



清旬 The Ringing Ten

135

2007.10.10

寶安商會王少清中學定期通訊/通告，逢每月十、二十及三十日派發。



校長話：「雙 E」目標

開啟大學之門，培養學生成才，是我校辦學目標；為達此目標，我們採取「雙 E」方案。

第一個「E」是英文 — English。此時此地，升學就業，個人發展，這一個「E」的關鍵作用，大家已經耳熟能詳，無須再說明了。

第二個「E」指情緒智商 — EQ。這一個「E」就要作一些說明。

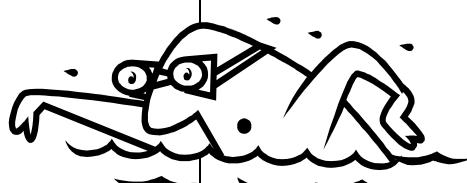
都說香港學生害羞膽怯，不善辭令。近日有報載，外國學者說中國留學生勤奮、聰明、有禮，但美中不足的是，中國留學生怯於挑戰，更願意單獨學習，不太適應小組討論等形式的集體學習。專家說，要培養勇於挑戰的精神，要在教學過程，以及學生參加各種活動的過程中逐漸形成並加以完善。這其實是一個 EQ 發展過程，也是我校清晰地要培養的學生內涵。

我們的課內外活動，例如英語戲劇課(Dramatic English)、午間英語藝墟(Lunchtime English Show)、英語早會(English Morning Assembly)等等，都充滿「雙 E」元素；同學們能帶著明確的「雙 E」目標去參與這些活動，既學 English 又提升 EQ，收穫當會更大。

校際泳賽成績優異：包辦男乙 50 米胸泳冠、亞

「2007-2008 年度校際游泳比賽」由香港學界體育聯會屬下的荃灣及離島區中學分會主辦，荃離區有 17 間學校派出 73 隊共 433 人參賽。本校同學共奪得 15 面獎牌，包括 4 金、5 銀、6 銅，並取得男子乙組和男子丙組團體殿軍，成績優異，得獎名單詳列如下：

個人項目	姓名	接力項目	姓名
女丙二百米胸泳冠軍	1A 劉希迪	男丙 4x50 自由接力冠軍	1C 陸皓洋 2C 嚴浩銘
男乙五十米胸泳冠軍	3D 曾智謙		2B 黃駿傑 1D 譚兆銘
女乙 100 米背泳冠軍	4A 王昭斐		3D 曾智謙 3D 嚴正開
女乙二百米個人四式亞軍	4A 王昭斐	男乙 4x50 四式接力季軍	3E 陳皓弘 4C 馮福喬
男丙五十米自由泳亞軍	2C 嚴浩銘		1E 王昭霆 4A 王昭斐
男丙一百米自由泳亞軍	1D 譚兆銘		4B 李旨晴 3B 范芷庭
男乙五十米胸泳亞軍	3E 陳皓弘	女乙 4x50 四式接力季軍	
男丙五十米蝶泳亞軍	2C 嚴浩銘		
女乙五十米蝶泳季軍	1E 王昭霆		
女乙二百米個人四式季軍	1E 王昭霆		
男乙一百米胸泳季軍	3D 曾智謙		
男丙二百米胸泳季軍	2B 黃駿傑		





女籃衛冕國慶盃冠軍

女子籃球隊派出兩隊代表隊，參加於九月三十日舉行的「荃灣區國慶盃三人籃球精英邀請賽」，最後 A 隊衛冕成功，勇奪冠軍，成績驕人，而 B 隊也獲得殿軍。參賽隊員名單如下：

A 隊：凌嘉莉(6A)、鄧靄欣(4D)、張紫桐(5C)、梁璿琳(4D)、麥靖璇(3E)

B 隊：何曉如君(4B)、冼穎詩(4D)、鄭欣嵐(3B)、張淑婷(3B)、周芷穎(3C)

四同學提前取得科大學分

三位修讀電腦及資訊科技科的同學 5C 陳振楷、5C 陳家杰、5D 林龍威，於暑假期間參加了由香港科技大學舉辦的電腦課程，並成功考試合格，另 7B 盧志誠完成了「生命探索」資優課程，全部獲得三個大學學分，提前踏上升讀大學的台階。此外，陳振楷和林龍威同學更取得優異的成績，值得嘉許！

學生會幹事順利當選

由主席李奧瑪(6A)，副主席陳善怡(6A)、李麗斯(6A)所組成的學生會內閣，於 9 月 27 日(星期四)舉行的全民投票中順利當選。

英詩集誦訓練時間表

所有參加英詩集誦的同學，必須於下表所列的日期和時間到英文室進行練習：

日期	時間
10/10、11/10、29/10、30/10、*9/11、12/11	上午 7 時 35 分至 8 時 25 分
12/10、15/10、25/10、26/10、7/11、*9/11	中午 12 時 40 分至下午 1 時 25 分
13/10、27/10、3/11、10/11、17/11	上午 9 時至中午 12 時

備註：(1) 9/11 上午及下午都需要練習。

(2) 如有問題，請與英文科吳國強老師聯絡。

同學必須妥善保存成績表

請同學妥善保存成績表/成績單，如申請補發，需以書面通知校方，需時至少一星期，費用為每張港幣貳拾元正。

English Society Needs You!



This year, our activities in the English society will be extensive, some of these are:

Board Games & Inter-class competitions	Song Dedications
Debate Workshop & competitions	Student Speaking Corner
English Week	

Trust you will find them rewarding!

We need plenty of committee members. Don't hesitate to join us!!!

Recruitment Date: 18-10-2007

Time: Lunchtime 1:00-1:30pm, after school 3:40-4:30pm

Venue: Room 002

If you have any questions, please contact Miss Chow, Chan So Ting(6B), Hui Wing Yan(6A).

長跑有也好？清心氣安志！



- ① 清—長跑使血液循環加快，發揮清洗作用，有害物質難以在體內停留。
- ② 心—長跑使心肌纖維變粗，心收縮力增強，從而提高心臟的工作能力。
- ③ 氧—長跑使人體呼吸大量的氧氣，可以抑制癌細胞的生長和繁殖。
- ④ 安—長跑能促進體內釋放安多酚 (endorphin)，緩解現代社會的精神緊張。
- ⑤ 志—長跑能培養克服困難、刻苦耐勞的頑強意志。

11月初陸運，12月7日校慶長跑，做好準備是時候了。

為甚麼是「籍」貫，而不是「藉」貫？

上期(134)《清旬》第二頁有錯字：「籍」貫誤作「藉」貫，謹此更正。

「籍」粵音「直」；「國籍」、「戶籍」、「學籍」、「籍貫」都是用「竹花」首的「籍」，大概源於古代用竹簡登記隸屬關係。

「藉」粵音「借」，例如「藉故」、「藉詞」、「藉端」。

「藉」又讀作「直」，例如「狼藉」。



兩項津貼即日起接受申請

(1) 2007-08 年度「賽馬會全方位學習」基金

基金宗旨：資助貧困學生參加 2007 至 2008 年度課外活動 (如：訓練營、制服隊伍、港內考察等等)。

申請資格：(1) 就讀本校中一至中七的學生；及

(2) 獲學生資助辦事處發放全額書簿津貼。

申請辦法：填妥下列表格後，連同收據正本及所需證明文件，遞交校務處譚小姐。

審查程序：由校長依章審理及核實申請人的資格及其所參與之活動，並根據申請人數及金額等，作出合理的評審，發放適當的資助金額。

截止日期：2008 年 6 月 30 日

(2) 2007-08 年度「校本課後學習及支援計劃」

計劃宗旨：資助清貧學生參與課堂以外的活動或課程，例如：訓練營、制服隊伍、考察等等，但不包括物質上的支出，如制服費、樂器費等。

報名資格：(1) 就讀本校中一至中七的學生；及

(2) 獲學生資助辦事處發放全額書簿津貼；或

(3) 領取綜合社會保障援助金。

報名辦法：填妥下列表格後，連同收據正本及所需證明文件，遞交校務處譚小姐。

審查程序：由校長依章審理及核實報名人的資格及其所參與之活動，並根據報名人數及金額等，作出合理的評審，分配適當的資助金額。

截止日期：2008 年 6 月 30 日



大學聯招—教你 4 招

日前，二千六百位學生參加了學友社大學聯招講座。學友社提醒學生：

1. 要「上中下課程」並蓄，但最多選三個入學成績要求高的，主要應多選入學要求相對較低的課程。
2. 要考慮將來的工作意向，選擇與之相配的課程。
3. 不要一味選擇名牌大學的課程，忽略了其他大學的同類課程，前者的競爭性大，但基本上同一專業的畢業生將來的就業優勢不會有大分別。
4. 不要浪費二十五個選擇，同時要選數個副學士或文憑課程。曾有學生因為沒有選這類課程，但放榜肥了中文科，結果二十五個選擇全變了沒有選擇。

從電影明星到法律博士—翁靜晶的成功秘方

翁靜晶十多歲已踏足影壇，因此沒有經過正規的教育過程。後來她淡出影圈賣保險，30 歲才開始進港大修法律，成績優異。到 42 歲，先後修完法律學士、碩士、博士課程，獲優秀學生獎，寫了 11 本書，當了名律師。

《星島日報》總編輯蕭世和說翁靜晶「令人佩服」；在一篇題為「好學生」的短文，介紹翁靜晶的成功秘訣，節錄如下：

「翁靜晶唸書成績一向出色，所以很多人都請教她，怎樣可以考試拿好成績如拾芥。原來翁律師讀書有一個秘訣，就是每天上完課後，都堅持會把當天課堂上教授的功課，以要點形式寫成精華卡，到將來考試時，拿精華卡幫助溫習，就有事半功倍之效。」

要學翁律師做精華卡，能夠上堂留心聽課，然後有恆心每天做卡，到考試時還願意溫習，肯定已是一個好學生。」

暑假祖國萬里行—閱讀崛起中的大國(續)

相聚珠江—海外華裔青少年夏令營

5E 鄭靜文

二零零七年的暑假，對我來說是很特別的，因為我和分別來自香港、澳門、美國、巴拿馬、法國等地的華裔學生，參加了「廣州 2007’ 海外華裔青少年夏令營」。不同地區的青少年聚首一堂，欣賞我國的各種文化，是一次很珍貴的體驗。

我們參觀了中山紀念堂、陳家祠博物館、寶墨園、到番禺欣賞舞龍、舞獅表演、看木偶劇表演，節目繁多。當中令我印象最深刻的是夜游珠江，在那一個多小時內乘坐「珠水明珠」號盡情地欣賞夜景，令我對廣州留下了一個鮮明的印象。

另外，最令我大開眼界的，就非參觀珠江鋼琴廠莫屬了！珠江鋼琴廠是全世界最大的鋼琴廠，有數百台白鋼琴供給我們參觀，我們看技術人員調教音色及即場表演示範，當中也包括一部曾被鋼琴家郎朗彈過的鋼琴，令人眼界大開。

夏令營令我對祖國文化的認識大增。同時，亦令我認識了不少來自外國的朋友。感謝我校能給予我這一次機會，希望各位同學日後也能參與這一類的課外活動。