

# PLHKS 2024 pecial

Pentecostal Lam Hon Kwong School Magazine

Bun Fun香港——人文學科學術周

English Study Tour 2024

探索科技，創造可能——STEAM新課程

Journey on Public Speaking Toastmasters  
Youth Leadership Program (YLP)

Green Path Taiwan——台灣生態環保交流團

我們的第一個國際球賽——亞洲合球錦標賽

箏道

尋找內心的創造力——體驗藝術的多元面向

一趟充滿挑戰的旅程——校園電視台

只要你行公義，好憐憫，存謙卑的心，與你的神同行——陳志洪校友專訪

## 封面設計



### With Faith, We Dream

好的作品中能以獨特的視角創造一個能觸動人心的空間，啟發觀賞者重新審視真我，目光在游走畫面的同時，腦海同時思考著夢想與信仰之間的關係。作品不僅是藝術的表達，也是我們在內心深處的反映，渴求與追尋，提醒我們在追求夢想的過程中，信仰的力量如何引導我們前行。

中五 陳麗桉

# 目錄

1 Bun Fun香港——人文學科學術周	劉書睿 黃開誠 梁栢軒 李尚熹 邱詣綽 何曦亮	2B 2C 5A 1D 3A
4 English Study Tour 2024	Ho Tsz Kwai Leung Chung Sing Zeng Wing Tung Lau Bou Coeng Chance Wong King Hang	1C 2A 1D 3A 3C
6 探索科技，創造可能——STEAM新課程	劉昕澄、劉芷莪	1B
8 Journey on Public Speaking Toastmasters Youth Leadership Program (YLP)	Kwok Tsz Long Jeremy	3A
10 Green Path Taiwan——台灣生態環保交流團	賴明儀	4B
12 我們的第一個國際球賽——亞洲合球錦標賽	古芷瑤 關宗泰 林心蓓	1B 4C 3C
14 箏道	陳紫晴	5C
16 尋找內心的創造力——體驗藝術的多元面向	陳麗桉	5B
18 一趟充滿挑戰的旅程——校園電視台	余明欣 鄧耀尊 田頌揚	2A 5C 5D
20 只要你行公義，好憐憫，存謙卑的心， 與你的神同行——陳志洪校友專訪	黃梓悠 林曉晴	5A 4A



# Bun Fun 香港 — 人文學科學術周

**今**年學術周以「香港古蹟、文化遺產、日夜繽紛」作主題，由公民、歷史、地理、企會財、經濟科老師聯合策劃，安排一連串精彩活動，將香港的美，重新介紹給大家。活動包括「文化行程設計比賽」，中二同學要創作短片、設計攤位、推銷香港文化遺產；此外又配合Fun識香港電話軟件，籌備社際問答比賽，還有兩個閱讀分享座談會，希望將「原來香港都有好多嘢行、好多嘢值得睇，就係我地附近」的價值跟同學分享。藉上述活動，啟發同學發掘建築物所盛載的歷史故事、文化風貌，重新Revisit、Rediscover、Rethink我們所住之地——香港。

## 攤位遊戲美食人流笑聲不絕

2B 劉書睿

過去我對香港的了解比較淺薄，在策劃旅遊路線時，我才真正了解到香港深厚的文化底蘊。她每一座建築都並非虛有其表，它們都有著自己背後的故事，例如尖沙咀鐘樓曾在市民要求下被保留下來作為集體回憶標誌。設計攤位遊戲時，我們曾遇到諸多困難，萬幸大家都願意為此付出時間與精力，不同崗位的同學互相溝通協調，才能帶給同學很多歡樂及難忘回憶。

## 師生網上點讚創意行程短片

2C 黃開誠

在短片製作的過程，我們的團隊不斷改善和進步，令短片更加優質！同學間的不離不棄和互相鼓勵，令我們獲得優良的成績。在分工合作當中，我體會到每個人總有他的位置和角色，要信任團隊和鼓勵隊員，成果就會更完美。「文化行程設計比賽」加強了我對本土歷史風俗文化的認識和欣賞。



同學落力招客競逐我最喜愛攤位

“原來大眾可以為非物質文化遺產注入活力，透過實踐為保育項目承傳文化精髓，生生不息。”



文化問答比賽四社爭持激烈

## 台上台下投入社際問答比賽

5A 梁栢軒

“這次學術周不僅是個活動，還是一個機會讓我們把香港獨有的文化、景色、風土人情，分享給每一個同學認識。”

今年學術周其中一個重點活動是「Bun Fun香港社際問答比賽」，作為社長的我，當然義不容辭地參加。進行資料搜集時，發現香港這片地方不算小，亦不能說很大，卻蘊含不同年代、不同人的回憶。看到這些古物古蹟和認識香港的奮鬥史，我看出他們堅毅的精神。要把這些文化傳承下去並非易事，尤其現時社會一直爭論「保育」和「發展」哪個更重要的時候，文物保育工作更顯出其重要性。

## 走遍香港古蹟去打卡

1D 李尚熹

開始時我在「Fun識香港」平台不斷看文章，然後回答問題。幾天後，終於做完全部題目。接著我家人駕車帶我到不同文物古蹟「打卡」。「Fun識香港」除了讓我知道古蹟的變化，更讓我加強國民身份認同。從「打卡」看到這些古蹟和文物，令我更想保育和珍惜它們。香港有這些獨特的建築真令我引以為榮！



由3A吳鎧潼同學設計的書冊封面



## 從鏡頭感受城市之美

3A 邱詣綽

香港，一個充滿魅力的城市，不僅擁有繁華的都市風貌，更擁有令人嘆為觀止的美景。在學術周，學校邀請了校友 Dickens 向初中同學分享攝影的樂趣以及香港的美景。從 Dickens 的分享，我體會到攝影是一種表達自由度很大的藝術形式，可以記錄真實的畫面，不同人對同一個景色的解讀也會有所不同。而且攝影不僅僅是一種藝術形式，更是可以讓人放鬆和享受的休閒活動。

## 城市散步發掘驚喜和樂趣

3A 何曦亮

**“城市中蘊藏著無盡的美景和故事，只要放慢腳步、細心觀察，就能發現到驚喜和樂趣。”**

初中學生有幸參與《香港散步學》作者黃宇軒博士（Sampson）的分享會。Sampson 介紹了好些香港獨特的風景，風景背後的故事更是饒有趣味。此外，Sampson 亦分享了幾種發掘城市之美的方法，以前沒有想過散步可以解悶，但我現在對散步的看法完全改變了。我體會到只要用心欣賞周遭環境，從身邊小事物開始觀察，往往會有意想不到的收穫。



# English Study Tour 2024

**T**wenty-nine junior form students recently took part in the English Study Tour from 28 March to 6 April. During their time in Melbourne, they attended lessons with local Australian students and took part in exciting activities, such as the Sovereign Hill Gold Panning Adventure and the Amazing Race team event. One of the highlights of the trip was a 2-day tour to admire the stunning landscapes at the Twelve Apostles and the breathtaking shoreline of the Great Ocean Road. Living with host families and navigating the city on their own, the students had a truly immersive experience of Australian culture and lifestyle.

SCAN ME!



Video produced by  
Ho Ching Yan (1A),  
Chiu Pak Yin (1B) &  
Leung Pak Hei (1A)

SCAN ME!



Video produced by  
Lu Lok Ching (3A)  
and Lau Lut Hei (3C)



Interacting with Australian students in a group activity



Exploring the city in the Amazing Race Activity

## Student reflections

1C Ho Tsz Kwa

During this tour, we had the opportunity to study with Australian students at Melbourne University, which allowed me to gain an understanding of their culture and language. I also had the chance to learn many English language skills from them. One of the highlights of our trip was visiting the beach. The scenery was pleasant and the breeze was refreshing. Wave after wave washed up on the shore, creating a spectacular sight. The beach was clear and free from rubbish, allowing me to appreciate its natural beauty. It was surprising to see this, as rubbish on beaches is common but rare in Melbourne.

**“People there are really enthusiastic, even though we are strangers to each other! What I like most is that there is no awkward silence at the dinner table. It really relieves my anxiety! Joining this study tour is like a dream come true!”**



Receiving a certificate of participation

## 2A Leung Chung Sing

I went to the Melbourne Museum and saw the dinosaurs. Derek, an Australian student, took us around Melbourne and told us a lot of things about Australia. In this trip, I've improved my English speaking skills, I can talk to the locals fluently and learned a lot of vocabulary!



Participating in a scavenger hunt at Melbourne Museum

## 1D Zeng Wing Tung

In this trip, I learned some Australian terminology and pronunciation. For example, breakfast is pronounced as Brekkie, Good day, mate is pronounced as G'day, mate (geh day, mate), etc. I was very impressed with taking classes with Australian students. In addition to learning in the classroom, I also made new friends. What an unforgettable experience!



Learning about dinosaurs in Melbourne Museum



Finding traces of marine life



Gold Panning at the Sovereign Hill



Finding bits of gold in the river

## 3A Lau Bou Coeng Chance

I went to Sovereign Hill and got the opportunity to realize my dream – getting gold! I knelt down beside the river and started panning gold until I finally got the first bit of gold in my life. It was a minuscule amount but it still shimmers under the sun!



Feeding animals at Chesterfield Farm

## 3C Wong King Hang

My homestay is located in Hoppers Crossing. There are a couple, a 4-year-old daughter and a Rottweiler dog called Lues. I have learned about the living habits of Australians from my host family. I found out that they usually wake up early because the commuting time is long, which is different from Hong Kong.



Staying at a host family

# 探索科技，創造可能

## ——STEAM新課程



同學們十分享受一起設計告示牌的時間

**我**校的STEAM課堂是同學們每周最期待的課堂之一。老師們通過各種策略精心設計了一系列趣味盎然的課堂，還加入了相關的生活議題，激發我們的學習動機。在課堂中，老師給予我們足夠的時間和空間去創想、討論和演說，讓我們經歷設計的過程，培養了我們的創意思維能力、解難能力和創新精神。

1B 劉昕澄、劉芷菽

### 設計AI人工智能鏡頭與回收筒

在STEAM課程中，我們參與了各種富有挑戰性和啟發性的項目。我們利用AI人工智能鏡頭辨認物件的屬性，設計了相應的回收筒開啟機制，以減少回收過程中的錯誤。這個項目不僅提高了我們對AI技術的認識，更讓我們意識到科技在環保領域的廣泛應用。

### 建造大橋計劃

建造大橋計劃是另一個令我們難忘的經歷。我們需要運用物理知識和動手能力，用卡紙和熱溶膠建造一座能夠承重1.8公斤的大橋。這個過程考驗了我們的創意、耐心和團隊合作能力。我們小組在設計和建造過程中遇到了不少挫折，大橋多次在測試中崩塌，但我們沒有氣餒，而是通過反覆討論來修正設計，最終成功建造出一座穩固的大橋。

**“這次失敗的經歷讓我們深刻體會到創新的道路充滿挑戰，但只要堅持不懈、勇於嘗試，終會迎來成功的曙光。”**



## 創建迷宮大遊戲

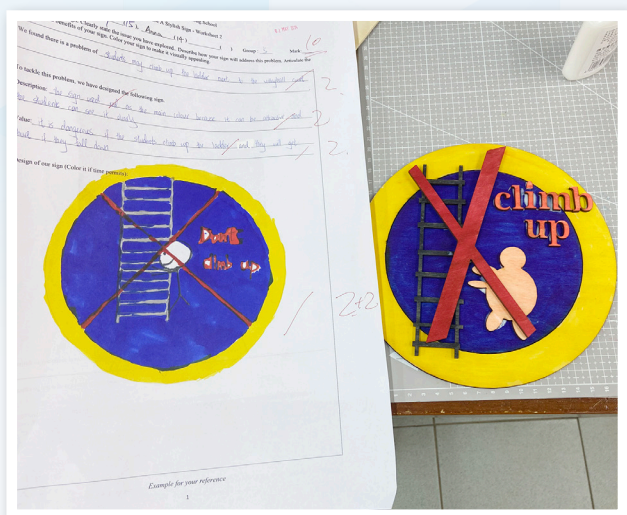
在創建迷宮大遊戲的過程中，我們學習了如何使用 Maze Generator 創作迷宮，並結合AI人工智能和Scratch遊戲設計編程，讓遊戲角色能夠通過語音指令走出迷宮。這個項目不僅鍛煉了我們的編程能力，更讓我們體會到人工智能技術的神奇之處。



同學使用了Scratch遊戲設計編程創作迷宮

## 設計校園告示牌

我們還曾利用3D設計軟件Tinkercad設計了告示牌以改善校園環境。老師使用激光切割儀將我們的設計變為實物，使這些告示牌得以被放置在校園中展示。看到自己的作品能夠有助改善校園環境，我們感到非常自豪。



同學們製作了「請勿攀爬」的告示牌

## 得著與展望

透過STEAM課程中的小組討論和合作，我們深刻體會到團隊合作的重要性。我們學會了分享想法、接納意見和避免爭執，我們也學會了根據每個人的長處分配任務。我們通過集思廣益(brainstorming)、不斷改進(modifying)和評估反思(evaluation)等創作流程，提升了創意思維能力，更培養了審美觀，為自身的未來發展開拓了更多可能性。

## 設計音樂遊戲

老師邀請我們為明年的開放日設計一個結合五感的攤位遊戲，我們將香橙結合不同電子零件製作了一款音樂遊戲。在這個過程中，我們學會了組裝閉合電路，利用Scratch編寫遊戲程序。為了趕及完成作品，我們花了一個週日集合在昕澄家中，從早到晚埋首創作。雖然過程艱辛，但完成作品時的喜悅卻令人畢生難忘。這個跨學科的項目讓我們體驗到音樂、電子和編程的完美結合，激發了我們對STEAM各領域的興趣。



同學運用卡紙和電路製作了一個結合五感的攤位遊戲

**“STEAM教育帶給我們的遠不止知識和技能，更重要的是它啟發了我們的興趣，以及培養了我們的創新精神和解決問題的能力。”**

# Journey on Public Speaking

## Toastmasters Youth Leadership Program (YLP)



### Embarking on a New Journey

3A Kwok Tsz Long Jeremy

If I tell you to think of three words about public speaking, which vocabulary items would you think of? I would say, dream, persist and fearless. These three words have run through my journey of public speaking, and they have become the motto of my life.

Let me start from May 2023. I joined the Youth Leadership Programme. I was a bashful boy, not willing to express myself on stage. But as my fellow schoolmates kept encouraging me, I took a deep breath on the competition stage and became the champion of the competition in YLP. It was certainly a cheerful moment! But I believed that I could do more than that...

I had a dream of becoming a successful public speaker. I have started pursuing my dreams since September 2023, the moment I became an ex-com member of YLP. The responsibility of organizing meetings of YLP has got in my hands. It was tough and challenging. But at the same time, I had to prepare for my Speech Festival competition. It was like 2 massive rocks crushing on me. My dreams seemed to become further from me as it was starting to become fuzzier and tinier.

“Let’s do it together! You’re not you when you do not embrace your dream.” I couldn’t distinguish whether the voice was from my friends, Casper and Sharleen, or my dreams. But undoubtedly, by working with them, I stepped out from my shadow of hopelessness.



## Triumph and Setbacks

November 2023, through training for weeks, I once again stood on the podium. But this time I did the public speech with my teammates. We smiled on stage and successfully pursued “Champion of Team Speech of Hong Kong Schools Speech Festival”. I remembered it all too well. Soon, I had a solo speech competition. I believe in my dreams, and so I performed better than before. At the time of the results announcement, the judge read my name, my mind went blank! I immersed myself in the joy of triumph, dreaming bigger, and hoping for a gleaming future.



Jeremy Kwok Speaking at 21st Century Cup

The HKFYG English Public Speaking Competition is truly an experience for my growth. March 2024, after countless takes of videos of my speech and squillion efforts, I became too anxious and worried about losing the competition. Together with my pressure, I didn't advance to the district final.



Jeremy Kwok at 21st Century Cup

**“Declining... This is your Waterloo.” This sentence was whirling in my head. I couldn't deal with the shock and lamentation of my failure. What if I will never get awards ever again? What if I lost on my journey of pursuing dreams?**



Attending SKH Tsang Shiu Tim Secondary School's YLP Event

While I was still dejected, I was invited to S.K.H. Tsang Shiu Tim Secondary School! I got to deliver my speech and interact with the YLP students and teachers there. It was encouraging that I received the best speaker award that day. My confidence was gained back. I learnt to look forward with my friends and people who support me.

“Keep it up for your public speaking journey” – I was inspired by a message from Ms Tam, our YLP teacher. I realized that I still have a billion opportunities in the future. And I shall persist in pursuing my dream of becoming successful. Instead of looking back and recalling my memories, I shall put my focus ahead.



Championship in the Public Speaking Team Open in the 75th HK Schools English Speech Festival

## Against All Odds

In March 2024, I joined the 21st Century Cup National English Speaking Competition. Training for weeks has shaped me as a better speaker. I advanced to the Semi-Final! Miss Tam and I sacrificed our lunchtime for training. We put in more of our time and effort than last time. I wondered whether I could compete with the last 12 finalists and receive my trophy.

With persistence, I advanced to the final! I arrived at HKCEC. With persistence, I stood fearlessly on stage. With persistence, I pursued my dreams by expressing my thoughts courageously. With high expectations, sadly the

ones who received trophies are not me. My lungs were filled with crestfallen air...

Standing in the grand venue, thinking of the chances I will have in the future, I picked up my confidence fallen on the ground. Turning my head towards the silver lining. Again, with my voice, “The future's bright... dazzling.”

This is the public speaking journey – full of ups and downs. You embrace success; you embrace failure. And you keep it up and keep going. All these made me grow and thrive.



# Green Path Taiwan

## ——台灣生態環保交流團

今年交流團以台灣作為疫情後首個目的地。我們於復活節假期參加了5日4夜的交流團。透過參觀當地的地質公園、環保設施、老街及夜市，以及製作鳳梨酥和陶瓷DIY，我們能深入了解台灣的環境保育、文化歷史和日常生活的特色，使我們獲益良多。



同學們在垃圾資源回收中心專心聆聽義工講解

### 豐富多元的行程

4B 賴明儀

疫情過後，我們終於有機會參加交流團活動。這次為期五日四夜的台灣生態環保交流團，我和同學都擴闊了視野，留下了難忘的回憶。行程安排十分豐富，我們遊覽了許多具有歷史文化特色的景點，包括三峽古老的歷史建築群、熱鬧的饒河街夜市，以及充滿自然奇景的野柳地質公園等。其中最令我深刻的是慈幼資源回收環保考察站，它不僅是一個環保回收站，更是一座隱藏的文物博物館。這裏展示了大量具有歷史價值的文物，如懷舊的英式鐘擺、珍稀的青花瓷器，以及各式古代貨幣，彷彿令人穿越時空，探索當地獨特的歷史文化。

## 從探索中學習

通過親身探索，我對這個世界有了更深的認識和理解。參觀野柳地質公園時，我對大自然神奇的力量感到敬畏，原來經過漫長的時間，大自然可以締造出如此奇特的地質景觀。此外，我也十分欣賞台灣在保育政策上的成就，他們不僅積極推動保育措施，更善用獨特資源來吸引遊客，並藉此宣揚環保理念。



野柳地質公園內滿佈各種千奇百趣的石頭

**“古語云：「讀萬卷書，行萬里路」，這次台灣之旅讓我感受到旅行正是一種生動有趣的學習體驗。”**



同學們各自在天燈上寫下屬於自己的願望

## 貼地感受台灣民生

**“這個旅程不但增進我們對生態環境的認識，更讓我們親身體驗台灣文化生活面貌。”**

除了欣賞各種景致，品嚐當地特色美食也是這次旅程的重要部分！我們造訪了著名的饒河街夜市，那裡琳瑯滿目的小吃攤位，有胡椒餅、蚵仔煎、炸雞排等等，應有盡有。另外，當然不少得當地的正宗滷肉飯和經典牛肉麵！美味非常！我們一桌八人竟然共吃了十九碗滷肉飯，可見其美味程度。此外，我們還嘗試了刺激有趣的攤位遊戲，如射氣球等，增添了不少樂趣。



天燈上升的一刻，大家都期盼著自己的願望能成真



同學們在美麗而且滿載歷史文化的菁桐流連忘返

## 常存感恩、數算恩典

而令人感恩的是，我們在室外活動時天氣晴朗，在室內時則適逢大雨，真的感謝天父給予了我們一個舒適愉快的台灣之旅。最後，要感謝每位隨行老師和當地導遊的悉心照顧，他們的付出為這次旅程增添了許多難忘的回憶。期待未來能夠參加更多類似的交流團活動！



# 我們的第一個國際球賽 ——亞洲合球錦標賽

## 馬來西亞比賽中的經歷與收穫

「合球」顧名思義，是一項非常講究團隊合作的運動。作為對彼此不是很熟悉的U14球員，我們要在短時間內建立默契。儘管結果不如預期，但我們在比賽中建立了深厚的友誼，學會了在壓力下互相支持和鼓勵。

這次比賽也讓我學習到保持冷靜和專注。在一個高水平的比賽中，我們面臨的是來自各個國家的優秀隊伍，他們的實力非常強大。在這樣的環境下，我們更需要冷靜下來，不斷作出檢視和調整。

這次比賽的經歷，讓我學會了處理失敗，以及珍惜機會。我將永遠以自己代表香港參賽的經歷為榮，並以此作為我人生中一個重要的里程碑。



中國香港合球隊成員

**“比賽讓我深刻體會到勝敗乃兵家常事，儘管我們沒有獲得預期的結果，但這並不代表我們的拼搏和汗水沒有價值。”**

第一場比賽對戰中國隊，對面的球隊隊員體格魁梧，使我出現各種失誤。面對大比數落後，我曾想放棄，可是隊友給予我鼓勵，教練亦給予我勇氣，讓我慢慢適應比賽的節奏。輸贏已經不重要，重要的是，我們賽後檢討，力求進步，反省在比賽中的不足之處，並在下次比賽做得更好。

**“我明白到「實力」並非只有天賦，而是通過每一次的訓練鞏固而成，也許在訓練當中付出100%的努力，只能得到少少的收穫，也不會白費了我們的汗水。”**



出戰吉隆坡馬來西亞2024IKF  
亞洲合球錦標賽

### 我的第一個國際賽

4C 關宗泰

我有幸代表香港參與2024年IKF亞洲19歲以下單區合球錦標賽，這是我第一次出國比賽。

比賽前，我和隊友們互不認識，但在這八天的相處中，我加深了對他們的認識。第一次上場時，我十分緊張，不知如何是好，但聽着隊友們不斷互相打氣，我就慢慢進入了狀態，也在比賽中發揮得不錯。



比賽戰況激烈

經過這次比賽，我明白到我和其他國家運動員的差距，也知道自己的不足。我要加緊努力訓練，裝備好自己。希望還有下次機會繼續代表香港出國比賽。



第一次參與比賽

### 大開眼界

3C 林心蓓

代表香港出國參加合球比賽，讓我見識到其他國家參賽者的實力。我們身高上沒有任何優勢，經驗上也沒有別人豐富，但我們沒有因此放棄，而是用不同方法想對策，去打好每一場比賽。由於這是我第一次參賽，無論是技術上，還是策略或體能上，還有很多需要學習進步的地方。我認為這是一次很好的機會，讓我增值自己和擴闊眼界，我將會更加努力、認真練習，希望自己能在各方面有所提升，在下次比賽中勝過上一次的自己。



除了技術，各隊員的配合十分重要



# 箏道

## 初遇

5C 陳紫晴

**我**對古箏的接觸始於我小學二年級的時候。我第一次從媽媽手提電話中聽到古箏的音樂，我被它獨特的聲音所吸引，這激發了我對這個古老樂器的興趣。我十分好奇，抓住媽媽問個不停，媽媽也有意為我選擇一門樂器，就這樣順水推舟，我踏上了我的「箏道」，正式開始學習這門樂器。



小六比賽預備現場

## 「箏」扎

在學習的初階段，我遇到不同的困難，看不懂數字簡譜，無法快速在二十一條弦線中找到正確音符，放棄玩樂的時間，坐在古箏前不斷重複同一句樂曲。曾經的我十分氣餒，也想過要放棄，但看着別人在台上閃耀時，我是多麼的嚮往，幻想有一刻自己同樣能站在台上。我不甘心，也不願前功盡廢，我也想要父母為我感到驕傲，也想要站在燈光下，閃閃發光，我咬咬牙，還是堅持下來，隨後便是不斷的練習、磨練，才有了如今的成就。

**“這條路走來，只有堅持和更多的堅持，才能在古箏的路上走得更遠。”**



紫晴從小在家中勤練古箏

## 成長

在過去的幾年裡，我有幸參加了許多音樂比賽和表演活動，去到不同場地比賽表演，互相交流經驗心得，這些活動為我提供了寶貴的機會，讓我能夠在舞台上展示我的能力。我非常感謝這些機會，因為它們不僅增強了我的自信心，累積了不少經驗，還幫助我結交了很多志同道合的朋友，增加了許多的樂趣。除了參加比賽和表演外，我還積極參與學校音樂團隊，我曾經有幸加入了保良局中樂團，結識了不少中樂團成員，這些讓我有機會與他交流不同的中樂和合作演奏，認識了更多的中樂樂器，進一步豐富了我的音樂體驗。



## 收穫

我的第一個獎項是在2016年第68屆香港學校音樂節中獲得的銀獎，當年我只是小學二年班。這十年間，我總共獲得二十個獎項。比較近年的有：2021年香港學界音樂大賽演奏組古箏（冠軍）、第27屆香港校際音樂節2022箏獨奏高級組（亞軍）、第八屆國際古箏比賽香港區域選拔賽（銀獎）、2023環球傑出青年音樂家比賽（金獎）、2024年第一屆香港藝術精英盃中越大獎（亞軍）。最難忘的是2022年校際音樂節的比賽。疫情中，沒有現場比賽，只可以用錄影作比賽。但在家中每次錄影，自己都感覺不滿意，越拍攝就越煩躁。一鼓作氣再而衰三而竭，所以最後草草拍攝了一個片段去參加比賽，最後竟然獲獎，實在喜出望外。



中四社區表演



古箏比賽獎盃舉隅



香港演藝精英杯大賽

## 心得

古箏不僅是一門樂器，一種娛樂方式，更是一種表達情感和傳遞故事的藝術形式。它已經陪伴我九年了，它陪着我長大，我們之間早已密不可分。我希望自己能夠在這個道路堅持走下去，琴技越來越精湛，成為一名出色的演奏者。

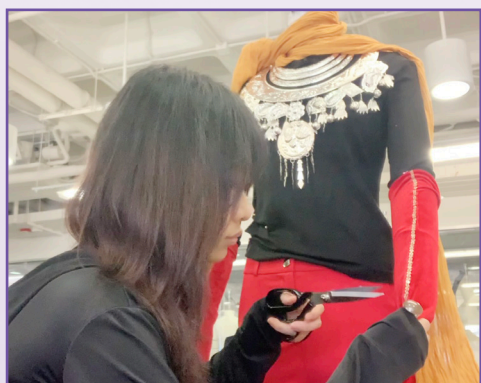
**“我努力通過古箏音樂來傳達我的情感和想法，它是我的玩伴，也是我的知音。”**





## 尋找內心的創造力

# ——體驗藝術的多元面向



陳麗桉同學一針一線製成成品

### 藝術與我的關係

5B 陳麗桉

**我** 看過無數種對於藝術的詮釋：瑪雅人認為藝術是神明的震怒，該讓人害怕和敬畏；古希臘人認為藝術是對世界的觀察，世間萬物都符合精準的公式；中世紀人認為藝術是對上帝旨意的傳遞，圖像總能概括深奧的文字。而藝術於我，是一種個人進化，靠的不是刻意爭取，而是一個人的積澱，讓藝術變成慢慢尋找自我的過程。

“我發現，在我內心有感動、有波瀾的時候，就會產生創作的慾望，特別想以藝術形式記錄，從中內視自己、發掘自我。”

### 關於接觸藝術

小時候我是幸運的。大人們看著本是刷白的牆上、潔淨的桌上滿佈塗鴉，沒有把我這個始作俑者痛罵幾頓，反而是讚揚畫得真不錯。每每想起自己的成長經歷，我總是感激，身邊的人總能發現我的藝術觸覺，不論視聽文演。旁人的鼓勵，讓我越發享受藝術創作，讓我深陷於當中產生心流，於自己的精神世界中對話，作畫、寫字、看、聽，以滿足寬闊的精神領域。這些年的浸泡，在生活中都不乏展現藝術的機會，高中順理成章選修視覺藝術科，希望逐漸找到自我，找到屬於我自己的藝術。



專業模特兒穿上由同學親自設計的時裝成品，並進行拍攝

## 藝術創作的挑戰

“平衡學習與閒暇，是我最焦慮的部分。我常問，每天做繪畫練習，我真的享受嗎？”

隨著DSE迫近，最大挑戰竟是時間，必須完成堂課練習，幾乎無暇放下心來創作。我害怕當把興趣當成義務後，藝術好像不再像小時候那樣有趣了。當代藝術批評家栗憲庭說過，只有吃飽飯的人，才從事藝術，追求精神飽足。在與現實鬥爭中，如何作出適當的排選優次，認清定位，接受時間的挑戰，是我最重要的任務。

## 「賞藝縫裳」時裝設計比賽及匯演

今年初在偶然的機會下，我參加了香港理工大學主辦的「賞藝縫裳」時裝設計比賽。由於參加者眾多，我本來亦只是志在參與，挑戰自我。當收到入圍通知時，興奮是必然的，但並沒有如想像中那般驚訝，我對自己的創作原來比我想像中有信心。有幸入圍，讓我體驗到許多第一次。這是一個「從無變有」的過程：從尋找模特兒、去理工大學學習服裝剪裁工藝知識、買材料、前往理工大學的時裝及紡織學院工作室製作成品、攝影，到最終的匯演，讓我有機會從頭到尾感受時裝設計師的工作，實在是非常寶貴的機會。很感謝老師與導師給予我協助與支持，讓我能充分的發揮藝術、感受藝術，並成為更傑出的藝術學生！



匯演當日透過化妝加強舞台效果





# 一趟充滿挑戰的旅程——校園電視台

**校**園電視台的日常工作包括早上在樓層巡邏，確保各班能接收直播；在校園電視台室準備有關設備和軟件，與當天負責宣佈的老師和同學溝通；在禮堂後台工作，控制燈光、音響、投影機、播放國歌等，讓升旗禮和早會分享順利舉行。一年下來，我們積極投入校園電視台的活動中，勇敢面對不同挑戰，在團隊中發揮自己的才幹。



老師指導同學使用舞台系統

## 第一年的學習

2A 余明欣

這一年在校園電視台的經歷可說是我在中學生涯中的重要一頁。我帶著挑戰新事物的初表，報名成為了校園電視台的工作人員，希望藉此發掘自己的潛能。起初，我未能習慣新環境與新事物，所以我常常懷疑自己是否有能力去擔任這個崗位。第一次負責禮堂早會的後台工作，全校同學置身於禮堂，而我在後方運作燈光、簡報、音響等，與平常參與早會的感覺截然不同。這一年來，我積極投入校園電視台的活動中，更深刻體會到每項工作的重要性。

**“我為我這一年的進步和改變感到驕傲，想必在之後的日子，我還會因為這段充實的經歷而有前進的勇氣！”**

## 學習面對不同挑戰

5C 鄧耀尊

在校園電視台工作是一趟充滿挑戰的旅程。作為後台工作人員，我深刻體會了即時應變的重要。每一次進行節目錄製或直播，都有機會出現錯誤，因此我們必須全神貫注，從導播、攝影、燈光到音效，盡力使每一個環節都精確無誤，否則將影響整個節目的質量。

在後台工作中，我們學會了如何在高壓環境下保持冷靜。有一次出現突發狀況，講者的麥克風聲音過大，但我們保持冷靜，迅速找到解決方案，確保節目順利進行。這種訓練讓我們變得更加沉著，並能更好地應對各種挑戰。

**“每一個成功的節目背後，都有無數人默默付出。我們珍惜每一次節目播出的機會，並以最大的熱情投入到工作中。”**



隊員們工作認真

## 團隊合作

5D 田頌揚

在校園電視台工作中，團隊合作是最為核心的要素。每一個成功的節目製作，都離不開團隊中每一個成員的努力和配合。作為後台工作人員，我們深刻感受到團隊合作的力量，也學會了如何在團隊中發揮自己的作用。

溝通是團隊合作的基石。無論是節目策劃階段中大家提出不同的想法，還是錄製過程中的即時協調，清晰而有效的溝通都是不可少的。一個簡單的指令錯誤，可能會導致整個節目出現紕漏。因此，我們在每次節目前都會進行詳細的討論，確保每個人都明白自己的職責和節目流程。

這些經歷教會了我如何與人協作，如何在困境中找到解決方案，以及如何在團隊中不斷成長。這些寶貴的經驗，將成為我未來職業生涯中不可或缺的一部分。

**“校園電視台不僅讓我深刻體會團隊合作的意義，也讓我學會如何在團隊中發揮自己的價值。”**



在播放前作最後的調整



# 只要你行公義，好憐憫，存謙卑的心， 與你的神同行——陳志洪校友專訪



與曹映雯老師談及當年課堂中的趣事

## 信仰之路

5A 黃梓悠、4A 林曉晴

**自**中二起，陳志洪校友便開始參與基督教九龍五旬節會沙田堂的青少年團契，而大多數的教友都是光中的同學及老師。對他而言，沙田堂就像一個大家庭，亦啟發了他日後在教會參與不同的事奉工作，其中以在團契中帶小組最為印象深刻，更是他參與時間最長的事奉工作。

當陳校友談及令他印象深刻的聖經經文時，他想到了彌迦書。

“「只要你行公義，好憐憫，存謙卑的心，  
與你的神同行。」（彌迦書 6:8）」

近年社會受不同因素影響，但他深信只要每人能如經文所言，存憐憫之心，貢獻多一點愛，世界就能變好一點。他在工作期間常遇上很多能力很高的人，而經文正是提醒他要心存謙卑。他認為，在上帝面前，人有很多事都是無法控制和預料的，因此存謙卑的心十分重要。

## 成功當選校友校董

陳校友相信在青少年階段的同學都需要一盞指路明燈。作為校友，他認為只要多走一步，多付出一點，就能成為師弟妹的明燈。因此他積極支持學校活動，如在校友職業導向日回校分享，好讓同學們見識更多，早一點計劃自己的將來。

對於成功當選校友校董，他深信一切都是神的安排。回想當年擔任學生會主席一職，他坦然當初從沒想過能成功當選，感謝神賜給他交際和溝通的能力，讓他能勝任主席一職。雖然他每次在台上演講都十分緊張，但靠著神的恩典，他能發揮自己的才能。這個崗位擴闊了他的視野，亦助他建立了人際網絡。成功當選校友校董後，他期望能與校方合作，連繫更多校友，組成一個能幫助更多光中人的網絡。他深信很多校友仍然心繫光中，可能只需要一聲問候，就能聯繫到更多校友。



作為校友校董，陳志洪校友積極籌組光中人的支援網絡

## 回顧當年光中生活

對於陳校友而言，他的中學生活離不開五件事——讀書、朋友、信仰、校隊、學生會。最令他難忘的莫過於是當年的師生球賽，他有機會與不同老師，甚至籃球校隊教練兼訓導主任在球場上一決勝負。身為籃球校隊隊員之一的他亦特別懷念昔日與隊員「贏波一齊笑，輸波一齊喊」的時光，經歷不同的高低起伏。

由中一陸運會在看台上為社員加油打氣，到為望社爭取陸運會佳績，陳校友在望社的點滴亦歷歷在目。望社獲得陸運會全場總冠軍，是中學生涯中最令他回味的事。



懷念昔日籃球隊隊的時光

此外，與光中同學一起經歷公開試，一起經歷喜與悲，一起參與教會聚會，令他們成為了一生的摯友。即使有些朋友因各種原因而沒有回到教會當中，但每當遇到困難時，上帝的教導與聖經裏的故事都會成為他們的幫助。

## 對光中同學的勉勵

**“認真讀書，勇於自我挑戰，尋找夢想，並朝之努力實踐。最重要的是，把一切交給上帝。”**

身為會計師的陳校友多年來主要負責協助不同企業進行審計、上市和公司買賣，現在亦與其他合伙人開設了會計師事務所。投身社會多年，陳校友鼓勵同學要認真讀書，除此之外，更要勇於發掘和挑戰自己，多作嘗試，尋找自己想做的事，



陳志洪校友鼓勵同學尋找自己想做的事，並且堅持努力實踐

並且堅持努力實踐。就如龜兔賽跑的故事一樣，人生很長，有很多變數，現在盡力去做，若有些事情不是我們能夠控制的，那就交給上帝。



與合伙人開設了會計師事務所



Address: Yue Tin Court, Sha Tin, N.T.      Tel: 2648 8291      Fax: 2647 3324  
Website: <http://www.plhks.edu.hk>      Email: [office@lamhonkwong.edu.hk](mailto:office@lamhonkwong.edu.hk)

