



校長的話

李鳳蘭校長

摯誠的祝福

三月六日，一個既開心又帶傷感的日子，眼前的應屆中六同學已由昔日的黃毛小子或丫頭銳變成今日英偉不凡或亭亭玉立的模樣，慶幸改變的不只是外表，令人欣慰的是由過去少不更事慢慢走向成熟。轉眼間便到今天的惜別會，同學即將要離開嶺南這校園。

惜別會氣氛有點沉重，但台上的中六同學代表卻表現大方得體，說話有板有眼，縱使因捨不得而眼泛淚光，但仍顧全大局，真摯地細數校園生活點滴及向老師們致謝，面前的景象活生生地印證同學成長了，學校教育成功了。

面對未來未知的挑戰，溝通、自學、應變、合作、創新等能力是每個人在社會立足的必備條件，而品格、素養、情懷是個人進步及成功的重要因素，學校對同學抱有這樣的期望，這也是學校培育同學的方向。

「推展全人教育·提供多元出路」是學校發展一直所緊守的，學校要塑造人才，不應只強調學科知識，要求背誦記憶，而是以學習和學習者為本，重視學生的個性發展，創造機會及經歷，讓他們從實際體驗中學習，發揮無限的潛能，實現全人教育的目標和發展終身學習的能力，配合「生涯規劃」，探索職場世界及不同升學途徑，及早釐定人生和事業目標。

學校對同學的悉心栽培，日見成果，中六同學充滿自信的表現，證明已充分掌握自己的前途；而本學年同學各方面的表現及成就，例如獲外界機構頒發獎學金、贏取多個演講獎項、勇奪校際烹飪比賽冠軍、勝出校際乒乓球比賽及奪取亞太區鋼琴大賽一等獎，為學校及老師打了強心針，希望日後大家繼續一同努力，令學校不斷進步，勇闖高峰。

最後，我以惜別會向同學講的一番話與大家分享。「我以各班的班名勉勵同學及作為對中六同學的臨別贈言。人一定要有『信』念、抱住希『望』、懷著『愛』心、保持『真』我、心存『善』良，必能勇往直前，克服重重困難，擁有『美』好的明天，『美』麗的人生！」在此祝願所有中六同學能展翅翱翔，飛得更高、更遠！

羊年伊始，謹祝大家康樂諧好，一切順心！





教育局「學校推行生涯規劃教育」經驗分享會

生涯規劃是一個持續和終身的過程，目的是要達致人生不同階段的目標。簡單來說，生涯規劃有三個主要元素，包括：(1) 自我認識及發展、(2) 職業探索和 (3) 職業規劃與管理；透過不斷的反思和優化，從而面對迅速變化的社會。

今年一月，本校獲教育局港島東區學校發展組邀請，分享推行生涯規劃教育的經驗。當日，多所東區學校派出代表出席是次講座，互相交流意見。分享會上，主講嘉賓之一的盧錦耀老師提出以「全校參與·範式轉移」的策略：即校長、所有老師、學校各個科組、校友會、以及家長一起推行校本生涯規劃教育，按照學生的興趣和能力，舉辦一系列具啟發性的活動，讓每個同學各展所長，畫出人生的夢想藍圖。



本校推行生涯規劃教育的具體安排如下：

	中一至中三	中四至中六
認識自我 個人成長	暑期升中適應課程、新生適應計劃（延伸活動）、廣州澳門嶺南文化之旅、德育及公民教育課、四社活動、校外參觀活動、境外學習活動、德育及公民教育課、填寫「學業目標定向表」、陽光行動、初中「學習技巧」訓練、責任感提升計劃、義工服務計劃、領袖訓練計劃、中一戲劇課、步操管樂隊、「小巨蛋」才藝表演	德育及公民教育課、四社活動、時事關注小組、時事活動、校外參觀活動、境外學習活動、德育及公民教育課、填寫「學業目標定向表」、陽光行動、學生支援組、責任感提升計劃、義工服務計劃、領袖訓練計劃、步操管樂隊、「小巨蛋」才藝表演
職業探索	商校合作計劃（教育局）、其他眾多的參觀活動、參與由外間機構舉辦的「行業了解及體驗」活動、校友職業分享會、模擬求職工作坊（勞工處互動就業服務）	商校合作計劃（教育局）、其他眾多的參觀活動、參與由外間機構舉辦的「行業了解及體驗」活動、校友職業分享會、模擬求職工作坊（勞工處互動就業服務）
職業規劃	中三升中四選科活動、職業體驗計劃、小組 / 個別輔導	大專課程分享會、大專院校的參觀活動、海外升學相關的活動、職業技能相關的參觀活動、職業體驗計劃、進行「香港事業興趣測驗 CII」評估、小組 / 個別輔導、撰寫「學生的自述」及「附加資料」工作坊

舊生升學分享

羅氏慈善基金(基金)設立「羅定邦勵志獎學金」，目的是嘉許成功升讀內地或台灣各高等院校的優秀學生，勉勵他們努力不懈地學習，亦期望鼓勵學生積極服務社群。

早前，去年本校該獎學金得獎者、現於國內清華大學就讀醫科的舊生金振碩獲邀請，出席假香港理工大學舉行的分享會，分享在內地升讀大學的親身經歷，為香港高中學生提供升學借鑒，以助他們了解前往內地升學的情況和經驗，並激勵他們努力向著目標進發，一展抱負。她於會上忠告有意到內地升學的同學必須有心理準備，從學習上而言，要注意內地大學的學習氛圍濃厚，學生隨時都處於備戰狀態，加上內地的數理化課程都比香港艱深，銜接方面要多加留意。另外，內地的生活與香港大不同，大學普遍都面積廣，連穿梭校園也要騎自行車，如不懂的話就有麻煩了；還有，入住宿舍後，生活上的點點滴滴全部都要靠自己解決。



上游獎學金



「上游獎學金」為「明日之星」項目之一，由政務司司長林鄭月娥擔任主席的扶貧委員會策劃，香港社會服務聯會審批，旨在獎勵在逆境自強及具有潛質的學生。本校六望班鄭偉淇、六信班林培琛和六信班梁曉琳同學喜獲甄選，以表揚他們具奮鬥精神、正面的價值觀及生活態度。他們對未來抱有志向，努力向上，在學業方面有明顯進步。每位獲獎同學均獲頒授獎學金五千元。頒獎禮上，本校校長更獲大會邀請，分享該獎學金對學生的意義和價值。

學生感想

林培琛 中六信

我有幸獲得上游獎學金，感到十分榮幸和雀躍。這筆獎學金給了我莫大的鼓勵和實際的幫助，讓我能更專心致志地在學業上拼搏，逐步實現我的理想。



化作別人的天使



由宏施慈善基金社會服務處主辦的「化作別人的天使」提名獎勵計劃，目的在於肯定及嘉許新來港人士的奮鬥經歷及對社會作出的貢獻，藉此樹立正面的模範，推動身邊人關心和服務社區，建構和諧共融社會。經過嚴格評選後，本校五信班吳小紅同學榮獲「奮進天使大獎」，以表揚她於學業上的成就；她獲頒授禮券一千元及獎座嘉許。

吳同學有如此出色的表現，有賴她那份堅持不懈的毅力，克服了中港兩地學習環境的差異和語言上的屏障。上學年，她參加了多個演講比賽，主動向演辯會導

師請教，在老師的悉心指導下，戰勝在眾人面前講話的恐懼和提升了演講及辯論技巧，先後獲得多個獎項，其中包括香港學校朗誦節（散文獨誦——普通話）亞軍、德育演講比賽高中組（廣東話）冠軍和全港青少年演講比賽（廣東話）冠軍等。俗語有云「世上無難事，只怕有心人」。希望這真實的故事能帶給同學們一點鼓勵，只要確立自己的目標，勇往直前，堅持不懈，必能做到一些成績出來。



傑出中學生獎

新家園協會為了培養並塑造青年學生成為未來香港社會的精英人才，設立了「世茂新家園精英培養計劃」，藉此鼓勵學生發揮潛力，達致人生目標。本校推薦了崔詠嘉、吳小紅、黃雅樂、梁曉琳和謝嘉莉五位同學參加計劃，最終全數獲頒「傑出中學生獎」，以表揚他們卓越的學業成績和積極參與多項課外活動，各人獲頒授獎學金四千元。希望同學能夠朝著更高遠的方向發展，勇於迎接未來重重的挑戰，在將來成為極優秀的人才！





烹飪比賽奪冠

家政科和家政學會為響應衛生署2014-2015年度「我好『叻』」社區健康推廣計劃，推薦了三組學生參加由東區區議會轄下東區健康城市計劃及社區服務工作小組主辦的「東區健康城市譜出健康新『煮』意烹飪比賽2014-2015」。是項比賽的宗旨是希望加者透過比賽提高對健康飲食的認知，同時發揮創意，烹調健康美味的菜餚。結果四真班孔詩蓓及四善班黃思穎在學生組別中取得冠軍佳績；她們的參賽菜式是「意式奄列配沙律」。是次比賽讓學生提昇了自信，擴闊了眼界，獲得了寶貴經驗。



學生感想

黃思穎 中四善

我很榮幸能代表學校參加東區區議會轄下東區健康城市計劃及社區服務工作小組主辦的「東區健康城市譜出健康新『煮』意烹飪比賽2014-2015」，我非常感謝學校給我這個寶貴的機會。

這次比賽是我第一次和孔詩蓓同學合作烹調參賽菜式：「意式奄列配沙律」。「意式奄列配沙律」是一款傳統西班牙早餐，非常配合大會「健康新『煮』意」的主題。今次，我們參考了不同食材的配搭，決定以蔬果的天然顏色和奄列的香味來吸引評判，烹調出來的菜式既特別又清新，同時能配合大會的要求。這道菜式的食材很廣泛，包括肉類、海鮮、蔬果等，不但給人味覺上的享受，更讓人有視覺和嗅覺上的享受。

今次當我準備比賽菜式和比賽時，領略到多元化的烹調技巧可運用在不同種類的食材上，使我更了解食物的特性，從而盡情發揮自己的創意；我深信只要多加思考，將來我一定可以烹調更多美食，並從烹調中尋找樂趣。最後，我們這次獲獎全賴家人的鼓勵、朋友的支持以及兩位導師一直從旁指導，我們由衷地感謝各位的厚愛，這使我有信心日後再次接受不同的挑戰。



口語溝通大賽報捷

第九屆「善言巧論：全港學生口語溝通大賽」的決賽已於二零一四年十二月二十一日（星期日）落下帷幕。該項每年一度的全港學界盛事由香港教育學院「理性溝通研究及發展計劃」舉辦。今年的比賽競爭異常激烈，有近三百所中、小學踴躍參加，參賽人次逾萬。本校中五望班的孫奉馳同學在這次比賽中「過五關，斬六將」，勇奪「普通話備稿演講」項目的總冠軍，成績斐然，可喜可賀！這是本校首次於此項比賽中獲得總冠軍這殊榮，師生上下實在難掩喜悅之情。



學生感想

孫奉馳 中五望

成功總是需要努力和堅持的，這次經歷，使我對這句話有了更深刻的體會。

升上中五後，我的學業開始變得繁重，可是我對演講有著濃厚的興趣，我還是報名參加了這次比賽。賽前的兩個月，我擠出了一些時間，做了些資料搜集，然後反復修定演講稿。當定下演講稿後，我就早晚背誦，希望做到純熟流暢，期間更不斷揣摩恰如其份的表達方式。

我很幸運地闖進了決賽，但決賽的日子是兩個月之後。長時間的等待和不可預知的結果，令我承受著極大的壓力！我那時很想放棄，雖然參賽是自己選擇的，但萬萬沒有想到一個比賽會令我這麼累。由於花了不少時間和心思在比賽上，我的學習受了影響。我本想退出比賽，但老師鼓勵我說：「奉馳呀！你已經在這件事上投入了那麼多精力與時間，馬上就要成功了，放棄了真是太可惜了。」

於是我咬緊牙關堅持了下去，結果我的努力沒有白費，我成功了，我獲得了總冠軍！

我想，如果當時我意志不夠堅定，半途而廢的話，我就沒有這次的成功經驗了。所以我希望大家都不要被困難打倒，要努力克服它、戰勝它，這樣才能獲得最後的勝利。



華夏風情一分鐘顯威風

由香港中華文化發展聯合會主辦、公民教育委員會資助的「華夏風情一分鐘」電台廣播比賽旨在培養參賽者認識、關心國家的意識，增加市民對國民身份的認同，並希望大眾秉承中華文化精神。

是次參賽者眾多，包括來自各所中學的學生及不同院校的大專生。參賽者可就中國一個地方的風土人情、社會風貌、歷史文化、民謠歌藝等，自定內容，並以任何形式表達，錄製一分鐘的參賽作品。經評判嚴格挑選，本校兩組參賽隊伍均獲評為全港三十隊「優秀隊伍」之一。得獎固然使人高興，而令獲獎同學最感到興奮的，莫過於能親身到電台錄製得獎作品，而得獎作品又可於大氣電波中與聽眾見面。

「不知待會要怎樣做呢？」「你背熟了台詞沒有？」「別緊張，先前在校內錄音我們不是很順利的嗎？」以上是得獎同學前往新城電台錄音途中的對話，就這樣，五個大女孩包括高子恩、崔詠嘉、吳小紅、張詠汶及鍾翠珊懷著興奮的心情向新城電台進發。

專業錄音室內的一切對她們來說都是新奇有趣的！咪高峰看似平平無奇，但原來音色尚佳，說話稍微用力的話就會連呼吸聲也收錄下來。經過監製的悉心指導，兩隊得獎同學順利錄製了得獎作品。接下來，等待的就是得獎作品於二月二十六日及二月二十七日與廣大市民見面的日子。

等待期間，五位同學出席了主辦單位所舉辦的頒獎典禮。當天兩組同學分享了演講心得，更有幸獲大會邀請，即場演繹得獎作品，除了博得全場的掌聲外，還吸引了評判的眼球，評判之一、主辦單位執委的潘樹仁先生為了嘉許本校同學出色的表現，更即席以其中一位得獎同學的名字寫了一首對聯，這真是意外收穫呢！

假如大家錯過了得獎作品的播放時間，可到以下網址重溫：

<http://www.metroradio.com.hk/Campaign/2015/997/HKCCDA/>

註：本校得獎作品編號為23及24



學生感想

鍾翠珊 中六望

以往我曾多次獲學校推薦參加多項演講比賽，幾年下來得到多個獎項，但以今次比賽最為印象深刻！還記得今次比賽的截止日期與統測相近，因此準備比賽與溫習只好雙軌進行，這使我吃盡了不少苦頭呢！幸好我最後不負眾望，與多年來的好伙伴勝出比賽，不但得到外界的嘉許，更意想不到的竟收到以自己名字為題材的一副對聯，正好為我的中學生涯畫上完美的句號。





朗誦節屢創佳績

「第六十六屆香港學校朗誦節」已曲終人散，承繼去年的餘威，本校學生於這項比賽中屢創佳績。首先，英文組的成績令人鼓舞，集誦的表現尤其突出，中二信及中二望兩班同學於「中一及中二級混聲英文集誦」賽事中取得冠軍，而中四信及中四望兩班同學就取得「中三及中四級混聲英文集誦」季軍。至於獨誦方面同樣有出色的表現，中四信班簡歷軒同學奪得「中四英文獨誦」冠軍，而中二信班高文志同學就得到「中二英文獨誦」季軍。



另外，學生於中文組的表現同樣出色，其中以「二人朗誦」的成績尤其卓越。中五信班崔詠嘉同學及高子恩同學繼續發揮專長，她們於「中五及中六級二人朗誦」取得季軍，而首次出賽的中二信班杜綺琳同學及區婉瑩同學就一鳴驚人，勇奪「中一及中二級二人朗誦」冠軍；至於獨誦方面，新力軍一信班何晉僑同學取得「中一及中二級粵語組男子詩詞獨誦」亞軍，而「優良獎」及「良好獎」數量更是多不勝數，以上的佳績足證本校同學的實力無容置疑。

學生感想

杜綺琳 中二信

自從去年參加過校內的演講比賽後，令我對演講產生了強烈的興趣，因此我今年首次參加校際朗誦節，一試自己的實力。經過連月來的艱苦訓練，我和「好拍檔」踏上征途。眼看對手顯出高強的本領，令我不寒而慄。到我們出場了，我們深深吸了一口氣，站到台上，把平日練習時的水準發揮出來。等待結果期間，我的心懼怕得差不多從口裡跳出來，想不到竟然是令人喜出望外的賽果，我真的要感謝老師的教導啊！



區婉瑩 中二信

我自小羞於人前說話，所以我從沒有想過自己會參加校際朗誦節，直至收到好友的邀請，她說了一句：「陪陪我吧，好讓我壯壯膽！」我才認真想想參賽的事。本著大無畏的精神，我們見過指導老師，那時候我才發覺二人朗誦並非我所想像那麼簡單，既要念熟誦材，又要顧及表情、神態、動作。我們日以繼夜地練習，只要有機會就念上幾遍，真教人疲累！最終，我們得到評判的賞識，奪得冠軍，這真是我意料外之呢！

Tristan James Gomez, 2F

First of all, I am thankful to the teachers who spent time and worked hard to teach me. Thank you for teaching and giving me advice on how to make my speech better. This year, I won third prize, which was my second time. Actually I've joined the Speech Festival for 6-7 years already, and it was only my second time getting a third place. I know I can do better. I just have to put in more effort and do my best.

