



# 清旬

## The Ringing Ten

# 359

2016.12.10

寶安商會王少清中學定期通訊/通告，2002 年創刊，逢每月 10、20 及 30 日於校網連載。



### 關愛和服務早會分享

鄭靜萍老師

校長、各位老師、各位同學，大家好！記得以前讀書時讀到杜甫的《茅屋為秋風所破歌》，覺得很感動。杜甫自己的居所雖然被大風摧毀，但他仍然希望天下的貧苦大眾，都有穩固的房屋可以居住，那麼即使自己凍死也心滿意足了。這是一種怎樣的情懷呢？這就是關愛。關愛是指關懷，人與人互相關懷，就能守望相助。

這學期，我見到每個教室的壁報都有關愛和服務的主題。其中一個令我印象較深刻的是壁報上有個很大的心形，用一張張的卡片砌成，卡片上寫了滿滿的「關愛和服務」。其實，大家都明白關愛是什麼，也明白人與人之間的關愛十分重要。那麼我們該怎樣實踐呢？實際上也沒有我們想像中這麼難，只要大家都能夠用「關心」和「愛」理解別人的處境，就懂得去主動幫助別人。例如在公共汽車、地鐵上，我們看到別人有需要就會讓座。在學校裡，不會欺負同學，也不會在欺凌事件中做幫兇的角色，甚至勇敢地站出來去阻止。又例如簽器官捐贈卡，就如生物科的陳老師說，這是幫助別人、拯救生命而不需要任何的或代價，也許你救的不只是一個人的生命。他簽了，我也簽了，你簽了沒有？

我們可以從身邊的人做起，多關心家人、老師及同學。關愛，有時只是一個微笑、一句簡單的問候和鼓勵。見到家人、老師、同學時問個好。這幾天我身體不適，有些同事或學生見到我都會問我身體好些了嗎，令我感到被關愛的溫暖。如果你們班上有同學請了病假，你們也可以簡單問候以表關心，相信同學也會感到溫暖。

至於服務，老實說，小時候的我對於幫助別人沒有什麼意識，遇到事情總習慣想到自己，很少主動去幫助別人。上了中學後，有機會參加一些義工活動，例如賣旗、探訪老人院，兒童病房等，使我獲益良多。所謂「施比受更有福」、「助人為快樂之本」，有能力幫助別人是值得高興的事。

世界上不少出名的大學在招收學生時，除了考慮學生的學業成績外，還要看他們的社會服務經驗。正如我們的 OLE 也需要達到一定的服務時數。因為我們深信透過義務工作，能培養青年人的公德心和對社群的承擔。

一項調查發現大部分青年人對義務工作都持正面的態度，但只有三成被訪者在過去一年曾參與義工。我在想，過去一年我自己有沒有參與義工呢？幸而答案是肯定的，我最近和我的女兒一起參加了賣旗活動，還有端午節、中秋節時探望獨居長者，派米、派月餅和一些食物，跟他們聊聊天看有沒有需要作進一步跟進。

各位同學，你們有沒有考慮過定期參與義務工作，既可以幫助他人，又可以豐富自己的人生經驗？今日香港有很多義工服務的團體，只要你們願意，肯定有服務社會的機會。馬丁路德金說過：每個人都可以是偉大的，因為每個人都有能力去服務他人。

我們每一個人在一生中都可能遇上困境。當看到別人受困，我們願意付出愛心，伸手幫一把。同樣，在自己遇到困難時，別人也會伸出援手。如果平時沒有幫助別人，你自己有困難時想找人幫忙就不好意思了。人與人之間多點關愛和服務，社會就會變得更和諧。謝謝大家！



## 本校羽毛球隊

勇奪荃灣體育節學界羽毛球賽女乙冠軍及男乙殿軍



## 英姿剪影





本校管樂團於 2016 香港青年音樂匯演管樂團比賽獲銀獎



本校鄭詠恩及胡晴晴同學分別於「荃灣區少年警訊—荃城滅罪禁毒普通話朗誦比賽 2016」初中組及高中組別獲優異獎



本校同學於「綠色生活愛地球」環保比賽獲獎

德育及公民教育組參加了荃灣區公民教育委員會主辦的「綠色生活愛地球」環保比賽。恭喜 3C 鄭卓瑩同學及 1B 何彥林同學分別獲得「綠色生活愛地球」環保比賽中學組亞軍及中學組優異獎。

本校同學的模型作品於「氣候變化與環境中學平面及立體模型設計比賽」獲冠軍

參賽同學名單：  
徐曼嘉、鄭綺倩、李海僊、楊凌鈞、孫苡珈





# 2015 至 2016 年度畢業典禮圓滿結束

## 感謝校友江昕博士及潘烈文教授贊助成立兩項新獎學金

### 祝願各位畢業生鵬程萬里、前程錦繡

本校於 12 月 3 日為 2015 年至 2016 年度的中六同學舉行畢業典禮。當天有幸邀請本校校友江昕博士及潘烈文教授蒞臨並擔任主禮嘉賓，本校各校董亦參與典禮，見證各位同學畢業的歷史性一刻。

主禮嘉賓江昕博士致辭，分享了現時社會對人才需求的最新趨勢；本校法團校董會主席兼校監溫國雄先生對畢業同學有語重心長的訓勉，校長亦發表校務報告，匯報本校去年度的各項成就。

本校藉著各校董、嘉賓、家長及師生等眾賢畢集的良機，在他們的祝賀及見證下，頒發長期服務獎予多位資深教師及工友，以衷心感謝他們多年來對學校和學生的付出。同場亦頒發多項獎學金予品學兼優的同學，以作鼓勵，當中謝建立老師紀念獎學金及袁力康生物科老師獎學金是由校友江昕博士及潘烈文教授贊助成立，以表達他們對兩位老師教導栽培的感念。當天又安排了學生表演環節，盡顯才華。典禮後師生於操場及清園相聚，談談近況和敘舊，場面熱鬧愉快。



校友江昕博士（中）現為博愛醫院總理及高盛(亞洲)有限責任有限公司執行董事，於畢業典禮頒發畢業證書予中六學生。



黎詠心同學代表畢業生致辭，表達對校園生活的眷戀之情，情真意切。



校監溫國雄先生(左)、校長鍾佛成先生(中)及本校校友江昕博士(右)先後於畢業典禮致辭。



袁力康老師（左相中間）及盧適之老師（右相中間）將於明年榮休，獲校監溫國雄先生頒發紀念狀。



本校合唱團陣容鼎盛，獻唱時有萬馬奔騰之勢（上），2A 曾碧嘉同學(右)演奏揚琴，音質清脆悅耳，有如珠落玉盤。



### 本校老師及職工獲頒長期服務獎



陳建榮老師  
服務本校 25 年



周詠麟老師  
服務本校 15 年



李素華老師  
服務本校 10 年



趙懷信老師  
服務本校 10 年



林禮賢老師  
服務本校 10 年



朱嘉年先生(右)  
杜得璋先生(下)  
陳添然先生(右下)

以上各位均服務本校多年，獲頒長期服務獎，頒獎時台下同學雷動，更有今屆畢業生、本校老師以至舊生蜂湧上台獻花祝賀，場面溫馨。

# 2015–2016 年度寶安商會王少清中學獎學金名單

## POCA Wong Siu Ching Secondary School Scholarship Award List

### 校內獎學金 Internal Scholarships

中學獎學金 Secondary Level Scholarship Winners		
德富強獎學金	( F. 1 )	童惠楠
趙泰先生獎學金	( F. 1 )	李皓昕
趙樹勳紀念獎學金	( F. 1 )	江倩瑤
吳球先生獎學金	( F. 2 )	王俊然
陳泰祥先生獎學金	( F. 2 )	梁錦茵
陳玉棠紀念獎學金	( F. 2 )	許卓謙
鄧冠章先生獎學金	( F. 3 )	陳映霖
趙聿修基金獎學金	( F. 3 )	郭靄琳
張笑媚紀念獎學金	( F. 3 )	何知穎
袁耀鴻先生獎學金	( F. 4 )	陳澤富
陳宗蔭先生獎學金	( F. 4 )	楊凌鈞
周效良紀念獎學金	( F. 4 )	徐民諾
周洸雪晶女士獎學金	( F. 5 )	高耀華
永源堂獎學金	( F. 5 )	杜智邦
歐陽惠蓮紀念獎學金	( F. 5 )	森達也
寶安商會 POCA Scholarship	( F. 6 )	沈中傑
寶安商會 POCA Scholarship	( F. 6 )	黎詠心
寶安商會 POCA Scholarship	( F. 6 )	李曉陽
寶安商會王少清中學家長教師會獎學金 POCA Wong Siu Ching Parent-Teacher Association Scholarship	( F. 1 )	劉紀宜
	( F. 2 )	林祉瑤
	( F. 3 )	陳詠翹
	( F. 4 )	何睿峰
	( F. 5 )	關植藍
寶安商會王少清中學校友會畢業同學獎學金 POCA Wong Siu Ching Alumni Association Scholarship	( F. 6 )	沈中傑
袁力康老師獎學金	( F. 5 )	森達也
謝建立老師紀念獎學金	( F. 6 )	黃舒婷

### 校外獎學金 External Scholarships

灣仔扶輪社獎學金 Rotary Club of Wanchai Scholarship	( F. 3 )	何梓滔 郭庭欣 丁梓澄
尤德爵士紀念基金獎學金 Sir Edward Youde Memorial Prizes	( F. 6 )	沈家聰
社聯「明日之星」計劃上游獎學金 Upward Mobility Scholarship	( F. 5 )	薛佳敏 何穎儀 謝穎怡
荃灣鄉事委員會獎學金 Tsuen Wan Rural Committee	( F. 5 )	高耀華
		杜智邦
		森達也
		謝洛敏
		謝穎怡
		何穎儀



# 一人一花生命教育活動(輔導組、視藝科、設計與科技科協作)



本校響應香港康樂及文化事務署的「一人一花」種植活動，以培養學生多方面才能及進行價值觀教育。本校以跨科組協作形式推行此活動，中二級同學先在視藝科課堂製作陶瓷花盆，然後於設計與科技課堂製作盆栽架，最後由社工江姑娘教導學生把康文署送來的花苗移植至他們之前製作的花盆，並教導他們照顧盆栽的技巧，從中帶出栽種生命、珍惜生命、關愛生命的道理，讓學生對生命有正確的價值觀。



## 家政科《2016–2017 營養教育計劃》

### 一、活動目的

- 加強同學的營養知識
- 教導同學應用所學知識烹調出健康又美味的食物
- 教導同學管理自己的體重
- 教導同學認識慢性病的風險
- 要同學做個盡責任的人----明白自己的健康是自己的責任

### 二、活動內容

日期	時間	內容	地點	負責人	級別
2016 年 11 月 16 日	4:00-5:30	健康烹飪工作坊	家政室	嚴麗意老師	中一
2017 年 1 月 20 日	1:30-2:20	營養師教你《食醒D》	MPA		
2017 年 2 月 8 日	1:30-2:20	健康體重管理及《增肌》必勝法	MPA		

三、 協辦機構及活動費用：活動由香港營養學會協辦，費用全免。



## 多媒體學會 (MM club) 參觀鳳凰衛視電視台

本校設有多媒體學會，會內幹事須負責為各項校內校外活動如陸運會、戲劇比賽、境內參觀活動等拍攝相片及影片，並製作節目，從中培養對多媒體製作的興趣。該學會於 11 月 29 日參觀鳳凰衛視電視台，通過實地考察了解節目製作的流程以及該電視台的發展歷史。



## 中三級同學參觀立法會

### 田北辰議員為本校學生親自主持模擬立法會活動



通識科組老師於 11 月 24 日帶領 3C 班同學參觀立法會，在導賞的帶領下，了解立法會組成、選舉及投票制度、立法會發展歷史，並在公眾席隔著玻璃俯瞰立法會會議的過程，親身感受會議氣氛。當天田北辰議員接見本校師生，為學生主持模擬立法會會議活動。

此活動每年舉辦，在此之前中三各班已完成參觀，每年同學均有熱烈反應。中三通識課程包括香港政治制度簡介，同學在參觀前已學習相關內容，故參觀時更感親切投入，更能印證課本知識，其教學與參觀的主題互相配合，次序先後得宜，課程安排賦予學生全方位學習體驗，加深學習印象，令學生獲益甚豐。





# 中一級考察屏山文物徑活動

11 月 26 日本校中國歷史科老師帶領中一級同學到元朗屏山文物徑考察當地文物古蹟，了解中國傳統建築特色及其背後反映的文化及歷史。屏山文物徑的建築物大部份逾百年歷史，當中鄧氏宗祠、愈喬二宗祠更是法定古蹟，可想屏山之旅同學必獲益甚豐。



# 升學及就業輔導組資訊：2016 內地高等教育展

教育局已公布 2016 年內地部分高校免試招收香港學生計劃（免試收生計劃）的具體安排，本年度參與免試收生計劃的內地高等院校達 90 所。為了讓學生和家長更加了解免試收生計劃的具體安排，教育局將與國家教育部聯合舉辦「2016 內地高等教育展」。展覽期間，國家教育部將講解免試收生計劃的收生程序及安排，還有多場專科專題分享會，由院校代表介紹內地專科課程特色，以及修讀相關專科的就業前景。如有興趣的家長及同學可自行到教育展參觀。

日期及時間：
2016 年 12 月 17 日(星期六) 上午 10 時至下午 7 時
2016 年 12 月 18 日(星期日) 上午 10 時至下午 6 時
地點：
香港會議展覽中心 (香港灣仔博覽道 1 號)
展覽廳 1C

## 內地高等教育展

Mainland Higher Education Expo

### 2016

- 16 個省/直轄市/自治區共 90 所高校參展
- 院校攤位展覽、免試收生計劃簡介、專科分享、畢業生/僱主/人力資源顧問分享 (展覽廳 1C)
- 內地高等院校簡介 (南翼 2 樓會議室)

香港會議展覽中心  
展覽廳 1C  
香港灣仔博覽道 1 號

17.12.2016 (六)  
上午 10 時至下午 7 時  
18.12.2016 (日)  
上午 10 時至下午 6 時

免費入場

主辦機構：  
國家教育部 香港特別行政區政府教育局

教育局網頁：  
[www.edb.gov.hk/expo16](http://www.edb.gov.hk/expo16)

# 台灣東南大學國際交流中心主任林倩后女士訪校 與本校升學及就業輔導組分享台灣升學資訊





# 本校同學參與無障行者 2016 活動的感想分享

本校兩組同學參加了香港復康會主辦的無障行者 2016 活動，親身接觸及體會殘疾人士及長期病患者，並了解他們的限制及心情。以一整天的體驗活動及社區嘉年華，與肢體殘疾人士、長期病患者或其他殘障人士一起經歷一段旅程，透過合作及共同解決困難，宣揚反歧視及建立共融關懷的氣氛。以下為其中一隊同學的感想：

## 4C 胡曉彤

今次的活動令我獲益良多，也明白了在日常生活，要多關心有需要的人，例如在街上遇上盲人能給予他們協助---帶他們過馬路;有輪椅人士乘搭巴士時，要諒解他們，不要認為他們阻礙巴士上的位置。

## 4A 駱昀盈

無障行動是一個很好的切入點去理解，在活動中，我們體驗了殘疾人士的日常生活。在這一天下來，對於輪椅的無障礙設施最有深刻印象，沒想到輪椅人士要由一個地鐵站出口到另一個地鐵站出口是這麼困難，明明是幾分鐘的路程都會用接近半小時。下次遇到殘疾人士，會好好讓路給他們優先。

## 4A 謝愷晴

這次的活動給予我一個健障人士生活的體驗。活動中，我們被要求戴上用來模擬健障人士的道具。在幾乎一天都保持着這樣的狀態，真的是一件很辛苦，而且很危險的事情。其中，我模擬了患上白內障的人士，視力只剩五成。幸好，能依靠其他組員帶路。

## 4C 鄭宛喬

這次活動令我對殘疾人士有不同的見解，活動當天我們帶着不同的裝備體驗殘障人士一天的生活，當中我們被分派到黃大仙區進行活動，雖然該區也有很多無障礙設施，但我們仍然遇到不少困難，例如在不平坦的斜坡上推着沉重的輪椅，以及因裝備的限制而不能順利完成任務，令我切實地感受到殘障人士被人忽略的感受，並會更加關懷社會上的殘疾人士。

# What a Wonderful World 3C Leong KaWai

I see plants of green, pink hebe  
I see them bloom for me and you  
And I think to myself what a wonderful world.  
  
I see mud of brown, yellow bees  
Let plants grow, spread pollen  
And I think to myself what a wonderful world.  
  
The colors of butterflies so pretty on the plants  
Are also helping flowers to spread the pollen out  
I see friends take their phones taking pretty photos  
They're really saying beautiful  
  
I see apple trees, I watch them grow  
They'll sprout flowers, then turn into apples  
And I think to myself what a wonderful world  
Yes I think to myself what a wonderful world.

