



清旬

The
Ringing
Ten

387

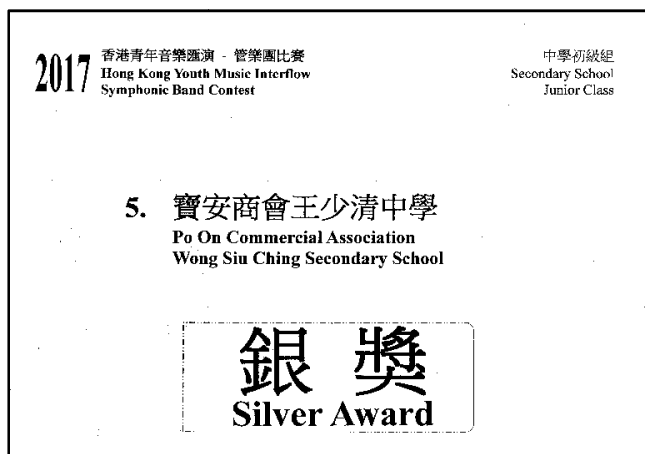
2018.1.20

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 日派發。



本校管樂團報捷

本校管樂團於 17 年 12 月 5 日參加 2017 香港青年音樂匯演——管樂團比賽，憑樂曲《毒蛇》及《漩渦》於眾多對手下勇奪銀獎！可喜可賀！



本校同學於公開歌唱比賽力壓群雄，
獲全場總冠軍及歌星合約

4B 袁凱瑩同學於 17 年 12 月 16 日

參加【Singing fighter 全港中學·大專歌唱比賽】經過兩輪激烈的龍爭虎鬥，袁凱瑩同學技驚四座，以總分 91 分之佳績力壓一

眾中學及大專組參賽者，脫穎而出，勇奪得中學組冠軍及全場總冠軍之殊榮，更獲現金獎五千圓及歌星合約一份。實為本校之光榮！



本校女丙田徑隊勇奪學界田徑比賽殿軍

本校女子丙組田徑隊日前參加荃灣及離島區學界田徑比賽，勇奪團體殿軍，成績斐然，其中一百米及跳遠兩項都由本校同學包攬亞軍及季軍，實屬難得，恭喜各得獎同學。

今年學界田徑比賽女子丙組共有十八間參賽學校，競爭非常激烈，最後本校女丙田徑隊只是以一分之微讓季軍隊基信中學勝出！



女丙 4X100 米接力隊隊員(由左至右)：
何彥林、劉沁彤、麥巧潼、謝貝怡

得獎名單

女丙 100 米亞軍	2B 何彥林
女丙 100 米季軍	2A 劉沁彤
女丙跳遠亞軍	2A 劉沁彤
女丙跳遠季軍	2A 謝貝怡
女丙跳高季軍	1C 梁雅奈
女丙 4X100 米接力亞軍	1A 麥巧潼、2A 劉沁彤、謝貝怡、2B 何彥林
女丙團體殿軍	1A 麥巧潼、彭凱彤、吳伊凝、盧雅琦、1B 劉霖清、 1C 葉愷嵐、戴殷穎、梁雅奈、2A 謝貝怡、劉沁彤、 2B 何彥林、梁雍琦、2C 曾嘉悅、黃麗詩、2D 唐詩敏
女乙標槍亞軍	4A 黃子芳
女乙 4X400 米接力季軍	3A 羅曉彤、李穎軒、3D 黃斯蔓、4B 李鈺瑜



女丙田徑隊隊員:(前排由左至右):劉沁彤,何彥林,謝貝怡,曾嘉悅,梁雍琦,黃麗詩
(後排由左至右):梁雅奈,葉愷嵐,麥巧潼,彭凱彤,吳伊凝,唐詩敏

17-18 MUSIC DAY RESULTS

	冠	亞	季
F.1 班際合唱	1C	1B	---
F.2 班際合唱	2B	2C	2D
F.3 班際合唱	3B	3C	3D
F.4 班際合唱	4B	4A	4C
F.5 班際合唱	5D	5A	5E
F.6 班際合唱	6B	6A	6D
樂器組	5A 馮靖曦	5D 林曦悅	6B 廖穎淇
獨唱/小組	6B/6D/6E 廖穎淇/陳穎茵/ 陳詩萱/洪唯哲/ 馮梓顥/陳樂謙	4B 袁凱瑩	5E 林靖恩
最佳指揮	4B 袁凱瑩		
最受歡迎	高中視藝班		
全場總冠軍	5D		

香港理工大學數學及科學比賽 2018 (SSMSC)

為提升同學學習科學及數學興趣，選拔有潛質學生作尖子培訓，香港理工大學將舉行「香港理工大學數學及科學比賽2018(SSMSC)」。

日期與時間	物理：2018 年 4 月 29 日星期日 (上午 9:30 至 10:45)
	數學：2018 年 4 月 29 日星期日 (中午 12:00 至下午 1:15)
	生物：2018 年 5 月 1 日星期二 (上午 9:30 至 10:45)
	化學：2018 年 5 月 1 日星期二 (中午 12:00 至下午 1:15)
對象	中三至中五同學
地點	香港理工大學
內容	新高中課程(70%)和課外知識(30%)
形式	多項選擇題及傳統長問題(以英文卷作答)
報名費	每科港幣 120 元正。由於今年活動獲教育局 STEM 津貼撥款資助，比賽結束後，部份報名費將退還出賽同學。詳情稍後公佈。
獎項	參賽同學將獲頒證書一張。比賽表現最優秀頭 15%同學，可獲理工大學邀請，參與大學聯合招生時特別面試，增加入讀理大機會。

為增加臨場應試經驗、豐富個人履歷，本校科學組強烈鼓勵中四及中五同學踴躍參與是次比賽。欲報名同學，請於1月24日(星期三)下午1時30分或之前帶同報名費(只收取\$20或\$50或\$100元正之紙幣)到教員室向尹國棟老師報名。名額有限，參賽資格以先到先得形式取得，額滿即止。同學如有疑問，歡迎往教員室向尹國棟老師查詢，謝謝。

備註：我校參加是項比賽多年，成績亮麗；每年約有10位同學在比賽中表現優異(頭15%成績)；他們已獲頒嘉許狀，並獲理大邀請，參與大學入學面試，增加入讀理大機會。

網址: <http://www.polyu.edu.hk/ssmsc/>



成績表想對我說的話 3B 何嘉慧

不努力的何嘉慧！

唉！你真的是很不努力呢！我也想好好對你說話，可是我因為你，每次都要被人「嘲笑」啊！我是你的成績表，你總是不好好溫習，爭取考一個好成績，所以使我臉上「蒙羞」。

每次派下成績表時，你都會不敢給你的家人看，唯恐他們看到我而對你火冒三丈，既然你不希望他們生氣發怒，為什麼你不好好學習，天天向上，爭取考一個好成績？你經常上網、玩手機，又想要取得好成績，卻沒有溫習，古人曰：「魚和熊掌不可兼得」，但是只要你的時間分配恰當，不將大量的時間花在娛樂上，然後上課留心聽課，回家花多一點時間溫習，我相信你的成績肯定會有所提升。

「世上無難事，只怕有心人。」你不要覺得學習很難，讀書很麻煩，只要你去做了，去實踐一下，無論多難的事，終究都會成功。沒有行動，只有想像，只會將事情往明天、後天、大後天推，那麼只是一場空。

愛迪生說：「成功是靠九十九分的努力，一分的天才。」他為人類發明了許許多多的物件，但是成功的背後卻是無數次的改良、無數次的爆炸，才得以成功。沒有人生來聰明，生來就什麼都會，而是靠後天的努力和學習，若是想像就可以成功，那麼沒有人會失敗。你要記住成功是「一分耕耘，一分收穫。」從來不存在一步登天的「大餡餅」。

希望下一次的信中，我可以變得漂亮，可以使你自豪，不再是你被家人責罵的理由，而是使你被人稱讚的理由。

祝

學業進步

成績表想對我說的話

寶安商會王少清中學 3B 何嘉慧

不努力的何嘉慧！

唉！你真的是很不努力呢！我也想好好對你說話，可是我因為你，每次都要被人「嘲笑」啊！我是你的成績表，你總是不好好溫習，爭取考一個好成績，所以使我臉上「蒙羞」。

每次派下成績表時，你都會不敢給你的家人看，唯恐他們看到你火冒三丈，既然你不希望他們生氣發怒，為什麼你不好好學習，天天向上，爭取考一個好成績？你經常上網、玩手機，又想要取得好成績，卻沒有溫習，古人曰：「魚和熊掌不可兼得」，但是只要你的時間分配恰當，不將大量的時間花在娛樂上，然後上課留心聽課，回家花多一點時間溫習，我相信你的成績肯定會有所提升。

「世上無難事，只怕有心人。」你不要覺得學習很難，讀書很麻煩，只要你去做了，去實踐一下，無論多難的事，終究都會成功。沒有行動，只有想像，只會將事情往明天、後天、大後天推，那麼只

是一場空。

愛迪生說：「成功是靠九十九分的努力，一分的天才。」他為人類發明了許許多多的物件，但是成功的背後卻是無數次的改良、無數次的爆炸，才得以成功。沒有人生來聰明，生來就什麼都會，而是靠後天的努力和學習，若是想像就可以成功，那麼沒有人會失敗。你要記住成功是「一分耕耘，一分收穫。」從來不存在一步登天的「大餡餅」。

希望下一次的信中，我可以變得漂亮，可以使你自豪，不再是你被家人責罵的理由，而是使你被人稱讚的理由。

祝

學業進步

朋友

你的成績表

六月三日

原文刊登於《大公網》(2018-01-08)

淺談平安夜 4A 黃伊廷

耶誕夜唱耶誕歌，這是古老的傳統；據不完全統計，全世界有記載的耶誕歌約有上千首；久唱不衰的有五十幾首，而最有名的耶誕歌是《平安夜》。這首歌共有 6 小節，通常流行的是 3 小節(原作中的第 1、第 2 和第 6 小節)第 1 節的歌詞大意为：平安夜，神聖的夜！人人安息，至聖獨醒。慈祥鬚髮的兒子，睡吧，在美妙的寧靜中，睡吧，在美妙的寧靜中。第一句就是「平安夜」，歌名因此也叫《平安夜》。從此，耶誕夜就得名「平安夜」。



(相片來源：<http://iknow.hkej.com/php/article.detail.php?aid=32236>)

中國是非傳統基督教國家，然而香港及澳門在殖民時期分別受到英國及葡萄牙的影響，平安夜是年輕人、小孩子以至所有人都會慶祝的日子。數以十萬計的香港市民會到尖東欣賞耶誕燈飾，及到酒店吃自助餐；不少人會在平安夜交換禮物，年輕情侶則愛到尖沙咀欣賞聖誕燈飾，開聖誕派對，或到蘭桂坊等地狂歡。基督教及天主教徒則會參加報佳音等宗教聚會。

學生樂園 黃伊廷

淺談平安夜

耶誕夜唱耶誕歌，這是古老的傳統；據不完全統計，全世界有記載的耶誕歌約有上千首；久唱不衰的有五十幾首，而最有名的耶誕歌是《平安夜》。這首歌共有 6 小節，通常流行的是 3 小節(原作中的第 1、第 2 和第 6 小節)第 1 節的歌詞大意为：平安夜，神聖的夜！人人安息，至聖獨醒。慈祥鬚髮的兒子，睡吧，在美妙的寧靜中，睡吧，在美妙的寧靜中。第一句就是「平安夜」，歌名因此也叫《平安夜》。從此，耶誕夜就得名「平安夜」。

中國是非傳統基督教國家，然而香港及澳門在殖民時期分別受到英國及葡萄牙的影響，平安夜是年輕人、小孩子以至所有人都會慶祝的日子。數以十萬計的香港市民會到尖東欣賞耶誕燈飾，及到酒店吃自助餐；不少人會在平安夜交換禮物，年輕情侶則愛到尖沙咀欣賞聖誕燈飾，開聖誕派對，或到蘭桂坊等地狂歡。基督教及天主教徒則會參加報佳音等宗教聚會。平安夜也令不少年輕人在這晚「初嘗禁果」，因此也有「平安夜，失身夜」之說，香港家庭計劃指導會、母親的抉擇等組織每年都接到不少求助。

耶誕鐘聲遍及全城

在澳門，每逢踏入 12 月大街小巷都會粉飾得充滿濃厚的歐陸耶誕氣氛，聖誕樹、馬槽、彩帶、燈飾隨處可見。在平安夜，年輕人聯群結隊到中區逛街，又喜歡到議事亭前地和大三巴牌坊欣賞分別由天主教會和基督教團體所舉辦的耶誕報佳音。到了午夜，澳門各堂區的天主教堂分別舉行耶誕子夜彌撒，尤其以主教座堂人數最多，耶誕鐘聲遍及全城，即使非天主教的市民也喜歡到教堂感受耶誕節的宗教氣氛。澳門的皇朝區亦人潮如鯽，年輕人到酒吧狂歡佳節。

作者為寶安商會王少清中學學生

耶誕鐘聲遍及全城

在澳門，每逢踏入 12 月大街小巷都會粉飾得充滿濃厚的歐陸耶誕氣氛，聖誕樹、馬槽、彩帶、燈飾隨處可見。在平安夜，年輕人聯群結隊到中區逛街，又喜歡到議事亭前地和大三巴牌坊欣賞分別由天主教會和基督教團體所舉辦的耶誕報佳音。到了午夜，澳門各堂區的天主教堂分別舉行耶誕子夜彌撒，尤其以主教座堂人數最多，耶誕鐘聲遍及全城，即使非天主教的市民也喜歡到教堂感受耶誕節的宗教氣氛。澳門的皇朝區亦人潮如鯽，年輕人到酒吧狂歡佳節。

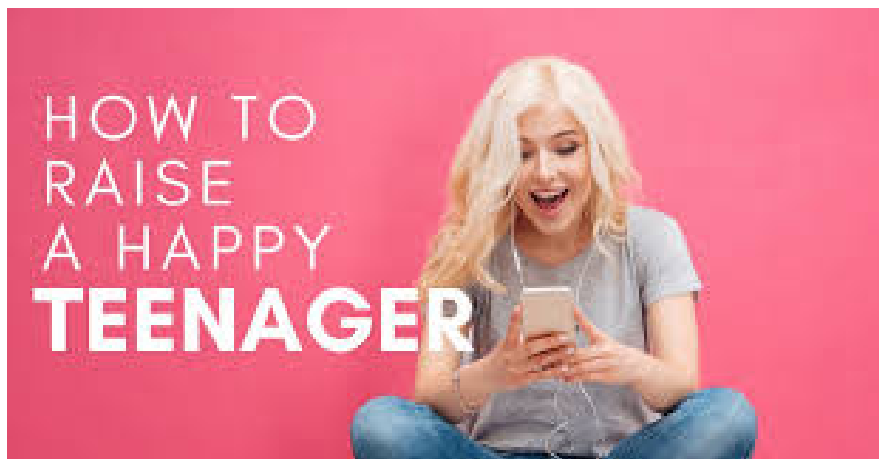
原文刊登於《信報》通識版·學生園地(2017-12-23)

Students' Writing

Letter of advice on making a TV program on how to be happy

Dear Mary,

How's your day? I remember that you told me you are going to produce a 15-minute programme for Campus TV. I have thought of some ideas for you!



Many teenagers are feeling unhappy with their lives.

(Source: <https://childdevelopmentinfo.com>)

According to the research of Lingnan University, people aged 7 – 8 and above 14 were the unhappiest. They are suffering from stress, difficult family relationships and sociopolitical problems. These difficulties make them feel upset and stressed.

When students are upset, it may be hard for them to take the first step to get help. However, solutions are always more than difficulties. They can talk to their families and friends who can help with their life experiences. If they don't want to talk to someone face-to-face, they can call the multilingual hotlines which have a lot of volunteers to talk with. But, most importantly is to understand where the stress comes from. If stress comes from school exams, it is better to understand how they affect their future and why they need to study. We will be happier and more motivated even if there is some stress.

So, in the programme, you can invite some social workers to school to give some advice to students through campus TV. If this idea is too boring, I have another suggestion. You can find some students to perform on Campus TV and some of them can pretend to be social workers and give suggestions and ways to solve the problems. Multilingual hotlines can be put to provide platforms for students to release stress. And finally, jokes or meaningful quotes can be introduced in the programme too, for example, "Every cloud has a silver lining." These help students to be motivated and positive.

These are all my ideas. I hope you can produce a wonderful TV programme and help students to be happy and successful! Look forward to your good news.

Cheers

Ynez

4A Sun Lok Tung