

# 獎項

項目	成績	獲獎同學
第十一屆中國青少年演講比賽 (演講) (中國青少年文化藝術交流協會)	冠軍 季軍	5A郭雅文 3B張晨棧
全港青年中國古典詩詞朗誦比賽 (全港青年學藝比賽大會及港島獅子會)	季軍	3A許雅淇
第十屆香港中學數學創意解難比賽	銅獎	1A鄭欣明、1B謝東宏、2B陳建、 2A陳煒祺
第二十一屆香港青少年數學精英選拔賽 (香港 數理教育學會、香港保良局、全港青年學藝比賽)	三等榮譽獎	3A陳俊權
Go Green, Act Green口號創作比賽 (環保促進會)	優異獎	1A劉穎儀
ROWSport 2019香港室內賽艇標賽暨慈善 長途接力賽 (中國香港賽艇協會)	U14男子個人1000m季軍	2B吳海杰
青年學院 室內賽艇邀請賽2019 (葵涌青年學院)	中學組男子初級組 300m第十名	2B吳海杰
屯門明愛馬登基金中學室內划艇邀請賽 (屯門明愛馬登基金中學)	男甲 1000米季軍 男丙 1000米亞軍 男丙 500米季軍	5C李新傑 2C盧泓樂 2B吳海杰
2018-19年度 新界地域中學校際室內賽艇比賽 (香港學界體育聯合會)	男甲2000米季軍 男甲1000米亞軍 男甲4x500米殿軍	5C李新傑 6D何宇恒 6D何宇恒、6D黃洛淇、5C李新傑、 5C賴浩 6D何宇恒、6D黃洛淇、5C李新傑、 5C賴浩、4C林启明
2018-19年度校際足球比賽 (香港學界體育聯合會及離島區中學分會)	女子初級組季軍	3A李宜真、3A黃梓晴、2A劉曉琳、 2A柳欣沛、2A譚雅汶、2B鍾錫理、 2B卜鑑盈、1A張煥祺、1B黃梓琪
第71屆香港學校音樂節參賽成績(2018-19年) (香港學校音樂及朗誦協會)	鋼琴獨奏(四級)-優良 中音薩克斯管獨奏(初級組)-優良 單簧管獨奏(初級組)-優良 女聲獨唱(英文組)-優良 (14歲或以下) 男童聲獨唱(英文組)-良好 (14歲或以下)	3A凌毅 3B鄧卓希 5C葉雲敏 3A古曉瑋、3A湯蒨璇 1A唐澤昇
聯校音樂比賽2019 (香港聯校音樂協會)	中學木管樂(長笛) 獨奏初級組-銅獎	4A黃卓瑩
荃灣滅罪禁毒普通話朗誦比賽2019 (荃灣區少年警訊)	初中組優異獎	2B方林晶、2B倪理瑩
「文協盃朗誦比賽2019」 (中國文化協會)	優異獎	5A陳心怡、5A張舒恒
2019年粵港澳姊妹學校中華經典美文朗誦比賽 —東莞區比賽 (東莞市教育局)	金獎、最佳風采獎	2A陳煒祺、2C周培熾
心光學校4.30閱讀日攤位遊戲 (心光學校)	「我最喜愛攤位」	4A柳承希、4A麥柏濠、4B李智斌、 4B連俊宇
Hong Kong School Drama Festival 2018-19	Award for Outstanding Performer  Award for Outstanding Cooperation	4A李國豪、4E宋美娜、4E宋安娜、 3D許秀娜 聖公會李炳中學
MI Young Writers Award 2019 (Magazines International)	Merit (Senior Section) Senior TOP 50	4E宋美娜 4E宋美娜、6A陳家楨

項目	成績	獲獎同學
香港生物學素養競賽 (2018-19) (香港數理學會)	優異獎	6B倪斌
「學習如此多紛2019」程式編寫比賽 (香港電腦教育學會)	優異獎	1D黃恩諾、2A陳柏樞、4A麥澄軒
ProjectNet新媒體素養提升計劃 (香港青年協會)	優秀教案獎	謝達邦老師
香港青少年科技創新大賽18-19 (香港新一代文化協會)	職業安全健康局特別獎二等獎 及數理及工程(初中組)優異獎 數理及工程(高中組)三等獎 化學及材料(初中組)三等獎 香港檢測和認證局傑出檢測 特別獎三等獎及 化學及材料(高中組)優異獎 生物及健康(高中組)優異獎 能源及環境科學(初中組)優異獎	3B蔡冰怡、2A黃詠晴、2A李紫琪 4A張鈺嫻、4A吳嘉汶、4A梁東嵐 2A陶詠思、2A陳煒祺、2A張湛謙 5A呂保傑、5A利曉璋、5A蔡鴻洋 5A黃金榜、5A王城標、5B張文軒 2B吳海杰、2B呂隆揚
第四屆綠色化學檢測比賽 (香港數理教育學會)	高級組季軍	5A呂保傑、5A利曉璋、5A鄺樂星
第70屆英特爾國際科學與工程大獎賽 (USA Intel ISEF)	入圍獎, 代表香港出席國際賽	4A張鈺嫻、4A吳嘉汶、4A梁東嵐
消費文化考察報告獎「可持續消費創意設計」 (消費委員會)	最富創意獎	2A陶詠思、2A陳煒祺、2A張湛謙、 3A潘卓楠
「尋找香江的故事」專題研習報導比賽2018-19 (顯宗顯文化館)	初中組冠軍  高中組亞軍	3A何潤妍、3A何凱蕙、3A許雅淇、 3A陳俊權、3B董英華 5A許佳茵、5A張潔潔、5A王智龍、 5B沈嘉敏、5B蘇泳藍
「區區說故事」青年社區營造體驗計劃 (明愛青少年及社區服務中心)	優異獎	4A黃曉嫻、4A李國豪、4A李春輝、 4A顏俊榮、4B彭芷彤、4B陳梓裕、 4B陳世聰、4B陳俊中、4C洗麗汶
荃葵青傑出學生選舉2018-19 (荃葵青校長會)	優異學生	5A許佳茵
Amazing Teens荃灣CYC聯校領袖培訓計劃聯 校專題報告比賽2018 (荃灣區公益少年團)	評判大獎(中學組)、我最喜愛大獎 (中學組)、最具視野獎(中學組)	2A陶詠思、2A林佩彤、2A曾熾、 2B陳建、4A陳浚祺、4A龔綺菁、 4B郭曉丹、4B彭芷彤、4B陳世聰、 4C陳若松
2018-2019年「赤子關懷戲服務 溫馨和諧建社 群」服務活動展版及海報比賽 (荃灣區公益少年團)	最佳展版設計獎及最受歡迎 展版獎	5A郭雅文、5B張希兒、5B羅慧珊、 5B吳菲菲
「環保為公益 慈善清潔籌款活動2018-19」 (荃灣區公益少年團)	優異獎	聖公會李炳中學
關愛長者機構嘉許計劃2018 (社會福利署與荃 灣及葵青區安老服務協調委員會)	二星級證書	聖公會李炳中學
「通識達人」網上挑戰計劃	第一期傑出表現學生獎 (初級程度) 第二期傑出表現學生獎 (初級程度)	2A陳有旭 2A曾熾
香港電台通識徵文比賽	10月 初中優異作品 高中優異作品 11月 初中優異作品 高中優異作品 3月 初中優異作品 4月 高中優異作品	1B黃冠添 5A蔡鴻洋 3A黃德浩、張嘉茹 5A王城標 1B吳克權、2A 陳裕禮、3A凌毅 5A黃金榜

總編輯 | 沈嘉敏 編輯 | 陳心怡 陳浚祺 吳嘉汶 遊東怡 顧問老師 | 陳偉雄  
許佳茵 黃卓瑩 張晨棧 李鑫典 李雅文 李麗禎



本校於四月二十七日下午舉行STEM X 語文同樂日為「香港科學節2019」節目之一。同樂日活動內容十分豐富，參與其中的小學生都樂也融融，滿載而歸。當天學校設有二十三個攤位遊戲、八個科技・科學創客工作坊及模型車聯校邀請賽。其中更獲香港理工大學生物醫學工程跨領域學部及香港中文大學賽馬會氣候變化博物館的支持，成為伙伴單位，負責部分攤位遊戲。攤位遊戲分為文化體藝創意之旅、環保探索開心之旅及科研成果分享之旅。

# 朝陽

聖公會李炳中學  
SKHLPSS  
2018-2019 校報  
第38期  
2019年7月

## 文化體藝 創意之旅



中國剪紙藝術可讓家長與子女一同體驗剪紙藝術過程，並明白數學對稱圖形的原理。



無字天書是利用檸檬水寫毛筆字，這是古人保密信息的方法。寫完字或繪畫圖案後，作品由學生大使加熱，檸檬遇熱脫水會發生碳化反應，而且其碳化的溫度低於宣紙，因此遇熱時，字迹自然浮現。

## 科研成果 分享之旅



法証先鋒只需利用凡士林、爽身粉及膠紙便可套取同學的指模，同學最後還可取得印有自己指模的卡片。



肌電打太鼓是利用皮膚表面貼上電極片收集肌肉收縮的訊號，然後將訊號傳送至電腦控制軟件運作，敲打太鼓。



顯微鏡DIY原來只需要洋蔥皮、甘油、碘液及小玻璃珠，便可利用廢膠樽製作顯微鏡，有趣又環保。

## 環保探索 開心之旅



減碳大作戰、冰芯啟示、極地探索及地球時光機四個攤位均設在有蓋操場，透過介紹氣候變化及環境變遷，提醒大家齊來環保勿遲疑。



生動北極通過AR技術讓同學認識北極的動物，同學利用平板電腦對準地圖不同位置，相關動物便活現在眼前。

## 模型車聯校邀請賽

參加比賽的學校有聖公會主愛小學(梨木樹)、聖公會主愛小學、荃灣公立何傳耀紀念小學及慈幼葉漢小學。參賽學生要利用自由樹脂改裝模型車，之後便與其他學校在外觀、速度及載重等三方面一較高下，最後荃灣公立何傳耀紀念小學奪得全場總冠軍。



# 活動花絮



通識貴州考察・同學遊覽黃果樹瀑布



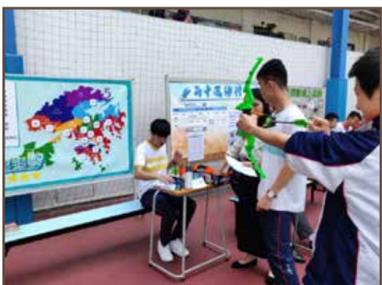
綠社針對「參與體育，拒絕毒品」計劃設計的攤位遊戲



本校邀得《我的聾人朋友》一書的訪談者路駿怡小姐為5月Reader's Choice的分享嘉賓



5月英文周活動・同學踴躍參加



在生涯規劃周，同學通過遊戲，更了解選科、升學及就業的資訊



本校越野賽成員



英文攤位有Fun Facts about STEM問答遊戲外，還有Shrink plastic熱縮片製作。學生在熱縮膠上DIY後，學生大使將熱縮膠放入微波爐加熱，膠遇熱縮小，很快就變成塑料鑰匙圈。活動中，同學踴躍參加，並以全英文交流，課室內充滿了歡聲笑語。

## 科技 科學 創客工作坊



潛望鏡DIY讓同學學習光線反射原理的同時，他們可加入自己設計的圖案及色彩製作精美的潛望鏡。

共設八個工作坊，分別為走馬燈工藝坊、Baking Adventure、潛望鏡DIY、Magic with electricity、手機APP設計、月光寶盒、DIY香味彈彈橡皮擦及Fruity DNA。



走馬燈工藝坊學習的是中國傳統工藝。同學製作自己的走馬燈要認識有關熱能對流原理，如風速到扇葉大小及數目等均會影響走馬燈轉動的速度。



DIY香味彈彈橡皮擦讓同學親手製作自己的橡皮膠擦。原來眼藥水可以成為膠擦的材料，只要再加入無毒膠膠，透過簡單的化學反應，便可完成這化學製成品。

# 十信仰 分享園地 好書推介



常言道：「人生不如意事十常八九。」生命總會遇到順逆境，當下的挫敗，會灰心，甚至想放棄。以下的好書分享都是講述作者面對逆境時，怎樣依靠信仰得到盼望，仍然堅持不放棄。羅馬書5章3-5節提到：「就是在患難中也是歡喜喜的。因為知道患難生忍耐，忍耐生老練，老練生盼望，盼望不至於羞恥，因為所賜給我們的聖靈將神的愛澆灌在我們心裡。」希望大家可從閱讀中領會在逆境中仍依靠上帝，在患難中仍能滿有喜樂及盼望。



## 《漫畫蓮娜瑪莉亞》 菅谷淳夫 索書號：784.47 4477

5A 張淑津



作者以漫畫形式講述了蓮娜瑪莉亞的一生。她一出生就無手無腳，左腳也只有右腳的一半長，但她的父母並沒有因此而放棄她。她在充滿愛的家庭下成長。蓮娜沒有因為身體的缺陷而放棄。她選擇以樂觀的方式面對生活上種種困難，她更朝著夢想努力，最後在唱歌和游泳兩方面都取得了成就。

她積極的人生緣於家庭的關愛。家庭的關愛是孩子成長的必要因素。蓮娜的父母沒有因她的缺陷而放棄她，而是把她當成天使一樣寵愛她，同時給予她一個獨立成長的環境。在這樣家庭下成長，蓮娜才能如此樂觀，對世界充滿希望。其次，她的堅持不懈使她成功。蓮娜雖然在唱歌和游泳上有天賦，但她的成功離不開她的努力。她為了參加殘奧會，在課餘要學音樂外，還堅持一天要游兩千至三千公尺。她的堅持最後使她取得漢城殘奧會的三項獎項。

「上帝關了一扇門，一定會為你開一扇窗。」每個人都有自己的天賦，我們要好好發掘自己的潛能，努力不懈，持之以恆，就像蓮娜一樣努力面前，向著標杆直跑！

## 《會考0分與神奇小子》 呂宇俊 索書號：588 6060

5A 蔡鴻岸

內容講述作者呂宇俊出身單親家庭，母親在他兩歲半的時候離他而去，父親染上毒癮，由祖母撫養。因為缺乏家人教導，他的學習生涯只是在虛度光陰。十五歲時他更加入黑社會，成為不思進取的浪子。在會考0分過後，他突然醒悟，決定重新開始學習，最終在不少天使的幫助下，他會考取到十九分，最後考上浸會大學，修讀宗教及哲學系。在大學畢業後，他走進教師的行列，而且繼續攻讀碩士、博士。



一個不懂得珍惜機會和不聽他人勸告的浪子，經過生命天使的鼓勵和扶持，最終覺悟，向著目標一步步邁進，蛻變為神奇小子。在人生的道路上，我們會犯下種種錯誤，或向著錯誤的方向前進，但是只要我們可以及時醒悟，並且堅持不懈地朝著目標前進，我們定可以與作者一樣創造奇蹟。給自己一個機會吧！為自己設定一個目標，去探索自己該走的路。我們會在人生道路上面臨各種選擇，我們可以有自己的想法，但我們也須細心聆聽關心我們的聲音與勸告，切忌一意孤行，否則就如作者一樣因為自作主張而脫離正軌。在我們生命中所出現的天使，會讓我們感受到溫暖和愛的滋味，有時候他們的幫助和關心可以讓我們的人生扭轉過來。

## 《林書豪爆贏力》 德維尼 索書號：785.2 3454

5A 曾子嶸

這本書講述林書豪由一個被大家忽略的「冷板凳」球員，如何從逆境堅持，等待機會，一鳴驚人成為籃球新星的故事。



書中，我看見林書豪對籃球的熱誠及執著。或許林書豪沒有像史提芬居里或勒邦占士等球星一樣，擁有稱霸球壇的實力，但他卻擁有鐵一般的堅毅及火一樣的鬥志。我最欣賞他的謙卑。當正值「林來瘋」熱潮時，他並沒有因此而驕傲，反而保持謙卑的態度與以往一樣刻苦練習。我認為他成功的原因在於他是一位十分虔誠的基督徒，他曾提過：「我去年穿的是7號球衣，而『7』也是上帝在聖經中經常使用的數字，後來我選了17號是因為1就像我自己而7代表上帝。」這本書能鼓勵失意者在迷失、想放棄時，能重新得力，重拾方向。

## 《海闊天空》 子鶯 索書號：855 1740

5A 許佳茵

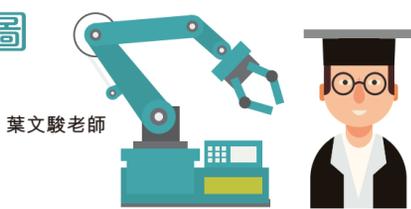


這本書是一位血友病患者的生命札記，記錄他和一群病友抗病的心路歷程。作者患有先天性血友病，同時患有哮喘病，左腳更有嚴重膝患。作者短短二十三年的生命中，有很多時光都在醫院度過。後來，他因為輸入受污染的血製品而染上愛滋病。但他沒有自暴自棄，反而堅強面對。

作者把抗病的心路歷程透過文字讓讀者深深感受到他的堅強信念以及對生命的熱愛。我十分佩服子鶯，即使他患有先天性及後來種種的疾病，都沒有放棄，沒有怨恨，而是咬緊牙關捱過艱苦的療程。我深深感受到一切物質皆為身外物，唯有健康最重要。此外，子鶯在《一點燭光》中有一句是這樣的：「生命是一支燃燒的蠟燭，沒有人知道燭光會在哪一刻熄滅，但這並不重要，重要的是我們能否用盡這支蠟燭的每分每吋，為生命帶來光，帶來熱……」因此子鶯身患重病仍然努力嘗試過正常人的生活，從不放棄學習與工作的機會。病發初期他仍在大學唸書，亦曾學習髮型設計。雖然子鶯已經離世，但他留下了真實而美麗的生命札記，讓我們學習珍惜當下，像子鶯般过好每一天，永不放棄。

## 築夢藍圖

### 價值培育的重要性



葉文駿老師

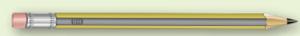
最近在網絡上閱讀了一篇文章，內容與二十種將消失的行業有關。文中提及至2030年，全球將有八億人的工作被自動化機械所取代，例如客戶服務員、超市店員及餐廳服務生等需要勞力的工作；銀行櫃檯職員、翻譯人員及保險從業員等需要知識的工作。文章反映學歷、技能可能不再是工作的重要因素，反而適應力強的人才能面對職業的各種變化。

影響生涯規劃的因素很多，包括個人能力、專業知識技能、人際關係、性格、興趣與外在的環境等。成功的關鍵不只取決於個人才能，人格特質也是其中一個要素。例如一個人勇於追求成功，他的言行舉止及外表便會展現出自信，別人或會因他散發的自信而給予他更多機會，令他獲得比常人更多的機遇。成功的要訣在於你知道自己能夠做甚麼，在意甚麼，只要你有良好的內在能力與外來助力，願意發展有利自己的人格特質，如領導才能、解難能力及同理心等，便能一步一步找到方向，邁向成功。

同學要認清自我，千萬不能高估或低估個人能力，了解自己的強弱優劣，如利用不同人格測試了解個人特質。在學期間，盡量爭取校外實習機會或參加專業訓練，熟悉不同業界環境，提升溝通及應變能力，累積實力。另外，同學也應透過參加課外活動及擔任不同學會幹事，擴展視野及學習與人相處，建立良好的關係，從而茁壯成長，成為自己生涯的主宰者。

蘇格拉底曾言：「人生最美好的事莫過於為理想而奮鬥。」但願同學能夠找到自己的方向，培育正面的人生觀，努力提升實力，為理想而奮鬥。

# 畫出五指山



## —我的藝術之路

1月30日的周會由本校畢業生蔡寶儀小姐主講，題目為「畫出五指山」。熱愛藝術創作的她是一位理科生，她於理工大學修畢醫療科技及資訊學學士學位後成為註冊化驗師，曾於大學及公立醫院從事病理學及解剖學化驗工作。她不斷增值自己，後於香港大學修畢公共衛生碩士課程，現職衛生防護中心科學主任，從事傳染病監測工作。所謂「五指山」就是指她的人生桎梏，她是如何從中跳出來，追尋自己藝術之路。

## 繪畫創作無界限 如何發揮任你行

人們普遍認為畫畫需要畫布、顏料及畫筆，但師姐認為畫畫可以有無盡變化，無盡的可能。師姐樂於嘗試不同的創作方法，她為同學介紹pour painting，藉計算不同顏料流動的速度，把各種顏料從高處倒在畫面，形成一幅漂亮的作品。又例如拼貼(collage)，把不同的圖片素材再加上其他物料拼貼在一起，便可變成一幅具質感的畫作。



師姐的拼貼畫



畫作講述敘利亞內戰，設計亦有拼貼部分

## 寄語



人一生總會有被打擊、否定及批評的時候，但千萬不要感到氣餒和萌生放棄的念頭。人總有其限制，有時只是時機未到而已，就像中一級學生不能完成文憑試試卷一樣，現在做不到，但不代表將來做不到。師姐認為天生我才，人皆有潛力，只是需要時間和機會。感到焦慮時，切記保持冷靜，千萬不要焦急，凡事一步一步慢慢來。最後，她指我們常被現實社會的框架限制了發展，故師姐鼓勵學弟妹們要發揮想像，敢於挑戰，這樣才可突破界限、打破框架，發見更廣闊的世界。



2018參加聯展的立體畫，畫作是探討全球氣候暖化的問題

## 藝術之路的伊始

師姐所從事的傳染病監測工作須要對負責的傳染病相關資訊及情況瞭如指掌，定期監察其發展趨勢，利用數據作分析並撰寫報告。繁重的工作令她壓力倍增，日積月累的壓力就像一顆定時炸彈，承受能力到了極限便會爆發。她漸意識到人生不能這樣，生活應多點色彩，因此她開始尋找途徑紓緩堆積如山的壓力，師姐開始學習畫畫，就是這樣與藝術結下了不解之緣。之後她更抽時間於本地及海外進修藝術，累積一定經驗後，她於2014年舉辦個人畫展，2018年亦有作品參與中文大學西方藝術高等文憑課程畢業作品聯展。

## 熱愛藝術 生活中尋找靈感

師姐喜歡畫畫全因藝術充滿很多可能性，藝術品又充滿生命力，可展現作者當時當刻的想法與觀點。她的作品life cycle就是在她父親去世後，她反思生與死而創作的。當時她買了一盆風信子，每天為它拍照，直至它凋謝枯萎。最後選出九幅照片製成立體畫，每幅畫都代表着人生不同階段。這讓她反思生命周期，人生有不同的階段，但活得精彩才是最重要。

師姐表示作為創作者必須多留意科技的發展，學習如何將科技融入畫作中，這樣或可給觀賞者有不同角度，不同層次的欣賞經驗，予人大開眼界。師姐最近利用網絡上的應用程式，於畫作中加入動圖效果，令畫作更添生動，立體地呈現於觀賞者眼前。師姐認為藝術就像人生，不要為自己設限制，一切事情均有無限可能。



life cycle

師姐指其創作靈感來自生活、時事和閱讀哲學類書籍。她亦會將生活中遇到較為特別或十分難忘的事情添加至畫作中。有時候情緒低落也會影響創作，又或成為創作靈感。她舉出她的一些自畫的作品，多是反映其當時的感受，或是將當刻的情緒投射在畫作裡。



其中一幅自畫作品