



鄧鏡波學校

簡訊2025年5月

「愛人如己 謙下服務」



校長的話



鄧鏡波學校的家長教育：

走在前、暖在心

教育局近年為每所津貼中學提供20萬元的一筆過家長教育津貼，以協助學校啟動有系統的校本家長教育課程或活動。很多家長會問一個問題，教育局提供「一筆過家長教育津貼」目的是什麼？根據局方通函，學校可按需要靈活及策略性地整合運用此「一筆過家長教育津貼」及各種其他津貼，以推動各項家長教育課程或活動，而學校和教師也可在過程中汲取經驗，發展校本家長教育資源，並建立正向家長教育的文化。

何謂「正向家長教育的文化」？教育局自2020年6月起開展「正向家長運動」，幫助家長建立正向思維，宣揚正確教養子女的方法和態度，從而提升家長正面和樂觀的心態，幫助子女有效學習及快樂成長。因此，學校可善用「一筆過家長教育津貼」提供遵從《家長教育課程架構（中學）》的課程，包含四個核心範疇：「認識青少年發展」、「促進青少年健康、愉快及均衡的發展」、「促進家長身心健康」及「促進家校合作與溝通」，並聚焦支援青少年的發展需要。

本校於2024-2025年學年運用政府津貼，舉辦校本特色的「第一屆家長教育證書課程」，除了內容包含四個核心範疇，更邀請專業導師任教課程，目的是提高家長對子女成長需要的認識及協助家長掌握有效管教子女的技巧，從而建立良好的親子關係。家長也可藉着持續進修，裝備自己，與時並進，確實是「走在前，暖在心」的行動，向子女樹立良好的榜樣。課程內容充實，適切現今的家長需要，加上課程以活動形式進行，生動有趣，每一堂的課程都能吸引不少家長踴躍參與。

從籌備「第一屆家長教育證書課程」開始就能看到家教會的團結合作精神，能讓學校、家長和學生三方受益，其關鍵在於「開放溝通、互相尊重、共同參與」。如果家長能積極投入，教師能接納建議，學校能提供支持，就能建立更強大的教育夥伴關係，讓孩子得到更全面的成長支援。我相信這是一個好開始，日後的家長教育一定是「走得更前，熱暖在心」的好榜樣！

葉兆港校長



宗牧組

拜苦路



在3月24日放學後善會時間，公教同學在老師的帶領下走進聖堂，準備進行由校牧潘銘智神父主持的拜苦路儀式。聖堂內燭光閃爍，氣氛莊嚴而肅穆。牆上懸掛的十字架提醒著每個人耶穌的犧牲與愛。

同學們圍繞著一系列的苦路圖像，每一幅都描繪著耶穌在受難過程中的艱辛與痛苦。潘神父耐心地為學生們解釋每一站的意義，鼓勵他們靜心反思。孩子們低聲討論，偶爾傳來輕輕的祈禱聲，整個聖堂充滿了虔誠的氛圍。

在每一站，學生們都會跪下，默默地祈禱，感受耶穌所承受的苦難。他們心中充滿敬畏，明白這一過程不僅僅是紀念，更是對信仰的深刻體驗。潘神父引導他們思考如何在日常生活中實踐耶穌的教誨，並將這份愛與同情傳遞給他人。

隨著拜苦路的結束，學生們感到一種內心的平靜與力量。他們知道，這次的經歷將成為他們信仰旅程中重要的一部分，鼓勵著他們在生活中勇敢面對挑戰，傳揚愛與希望的訊息。



聖召生活營

在3月28日至29日，公教同學們聚集在聖召生活營，期待著一段充實而意義非凡的時光。營地環境優美，樹影搖曳，營員們的笑聲回蕩在空氣中，為活動增添了活力。

大家首先參加了團隊遊戲，這些遊戲不僅考驗他們的合作精神，也讓彼此之間的友誼更加深厚。隨後，學生們圍坐在一起，分享各自的心路歷程和對聖召的理解。在這樣的氛圍中，大家敞開心扉，聆聽彼此的故事，互相鼓勵，形成了一種深厚的連結。

晚上，營地中點燃了燭光，大家聚集進行祈禱。每個人都在心中默默祈求，願意尋找自己的聖召並堅定信念。這段經歷讓學生們感受到神的臨在，並激勵他們勇敢踏上屬於自己的信仰旅程。營會結束時，大家帶著滿滿的祝福和希望，期待未來的每一步。



2025慈青日

在4月26日，來自不同慈幼會中學的學生們齊聚一堂，參加由慈青牧民辦事處策劃的慈青日。這次活動的主題是環保，旨在提升學生們的環保意識，並鼓勵他們在日常生活中實踐可持續發展。

活動開始時，學生們分成小組，挑戰六個不同的任務活動。這些任務涵蓋了環保知識、垃圾分類、植樹和清理社區等，讓學生們在實踐中學習如何保護環境。每完成一個任務，大家的熱情與合作精神都愈加高漲，彼此之間的友誼也在這些活動中不斷加深。

隨後，學生們來到禮堂，觀賞了一場以環保為主題的音樂劇。劇中精彩的表演和感人的故事深深打動了每位觀眾，讓大家更深刻地理解了保護環境的重要性。

活動的尾聲是祈禱會，由總會長梁定國神父主持。他在會中勸勉大家，應該在生活中實踐環保，從小事做起，珍惜地球的資源。神父的話語深深觸動了每個人的心，讓大家帶著反思與決心離開。

這次慈青日不僅增強了學生們的環保意識，也讓他們體會到團結合作的重要性，為未來的環保行動奠定了基礎。



價值觀教育組

午間活動 「中華文化之語音拼拼樂」



中文科、普通話科、價值觀教育組於2025年4月9日合辦午間活動「中華文化之語音拼拼樂」。攤位遊戲結合普通話拼音與中華傳統品德元素，讓同學在歡樂中學習普通話與中華文化。



生命教育課 職安工作坊：劇本殺

價值觀教育組於2025年2月12日邀請了工業傷亡權益會到校為中四級進行職安劇本殺活動，期望以小遊戲、角色代入等，藉以向中四學生展現職業意外的嚴重後果和安全意識的重要，讓同學了解職業安全，人人有責。



中五全民義工計劃



長者皮革義工服務



價值觀教育組籌辦「中五全民義工計劃」，讓全級中五學生於3月20日的生命教育課經過技能培訓後，再在3月27日參與一次長者學苑義工服務。義工服務分別為協助本校長者學苑活動班擔任小助手及外出探訪長者中心與公公婆婆玩遊戲。



宋代點茶義工服務

鄧鏡波學校長者學苑



芬蘭木棋義工服務

本組將中五級同學分成六組，其中五組會於校內參與各種技能訓練，包括宋代點茶工作坊、酒精水墨畫創作、皮革製作工作坊、地板冰壺體驗班及芬蘭木柱體驗班。每位導師會在3月20日中五級生命教育課時段以教授長者的課程藍本為基礎，讓同學先了解義工服務流程及學習相關技能，然後在長者課程中擔任小老師，輔助長者學習。各項長者學苑義工服務已於3月27日順利完成，讓中五同學透過協助長者感受助人自助的快樂，同時發揮本校本年度德育主題「愛人如己，謙下服務」精神。



長者地板冰壺義工服務



酒精水墨畫義工服務



外出探訪長者中心

其中一組中五同學於3月20日由青協導師到校為同學簡介義工概念、講述外出探訪流程等，然後於2025年3月27日外出探訪長者中心，教導長者使用智能產品及玩電子遊戲。探訪當天由同學擔任主持，詳細介紹遊戲界面及操作方法，並在過程中對長者給予鼓勵。長者在同學的協助下，逐漸熟悉操作，攜手合作，體會跨代互動的喜悅。



生涯規劃組

高中選修科體驗課



企業與財務概論



旅遊與款待



體育

全體中三級同學於3月19日參加了高中選修科體驗課，透過是次活動更了解個別高中選修科的課程內容、功課測驗、校本評核及考試要求等。是次體驗課令同學更了解自己的興趣，並在之後高中選科時為自己作出理性的抉擇。

高中選科家長講座

生涯規劃組於4月12日為中三級家長舉辦了高中選科家長講座。

是次內容包括本校高中選科的機制、程序、原則及來年的高中選修科組合。大部份出席的家長都認為是次講座令他們對高中課程有更深入的了解及使他們更有信心與兒子一起討論選科的問題。



生涯規劃組於2月至4月已舉辦之活動

對象	活動
中三級	- 高中選修科體驗課 - 高中選科講座 - 高中選科家長講座
中四級	- 職人交流會（犬隻訓練師、歷奇導師、木藝設計師、演員、色彩鑑定師） - 職場參觀及體驗（電競、犬隻訓練、餐飲款待、鐳射槍團隊訓練、實用射擊訓練及室內射箭訓練）
中五個別同學	商校合作計劃-工作體驗計劃
中五級	- 參觀都會大學李嘉誠專業進修學院及課程體驗 - 多元出路講座

教育局商校合作計劃-工作體驗計劃

5A蔣浩仁、5D薛珀民、5E張正宇、5E何秉騷及5E方栢林早前參加了教育局主辦的工作體驗計劃。同學分別到海洋公園萬豪酒店及INDEX GAME Limited 進行了工作體驗。本計劃旨在為學生提供事業探索機會，讓學生了解各行各業，協助他們做好生涯規劃。同學們不但了解到行業的運作和僱主對僱員的要求，同時提升了共通能力，建立正確的價值觀和明白良好工作態度的重要性。



INDEX GAME Limited_方栢林



海洋公園萬豪酒店
大合照



海洋公園萬豪酒店
張正宇



海洋公園萬豪酒店
蔣浩仁



海洋公園萬豪酒店
何秉騷



海洋公園萬豪酒店
薛珀民

職人交流會

全體中四級同學按照自己的意願選擇了是次職人交流會的行業，當中行業包括犬隻訓練師、歷奇導師、木藝設計師、演員及色彩鑑定師。透過是次活動，同學有機會了解不同行業所需的價值(Values)、態度(Attitudes)、技能(Skills)及知識(Knowledge)，促進他們反思自己的專長及能力，從而探索不同生涯發展的可能性。



色彩鑑定師



歷奇導師



演員



訓犬師

職場參觀及體驗

全體中四級同學按照自己的意願選擇了是次職場參觀的行業，當中行業包括電競、犬隻訓練、餐飲款待、鏢射槍團隊訓練、實用射擊訓練及室內射箭訓練。同學除了認識不同行業的入職要求及晉升前景等資訊，亦透過體驗活動了解不同行業的運作。



室內射箭



電競主播



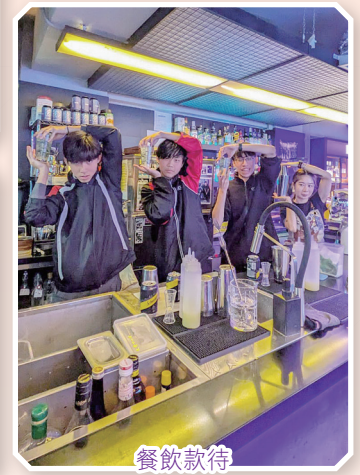
犬隻訓練



實用射擊



鏢射射擊



餐飲款待

參觀都會大學李嘉誠專業進修學院

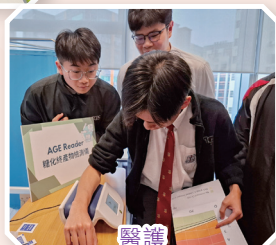
全體中五級同學除了參觀有關院校的校園設備及不同的模擬課室外，亦參加了四個課程體驗活動（旅遊及航空、醫護、幼兒教育及數碼時裝設計）。是次活動讓同學進一步了解相關課程內容及相關行業的工作實況。



幼兒教育



數碼時裝設計



醫護



旅遊及航空



5E大合照



5B大合照



吃
周年旅行
玩





運動科學與心律同樂日

全體中二年級同學於3月24日在學校禮堂參加了「運動科學與心律同樂日」活動。此次活動的內容豐富多樣，主要包括：

1. 認識心率的概念，了解其對健康的重要性。
2. 了解心率的監測位置及方法。
3. 動手組裝自己的心率錶。
4. 進行編程，使心率傳感器能夠準確監測用家的心跳數值。
5. 認識心率訓練及訓練後的生理變化。
6. 學習心率訓練的原則，並親身體驗訓練方式。
7. 體驗人工智能偵測技術的應用。

透過製作屬於自己的心率裝置，同學們在編程中深入理解運算過程。這些作品讓他們能即時應用於自身，並反映身體對不同強度訓練的感受。這次活動不僅增進了同學們對自己身體的了解，也讓他們體會到科技所帶來的變化和便利。



中六祝福禮暨惜別會

本校於2025年2月27日假學校禮堂舉行「中六祝福禮暨惜別會」，以祝福本屆畢業生在公開試旗開得勝，踏向錦繡人生。祝福禮由校監江志釗神父主禮，江神父鼓勵同學心懷「奇夢」，在紛繁的社會中實踐主道。在中六班主任的陪同下，畢業生依次前往講臺上接受覆手禮。江神父藉此把聖神的恩賜傳遞予應屆畢業生，期望畢業生因天主的恩寵從容面對難關。

惜別會上，學弟張孝偉鼓勵學兄把握時代機遇，為社會作貢獻；畢業生陳昀則鼓勵學弟珍惜波記的良師益友，銘記立己立人的校訓。林志江老師在榮休之際，與我們分享教學的甘苦歷程，鼓勵同學迎難而上。學校特頒發考勤優異獎予優秀畢業生，其勤學守時的精神堪作同學楷模。家教會及典禮組分別向同學致送水晶座及茶點套裝，期望同學既能常懷理想，也知忙裡偷閒，珍惜當下。惜別會以葉兆港校長的贈言短片作結，葉校長諄諄教誨同學，應時常喜樂、克己奉公，遵循主道以獲得更豐富的生命。



2024-2025年度第五十六屆學生會選舉已於2024年10月16日圓滿結束，Spirit順利當選為第五十六屆學生會。第五十六屆學生會”Spirit”幹事名單如下：

會長	4D香俊亨
內務副會長	4D余家朗
外務副會長	4D洪天朗
康樂	4C羅梓洛
美術	4D羅兆亨
宣傳	4D許梓樂
總務	4D繆均同
文書	4E吳熙朗
財政	4E潘浩延



第五十六屆學生會幹事



第五十六屆學生會幹事與江志釗神父及一眾顧問老師合照。

聖誕聯歡會

聖誕聯歡會於2024年舉行，當天洋溢歡樂氣氛。學生會送出的獎品非常豐富，壓軸環節由校長及兩位副校長送出的大獎，每位同學滿載而歸。



葉校長抽出獲得大獎的幸運兒。

領袖訓練營

由領袖生聯會和學生會聯合舉辦的領袖訓練營於2025年1月17日假沙田突破青年村舉行，期間兩會幹事均獲益良多，同時亦吸收了很多作為一個領袖應有的技能。



感恩節活動 (1月23日)

首先以致送禮物環節揭開序幕，隨後由兩位司儀讀出在前兩星期內所收集的心意卡。學生會為對神長們表示感恩之心，向他們致送生菓籃，我們亦誠心祈禱，希望神長有健康的身體。今年學生會代表全體同學送贈學校一部智慧型電視機 (Smart TV)，希望學校可以在不同範疇使用。其後由各班班長代表送贈他們精挑細選的心意禮物給兩位班主任，司儀更邀請部份班別的班長上台分享自己挑選的禮物，最後以朱錫恩修士的視頻向全體師生送上真摯的祝福。



由全校學生向全校教職員及神長們填寫心意卡。



生會致送禮物予校方 (Smart TV 1部)



由家長教師會送贈茶葉全校教職員。



4B班兩位班長分享選購禮物心得。



由學生會會長香俊亨同學致送生菓予神長們，潘神父代表接受。



主愛的人在世享平安，天主、天上的君全能的天主聖父，我們為你無上的讚美、頌揚、頌讚、頌謝。

回收過年利是封活動

學生會今年為了加強學生對環保意識，故在農曆新年過後舉辦一個名為「回收過年利是封活動」。是次活動，同學們都踴躍支持。學生會共回收了數千個利是封，全數贈予環保團體。



師生真情對話

今年4月7日由學生會Spirit再次舉行已停辦了數年的「師生真情對話」活動。獲邀出席活動的老師包括黃詩麗老師、李婉鈴老師、高岳廷老師、郭方明老師、黃家妍老師及姚梓量老師。

音樂傳情午間活動

學生會於2025年5月8日午膳間舉辦音樂傳情活動。是次活動邀請了五隊同學參與獻唱，當中包括剛考完DSE一班中六同學回來與郭方明老師合唱友共情。



同學細心欣賞



輔導組

大哥哥計劃

輔導組「大哥哥計劃」代表本校參加於5月3日在禮賢會彭學高中學舉行的九龍城區家長教師會聯2025年度「家校合作顯關愛」嘉年華表演。



家長工作坊

本校輔導組、家長教師會及中華基督教會香港區會為本校家長舉辦的「與孩同行 自我照顧」家長工作坊已於3月17日順利舉行。在當天的工作坊中，校本教育心理學家盧福榮先生與家長分享及探討與子女溝通的心法。除此之外，家長亦一同學習製作心靈樽，讓家長認識以靜觀為本的自我照顧方法。參與工作坊的家長都十分積極投入活動。



陸運會

第六十七屆陸運會 個人成績

組別	項目	冠軍	亞軍	季軍
甲	110米跨欄	6A黃睿祈	5E洪銘聰	---
乙	100米跨欄	3D鄭雅聰	3A翟灝文	---
甲	1500米	5D薛珀民	6C鄺文斌	5A陳星凱
乙	1500米	2C伍鍵岳	3A唐鎮華	2E劉遠航
丙	1500米	2C譚至釗	2A余旻昇	1E陳俊熙
丙	鐵餅	2A余傲峰	1B胡恒誦	1B張灝瀛
甲	鉛球	6B陳瑋珀	6C盧柏翹	4B馬家暉
乙	三級跳遠	*3E李城熙	3E陳思宇	3B蕭梓洛
甲	跳高	6D蔡承熙	6E盧冠諺	6E陳哲朗
乙	鐵餅	4E區卓行	3A盧梓洋	3A陸祖橋
甲	跳遠	6E李浩銘	6B馬銳熙	6B張皓淙
丙	跳遠	*2D楊衍瀚	2A蒲翹鋒	1E曾原聰
乙	鉛球	3D呂璟熹	4A麥慕生	2E劉遠航
甲	標槍	5B吳文謙	6B梁柏瑜	5A陳守鑾
乙	跳高	3D蔡至朗	4A郭柏希	---
甲	200米	4B張信謙	5C譚子震	5B梁俊耀

*破大會紀錄

第六十七屆陸運會 個人成績

組別	項目	冠軍	亞軍	季軍
乙	200米	3A鍾樂天	4C李俊熙	3A翟灝文
丙	200米	2D楊衍瀚	1D蘇禮勤	1B江韋燁
甲	800米	5D薛珀民	6C鄺文斌	6D麥鈺漳
乙	800米	2E劉遠航	3A唐鎮華	2C伍鍵岳
丙	800米	2A余旻昇	2C譚至釗	1D林煒基
甲	400米	5C譚子震	6C葉思朗	5B梁肇和
乙	400米	3D蔡志朗	2E蕭均樂	3E陳梓浩
丙	400米	2B莊勝軒	2B許臻	2D顏煒倫
甲	100米	4B張信謙	5B梁俊耀	4A黃敬騰
乙	100米	3E李城熙	4C李俊熙	3D鄭雅聰
丙	100米	2D楊衍瀚	1D蘇禮勤	1E袁懿
甲	鐵餅	6B陳瑋珀	5B吳文謙	4A陳廷豪
乙	跳遠	*3E李城熙	4A陳浩輝	3D鄭雅聰
丙	鉛球	2C左家昊	2C郭永逸	2C姚景軒
丙	跳高	1E陳元政	1E袁懿	1B江韋燁
乙	標槍	4D翁梓桐	4E區卓行	4B趙頌言
甲	三級跳遠	6E李浩銘	6B馬銳熙	6B張皓淙

*破大會紀錄

陸運會

第六十七屆陸運會

接力及團體成績 (2024-2025)

比賽項目	名次	班別/ 隊名	運動員姓名	得分
場刊封面 設計比賽	冠軍	2A	鄭敦朗	
	亞軍	2C	劉展鵬	
	季軍	2D	楊衍翰	
	優異獎	2A	鄧向然	
		2D	李俊杰	
		1B	馬慶儒	
踴躍 參與獎	/	5E 6C 6E		
公開組 3000米 (學生)	冠軍	4E	尹旨山	
	亞軍	2C	伍鍵岳	
	季軍	5D	薛珀民	
男子組3000米 邀請賽 (教職員)	冠軍		姚梓量老師	
	亞軍		梁柏軒老師	
	季軍		陳維斌老師	
女子組3000米 邀請賽 (教職員)	冠軍		馬凱華老師	
	亞軍		黃江副校長	
	季軍		莫乃懿老師	
甲組 4x100米 接力	冠軍	6C1		
	亞軍	5B1		
	季軍	5C1		
乙組 4x100米 接力	冠軍	3E		
	亞軍	3A		
	季軍	2E		
丙組 4x100米 接力	冠軍	1E1		
	亞軍	2B		
	季軍	2D		
甲組 4x400米 接力	冠軍	6B		
	亞軍	6D2		
	季軍	5D		
師生接力 邀請賽	冠軍	課外活動組		
	亞軍	生涯規劃組		
	季軍	訓育組		
中學組 友校接力 邀請賽	冠軍	聖類斯中學		
	亞軍	慈幼英文學校		
	季軍	鄧鏡波學校		
小學組 友校接力 邀請賽	冠軍	天主教領島學校		
	亞軍	九龍塘天主教華德學校		
	季軍	九龍塘官立小學		
個人總成績	丙組冠軍	2D	楊衍瀚	28
	乙組冠軍	3E	李城熙	29
	甲組冠軍	6E	李浩銘	23
團體總成績	丙組冠軍	1E		95
	乙組冠軍	3A		102
	甲組冠軍	6C		124
全場總成績	總冠軍	6C		129
	總亞軍	6B		106
	總季軍	1E		105



香港室內賽艇錦標賽成績 (2024-2025)

本校賽艇校隊在「香港室內賽艇錦標賽」中表現出色，獲得以下優異的成績：

項目	名次	運動員
男子個人14-16歲1000米	第七名	5A 劉勇毅
男子個人17-19歲1000米	第六名	4B 馬家暉
男子個人17-19歲2000米	第九名	4B 馬家暉



中學校際劍擊比賽成績 (2024-2025)

本校劍擊校隊在九龍區「中學校際劍擊比賽」中表現出色，獲得以下優異的成績：

項目	名次	運動員
男子重劍單打	季軍	5B 吳胤呈

