PO LEUNG KUK 保良局甲子何玉清中學
HO YUK CHING (1984) COLLEGE



2017

封面設計者：
5D 徐巧意、5D 朱海欣

校外獲獎舉隅





《華夏盃》全國數學奧林匹克邀請賽 2017 華南賽區決賽一等獎、二等獎及三等獎各 1 名，2017 亞洲國際數學奧林匹克公開賽 (AIMO Open) 香港賽區初賽中一級金獎。

香港創意思維活動競賽長期題 (第三組別) 冠軍，5 月將啟程美國密歇根州大學出席創意思維活動世界競賽 2017 總決賽



2016 百仁齊心盃多角度校際辯論邀請賽 - 總決賽亞軍及最佳辯論員



2016-2017 中學校際乒乓球比賽第三組別九龍三區男子甲組團體亞軍



Japan Marching Band Association Summer Marching Festival 2016
Award of Excellence & Special Award



2016 國際豆類年美術設計創作比賽 - 世界賽 (組別 5) 三等獎 2 名、香港賽 (組別 5) 三等獎 10 名



外展教練訓練計劃 - 學校單車比賽
全年總冠軍、冠軍 5 名、亞軍 2 名及季軍 4 名





第 68 屆香港學校朗誦節 Public Speaking Solo 冠軍、Solo Verse Speaking 冠軍及 Dramatic Duologue 亞軍。另獲中英文散文及詩詞獨誦優良獎 39 名。



香港步操及鼓號樂團協會香港步操樂團公開賽連續三年奪金獎



港燈家政中心全港中學生烹飪比賽 2016 亞軍 (團體)



The Champion of the 18th HKPTU English Debating Competition Secondary Sixes CMI



SolidWorks 3D 設計比賽 2016(中學組) 亞軍



2016 STEM 遙控模型車青年盃隊際賽殿軍



香港基督教服務處「關愛校園獎勵計劃」連續五年「關愛校園」榮譽

辦學宗旨 Mission

六育並重

本校秉承保良局優良之辦學傳統，以學生為本，提供多元化課程，培育學生獨立思考及創意，發掘其興趣及潛能，並建立自尊、自信及愛人如己之素質，讓莘莘學子在德、智、體、羣、美、靈各方面獲得全面發展，以貢獻社會及國家。

Following Po Leung Kuk's tradition of providing quality education, our school offers a diversified curriculum. Our school is student-oriented and provides an all round education, emphasizing the development of independent thinking, creativity, interests, potentials, self-respect, self-confidence and love, such that our students will achieve success and contribute to our society and country.




甲子 SDU 步操結業禮


與香港青年協會合辦之耆少同樂日

百仁齊心盃校際多角度辯論賽



韓國科技環保及文化之旅

百仁齊心盃校際多角度辯論賽
與校監陳正欣博士合照


校友會甲子燒烤同樂晚會


四日三夜保良局領袖紀律訓練營


「百仁齊心盃——未來接班人」訓練班


音樂事務處 40 周年《音樂盛宴》優異獎及魅力台風表現獎

課程結構 Curriculum

課程多元化

本校課程於初中開展多元化體制，通過八個學習領域擴闊學生之視野；此外，配合 334 學制，本校於高中課程提供不同學習領域的選科，務求令同學早日找到自己志趣，發揮潛能，為升讀大學作好準備。

Our curriculum unfolds in the lower forms with diversity, enveloping the eight learning areas to broaden students' horizons. Moreover, we provide different subjects under the New Academic Structure for Senior Secondary Education and Higher Education, paving a smooth path to tertiary education.


英語活動 – Visit The Helena May – historical tour


生涯規劃活動 Job Shadowing 2016
參觀 ATAL 北角總部及望后石污水處理廠



科技比賽


嗇色園生物科技流動實驗室

中一至中三多元化課程		
＊英國語文		中國語文
■ 數學	通識教育	普通話
■ 物理（中三）	■ 化學（中三）	■ 生物（中三）
■ 世界歷史	■ 地理	中國歷史
■ 綜合科學	＊電腦	設計與科技
視覺藝術	音樂	■ 家政
社會及公民教育	■ 體育	德育及生命教育

中四至中六新高中課程
必修科目
中國語文　＊英國語文　▲ 數學　通識教育　體育　德育及生命教育
選修科目
▲ 物理　＊化學　▲ 生物　▲ 數學延伸部分
經濟　企業、會計與財務概論
資訊及通訊科技　設計與應用科技
中國歷史　視覺藝術

＊以英語為教學語言　■ 按課時以英語為教學語言　▲ 部分班級以英語為教學語言


WWF 海下灣海洋研究中心海洋研究計劃


2016-2017 中學校際排球錦標賽女子甲組團體殿軍

教務發展 Academic Development


通識教育科校外考察課程

學業成績持續大幅進步

本校注重愉快學習，採用靈活之教學法，配合學生之不同需要，以活動輔助教學。本校積極推行中文、英文課外閱讀，如閱讀獎勵計劃、鼓勵多元化閱讀、拓展閱讀場地等。為增進學習，本校特設平時修習及假期補課，並採用連續及循環式評核方法作調適。

As we treasure learning with pleasure, we employ a variety of methods to suit the requirements of different subjects and students while seasoning learning with activities. We promote extensive reading through the award schemes, with ceaseless acquisitions of books and reading facilities. We provide abundant tuition sessions after school and adopt a continuous and spiral method in academic assessments.


WWF Marine Research Project Interflow-
WWF 海下灣海洋研究中心海洋研究計劃


中國歷史話劇欣賞


14-15 青苗學界進步獎
獎學金 1 名及進步獎 21 名

本校 12 科考獲 2 級或以上成績高於全港

2016 年香港中學文憑試成績

7 科考獲 3 級或以上成績高於全港

數學	經濟
企業、會計與財務概論（商業管理單元）	企業、會計與財務概論（會計單元）
視覺藝術	設計與應用科技
數學延伸部分（單元二）	



生涯規劃講座之婚禮及宴會統籌事業


Battle of the Books 英文閱讀比賽


Hong Kong International Young Readers Festival 香港國際青年閱讀節

中六畢業生出路

學位／副學士／高級文憑／文憑／證書／海外升學 95%


英語活動之 Tour of Hong Kong


THEi 學科體驗活動計劃

中六畢業生升學出路（大學聯招辦法遴選結果）

CHAN Cathy	Bachelor of Business Administration (Honours)
CHAN Cheuk Yan	Bachelor of Education (Honours) (Early Childhood Education)
CHEUNG Tsz Yan	Bachelor of Nursing with Honours in Mental Health Care
CHEUNG Yiu Ming	Bachelor of Science
CHIU Chak San	Bachelor of Engineering
CHIU Hiu Yan	Bachelor of Science with Honours in Testing and Certification
CHU Ho Hin	Bachelor of Science
HO Tik San	Bachelor of Arts with Honours in Creative Writing and Film Arts
LEE Chin Ting	Bachelor of English Language Studies with Honours
LEE Van Vai Vivien	Bachelor of Psychology
LEUNG Wai Fung	Industrial & Systems Engineering
MA Chiu Yu	Bachelor of Business Administration with Honours in Corporate Governance
MA Ho Yin	Bachelor of Science
PO Mei Yee	Bachelor of Nursing (Honours)
CHEUNG Choi Lam	Bachelor of Business Administration (Honours)
CHEUNG Nga Sin	Bachelor of Computing with Honours in Internet Technology
KWOK Ka Hoi	Bachelor of Science - Computing Mathematics
KWONG Ping Wai	Bachelor of Engineering
LI Kwan Lok	Bachelor of Science - Computing Mathematics
YEUNG Kam Hung	Bachelor of Science
CHAN Tsz Ching	Bachelor of Business Administration with Honours in Global Business and Marketing
CHAN Wai Yin	Bachelor of Business Administration with Honours in Professional Accounting
FUNG Hoi Tung	Bachelor of Health Science (Honours) - Major in Nursing
KWOK Oi Ying	Bachelor of Business Administration - Accountancy
LAM Cheuk Ying	Integrated Bachelor of Business Administration Programme
LEUNG Wing Sze	Bachelor of Business Administration with Honours in Professional Accounting
LOH Tak Po	Bachelor of Business Administration with Honours in Business Management
NG Yuen Kiu	Bachelor of Social Sciences with Honours in Politics and Public Administration
SHEK Wan Ting	Bachelor of Business Administration with Honours in Business Management
SUEN Hui Sin	Bachelor of Business Administration (Honours) in Supply Chain Management
YAU Wing Tung	Bachelor of Business Administration with Honours in Global Business and Marketing
YEUNG Chi Lam	Bachelor of Computing with Honours in Internet Technology
CHAN Yuen Kiu	Bachelor of Law
LAM Yuen Man	Bachelor of Business Administration with Honours in Corporate Governance
MAN Yuen Ting	Bachelor of Social Sciences with Honours in Applied Social Studies

資料眾多，不能盡錄

Scholarship（獎學金）

6A Lee Van Vai Vivien(李雲慧)

McGill University in Montreal（加拿大魁北克麥基爾大學）has offered Edward W Beatty Scholarship of CAD$3,000 sponsoring her to study Bachelor of Psychology for the 2016/17 academic year.

Sir Edward Youde Memorial Prizes（尤德爵士紀念獎學金）2015/16 has offed a scholarship to her for outstanding academic achievements and excellent conduct.

6A Chiu Chak San(趙澤芯)

Po Leung Kuk/Henrik Nielsen/Foreign Correspondents' Club Scholarship Fund（保良局 Henrik Nielsen 香港外國記者會獎學金）has offered a scholarship of $140,000 sponsoring him to study Bachelor of Engineering in University of Hong Kong.

6C Ng Yuen Kui(吳婉鉅)

University of Birmingham Foundation Scholarships 2016/17 has offered a scholarship of £3000 to her. She is one of 10 scholarship awardees and the scholarship sponsors her to study Bachelor of Law.



中四級英文辯論比賽


新高中生物科兩日一夜野外研習課程

閱讀與寫作 Reading and Writing


Halloween Activity


The Champion of the 18th HKPTU English Debating Competition

為了培養學生之閱讀興趣，本校透過英語戲劇課程、英文閱讀週、中英文辯論學會、香港國際青少年讀者節、閱讀獎勵計劃、新書展覽、參與不同機構舉辦的閱讀活動及徵文比賽、早會專題演講、全校早會閱讀中英報章、午間英語聆聽、中英文閱讀分享會、網上閱讀計劃及互動英語學習網站等，積極培養學生良好的閱讀習慣，藉此增進知識及擴闊視野。

With the understanding that nurturing an interest in reading and writing is a key to effective learning and broadening students' horizons, our school constantly organises a variety of reading and writing activities to foster a good habit.


Harvard Club of Hong Kong Harvard Book Prize 2016 Winner and Runners-up

- The Champion of the 18th HKPTU English Debating Competition Secondary Sixes CMI and The Best Speaker Award.
- Hong Kong Secondary Schools Debating Competition 2015-2016 (Term 2/ Division 2) Grand Final.
- Hong Kong Secondary Schools Debating Competition 2015-2016 (Round 2) Best Speaker.
- 百仁基金與香港齊心基金會合辦百仁齊心盃校際多角度校際辯論邀請賽總決賽亞軍及最佳辯論員獎。
- 第十六屆《基本法》多面體 - 全港中學生辯論賽（基本法盃）最佳辯論員（粵語組 · 新界東區）3 名。
- 「孝道相傳、濃情有愛、中小學生齊參與」2016 -「孝道相傳心得共分享」口號創作比賽中學組冠軍。
- 「孝道相傳、濃情有愛、中小學生齊參與」2016 -「孝道相傳徵文比賽」中學組優異獎 2 名。
- Harvard Club of Hong Kong Harvard Book Prize 2016 Winner and 2 Runners-up.
- 第 68 屆香港學校朗誦節 Public Speaking Solo 冠軍、Solo Verse Speaking 冠軍及 Dramatic Duologue 亞軍。另獲中英文散文及詩詞獨誦優良獎 39 名。
- 參加由香港藝術學院舉辦的 2015-2016 香港學校戲劇節。學生自行撰寫劇本及演出戲劇。優異表現獲中學廣東話組傑出導演獎、傑出演員獎、傑出合作獎及傑出舞台效果獎
- 第十一屆「善言巧論：全港學生口語溝通大賽」- 小組討論項目（粵語）（中學文憑組）小組優異 。
- 香港閱讀城閱讀約章計劃 2016 暑期「好讀嘉許狀」超過 300 名。
- 語常會、教育局及香港教育城聯合舉辦 2016「暑期閱讀約章」優秀作品嘉許獎 8 名。


香港國際文學節（Hong Kong International Literary Festival）
2017 世界知名作家到校與本校師生一起發掘閱讀和寫作的樂趣

閱讀獎勵計劃 2015-2016

金獎：借閱圖書 150 本或以上	4 人
銀獎：借閱圖書 100-149 本	7 人
銅獎：借閱圖書 50-99 本	30 人


百仁齊心盃多角度校際辯論賽總決賽亞軍及最佳辯論員

學校設備 School Facilities


電腦實驗室


資訊及通訊科技電腦室

資訊網絡覆蓋全校，並設數碼直播系統及 3 間電腦室。

具資訊校園之優勢

本校佔地甚廣，被翠綠山崗環抱，環境優美。全校共有三間電腦室，所有房間均設空調，大部分課室及專室均安裝投影機、電腦及實物投影機，更有寬敞之學生活動室，寧靜之音樂演藝室及藏書量豐富之圖書館。資訊網絡及數碼直播系統已覆蓋全校，並購置流動電腦裝置（iPad），供學生在課堂上使用電子教科書及電子學習資源。此外，本校 STEM 教室快將啟用，目標提升學生在科學、科技及數學範疇的學習能力及興趣，以助他們日後升學和就業，應對現今世界的轉變所帶來的挑戰。

The school compound, occupying a comparatively huge area, and embraced by greenery on small hills, presents a pleasant environment.

With four computer rooms, classrooms with air-conditioners and projection system, Students' Activity Room, Music and Performance Room, the well-stocked library, the IT network coverage for the whole school, instant digital broadcasting system and mobile electronic devices (iPad) to cater for the need of using e-textbooks and e-learning resources in class, the school is definitely well-equipped.


電腦輔助學習室




香港國際青少年讀者節（Hong Kong International Young Readers Festival）2017


中文速讀比賽


英語活動 Tour of Hong Kong


英語活動觀賞音樂劇「The Twits」

家校合作 Parent-Teacher Co-operation



家長教師會幹事出席
陸運會並頒發獎項

精誠合作、共創優質

本校極重視和家長的溝通聯繫，一九九七年已成立家長教師會。歷年來家長熱心參與本校活動，在頒獎禮中贊助獎品，為同學舉辦課餘興趣小組，並積極參加家長培訓工作坊。承蒙家長熱烈支持，家長教師會歷年舉行「法團校董會家長校董及替代家長校董選舉」，並選出家長校董及替代家長校董各一名，擔任法團校董會校董並參與學校的管理和決策事宜。

Our school cherishes the close partnership with the parents. The Parent-Teacher Association was set up in 1997. Parents have participated in many school functions, donated prizes in various occasions, held interest groups for our students after school and attended parents' training sessions. To promote the participation of parent in school management and decision-making, the election of parent managers of The Incorporated Management Committee (IMC) has been conducted by PTA since 2012. Under the enthusiastic support from parents, one parent manager and an alternate parent manager have been elected.

家長教師會舉辦及參與的活動如下：

日期		活動舉隅
二零一六年	四月	水果日、健康生活在甲子親子同樂日、親子烹飪比賽
	五月	母親節鮮花義賣
	六月	端午節親子包糭獻愛心
	七月	家長日、第二學期頒獎典禮
	九月	中一新生家長晚會
	十月	第十九屆會員大會 2016 西貢區家長「中學巡禮」暨保良局甲子何玉清中學開放日
	十一月	第二十屆家長教師會就職典禮
	十二月	家長日、聖誕聯歡會暨歌唱比賽
二零一七年	二月	第六屆家長校董及替代家長校董選舉 親子賀年食品製作坊
	三月	家長日、陸運會、第一學期頒獎典禮、 家長教師會傑出學生獎、親子大旅行



母親節鮮花義賣



2016 西貢區家長「中學巡禮」
暨保良局甲子何玉清中學開放日



聖誕聯歡暨歌唱比賽
家長教師會幹事現場抽獎



健康生活在甲子親子同樂日



第二十屆家長教師會就職典禮









家長教師會幹事出席學期頒獎禮頒發獎項



SDU 步操結業禮家長幹事帶領 SDU 步操



家長校董及替代家長校董選舉

端午節親子包糭獻愛心



親子賀年食品製作坊

健康生活在甲子之親子烹飪比賽頒獎





訓育輔導 Discipline & Counselling


義工活動之老友相聚暖寒冬

循規蹈矩、備受讚賞

本校極重視訓育輔導，採用「全校策動法」，編配大部分老師為班主任， 採用雙班主任制，將訓育、輔導、服務、公民教育、社會和德育融合為一，力臻本校學生，循規蹈矩，行為端正。

本校設有早會、周會、專題講座、小組輔導及班主任時間等，透過自編德育及公民教育教材、學生輔導活動、義工服務及領袖訓練，協助學生建立正確價值觀，推行學生獎勵計劃，鼓勵學生在學業、品德、服務及活動方面力爭上游。


義工活動之老友相聚暖寒冬


紀律領袖訓練營
中四級跟進日營




香港青年志願團

Our students are well-behaved. Notwithstanding, our school still places very strong emphasis on Discipline and Counselling. We have adopted a Whole School Approach, appointing most teachers to be class teachers. We integrate Discipline, Counselling, Voluntary Services, Civic Education, Social Studies and Moral Education into one entity.

In Moral Education, core beliefs and values are put across in morning assemblies, class teachers' time, seminars, small group sessions, weekly assemblies, the materials and activities devised by our teachers in Moral Education sessions, counselling activities, volunteer services and leadership training. An award scheme has been introduced to encourage excellent performance in conduct, study, services and activities.


「健康 SUN TEEN」計劃 - 逆風之旅宿營


「健康 SUN TEEN」計劃 - 抗誘型人自我認識講座



領袖委任禮


青協講座「堅毅精神」



參觀環保園 EcoPark



警青承長計劃講座

學生活動 Student Activities


環校跑

多姿多彩、發展潛能

為達致全人發展，本校鼓勵初中學生積極參與聯課活動。本校設愛、敬、勤、誠四社及超過五十項課外活動，包括學術組別、興趣組別、制服隊伍、服務團隊、運動組別、藝術及表演組別等類。本校之聯課活動均整年運作，學校假期不時有各類有益身心之活動，讓學生善用閒餘。

此外，透過領袖培訓，各聯課活動積極成立學生委員會，自行籌劃或協助老師組織活動。

In order to achieve all round development, our school requires all students to take part in co-curricular activities. There are four Houses and more than 50 activity groups, which can be categorized into academic associations, interest clubs, uniformed groups, service teams, sports teams, and art and performance groups. Operation of these clubs and co-curricular activities is continued even in holidays. Furthermore, trained and experienced student committees assist teachers to plan and organize activities.


捐血日

中文學會	校園電視台	學生會	乒乓球校隊	合唱團
英文學會	攝影學會	SDU 領行者	羽毛球校隊	英語戲劇培訓計劃
數學學會	電腦學會	領袖生	女子排球校隊	中西民族舞
科學學會	中國象棋學會	圖書館領袖生	男子手球校隊	戲劇學會
數學奧林匹克校隊	機械人製作	資訊科技領袖生	男子排球校隊	SDU 步操樂團
中文朗誦隊	遙控模型車	甲子服務團	足球校隊	Battle of the Books
英文朗誦隊	烹飪班	紅十字會	游泳校隊	Sound Band
中文辯論學會	時裝設計	肝康大使	田徑校隊	
英語辯論學會	漫畫創作	環保大使	四社	
英語話劇	日文學會	職業特工隊	單車校隊	
校園小記者	韓文學會		場地單車隊	
FIX（歌曲欣賞）	英文廣播學會		體能訓練班	
英語大使	素描及繪畫			
通識學會	編織班			
時事學會	志願團			
模擬法庭大賽	飛鏢學會			
Creative Writing				


甲子舞台


參觀消防展覽車


蛋糕製作體驗日


時裝設計表演


參觀騎術學校及體驗策騎小馬活動


西貢區中學巡禮合唱團表演


香港太空館 - 到校天文活動 - 星校行

獎項舉隅 Awards

5月啟程美國密歇根州
大學出席創意思維活動
競賽世界2017總決賽。



屢獲殊榮、為校爭光

類別	項目	獎項	主辦機構
學術	香港創意思維活動競賽長期題	(第三組別)冠軍	Odyssey of the Mind
	百仁齊心盃多角度校際辯論邀請賽 - 總決賽	亞軍 最佳辯論員	百仁基金與香港齊心基金會合辦
	第 16 屆《基本法》多面體 - 全港中學生辯論賽(基本法盃)	最佳辯論員 3 名	香港基本法推介聯席會議
	模擬法庭 · 公義教育計劃 2016-2017 第一回合初賽	最佳律師 最佳証人	香港善導會
	「孝道相傳、濃情有愛、中小學生齊參與」2016 -「孝道相傳徵文比賽」	中學組 - 冠軍 1 名 中學組 - 優異獎 2 名 最積極參與學校獎	葵涌扶輪社與 仁濟醫院靚次伯紀念中學合辦
	2016 International Competitions and Assessments for Schools (ICAS) - Mathematics, English, Writing, Science	15 Credits 14 Merits 5 Distinctions	The University of New South Wales - Australia
	The 18th HKPTU English Debating Competition Secondary Sixes CMI Grand Final	總冠軍	Hong Kong Professional Teachers' Union
	Hong Kong Secondary Schools Debating Competition 2015-2016 (Term 2/ Division 2)	Grand Final 第一回合最佳辯論員 第二回合最佳辯論員	Hong Kong Secondary Schools Debating
	2016 孔聖盃學界數學奧林匹克公開賽 初賽 - 中一至中二組 - 中三至中四組	三等獎 2 名 三等獎 1 名	孔教學院 香港數學奧林匹克協會
	第 8 屆 Super 24 邀請賽	二等獎 1 名 三等獎 3 名	順德聯誼總會胡兆熾中學
	2017 亞洲國際數學奧林匹克公開賽 (AIMO Open) 香港賽區初賽	中一級金獎	亞洲國際數學奧林匹克聯合會
	《華夏盃》全國數學奧林匹克邀請賽 2017 - 香港賽區初賽 - 華南賽區決賽	一等獎 2 名 二等獎 2 名 三等獎 4 名 一等獎 1 名 二等獎 1 名 三等獎 1 名	香港數學奧林匹克協會 香港潮州商會
	2015 至 2016 年度香港學校戲劇節 - 中學廣東話組	傑出導演獎、傑出演員獎 傑出合作獎 傑出舞台效果獎	教育局(主辦) 香港藝術學院(製作)
	Harvard Book Prize 2016 (哈佛大學圖書獎 2016)	Winner 1 名 Runners-up 2 名	The Harvard Club of Hong Kong
	2016 國際豆類年美術設計創作比賽 - 香港賽(組別 5) - 世界賽(組別 5)	三等獎 10 名 三等獎 2 名	保良局/三寶珠寶集團有限公司
	Asia Young Illustrators Competition 2016 Let's Move to Mars 移民到火星吧! -Secondary School Category	Silver Prize	Hong Kong Youth Art Ventures Centre
	Working Reality 終極大戰(第五回)	市場策劃獎亞軍 最受歡迎服務員獎亞軍 最受歡迎服務員獎季軍	香港青年協會 民政事務局
	學界遙控模型車賽 2017	隊際賽亞軍	香港遙控模型車教室
	2016 STEM 遙控模型車青年盃	隊際賽殿軍	科普教育基金
	計算機科學大挑戰 - 中學組	優異獎 2 名	香港城市大學、 明報教育出版有限公司、 香港數碼遊戲為本學習協會、 睿知科技有限公司
	SolidWorks 3D 設計比賽 2016	中學組亞軍	智誠科技有限公司
	新春書法比賽 2016-2017	初中組亞軍	旺角區文娛康樂體育會
	第 11 屆「善言巧論:全港學生口語溝通大賽」- 小組討論項目(粵語)	中學文憑組小組優異獎	香港教育學院 理性溝通教育學會
	與你同行獎勵計劃 2015-16	嘉許獎 6 名	家庭與學校合作事宜委員會 香港海洋公園 香港大學社會工作及社會行政學系
	2016 全港青少年進步獎	優異獎 3 名	杜葉錫恩教育基金,青新時代
	青苗學界進步獎 2015-2016	青苗學界進步獎 23 名	青苗基金







類別	項目	獎項	主辦機構
步操、朗誦、舞蹈及運動	香港步操樂團公開賽 2016	連續四年奪得金獎	香港步操及鼓號樂團協會
	Summer Marching Festival 2016	Award of Excellence & Special Award	Japan Marching Band Association
	音樂事務處 40 週年《音樂盛宴》- 學校聯演	優異獎 魅力台風表現獎	康樂及文化事務處 - 音樂事務處
	68th Hong Kong Schools Speech Festival - Public Speaking Solo - Solo Verse Speaking - Dramatic Duologue(Secondary 3 and 4) - Public Speaking Term - Thematic Group Speaking	Winner Winner, 20 Merits 1st Runner up 2 Merits 2 Merits	Hong Kong Schools Music and Speech Association
	第 68 屆香港學校朗誦節 - 二人朗誦 - 粵語 - 詩詞獨誦 - 粵語 - 散文獨誦 - 粵語 - 散文獨誦 - 普通話	優良 1 名 優良 1 名 優良 10 名 優良 3 名	香港學校音樂及朗誦協會
	第 68 屆香港學校音樂節 - 結他獨奏(中級組) - 分級鋼琴獨奏	優良 2 名 亞軍 1 名、優良 4 名	
	香島中學七十週年校慶系列活動 - 回歸盃乒乓球邀請賽 2016	女子中學組季軍	將軍澳香島中學
	全港中學生烹飪比賽 2016	團體亞軍	港燈家政中心
	2016-2017 外展教練計劃 - 學校單車比賽 - 男子乙組(計時賽) - 男子丙組(計時賽) - 女子丙組(計時賽) - 男子乙組(障礙賽) - 男子丙組(障礙賽) - 女子丙組(障礙賽)	全年總冠軍 冠軍、亞軍、殿軍 冠軍、季軍、殿軍 冠軍、亞軍、季軍 殿軍 冠軍、季軍 冠軍、季軍、殿軍	中國香港單車聯會有限公司
	2015-2016 香港公路繞圈賽 - 少年組 11-13 歲	季軍	香港單車聯會
	第 44 屆全港公開舞蹈比賽 - 西方土風舞公開組	銅獎	觀塘區文娛康樂促進會 觀塘民政事務處
	中銀香港卓越青苗運動員獎	第三組運動員獎 1 名	香港學界體育聯會 港島及九龍地域中學分會
	2016-2017 中學校際田徑比賽第三組別(九龍二區) - 女子乙組 200 米 - 女子乙組跳遠 - 女子乙組 4x100 米接力 - 女子丙組 100 米 - 女子丙組 200 米 - 男子乙組 -800 米 - 男子乙組 4x100 米接力	亞軍 亞軍 殿軍 亞軍 亞軍 殿軍 亞軍	
	2016-2017 中學校際排球錦標賽	女子甲組團體殿軍	
	2016-2017 中學校際游泳比賽第三組別(九龍二區) - 女子甲組 50 米 自由式 - 女子甲組 100 米 自由式	亞軍 殿軍	
	2016-2017 中學校際乒乓球比賽第三組別九龍二區	男子甲組團體亞軍	
	2015-2016 中學校際沙灘排球錦標賽港島及九龍第二組	女子組團體亞軍	
	2015-2016 中學校際籃球比賽九龍區(第二組)	男子丙組亞軍 團體季軍	
	第 34 屆保良局屬下中學聯校水運會 - 100 米 自由泳	女子高級組殿軍	保良局
	屈臣氏集團香港學生運動員獎 2016-2017	學生運動員獎 1 名	屈臣氏集團
	第 15 屆西貢傑出學生選舉	初中組優勝盃	西貢文化中心社區發展基金會有限公司
	暑期閱讀約章 - 中學組優秀作品	嘉許狀 8 名	香港教育城
獎學金	2016 Nicola Myers & Kenneth McBride Memorial Fund		Island School
	2016「明日之星 - 上游獎學金」計劃		扶貧委員會
	2015-16「保良局王月仙助學金」		
	2015-16「保良局伍何永貞紀念教育基金」獎學金(學業成績出眾者)		
	2015-16「保良局吳辛靜珊紀念獎助學金」		
	2015-16「保良局黎麗卿進步獎學金」		
	2015-16「保良局何玉清兒童及教育基金」		
	2015-16「保良局福珍獎助學金」		
	2015-16「保良局馮學洪先生夫人獎助學金」		
	2015-16「保良局獎學金(獎勵品學兼優的學生)」		保良局







其他學習經歷
Other Learning Experiences




青少年暑期戲劇體驗計劃


旅舍及商場管理

中文辯論隊



本校中文辯論隊創立於 2013 年，由中三至中六級學生組成。辯論隊透過集會，由老師及專業導師教授辯論技巧，提昇思辨能力。四年的發展，辯論隊的表現持續進步，於 2016 年 5 月晉級百仁基金與香港齊心基金會合辦的「百仁齊心盃多角度校際辯論邀請賽」決賽，榮獲亞軍，而本年度辯論隊亦於「第十六屆《基本法》多面體－全港中學生辯論賽（基本法盃）」晉級新界東八強，並取得三次最佳辯論員的獎項。







體育比賽


中銀香港卓越青苗運動員
第三組運動員獎

每一個學生在成長的過程中，都會懷有大大小小的夢想。他們希望成功，渴望並無悔地揮灑著熱情與汗水，學校希望盡可能地守護每一個學生的夢想。曾泳瑜同學獲得名額只有十名的「中銀香港卓越青苗運動員獎」，這是一個重量級的榮譽和肯定。曾同學令人讚嘆的成績，是對努力的最大肯定。

此外，籃球、乒乓球及游泳學界比賽皆取得不俗成績。不得不提是女排取得校際排球錦標賽團體殿軍。想當初組軍不易，傷病困擾，未達最少出賽人數等。最後前隊員加入才湊足人數。球員必須小心應對每一場賽事，不能受傷，沒有替補，訓練爭分奪秒，中六隊員更需兼顧補課，實在付出了不足為外人道的努力。雖然最後獲得殿軍，未能搶元，但過程留下了難忘的回憶，亦令中六隊員可以無憾完成中學生涯。

甲子田徑隊今年亦處於革新和蛻變之中，在去年優秀的發揮和表現後，今年甲子重新出發。運動員的精神和甲子自強不息的信念已融入隊伍，刻苦不懈的訓練已成為日常，不怕苦不畏難的精神已建立，渴望比賽和勝利的種子也在心中發芽。我們有足夠的信心，這支田徑隊在將來是一支甲等隊伍，甲子的旗幟終將在領獎台上舞動。


2016-2017 中學校際游泳比賽
第三組別 (九龍三區)
女子甲組 50 米 自由式亞軍

學校或許並不能為學生提供一流的設施或教練，惟我們可以的，是為他們提供世界一流的信念「突破自我、追求卓越」以及無限的支持。


2016-2017 中學校際排球錦標賽
女子甲組團體殿軍


2015-2016 中學校際沙灘排球錦標賽
港島及九龍第三組女子組團體亞軍


2016-2017 中學校際乒乓球比賽
第三組別九龍三區男子甲組團體亞軍


2015-2016 中學校際籃球比賽九龍區 (第三組)
男子丙組亞軍及團體季軍

甲子尋夢團


動物美容及護理工作坊

尋夢不是「口號」，而是要經歷和實踐，才可以令夢想成真。本校成立「甲子尋夢團」，為協助學生早日尋找夢想和人生意義，積極搜羅不同行業的參觀與體驗機會，包括甲組籃球、航空服務、傳媒製作、醫療護理、婚嫁及形象設計等二十多個行業。學生有機會親身訪問理想職業的前線人員，了解行業要求、過來人的成功經驗和為達成理想所付出的努力。

學生參與「甲子尋夢團」後，對理想職業認識更深，明白規劃前路不應見步行步，而是必須把握現在，珍惜求學和其他機會裝備自己。對未來方向漸見清晰、充滿期盼的他們，無論在處事態度、學業成績和時間運用方面均有顯著進步。同時，「甲子尋夢團」去年亦榮獲香港青年協會「讚好校園」表揚計劃 2015 之「讚好校園活動」大獎殊榮。


人像及商品攝影


麵包及甜品製作


時裝、產品及室內設計


香港國際機場保安


香港地鐵公司港鐵九龍站


化妝、髮型及美容





創意拍照

健康生活在甲子（2016）



根據世界衛生組織定義，健康是指「生理上、心理上及社會上的安寧美好狀態，不單是沒有疾病」。據資料顯示，健康是影響人們學習能力的主要因素。有見及此，本校於二零一六年四月份以「健康生活在甲子」為主題，推出一系列與健康生活有關之活動，包括「健康生活在甲子」啟動禮暨「健康同樂日」、親子烹飪比賽、健康舞、健康早餐、開心「果」日、匙扣設計比賽、海報設計比賽、口號設計比賽、班壁報比賽、健康生活圖書展、師生烹飪比賽等。



健康生活對每一個人均是相當重要，希望在甲子家長、老師及學生之積極合作及推廣下，甲子學生能建立健康生活，活出快樂的人生。





健康測試站



師生健康操



健康同樂日攤位遊戲



Sound Band 樂隊



台下大合照





親子烹飪比賽

步操樂團表演



健康同樂日攤位遊戲





師生烹飪比賽



模擬法庭・公義教育計劃 2016

「模擬法庭 · 公義教育計劃」由善導會主辦，以教育學生公義、公平及香港司法程序為目標的活動。學生需要參與由善導會舉辦的各項講座、培訓課程，以及最令學生投入的法庭比賽活動。活動需時雖久，但學生從中所學習到的豐富知識和寶貴的經歷，實難以相比。



在各項活動之中，最令同學印象深刻及投入的是模擬法庭比賽。同學須於高等法院比賽，並根據主辦團體所提供的模擬案件扮演大律師及證人角色，與友校同學作賽。在比賽之前，學生必須學習一些主問及盤問的技巧，並且清楚了解各項法律程序及規則，所以整個比賽的經歷與真實的案件審訊程序無疑。過去幾年，本校同學於模擬法庭比賽表現出色，並多次榮獲最佳律師獎、最佳表現獎及最佳證人獎。



敦煌、西安歷史文化及藝術探索之旅





本校積極參加校外文化交流活動，讓學生走出校園，開拓視野。本校十位中五學生於 2016 年 6 月 26 日至 7 月 1 日期間，參加了教育局舉辦的 6 天學習團：「 薪火相傳」平台系列：西安歷史文化及經濟探索之旅內地交流計劃」，讓學生認識敦煌和西安的古蹟、歷史及保育，欣賞古蹟中蘊藏的藝術和文化瑰寶，以及認識古代絲綢之路和現今的絲綢之路經濟帶。行程中令學生增廣見聞，拓寬眼界。同時，亦有機會參觀了敦煌莫高窟，獲得敦煌研究所的熱情接待，讓學生參觀珍貴壁畫及從未對外開放的洞窟，令學生獲益良多。

行程中亦參觀了陽關、鳴沙山等著名景點。萬里煙波，學生親身感受塞外的蒼涼，領略「西出陽關無故人」之感，使學生留下難忘回憶及度過一個充實的暑假。







「同根同心」- 香港初中及高小學生內地交流計畫 2016

由教育局主辦及和富社會企業承辦，目的是為學生提供學習經歷，加深他們對廣東省的歷史文化、風俗特色、經濟建設、自然保育等各方面的認識，並讓學生體會粵港兩地的關係。今年學校參加了「廣州及珠三角的經濟發展（兩天）」團，在兩天的行程裡，學生參觀了深圳一家高科技公司、廣州旅遊學校、廣船國際股份有限公司及花城廣場。在參觀期間學生得以了解國內不同行業的發現概況，更讓學生有機會了解個別行業，如造船業的工藝和市場價值等；而在參觀當地重點學校時，當地的學校特地為我們的學生安排了不同參觀項目，讓學生對該校學生的學習生活及內地的教育制度有初步的認識，同時更建立了同學間的友誼。









保良局屬下中學生京津交流考察團 2016

由保良局主辦的保良局屬下中學生京津交流考察團，目的是透過參觀北京及天津大學及認識社會民生，從而提高學生對當地教育及文化的認識與認同，及提升學生對國民身份的體認，並為未來到國內升讀大學作參考。在七天的行程裡，學生參觀了北京大學、清華大學、北京中醫藥大學及天津南開大學等著名大學，期間與當地大學生交流面談，並經歷內地大學的上課的情況；在天安門廣場參與升旗禮，感受中國人的身份認同；遊覽故宮博物院及長城，體會中國源遠流長的歷史；參觀百度公司位於北京的總部，瞭解內地互聯網科技及運用大數據概念；夜遊王府井大街，體察內地市民的日常生活；乘坐高鐵往來北京及天津，親身體驗內地先進交通工具；以上參觀項目，讓學生親身體會內地城市的風土人情、了解中國的歷史和體驗南方與北方的文化差異。





韓國科技環保及文化之旅





韓國交流團之旅由七月七日開始，展開了五天四夜的旅程，探索韓國當地日新月異的科技以及古風淳樸的文化。首站便是與韓國科技發展有着重點關連的天然氣工廠——仁川瓦斯科學館。探討韓國的科技方面後，韓國的飲食文化亦是一個有趣的課題，韓國國民非常重視飲食文化。

此次交流活動品嚐了不少當地美食。當中包括韓國有名的媳婦伴飯、擦擦鍋、人蔘雞湯、長壽麵、炸醬面及韓燒豬扒等。同時，也參觀了紫菜加工廠。了解整個紫菜加工的過程包括下油、加工和包裝，整個製作過程此刻仍歷歷在目。

經過這一次的韓國之旅，同學體會了韓國的風土人情，科技更令大家大開眼界，令同學體會到「讀萬卷書不如行萬里路」的道理。



四川的歷史文化及生態探索之旅



我們十位中二、三的同學有幸參加四川的歷史文化及生態探索之旅。能親往實地學習令大家興奮不已。

武候祠裡，三國英豪的歷史歷歷在目。岳飛抄寫的《出師表》令人非常感動。明清時期已有的古街寬窄巷子是同學們欣賞古建築的好地方；熱鬧的錦里古街有各種垂涎欲滴的四川小吃，大家捧著大肚皮才捨得離開。在杜甫草堂同學們邀請成都人朗誦杜甫的詩句，「兩隻黃鸝鳴翠鳥，一行白鷺上青天…」，仿佛草堂的主人就在我們身邊。看川劇變臉可熱鬧了，連連的叫好聲讓我們享受了一次中國戲劇的精彩。站在嘆為觀止的自貢恐龍博物館侏羅紀時代的化石堆前，而且親手摸了一摸恐龍腿骨的化石，真難以想像巨大的馬門溪龍曾是四川這片土地的霸主。樂山大佛慈祥的眼神自唐朝以來看顧了無數像我們這樣遠道而來的莘莘學子。還有，哪能忘記毛絨絨的熊貓！真是百看不厭！你聽過熊貓吃竹葉的聲音嗎？我們的距離就是這麼近！

川菜味道可口，但最暖心的是與成都石室中學的學生共晉午餐。短短的數小時有說不完的話，有依依不捨的情，更有永記於心的友誼。

在 2017 年 2 月 19 至 22 日，短短四天我們看到的，嗅到的，嚐到的，聽到的，摸到的和學到的，說也說不完，感受非常深刻。四川留在了我們的心中。



保良局領袖紀律訓練營 (2016-2017)

















每年中四級的同學均參加由保良局主辦的「領袖紀律訓練營」。目的是訓練紀律和培養領袖才能。短短的四日三夜，學生由各自為政到齊心協力；由一盤散沙變作隊伍整齊，充滿自信、精神抖擻整齊叫喊著口號，踏著一致的步伐，實在叫人刮目相看。透過不同挑戰活動，如行山澗、划木筏、攀高牆等，讓同學能明白團隊精神的的重要性。同學們更學會尊重別人和承擔責任。訓練營結束後，同學以感恩、自愛和自信邁出他們的腳步，迎接未來的挑戰！為了幫助同學的持續發展，營後的跟進更是加油站！讓同學理想的火焰繼續燃點，向著自己的理想和目標邁進！













2016-2017 年度「關愛校園」計劃 BLESS



「關愛校園」榮譽



本校一直積極推動生命教育，培養學生懂得關愛校園，服務社群，用生命影響生命，成為願意承擔使命的未來領袖。同時推動家校合作，把「關愛」之情及「正向文化」從校園帶入家中，亦從家中帶返校園，進而擴至社會。

本校有幸連續五年於香港基督教服務處舉辦的「關愛校園獎勵計劃 BLESS」比賽中，榮獲「關愛校園」榮譽。我們深信，在一個著重推動生命教育及充滿著「愛」的校園環境下成長的學生，必能在身、心、靈得到全面發展，將來貢獻社會及回饋國家。

今年，本校更參選了「卓越關愛校園」之「最積極推動生涯規劃」主題大獎，本校一直積極制定生涯規劃教育的政策，加強生涯規劃教育的元素，令學生盡早了解自己的方向，協助學生實踐夢想，對未來作好妥善安排，走自己所希望走的生命歷程。透過生涯規劃教育及多元活動，讓學生定出學習方向、計劃將來、確立目標，提升學生自信心，從而建立健康自我形象及積極人生觀及賦權學生，培養學生服務社群，訓練學生領導能力，讓學生承擔責任及展示領導力，協力共建團隊精神及歸屬感。



中一迎新日



感恩周午間音樂會



關愛校園點唱站「鼓舞甲子」

英語辯論隊



英語辯論為學生學習英語的重要媒介，目的在訓練學生思辨能力，及提高在特定語境下的英語運用能力，是以本校自五年前已成立英語辯論隊，骨幹成員為中二至中五學生。為提升學生掌握辯論技巧，校方特延聘校外專業機構，由外籍老師教授有關知識，並安排學生參觀校際的英語辯論比賽，藉以吸收經驗，啟發思考，增強信心及樂趣。受訓後，表現優異的初中辯論員會被安排參加友誼賽，而高中辯論員則會參加學界比賽。發展至今，本校英語辯論隊表現理想，成績良佳，去年更分別在 The 18th HKPTU English Debating Competition Secondary Sixes CMI 及 Hong Kong Secondary Schools Debating Competition 2015-2016(Term 2/ Division 2) 獲得冠軍及亞軍，當中亦不乏辯論員榮膺『最佳辯論員』殊榮。



The Champion of the 18th HKPTU English Debating Competition Secondary Sixes CMI





HKSSDC 2015-2016(Term2 Division2) Grand Final

機械人及遙控模型車學會

設計與應用科技科成立的機械人及遙控模型車學會，為有興趣的同學，提供有系統的機械人及遙控模型車培訓，讓他們於機械和電腦程式方面的才能得以發揮，亦培養了永不言敗和科技探究的精神。近年同學不單在各項校際比賽都獲得獎項，本年度更獲邀參加「香港科普教育基金會」舉辦的「科普之旅」，與其他學校的遙控模型車學會會員，一起參觀深圳和東莞的遙控模型車生產商，了解有關的設計和生產流程，使同學們大開眼界。







共建和諧社區服務課程





在 2016 年 12 月至 2017 年 3 月，本校中四級和中二級同學分別參加了由基督教靈實協會、香港青年協會將軍澳青年空間，及本校合辦的長者義工服務。有關服務分別名為「老友相聚暖寒冬」和「耆少同樂日」。

在「老友相聚暖寒冬」活動中，有近三百位長者蒞臨本校，中四級同學為他們準備了小食、攤位遊戲、短劇演出，以及健康檢查。有關活動除了讓一班「老友記」感受到聖誕節熱鬧的氣氛外，也讓本校同學藉著親身實踐，帶給「老友記」歡樂。透過是次活動，同學們能從中認識如何關懷長者及回饋社會，並且讓他們發揮個人所長，培養他們日後積極參與義工服務的態度。



在「耆少同樂日」舉辦當日，本校中二級同學共招待了百多位區內長者到校參加連串的活動，包括健康操、健康常識攤位遊戲及拍照留念。活動過程中，同學們與長者言談甚歡，並且對他們關懷備至。同學的表現不單讓各長者讚口不絕，更令他們樂而忘返。







甲子 SDU　及步操樂團

Self-discipline Unit (SDU) 乃本校於 2007 年成立的制服隊伍，由警務處東九龍衝鋒隊義工協辦步操訓練、領袖訓練及多元化活動。透過恆常步操和樂團訓練，以及個人挑戰及團隊領袖訓練活動，包括沿繩下降、獨木舟、野外露營、戶外 War Game 及校內定靶射擊、升旗和急救訓練等，培養同學的自律能力、危急應變能力、領袖才能、抗逆能力及團隊精神。

同時，警務處為隊員提供多項活動如參觀衝鋒隊行動基地及觀賞各部隊步操結業禮。每年 SDU 步操結業禮，更獲東九龍指揮官出席，為隊伍進行檢閱。學員穿著筆挺的制服，昂首闊步，行列整齊地向檢閱官敬禮，正顯出他們的自信、堅毅和積極正面的人生態度。

本校於 2010 年獲得保良局李兆忠優質教育基金撥款發展 SDU 步操樂團，希望讓學生在這個音藝表演平台上盡展所長，發光發亮，建立更強的自信和團隊精神。從成立至今，一直受同學及家長的喜愛和支持。憑藉努力及刻苦的訓練，贏得一次又一次的讚譽，更榮獲多次邀請公開表演，如「珠港澳步操匯演」、「香港藝術、文化與音樂巡禮」、「教育局敬師日慶典」及「香港花卉展覽」等多個大型活動。在今年暑假更獲 JAPAN MARCHING BAND ASSOCIATION（日本步操樂團協會）邀請，成為香港唯一一支受邀到日本表演的隊伍，並榮獲特別賞及優秀賞兩個獎項

SDU 步操樂團在相關的比賽上亦取得驕人的成績，樂團於 2013 年獲香港步操樂團公開賽銀獎，於 2014 至 2016 連續三年奪金。2017 年獲得由香港音樂事務處舉辦的《音樂盛宴》中獲得魅力台風表現獎。經過恆常的訓練和各樣的表演，更讓學生明白「台上一分鐘，台下十年功」的道理。



SDU 步操結業禮


步操樂團練習


懲教署「港島童軍 221 旅 30 周年慶典」表演


香港步操樂團公開賽連續三年奪金獎









音樂事務處 40 周年《音樂盛宴》表演




升旗禮

SDU 步操結業禮





Japan Marching Band Association
Summer Marching Festival 2016




朋輩協作及領袖訓練營


中三領袖紀律訓練營


中三生活營


War Game 領袖訓練

甲子團隊及領袖訓練

為準備投身社會的需要，本校安排初中學生參與團隊訓練日和三日兩夜的團隊生活營，以增強學生的協作能力和對學校的歸屬感。另外，每級平均有三分之一以上學生獲甄選為「SDA 學生大使」，透過各級領袖訓練營和不同種類的實務訓練，如朋輩調解、演說技巧、班會議、組織遊戲、攝製短片、步操、山藝及 War Game 等，讓學生由中一開始踏上領袖階梯，建立良好榜樣，感染身邊的同學，並且由初中開始累積寶貴經驗，整裝待發承接高中領袖崗位，發揮「生命影響生命」的領袖角色。


中一生活營


高中領袖訓練營



甲子成夢傳奇

「成夢傳奇」是本校為有志追尋夢想的初中同學的伙伴計劃，目的是透過提供專業人士的培訓和本校何玉清基金的資助，為同學「度身訂造」計劃，及早定立人生目標去成就個人夢想。其中甲子公路單車隊及場地單車隊是以學生意願為主導的學習計畫。

在成立場地單車隊的過程中，經歷了整整兩年的艱苦奮鬥期，包括屢敗屢戰的單車考試、因惡劣天氣而多次暫停的白石單車場訓練計劃、單車館維修四個月延誤計劃多時的資格試考試進度、學生因受傷或學業退隊而影響未有足夠人數進行考試。期間「尋夢」學生表現份外積極主動、刻苦耐勞亦不可同日而語。

直到 2017 年 2 月 8 日，學生終於成功通過場地單車的終極考試，獲得單車賽道使用證資格，正式能夠於香港單車館訓練及參與場地單車比賽。當日甲子成立了全港首隊場地單車校隊，並於 2017 年 2 月 18 日，首場比賽 - 全港場地單車賽 - 第五回合（個人計時賽）進入決賽，用最好的成績回報了他們自己的努力。最後，要特別多謝賴藹欣教練的全力支持，還有港隊一姐李慧詩的鼓勵。




甲子公路單車隊與李慧詩拍攝微電影


障礙賽




全港第一支中學場地單車隊


Sound Band 尖沙咀表演


Sound Band 參加藝行亞洲創作 Band 比賽晉身決賽



Sound Band 與李慧詩 Studio 錄歌


外展教練訓練計劃 - 學校單車比賽全年總冠軍

學生會 Student Union



學生會候選內閣辯論

16/17 學生會活動

本年度學生會分別由候選內閣「Epoch」和候選內閣「Zenith」進行競選。兩個內閣進行了一輪激戰後，「Epoch」於全校學生投票下成功當選。當選後的「Epoch」致力服務學生，積極舉辦多項比賽和活動，吸引全校師生參與，共渡愉快的學年。

活動舉隅

- 足球、籃球、排球、羽毛球及乒乓球比賽
- 畢業盃籃球及排球比賽、甲子籃球技巧賽
- 甲子陸運會師生競技賽
- 聖誕聯歡會暨歌唱比賽、甲子好聲音
- 中六畢業生歡送活動
- 時裝設計表演
- 紙飛機大賽
- 提供畢業袍給中六畢業生拍照




學生會委任禮













聖誕聯歡會暨歌唱比賽

畢業生心聲 Words from our Graduates



2016 畢業生 李雲慧

Bachelor of Psychology, McGill University in Montreal

Edward W Beatty Scholarship, 何玉清大學獎學金及何玉清香港中學文憑獎學金

I would like to share a few thoughts about how I made it through my High School years. To begin with, I am not in favor of having a pessimistic mindset, but there were times when I wanted to give up with school. For me, attempting to justify my reasons for relinquishing, I had to ask myself if I would be ready to bear all the undesirable consequences should they strike. Somehow, after giving a deliberative thought to the entire experience, I surprisingly always found my original thoughts of giving up replaced with more positive thoughts. Another thing that I found got me through was to work towards achievable goals. I started small. Looking back and seeing what you have accomplished is helpful in keeping ones spirits up. In my opinion, even if you think you have not achieved as much as expected, you should think about all the hard work and effort you have put in to get to this point! If you give up, then whatever you have achieved so far would just go down the drain. All would be lost. Lastly, a good attitude towards your school and the school work will also help you to enjoy your High School experience.

As for university, it is definitely different from High School. People kept commenting to me that University is the miniature of our society. There is not necessarily anyone to help you through University. You fight for what you want. There will be no one to remind you of the deadlines. It is hard to obtain extensions on assignments. And you are more or less on your own.

From my personal experience, I would recommend students who are still in their High School to cherish what you have now. Accept the help of the teachers! Try to discipline yourself during this "scaffolding" process from Secondary School to University. Take the time to meet the teachers who are willing to be supportive and guide you through all the hardships related to your school and even social life. I hope with the above advice, everyone can conquer every quest.

2016 畢業生 朱浩軒

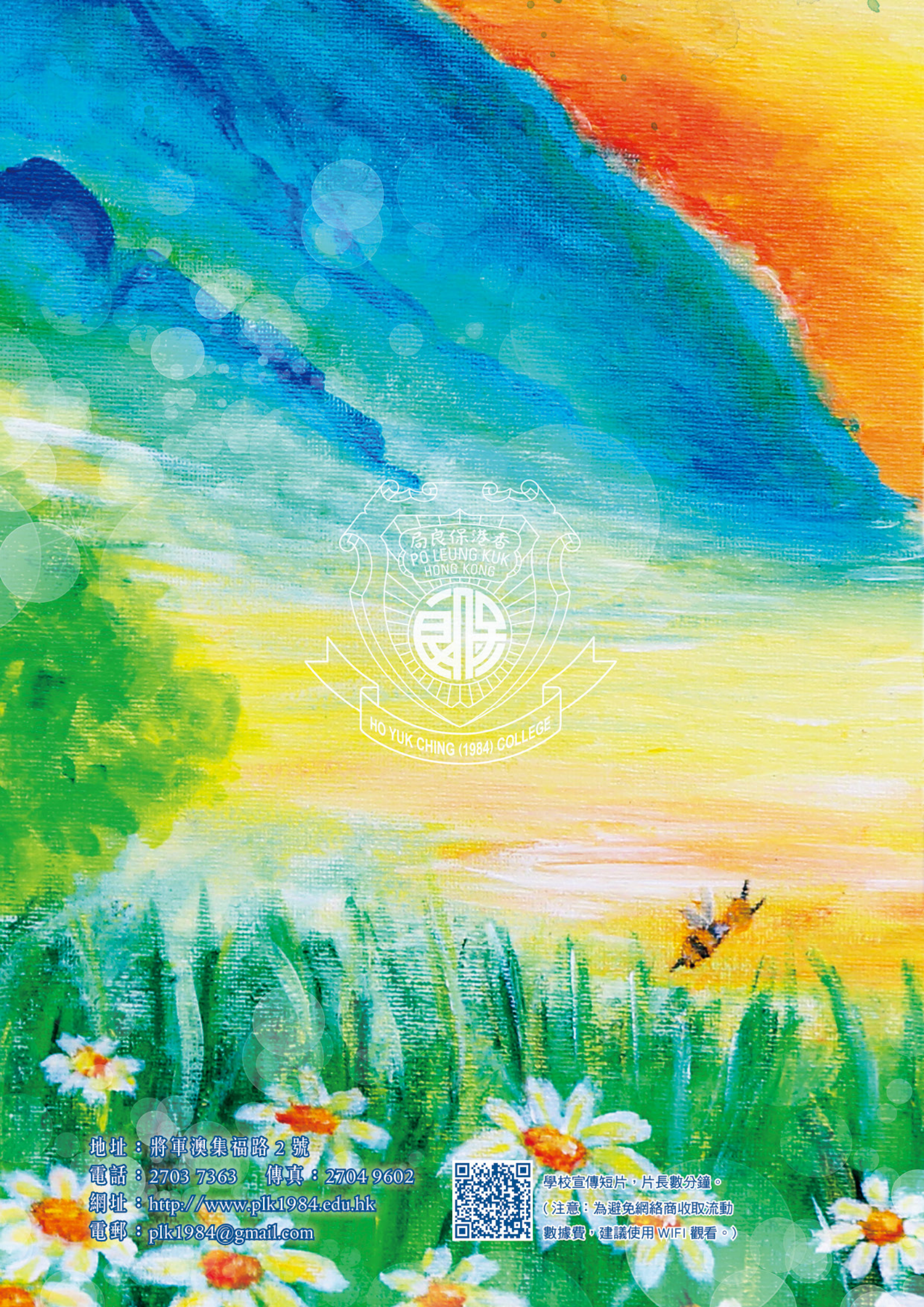
Bachelor of Science, CUHK

何玉清大學獎學金及何玉清香港中學文憑獎學金

韓愈《師說》載：「師者，所以傳道、授業、解惑也。」六年來，老師們迎接莘莘學子進入一個新環境，然後加以悉心栽培，為小樹苗們灌溉充足水分、施以肥料，使小樹苗茁壯成長。六年後，樹苗雖仍不是參天大樹，但也算是小灌木。我很感激老師們六年來的教導，除了學業知識，還有人生道理，以面對社會的各種難關。學生與老師間的關係之最高境界，我認為是做到亦師亦友的關係，我相信我已經達到了。

此外，我亦感謝眾校工，默默努力維持學校的日常運作，只因耕耘於學生的背後，學生經常忽略了他們的貢獻，故此我特別感謝眾校工的不同付出。

希望將來我能回饋母校，報答教育之恩。



地址：將軍澳集福路 2 號
電話：2703 7363　傳真：2704 9602
網址：http://www.plk1984.edu.hk
電郵：plk1984@gmail.com

學校宣傳短片，片長數分鐘。
（注意：為避免網絡商收取流動數據費，建議使用 WIFI 觀看。）