



好書推介

《學習的王道》(The Art of Learning)

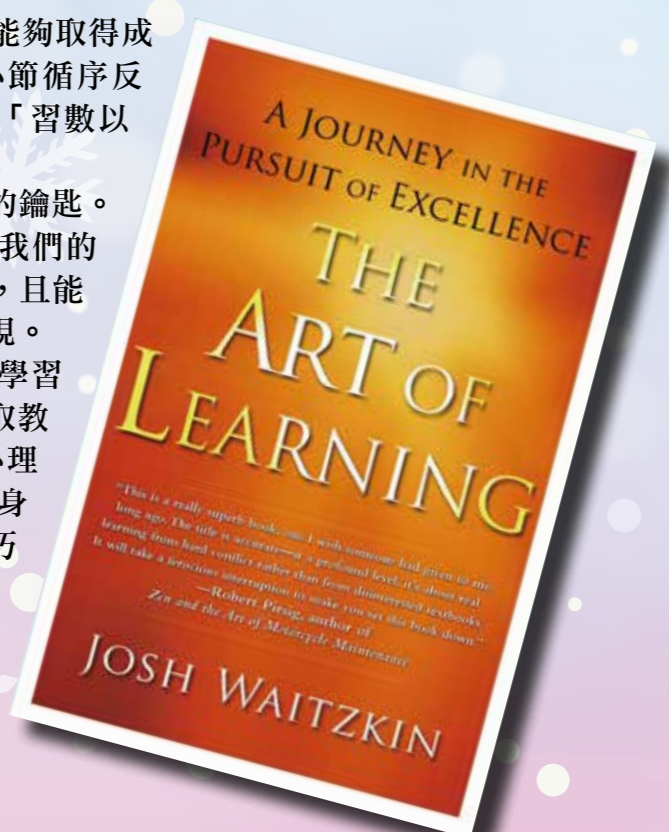
校長 張修女

願我們以感恩及開放的心懷迎接上主賜予我們的成長挑戰！

把握學習之道是我們在各方面得以健康成長的竅門。在此，我向大家推介一本好書，名為《學習的王道》(The Art of Learning)。作者 Josh Waitzkin 自九歲起八度榮獲全美西洋棋冠軍及多次世界太極拳冠軍，他深入思考自己的學習歷程，歸納出一套學習原理，並寫成一部適用於所有領域的深度學習秘笈，與讀者共享。

此書深入淺出，其中 Josh 論述的數項學習原理，很值得我們深思：

- 一、學習必須從熱情出發。不論我們學習的是哪一門學問，只要我們有一股熱情，我們便有力量排除萬難，追求卓越。
- 二、態度決定真正的成敗。只有樂於接受挑戰，把失敗視作更上一層樓的學習機遇，才能造就他日更出色的表現。
- 三、成功建基於紮實的基礎。我們之所以能夠取得成就，實有賴我們堅毅地對每一學習小節循序反覆地鍛鍊，並將之融匯貫通，以達至「習數以忘數」的境界。
- 四、時常保持專注當下的狀態是高階學習的鑰匙。專注鑽研能援引「心智潛力」，促使我們的學習及生活藝術更形豐富、更有深度，且能不斷地為我們帶來意想不到的精彩發現。
- 五、學習是一場心智馬拉松。我們必須在學習過程中勇敢面對挑戰及壓力，從中吸取教訓，總結經驗，最終才有機會跨越心理及其他障礙，進一步將阻力轉化為自身的優勢，並以健康的心態、熟練的技巧及豐富的知識，展現最好的自己。



盼望大家有機會細閱此書，相信作者精闢的見解及深切的體會，定能為大家帶來啟發，並從中獲益。互勉之！

寶血同樂日

益智繽紛 愉悅歡欣

本校於十一月十六日舉辦了「寶血同樂日」，全天開放校園，歡迎公眾人士蒞臨參觀。當日節目內容豐富，益智與娛樂並重，嘉賓及公眾人士可參與校舍導覽活動、各具特色的學會攤位遊戲，以及觀賞各項精彩表演，場面熱鬧而溫馨。

校內的露天操場特設十多個攤位，舉辦多元活動，如融入語文元素的互動遊戲、活用平板電腦遊玩過關、歷史人物排序等，繽紛而有趣。彩繪圖譜、珠鏈飾物製作等攤位活動亦廣受歡迎，參加者絡繹不絕。此外，操場亦增闢區域作示範表演、班際表演、班際競技比賽及高空擲雞蛋比賽等。

當日蒞臨的嘉賓及家長，在欣賞各式表演後，均感受到本校學生開朗活潑的一面，紛紛讚賞學生各具才能，表現出色。校長張修女表示：「學校素重培養學生具備多元智能，也積極提供合適的平台，讓學生有施展才華的機會。」部分家長更專程前來觀賞子女表演，喜見子女技藝精湛，深感欣慰；當天亦有小六學生及其家長前來參觀，為升中選校籌謀準備。

是次活動在一片歡欣的氣氛下圓滿結束，為各人留下美好的校園生活回憶。



校長歡迎來校參觀的同學



來賓參觀校園電視台

參觀校園



班際競技

蹠躍虎伏無難度



獨木橋上展英姿



攤位遊戲

按圖展演新姿態



場面熱鬧而繽紛



班際表演

弦歌拍和樂悠揚



雙人芭蕾舞翩翩

齊聲和唱心連心



萬聖節鬼屋內的活動



萬聖節的小鬼造型



YesTour 安排歌星蒞臨表演



老友同歡寶血同樂



學生與老友記打成一片



科學學會隱形墨水製作班



製作隱形墨水時的情況



中六級面試技巧工作坊



升學及就業輔導：
婚禮統籌師職業簡介



學生捐血時的情形



升學及就業輔導：樹仁大學講座

校外學習



義工隊 長者服務日



義工隊 獨居長者家居清潔活動



香港活力鼓令 24 式擂台賽 優異獎



第二屆香港歷史文化專題研習比賽 高級媒體組 季軍



遠足訓練



家教會親子堆沙比賽



學界籃球比賽



學界羽毛球比賽

2013-2014 年度校外比賽光榮榜

藝術成就

姓名	班別	獎項
第六十五屆香港學校朗誦節		
	中五望	中學五、六年級 詩詞集誦 (粵語) 冠軍
	中五愛	中學五、六年級 散文集誦 (粵語) 冠軍
何少華	中五信	中學五年級 女子組 散文獨誦 (粵語) 季軍
胡芷寧	中五愛	英詩獨誦 (Solo-verse Speaking) 中五級 亞軍
陳愉	中三信	英詩獨誦 (Solo-verse Speaking) 中三級 季軍
江穎詩	中二信	英詩獨誦 (Solo-verse Speaking) 中二級 冠軍
曾希瞳	中二信	英詩獨誦 (Solo-verse Speaking) 中二級 冠軍
石浩怡	中二信	英詩獨誦 (Solo-verse Speaking) 中二級 季軍
依莎貝	中一信	英詩獨誦 (Solo-verse Speaking) 中一級 亞軍

德育及公民教育成就

姓名	班別	獎項
龍汶欣	中四望	第三屆全港學生中國國情知識大賽 中學組個人賽 優異金獎

體育成就

姓名	班別	獎項
姚采穎	中三信	南華體育會 W14 女子花劍項目 亞軍

學術及其他成就

組織	獎項
紅十字會	13/14 小西灣區青年急救比賽 冠軍及亞軍
女童軍	12/13 年度優秀隊伍

姓名	班別	獎項
梁詠詩	中五信	13/14 紅十字會小西灣區青年急救比賽 最佳隊長
陸嘉瑜	中五愛	第二屆香港歷史文化專題研習比賽 高級媒體組 季軍
蔡丹怡	中五禮	
蔡樂言	中五禮	
樊穎琪	中五禮	救世軍柴灣青少年綜合服務 第八屆港島東聯校學生領袖訓練計劃 飛躍進步獎
劉嘉琪	中四敬	
王子欣	中四敬	

2013-2014 年度頒發之獎學金

姓名	班別 (12-13 年度)	獎學金名稱
郭紀君	中六信	陳燧棠先生紀念獎學金 (以最優文憑試成績入讀大學)
孫嘉欣 李樂遙	中六望	
廖樂生	中六敬	
陳嘉儀 陳麗珊 朱詠欣 嚴珈珈	中六信	梁鳳儀校友獎學金 (以最優文憑試成績入讀大學)
林 瓊 黃子慧	中六敬	

姓名	班別 (12-13 年度)	獎學金名稱
張孟婕	中五信	余淑珍女士紀念獎學金 (中五級中文科成績最優) 呂熾金修女紀念獎學金 (傑出學生獎) · 呂熾金修女紀念獎學金 (校內服務特優獎) 潘中時先生百歲冥壽紀念獎學金 (中五級數學科 [M1+ 核心部份] 成績最優)
林惠君	中五信	呂熾金修女紀念獎學金 (中五級英文科成績最優)
傅佳琳	中五望	蘇衍慧修女助學金
許月怡	中五望	潘浩明校友獎學金 (中五級通識科成績最優)
黃巧韻	中五愛	范靈芝修女紀念獎學金 (卓越領袖獎)
方愷欣	中五敬	潘中時先生百歲冥壽紀念獎學金 (中五級數學科 [核心部份] 成績最優)
陳沅淇	中五禮	朱克用先生紀念獎學金 (中五級學行顯著進步獎)
鄧淑慧	中五禮	笑蓮獎學金 (體藝表現成績最優)
陳瑞淇	中四信	李煒邦老師紀念獎學金 (中四級數學科 [M1+ 核心部份] 成績最優)
蔡嘉鈴	中四信	潘浩明校友獎學金 (中四級歷史科成績最優)
丁鑫鑫	中四信	陳懿行校友獎學金 (中四級中文科成績最優) · 黃永傑先生獎學金 (中四級中國文學科成績最優)
林巧瑩	中四信	蘇衍慧修女助學金
曾詠欣	中四信	余翠蘭校友紀念獎學金 (中四級學行顯著進步獎)
陳曉筠	中四望	AARON BROCK 紀念獎學金 (中四級通識科成績最優)
關泳儀	中四望	李煒邦老師紀念獎學金 (中四級數學科 [核心部份] 成績最優)
戴利菲	中四望	陳鄭觀海女士獎學金 (義工服務特優獎)
翟美樂	中四愛	陳燧棠夫人獎學金 (中四級英文科成績最優)
林詩淇	中三信	陳福林先生紀念獎學金 (中三級英文科成績最優) · 呂熾金修女紀念獎學金 (中三級數學科成績最優)
羅綺雯	中三信	葉轉章校友助學金
余 典	中三望	范靈芝修女紀念獎學金
丁詩儀	中三望	余淑珍女士紀念獎學金 (中三級中文科成績最優) · 黎雪凝校友獎學金 (中三級英文科進步獎)
甄姿婷	中三敬	區綺雯修女獎學金 (初中學行顯著進步獎)
何植瑞	中二信	羅次雲女士紀念獎學金 (中二級英文科成績最優)
林麗明	中二信	余淑珍女士紀念獎學金 (中二級中文科成績最優)
何櫻濤	中二敬	邱海燕校友獎學金 (中二級英文科進步獎)
江穎詩	中一信	潘中時先生紀念獎學金 (中一級英文科成績最優)
楊卓穎	中一信	余淑珍女士紀念獎學金 (中一級數學科成績最優)
何曉旻	中一望	余淑珍女士紀念獎學金 (中一級中文科成績最優)
柯穎薇	中一愛	林洪光先生獎學金 (中一級英文科進步獎)

學生作品

《熱鬧的街道》

中二敬 王艷艷

What do you think about the mainlanders?
Lam Chi Mei F6B

What do you think about the mainlanders? The clash between the locals and the mainlanders has now been the talk of the town. We often have a biased perception of them as we think that they are callous, uneducated, ill-mannered and materialistic.

To be frank, I had the same feelings before. But after attending the 'Guang Xi Exchange Programme' in my summer holiday, I realized that I was totally wrong and I have changed my view on them.

During the days of our visit to the local school there, the students had prepared many performances for us. They told us that they had prepared for two months as they wanted to perform well in front of us. So, we can see that the mainlanders are also willing to try their very best. Unlike some of us, we often give up on things easily and seldom find ways to overcome the difficulties we encounter.

I had a good chance to experience the rural life in the mainland. People there often just have corn and potatoes to eat. They have to work in the field every day but they never complain. They feel happy and satisfied with their own life. Whereas in Hong Kong, we seldom cherish what we have but always complain and blame each other instead.

Actually, many children in China neither have enough food to eat nor proper clothes to wear. Some of them have even lost their parents since they were small. Therefore, we should cherish our life and people who care about us because many others in this world are just not as fortunate as we are.

Finally, what I really want to remind you is that we should stop our discrimination against the mainlanders since we have different cultures in different places. So, stop criticizing about others but learn from their strengths. Let's live in harmony to build a better world.

香港有許多知名的街道，但令我印象最深刻的——就是位於北角的英皇道了。無論甚麼時節，這條長長的街道都非常熱鬧。

你瞧，街道上各種車輛川流不息，把道路擠得水洩不通。有風馳電掣的小轎車、走得徐疾安穩的公共巴士、有急速飛奔的摩托車、還有經歷百年滄桑、富有懷舊風味的電車……各式車輛組成一列一列的長龍，使我猶如置身車海之中，饒有趣味。

路上行人如鯽，人人笑容滿臉。你聽，有全家融融的笑語聲、有小朋友的嬉鬧聲、汽車的喇叭聲、商販傳來的叫賣聲，各式聲響交織在一起，如同在路上演奏著一首交響樂曲。

你張望一下兩旁吧！英皇道的兩旁，有多不勝數的景物哩！有繽紛熱鬧的商場；有高樓大廈；也有風景優美的小公園、巍然矗立的大樹、五彩燦爛的鮮花，非常適合長者晨運和舉行大型活動。

你再細心察看，小公園內也有不少遊人哩！有情侶在唧唧細語、情意綿綿；有一家三口在玩耍，歡欣快樂；有老夫婦在漫步，互相攙扶；有手挽袋袋物品的婦女購物團，眉梢眼角盡是洋洋之意……公園裏，也有絡繹不絕的遊人嘍！

到了晚上，英皇道在月夜下也照不熄下來！雖然遊人少了、車也少了，但商鋪的五彩霓虹燈光，盞盞通明，燈火不絕，竟又別有一番熱鬧景緻！

人潮不斷的英皇道，令我印象難忘；英皇道的繁榮景象，亦令我深以為傲！

藝聚

第十二屆聯校視藝藝術展覽

