人亦很合作，故此令進度得以加快。

確定以上各項後，我們便開始處理細節部份。經老師和我們篩選了合適的黑布樣板後，同學便聯絡該布行取貨。即日取貨後，我們便直接回校佈置活動室，由於佈置時考慮到需要工具輔助，所以我們便向不同部門借取工具，例如：家政室的剪布剪刀和工具房的鋸梯等，其後，一個同學負責在布上穿孔、一個同學負責爬上鋸梯掛布、一個同學負責遞上拉索給鋸梯上的同學，我們從中體會到互相合作對事件的重要性。

當我們每掛好一面牆、看到滿意的效果時，感到辛苦是值得的，更加有動力去面對困難，而每一個困難在我們三個人的討論和考慮下，往往便很快得到解決，這裏讓我們感受到彼此信任的可貴之處，因為信任對方大家才會跨出一步來接納不同意見和提議，經磨合後才能把事件美好的一面展示出來。

展覽開始前，雖然時間緊逼，但仍能順利地進行，看到每一位同學在安靜嚴肅的氣氛中認真地觀看作品，都感到很高興，知道我們付出的努力沒有白費。



踏上彩色繽紛的 山崗大道

中一新生心聲

1C 許嘉輝

升讀中學已接近一個月了，我在中學生活中最難忘的，是認識了很多新朋友和新老師，而眾多老師中，我最喜歡的就是任教我班中文科的唐志偉老師，因為他在課堂中的教學生動有趣，這亦使我愛上了中文科。

1B 葉晞渝

我在每天乘校車上課及回家時，都能碰到不同年級的同學。初時，我覺得和他們有著很陌生的感覺。但是，幾天之後，校車上的中二、中三級的師兄師姐已經主動和我們聊天，而且還有說有笑。師兄姐親切的態度，讓我對這間學校不再陌生，而且，更令我越來越喜歡這間學校。

1E 張勉珊

在中學，功課的數量及深淺程度，都是與小學有著明顯的分別。幸好，我參加了學校的「SMILES 計劃」，在這個計劃內，學校除了在放學後會安排導師指導我做功課，令我完成功課的效率大為提高之外，而且更令我認識了不少新朋友，所以我真的覺得「SMILES 計劃」對我帶來不少幫助。

1E 黎子鈴

自己於靈糧升讀中學後，我獲得了很多的幫助，使我更容易地適應了中學的生活。首先，我要感謝任教我班數學科的張家成老師，因為他於每一節的課堂，都很用心教導我們，使我們更容易能掌握到數學科的訣竅；其次，我更感恩學校舉辦了「SMILES 計劃」讓我可以參加，在「SMILES 計劃」中，老師會替我們溫習，更會指導我們完成功課，多得有這個計劃，使我在適應中學生活時能得到充足的幫助。

家長心聲

1E 張勉珊家長

女兒自從升讀中一後，除了能認識到新朋友、能更好地融入校園生活外，學校的「SMILES 計劃」更於課業上對女兒進行更有力的支援，這使女兒更適應中學生活，愉快學習。

1E 黎子鈴家長

起初，我也有少許擔心女兒未能適應中學生活。但後來，見到老師用心教導女兒，學校亦提供充足的課後支援，這樣使最初的疑慮一掃而空。

1C 葉晞渝家長

每天，當聽到女兒在校車中的所見所聞，以及認識到很多新朋友後，我就為女兒能好好適應中學生活而感到欣喜。

1B 許嘉輝家長

兒子自從升上中學後，認識到不少新朋友，更喜愛上課，令我覺得靈糧是一個愉快校園。

中一新生 及家長心聲



鄭家豪先生 小檔案

鄭家豪先生是前香港武術代表隊隊長，曾獲1999年、2003年及2005年南拳和南棍世界武術冠軍、香港傑出運動員殊榮。2009年獲得香港傑出青年、全國青聯委員會委員、青年事務委員會等。2012年獲特區政府頒授榮譽獎章M.H.勳銜，實香港人之驕傲。

鄭家豪先生專訪後感

中五甲班 丁碧容同學

在與鄭家豪先生訪問期間，他言語中都散發著「正義」的氣息。無可否認，我們都聽入迷了。他說，沒有燈光的少林寺，在夜裏，他依舊可以找到，正因為他的方向很清晰，他知道他想要到達的目的地在哪裡，這真的很有道理！沒錯，人就應該這樣，清楚自己的方向，只要堅持，相信不遠的前方就是目的地，那就終有一天會到達。他還說「物而不物，故能無物」。真的，人不要給物質矇騙了，不要為物質勞役，要懂得看內涵，因為內涵永遠比物質美麗。

中五甲班 徐美吉同學

我很佩服鄭先生做任何事，都會盡自己的能力。不但在武術上的修為，在學習上也盡見他的努力。他為人處事樂觀積極，會將正能量傳到身邊朋友，為身邊的人帶來支持及喜樂。另外，鄭先生為人著重品德，時常留意自己行為，提醒自己，這都值得同學們學習。

中五甲班 黃美好同學

透過與鄭先生的訪問中，理解到只要自己真心真意去做一件事，就一定會成功，只要自己肯堅持下去，永不放棄的精神，深信一定會成功，就必會成功。鄭先生就是一個榜樣，就算當初放棄了武術，做任何事只要堅持下去，即使身在何方，仍會有武術的氣度及風範，亦相信有一天，會重回武術之路。



鄭家豪專訪

鄭家豪先生訪問Q&A



Q1：是什麼原因推動你習武呢？是家人鼓勵？還是個人興趣？

A1：我出生於一個武術世家，三代都習武，因著家庭關係使我從小開始接觸武術。三歲已經迷上武術，經過多年艱辛的鍛煉後，總算叫做學有所成，父親安排我參加各種不同類型的比賽，從中獲得不同成就及榮譽，漸漸對武術建立了一份自豪感。

Q2：有沒有在過去的比賽中，因表現不理想而想放棄武術？

A2：試過很多次，例如，曾經在比賽前受傷，那次傷到腰骨，差不多休息了一個星期，因為那個時候還不是一位全職的武人，只是業餘，那時就想是不是要放棄呢？但當經過大學時，見到一位失去雙手的人在用腳寫毛筆字，見到這個畫面，我就肯定不可以隨便放棄。

Q3：你認為武術為你帶來最大的得著是什麼？

A3：修養。無論是醫學、哲學上都讓我覺得做人要自強不息，還讓我懂得要不斷瞭解世界不同國家的變化。就像拳頭，也有很多種用途。用得妥當的，就可以當警員，不妥當的，就去打家劫舍。

Q4：退役之後，為何選擇做全職學生？

A4：也許從小就以武術為我人生，退役之後，我人生失去了目標。找不到自己的方向，有想過承繼父親的武館，但又認為自己可以為社會做更多事，便選擇了讀書，從中亦學習到如何做選擇，而每個選擇都需要付出代價。這次我選擇讀書，代價就是要付出相當多的時間。

Q5：父母是否支持你去北京學習？

A5：因為我是以武術為主，但是父母不反對我去讀書，因為他們給予我自己來選擇，給了我一個自由。

Q6：都知道您在少林寺中好像領悟了些道理，可以分享一下嗎？

A6：其實，那時候是退役沒多久。以前，一直生活在燈光下，活在榮譽裏。退役後，突然收回所有東西，當然會很不習慣，找不到的生存。有一夜，走去少林寺，遠遠看見那裏有一盞燈，心想，快到了，正打算沿著燈光走去，誰知，燈突然滅了，前面一片漆黑。奇怪的是，我居然沒有害怕，原來是因為我清楚自己的方向。就像人一樣，要為自己訂立一個清楚的方向，然後就堅持，堅持走下去。不要整天為物質勞役，為物質而生存，這樣是錯誤的。「物而不物，故能無物」。

Q7：既然鄭先生有各種經歷，當中又有沒有信仰在背後支持你？

A7：我個人並不會信服於某一宗教，但我會看佛經、孔子、孟子等人所寫的書籍，至於聖經或其他書籍，我會將其當作一本哲學書觀看，從不同宗教中領悟到不同的人生大道理。然而，中國武術更著重人的修養、內涵，所以從練習武術中亦能為我提供動力。但最重要的是「永不放棄」這四個字，基本上支持我的人生就是這四個字。

鄭先生最後希望同學能在學習上，考試時盡自己最大努力去應付，特意為我們靈糧學生送上四個字：「靈糧加油！」



獎勵卡計劃

訓輔組—獎勵計劃介紹

本組的工作信念是秉承基督的愛心及公義薰陶學生。我們重視人的價值，明白每一個學生都是按著神的形象造成，獨特而寶貴，既有自由的意志，又有自主的行動。因此，我們要求每一個學生對自己的行為負責，強調承擔責任。本組按正面的信息教導學生，藉此給予學生「自尊自律」的教育，幫助他們養成良好的習慣，建立完整的人格。

我們相信要進一步提昇學生的抗逆力，以抵受成長階段各種的壓力和衝擊，必須強化學生的自尊感和有良好的師生關係作為基礎。本組今年推行全校參與的獎勵計劃，老師和領袖生可就學生在學習、品德及服務各方面的良好表現發出獎勵卡，學生累積特定數目的獎勵卡可換領禮物或嘉許。本計劃旨在加強老師對學生好行為的正面回饋，以鼓勵他們更積極改進，力求突破。

B. 服務語

發放賞卡：

- 熱心服務
- 成為老師的好幫手
- 主動清潔地方
- 主動幫助有需要的人
- 積極參與、投入活動

班：____ 同學：____

老師簽署：____ 日期：____

Ung Ling Chui M.H. Lau Secondary School

A. 學習語

發放賞卡：

- 認真完成作業
- 上課積極投入
- 帶齊書本及用具
- 成績有進步
- 敢於研習、努力學習

班：____ 同學：____

老師簽署：____ 日期：____

Ung Ling Chui M.H. Lau Secondary School

C. 品德語

發放賞卡：

- 路不拾遺
- 敬愛愛友
- 待人向禮
- 有正義感
- 努力改善自己

班：____ 同學：____

老師簽署：____ 日期：____

Ung Ling Chui M.H. Lau Secondary School

D. 領袖生活

發放賞卡：

- 主動清潔地方
- 主動幫助有需要的人
- 路不拾遺
- 有正義感
- 與領袖生合作

班：____ 同學：____

老師簽署：____ 日期：____

Ung Ling Chui M.H. Lau Secondary School

E. 萬用語

發放賞卡：

班：____ 同學：____

老師簽署：____ 日期：____

Ung Ling Chui M.H. Lau Secondary School

獎賞對照表

累積獎勵卡數目	獎品例子
5	
10	
15	
20	
25	
30	
35	與三位同學外出午膳
40	終極大獎 (台上抽獎及嘉許) 例子：校長「豪門夜宴」、莫副校長指導、陳副校長乒乓球對戰、Peter Sir 羽毛球大師班、靈糧電視台出鏡機會一次等等



校外比賽成績 (節錄) 2011年7月至2012年6月

主辦單位	得獎學生	比賽	成績
尤德爵士紀念基金理事會	5A鄭宛露 6A鄧嘉欣 4B林家瑋	2011/2012年度獎學金	
柏立基爵士信託基金	6D李寶溦 6D李倩敏	傑出學生獎學金(非學術範疇)	
屈臣氏集團 大埔區公民教育運動委員會 大埔區公民教育運動委員會 傑出青年協會 大埔區公民教育運動委員會 宣傳活動工作小組	5D陳嘉禧 5B蕭 順 6B李建浩 5B陸翠恩 6B陳芷欣	屈臣氏集團香港學生運動員獎2011-2012 2011-2012年度大埔區傑出服務公民獎(中學組) 2011-2012年度大埔區好人好事嘉許 明日領袖獎 剪報比賽(中學組)	優異獎
羅氏慈善基金	6C羅穎琳 6C陳希彤	高中應用學習獎學金(2010-2011學年)及 特別嘉許(2010-2011學年) 高中應用學習獎學金(2010-2011學年)	
第三十屆競鼓/港島青商 展能學童獎學金 星島第二十七屆 全港校際辯論比賽	7S余卓琪	關懷融合學生獎	
亞洲國際手鈴協會(香港)	14名隊員	全港校際辯論比賽	最佳辯論員
香港基本法推介聯席會議	4B吳可儀 4D劉貳龍 6A陳家俊 7S余卓琪 7S陳皓為 4D劉貳龍	第三屆亞洲校際手鈴及手鐘大賽 2012初級組 《第十一屆基本法多面體——全港 中學生辯論賽》(基本法盃) 粵語組分區總決賽新界東	金獎 季軍
香港青少年服務處 賽馬會大埔青少年 綜合服務中心	6D李寶溦	第三屆「無限」頻道舞比賽	最佳辯論員 冠軍及 最佳造型獎
香港機械奧委會	5A陳亮節 5B蕭 順 2C梁浩鏞 2C蘇俊傑	機械人奧運會 機械魚短途游泳賽	冠軍 亞軍
職業安全健康局	3A袁景龍 3E吳永鏞 3E胡智健 6B單廣根 6B王心裕 7S余卓琪	中小型企業設備安全設計比賽2011-2012	優異獎
香港教育學院 第六屆善言巧論： 全港學生口語溝通大賽 靈糧堂劉梅軒中學與華文 微型小說學會(香港)合辦	5A陳亮節	中學文憑組小組討論 預科組政策辯論 第一屆全港學界微型小說創作比賽 高中組	優異獎 作家推薦獎
香港教育工作者聯會、 香港中學語文教育研究會	1E衛滄鏞 2D柯晴雅 5D李軒儒	2011正字大行動	最佳表現獎
大埔區文藝協進會 主辦 王辰年大埔萬家慶 新春活動委員會 合辦 大埔區議會贊助	4A黃鈺滢 4A陳景朗 4A李文杰	壬辰年新春對聯創作比賽	亞軍 優異獎 優異獎
香港資優教育學院	2C歐陽子聰 3E陳家賢 4B謝碧琳 2C陳泓哲 6B溫家謙 1A黃柏瑜 6B蔡國棟 6B葉偉航 6B麥駿麒 6B陳偉希	通過評估及選拔，現獲該學院取錄	冠軍 亞軍 季軍 優異獎 優異獎 優異獎 優異獎 優異獎
香港醫學會主辦	5B郭文欣	無毒社區標語創作比賽 (大埔區)	個人 積極參與獎 (接觸人數 達138人)
香港基督女少年軍	2A鍾純溦 2C陳頌康 2C張晉豪 2C甘澤理 2C梁浩鏞 2C蘇俊傑 2C胡智恒	香港基督女少年軍 「獻愛心齊服事·相聚在212」 賣旗日籌款活動2011	優異獎
香港社會企業	7S林家儀	社企短片比賽	優良獎
香港教育專業人員協會 第十六屆全港中小學 中英文硬筆書法比賽	4D曾嘉紅 5B蕭 順 2A鈞 洛 2C陳煥桐 5D馬梓朗 2D鍾言禧	中學英文硬筆書法比賽高級組	冠軍 冠軍 亞軍 亞軍 殿軍 第五名
香港三項鐵人總會主辦 陸上兩項鐵人賽2	4B林家瑋	賽程B-女子精英青年組 賽程F-男子接力組 賽程E-男子青年組 賽程C2-女子1998組 賽程F-男子接力組 賽程C2-男子1998組	冠軍 (破大會紀錄) 冠軍 (破大會紀錄)
香港學界體育聯合會 大埔及北區中學分會 校際游泳比賽2011	1994-1995組	男子甲組200米個人四式	冠軍
香港馬拉松推廣社主辦 第六屆吐露港十公里賽 (青少年禁毒盃四公里賽)	1993-1997組	男子甲組50米蝶泳	冠軍 (破大會紀錄)
信興教育及慈善基金、 飛達田徑會主辦 Panasonic飛達慈善復活跑			冠軍

獎頂