



香港青少年培育會  
陳南昌紀念學校

# 爆珠園地

## 2015-2016年

### 第六期

編輯委員會：

顧問：

編輯組：

李錦明校長

唐寶蘭老師

馮秀霞老師

盧翠玲老師

版面設計：

梁嘉諾老師

1.	編者的話	P.3
2.	學生創作園地： -佳作分享 -學生中文寫作 -學生英文寫作 -創意文章： -中三級創作專欄:《談克制》 -中二級創作專欄:《幸福非必然》	P.4 P.15 P.18 P.20
3.	中港文化交流活動	P.22
3.	家長園地： -家教會主席的話	P.26
4.	家長義工心聲	P.27
5.	「家校一心」活動花絮	P.29
6.	活動多續「FUN」	P.30
7.	我們的驕傲： -2015-2016 校外獲獎紀錄	P.40

編者的話：

《爆珠園地》自創刊號計起，共出版了六期。它已成為了本校的周年文集。六年前由中文科統籌，把學生文章、活動花絮、獎項紀錄及家長心聲等內容，集腋成裘製成《爆珠園地》。

《爆珠園地》第六版終於面世了！今期將繼續為大家送上精彩豐富的內容，讓各位同學讀得愉快、看得輕鬆！希望能帶給大家不一樣的閱讀感受和新的體驗！

《爆珠園地》有不少學生的中文和英文佳作，當中的每一位「小作家」，他們在抒情時，把景、把情描繪得淋漓盡致；說理時，把理分析得透徹。不管是寥寥數字的一首詩，還是洋洋千言的經世大作，我們總不難在文字堆裏尋找到樂趣，享受作者為我們帶來的滿足，從中帶給我們很多感悟，甚至學習到很多人生道理。

要寫得一手文好章，同學們除了要多看，多寫外，更要多鍛煉。《爆珠園地》為同學提供一個園地，讓大家一展所長，同時也讓其他同學，一起分享大家寫作的樂趣。我希望同學透過互相學習，互相切磋，藉此提升寫作技巧。

在此感謝其他老師的慷慨指導、眾編輯的認真和努力，合力完成這份心血作品。最後，也感謝所有閱讀此文集的人士。您們的支持就是我們付出的推動力！

（本刊的編輯如有錯漏之處，希望讀者不吝賜教，給我們提出建議，不勝銘感！）

# 佳作分享

## 「陽光與陰影」 6A 何啟謙

有陽光必有陰影，這是無可改變的自然定律，當男孩面向陽光時，陰影就在他的背後，相反男孩面對陰影時，陽光就在他的背後。雖然兩幅圖同樣有太陽和陰影，但為甚麼那位男孩時而充滿笑容，時而愁眉苦臉呢？

我認為這其實是取決於男孩究竟是樂觀或是悲觀去面對陽光與陰影。樂觀的人會面向太陽，感受它的溫暖。因為他們凡事向前看，縱然知道陰影在他的背後，依然活得悠然自得；相反悲觀的人，就會對太陽視而不見，只懂得沉浸在陰影當中鬱鬱不歡，凡事愛鑽牛角尖，覺得自己總是處於艱難之中，無力面對困苦。人生總有順逆，不如意的事佔大多數，然而我們應該明白以樂觀的態度面對，才有助面對困境。雨後天晴這道理，正好提醒我們要樂觀面對困境，必有一番新景象。

但也有人會問：「既然陰影是伴隨太陽而來，那麼不是怎樣也擺脫不到陰影嗎？就算樂觀面對，那不是自欺欺人嗎？」我認為這並不是重點，我們反而要樂觀接受陰影，千萬不要活在陰影裏，因為有陰影才顯得陽光的珍貴，所以我們也要好好享受陽光……夕陽無限好。

其實有不少發明家在做實驗的過程中，也經過多次失敗，但他們卻堅持下去，例如愛迪生在尋找鎢絲材料時，也做了多次試驗仍失敗，有人認為他應放棄，但愛迪生始終沒有放棄尋找鎢絲，也因為這樣他才得到寶貴的經驗，最後成功發明了電燈。由此可見，當我們在面對風浪時，樂觀面對則能排除萬難，贏的不只是成功，還有個人的心態，即使有陰影，也有可能是成功的契機。相反假如我們只懂悲觀，陰影便成拖跨我們的障礙，令自己無法前行，同時亦無法看到曙光。所以我們凡事也要積極面對，這樣才會活得更開心，更精彩。

## 沉默是必然的 6A 呂舜成

「今天發生了一件事，當時我曾經想力陳己見，最後我卻選擇了沉默。我認為沉默是必然的。」記得上星期在逛街時，我在街上看見一對情侶正在吵架。

起初那位男士很激動地捉着女朋友的手，又對着她大聲地說話，我站在一旁看了一

會，因為擔心那位男士，下一步會做出一些傷害女朋友的事來，我當時非常憤怒，我認為作為一位有風度的男士，即使女朋友做錯了甚麼也好，這位男士也不應這樣喝罵她吧！然而圍觀的人也愈來愈多，身邊的圍觀者也開始七嘴八舌地評論着，人們把街道擠得水洩不通，簡直令我透不過氣來。正當我想走過去，勸止他們的時候，突然想起了一件事：就是平時我和女朋友吵架的時候，也不喜歡別人在圍觀，更不喜歡別人干涉我倆之間的事，這樣只會令一件原本很簡單的事情變得複雜化，想着……想着……心裏那股正義感也開始慢慢地消失了……

那對情侶的音量開始收細了，圍觀者也慢慢地散開，而我也只好默默地轉身離開，原來不是每一件事也一定要力陳己見，不是每一件事情都需要別人干涉的，有時候在某些情況下，沉默也是一個很好的做法。

最後 那對情侶和好了，他們又手牽手地去逛街，而我也慶幸剛才沒去打擾他們，現在我只好繼續獨個兒到處去逛逛吧！

#### 給父母的一封信 4A 曾嘉賢

當我看着圖畫中有一位愁眉苦臉的小孩子，原來他從小飼養的小鳥死了。看着自己心愛的小鳥死去，心裏很不爽，明明自己對小鳥百般遷讓，給他吃好的，給他住好的，為何它會去世呢？這一連串的疑問，不斷在腦海中盤旋……

我想起把文中小孩比喻為父母，小鳥比喻為孩子，父母對孩子總是無微不至，給孩子最好的，但為何孩子最後還是要離開自己呢？父母總是百思不得其解，他們萬萬也想不到，其實孩子想要的是自己可以獨立，自己有選擇的權利，而不是想父母對自己百般遷讓。

文中圖畫的景象和我的人生很相似，父母對我也是百般遷讓，但事實卻不是我心目中想要的；我想要的是自己的生活前途由我決定，不要好像提線木偶一樣，被父母掌握於股掌之上。我希望自己能獨立成長，不再被父母過度照顧。其實過份關懷等於傷害子女，我的成長就是一個不好的例子，因為從小父母就對我過份關懷，一切都為我鋪橋搭路，令我這一位十六歲的青少年，也像一位三歲的小嬰兒一樣，沒有應有的基本生活能力。

家長有時需要放膽一試，讓自己子女嘗試獨立，要給他自行選擇，要多和子女溝通，明白子女的需要，這樣才不會阻礙其發展，讓他們一展所能，才能創出新天地。

回頭看看圖畫中的鳥，卻猝死在籠中，這就像青少年成長到獨立時，便不知所措，處處碰壁，甚至因挫折而失卻信心，缺乏人生目標及意義，這與死去又有何分別呢？

影片中有一位小孩，看見他寵愛的小鳥去世了。

那位小孩的表情看起來很傷心和哀怨，他並不明白寵愛的小鳥為甚麼會死？因此他的心情既困惑又傷心，甚至有內疚之感。其實小鳥因年齡大而去世，這只是一種自然規律，這正如人都會經歷生老病死，當然小鳥也一樣會經歷生老病死呢！

記得我也有一個這樣的體驗，在二零零六年，我養了一隻蘇格蘭摺耳貓，大約二零零九年五月的時候，發現牠的前爪紅腫起來，然後便帶牠看獸醫，醫生告訴我：「貓兒有可能隨時會死！」那時我非常傷心，那種痛不欲生的感覺，簡直像跌在深淵！它終於在二零一五年八月二十九日死了。我發覺貓咪在世的時候，並沒有珍惜她，當貓咪不在的時候，便很想見牠和想念牠。

以後我會珍惜每一樣東西，包括家人和讀書的機會。貓咪的死，雖然令我感到傷心，但這卻讓我知道當擁有的時候，我們要珍惜一切，我以後一定會珍惜和家人相處的時光。

當我翻閱母校二十周年的紀念特刊時，我看到一幀深深地吸引着我的照片。這是四年前，跟他在小學畢業禮後拍的合照。照片中的他稚氣未脫，眼神流露着倔強。看着我倆的笑容，當年開心和苦澀的回憶都一一被喚醒，浮現在腦海中。

記得志亮由幼稚園至小學都跟我同班，自小我們的關係已經非常要好，我們的父母也是好朋友，所以我們經常互相到對方的家吃飯。到了小六時，志亮的身形已比同齡的小孩還要高。

記得那時，我們之間發生了一件很難忘的事。那時我們每天放學都是一起回家的，但有次我們一起回家的時候，突然有個壞人從草叢跳出來，並想把我帶走，當時我很害怕，但志亮卻挺身而出保護我。由於志亮身形高大，他一撲上去，那個壞人就立刻落荒而逃，那時，我已經非常敬佩他，他真是我的救命恩人，所以我把志亮當作哥哥了。

在六年級的最後一次考試前，志亮主動問我可否幫他補習，我心想這是報恩的機會了，所以我答應了。每天我們一起很努力地溫書。到了考試當天，我們一起努力應試，考完後，我們的心情都很緊張。到派成績表的前一天，我們都睡不着，派成績表當天志亮考第十名，我也考第十五名，志亮能夠考入志願中學，可是與我所獲派的中學卻不同。

自從六年級畢業後，我就沒有見過志亮了，因為他要搬家，而我們唸的中學也不同。

當我看到這照片後，我決定去找他，一訴我倆多年的離別之情。

### 遠足樂 3C 李俊傑

今天是最美好的一天，因為我有機會和媽媽一起去郊野公園遠足，所以感到很開心。

當我們到達了大嶼山郊野公園的時候，我們走進樹林裏，看見很多蝴蝶在到處飛舞，葉子、小草穿上了綠衣，花兒戴上了美麗的頭飾，小鳥獻上了歌喉如同歌手一樣，大自然實在太美了！

我最愛和媽媽一起放風箏，飛翔着的風箏，在那藍天白雲的映照下，千姿百態瀟灑自在地飄舞着，飛翔着，使人多麼心曠神怡啊！再看看河邊的柳樹長出了嫩綠的新芽兒，在清風的吹拂下翩翩起舞，遠遠望去，仿佛一個甩着長辮子的小姑娘！

到了中午吃飯的時候，我們便拿自己製作的便當出來吃，這便當裏面有很多白飯，夾雜着雞蛋、豬扒和蔬菜，在表面更包上一塊紫菜，充滿了媽媽的愛心，所以吃起來特別美味，令我回味無窮。現時很多人都不會自己製作便當，我能吃到媽媽煮的便當，真是幸福！

黃昏六點時，我們累了就乘車回家，但這是我首次和媽媽一起遠足，所以這天對我來說，特別有意義，因為我們一起享受了一個美好的時光，希望下次可以再去吧！

### 當我遇到困難時。。。。。。 3C 張天政

有很多人經常問我：「為甚麼你會經常笑容滿面，事無大小都能保持着笑容呢？」我回答他們：「因為笑容可以吸引朋友，朋友很重要的，他們可以跟你渡過難關，也可以跟你分享一切喜怒哀樂。」

也有很多人問我：「當你遇到困難時，你還會不會笑容滿面呢？」我回答他們：「當然不會啦！」因為我是人也有不開心的時刻，不开心時我會悲傷下淚。

記得在十四歲時，我遇到最大的困難，我因一時貪玩，爬到很高的地方去，但誰不知一不小心，整個人就跌倒在地上，我的朋友在旁邊看着也呆住了，原來我左手的手腕斷了骨，而我的左手手肘骨碎了，當時我整個人動彈不得。途人見到這情況，立刻報警，救護車很快就到了，送我到醫院。那時我左手手腕比較嚴重，腫得像雞蛋一樣。

手術後，有時候傷口還會隱隱作痛，我每天都有祈禱，求神保佑我早日康復。那時我很擔心，因為我是一個很喜歡打籃球的人，我害怕即使康復後，我的手也不能恢復跟

以前一樣靈活地打籃球。因為我的夢想是要當一位出色的籃球員，在小學時，已經很想當一位職業籃球員，我覺得只有打籃球才能表達自己，甚至帶給自己歡樂，當你把籃球投進球架時，觀眾那種震撼如雷的喝彩聲，簡直令我無法忘懷。幸好手術成功，康復後，我很感恩，以後也可以繼續打籃球了。

不過最難忘的是住院期間有很多朋友，我的父母和親人，每天輪流來照顧我，到醫院探我，鼓勵我，回到家，媽媽每天都找來藥箱，從裏面拿出一個小瓶子。小瓶子裏面裝滿了棕黃色的棉球。媽媽說：「這是碘酒棉球，可用來消毒。」媽媽用鑷子夾出一塊，輕輕地擦在我的傷口部位。大概是碘酒刺痛了我的傷口，我不停地掙扎着，差點想從媽媽的手裏掙脫出去。雖然過了很久，我到現在都還記得，那一幕幕溫暖的畫面，依然很深刻地印在我的腦海中。

在這次意外中，我除了明白到友情、親情的重要和寶貴外。最重要的是我還認識了主。現在當我遇到困難時，我第一個要找尋的人就是向耶穌禱告，因為我本身是基督教；其次就是找朋友、家人和老師，因為我覺得他們的意見都很重要，所以我很感謝他們！

### 我的夢想

### 3C 周鈺翔

「我的夢想」這個題目，小時候寫過很多，那時候我的夢想，也不過是醫生、警員或消防員，這三個最多人喜歡的職業。事實，每個人都有自己的夢想，我也有不例外，但我覺得世上最迷人的莫過於聲音和文字，所以我以後的職業是要當一位播音員，因為我想用聲音告訴人們一個個動人的故事，讓人為之落淚；也想用文字，讓每個絕望的人們重燃生機。

也許要實現這夢想真的很困難，時間一久就會淡忘，不過當我逐漸長大，逐漸懂事後，我就非常喜歡聽音樂，在一次尋找音樂軟件歌曲時，找着找着看到有個電台，我就點了進去，那主持人的聲音深深地吸引着我，慢慢去追聽，他說到悲傷時，我會哭；說到笑點時，我也會哈哈大笑，一句句富有感情的語句，就像一股股涓涓流動的清泉，流入了聽眾們的心中，因此我認為聲音和文字已成為日常生活的一部份。

相信在每一位青少年的心中，都充滿希望和夢想，並希望長大後可以實現這個夢想，但往往在實現夢想的過程中，都會遇到很多挫折，有時我們做了很多事，卻沒有收穫；所以有些人會選擇放棄，但人生總會經歷挫敗的，你的態度已決定了一切。當你選擇逃避，往後的事情亦一如以往，你的人生是不會成功的；相反面對挫敗時，有些人會為實現夢想而奮鬥，他們仍然會默默耕耘去迎接挑戰，即使人生有多難關要闖，只要你能克服，你的人生道路必更精彩！

其實幻想和夢想只差一步，只要有勇氣，就會有奇跡。只要有夢想，人生就會與眾



不同。所以無論是甚麼夢想，只要肯努力，一定會有成果的，就像天上的星星，一顆並不明亮，但依然在閃動，當天神把所有人的夢想，放在一起就會成為美麗的星空。人生路上總會起起跌跌的，有高潮期，也會有低潮期，但我們亦要堅強面對，其實只要你曾經努力過，就算到最後都沒有實現夢想，也會留下一個美好的回憶！

### 距離 3C 陳灝霖

今年的冬天和以前的冬天大不一樣。一個寒冷的冬天，外面到處是冰條兒，地上也結了冰，連車子也戴上了防滑鏈。山上的松樹堆滿了蓬鬆松的雪球，像一個粉妝玉砌的世界。

幾隻刺猥擠在一起取暖。由於他們身上長滿了短刺，彼此都戳痛了對方，所以不得不散開。可是，寒冷的天氣又驅使牠們擠在一起，同樣的事情重複發生。牠們終於明白：「不要太近，也不要太遠，最好彼此保持一定的距離。」

這個故事說明甚麼？就是說明人與人之間要保持一定的距離，太親密，可能會被背叛，最終受傷的也是自己；但如果距離太遠，就連朋友和精神支柱都沒有，這樣生存在世上也沒有意義。

在一個晚上，有個男孩在沙灘散步，突然有個女孩不小心撞倒了他，之後女孩弄好她那柔順的長髮，睜開她那水汪汪的眼睛說：「對不起！我不是故意的。」男孩起來說：「沒關係，我還好啊！」就在這個晚上，他們成為了朋友，不久後，他們變了一對情侶，但日子久了，女孩開始討厭男孩，但是男孩還是很愛她，女孩開始對男孩冷淡，甚至對他不理不睬，最後男孩終於明白了：是時候要分開了，做回朋友更好，這樣的對雙方來說，也是最好的結果。這對情侶說明了人與人之間要保持着一定的距離，不然到最後受傷的都是自己。我覺得很多感情都不在於距離。

但是在這現實的世界裡。很多事情我們都無法選擇，儘管我們不情願。過客也好，過眼雲煙也罷。都在於自己心裏給那些人留下的位置。而不在於你們之間的距離有多麼遙遠。每個人也總是有適合自己的路要走。一場人生，一場戲而已，導演是你，編劇是你，主演還是你。距離是由我們自己決定的。如果兩個人並肩坐在一起，而漠不關心，其實他們的距離是很遙遠的.....

### 論時下青年對電子產品的看法 3C 何浩明

隨着時代的飛躍發展，人們的生活水準逐漸提高，科技也飛速進步，使用電子產品早已走進我們的生活中。電子產品就像一把雙刀劍，它們在給我們帶來好處的同時，也製造了不少麻煩。在資訊科技並沒有那麼發達的從前，青年們都愛和朋友一起去玩一些

小遊戲來娛樂的……

到了資訊科技發達的現今，許多青年人因沉迷網上而走上歪路，所以有人說：「電子產品如同洪水猛獸一般，向人類席捲而來，為我們帶來傷害，」或許大家會認為這麼說有些誇大，但我們不得不承認過度地使用，諸如：手機、電腦、電子書之類的電子產品會給我們帶來一些弊端。我們務必要記住，當你在用短信和朋友閒聊而忘卻了學習時，你正在一點一點地毀掉自己的學業和前途；當你沉迷於不良網站而揮霍青春時，你無暇的心靈正在被漸漸污染。

現今的香港，有許多青年外出就用手機上網，變成低頭族；回到家後，又整對着電腦，完全失去了與人的溝通。這些電子產品被製造出來是為了拉近人與人之間的關係，可以讓我們與身在遠方的人通信。但為甚麼那些青年人反而會失去了與朋友，親人之間的通信呢？因為他們使用的方法錯了，他們着重的地方是餘閑，他們不是用手機來約朋友去玩，而是獨自在家中通過手機及電腦得到娛樂，那樣他們就會開始拒絕外出，甚至拒絕通信。

到底現在這種餘閑是好是壞還不知，但有一件事可以確定的就是我們的餘閑已經被電子產品控制了，要改變的話，就看看以後電子產品的發展方向了……

### 颱風襲港 3C 戴卓然

還記得，那年發生過的事，那場嚴重的大自然災害，令到很多人死傷。所以直到現在，我依然很深刻地印在腦海中。

那年，我還是一位十六歲的小子，那一天晚上，我在家吃完飯後就出去踢足球，天文臺報告明天會有一個超強勁的颱風「灰狼」襲港，我沒理會便出去了，誰知道颱風早了一天到來。在踢足球期間，我忽然聽到呼呼的風聲。烏雲密佈——想必是颱風「灰狼」提早登陸了。

正在踢足球的我，不知如何是好，於是我們只好硬着頭皮回家，但因為颱風的關係，所有公共汽車、小巴、計程車都停駛了，我們只好一步一步地走回家，漫步在街上，街上少了往日的喧囂，商店也停止營業了。街上一個人也沒有，就像個死城一樣。一陣陣狂風吹來，吹得我睜不開眼。海旁的浪花打得很高，把地面都弄濕了，街上很多大樹也倒了下來，垃圾也在街道上快樂地飛舞，正當我踏出第一步，我已感覺到狂風就像惡魔一樣想吞噬我，但我也沒辦法，幸好離家不遠，我只好繼續蹣跚而行。

我終於回到家，爸媽也放心了，可是家裏的窗子卻被強勁的風打破了，地下都是玻璃碎片。往樓下望去，我看見一個人走在街道上，顯然被這場暴雨打得措手不及，他慌

忙地打起了傘。但雨傘又怎能抵禦風魔的攻擊呢？很快，傘被吹折了，而那路人只好抱着頭沒命地往能遮風擋雨的地方跑去。

我從電視上看到，風球雖然已經悄悄地走了，可是這次颱風卻造成了很大的危害，有一些住在山上的人，被山泥困住了，看着這一幕幕悲傷的畫面，使我深深的體會到家人的重要性，我以後一定會珍惜與家人相處的一分一秒。

### 樂極生悲 3A 吳銘恩

颱風推毀了多少美好的家庭，拿走了無數的生命，令很多高樓大廈和學校倒下，人們無家可歸，小孩們不能上學，成年人要停工，所以颱風破壞力的強度，簡直如同世上的惡魔，世人也非常痛恨它，恨不得它永遠消失。

記得二零一一年十二月三十一日，這天是一個開心倒數過年的大好日子，最後偏偏變成了人們悲傷的倒數。晚上時份電視機畫面上播出維港碼頭和各地區的人正在準備興高采烈地倒數，此時此刻天文臺卻報導：中國內地有一個前所未見過的強風「巨人」會襲港，當時的風勢也越來越強，下着毛毛細雨，但人們卻沒有理會，反而默默地站在海邊等候倒數，當大家數着：「三、二、一！」時，這時大家面帶笑容，甚至擁抱身旁的家人或朋友，分享這份喜悅。

當大家正在得意忘形之際，颱風「巨人」突襲香港，令一班面帶笑容的市民，露出了驚慌和害怕的臉容。黑雲從四面八方湧了過來，越聚越多，層層疊疊，很快就鋪滿了整個天空，然後氣勢洶洶地壓了下來，人們紛紛走避。當時還發生很多事，例如：人踩人，有人被颱風吹下海等，一夜間死傷無數，甚至有高樓大廈被吹倒，人們無家可歸，最終政府要宣布停課，停工半個月，香港才可以恢復基本的運作，可見颱風對我們的禍害是難以估計的，它的威力不可小看啊！

### 倒霉的一天..... 3A 蔡文迪

二零一四年四月十八日，香港發生了一件悲慘的事.....

我還記得那天，天氣本來是陽光普照，我與友人到西貢的文迪徑遠足，行到一半時，突然天色一變，烏雲密布，接着隆隆的雷聲像發怒向我們咆哮，我們兩個大男孩也被嚇怕了，只好匆匆地走到一個涼亭避雨，拿出手機一看，竟然是一個名叫「阿波羅」的颱風吹襲到香港。當時本想與友人走回頭路，返回一個安全的地方，但風越來越大，雷電交加，我見情況不對勁，就想拿出電話報警求助，但手提電話卻沒有訊號。

之後，我們只好互相扶持慢慢地走，我們拖着疲憊的身軀步行着。更令我氣憤的是

連雙腿都不配合我了。因為當時風勢十分強勁，不停地發出「呼呼」的叫聲，如果沒有友人在我身邊支撐着，我早就被颱風吹到太平洋了。突然，我不小心踩到青苔上，因地面濕滑，我跌進了一個無底的深淵，那時我非常害怕，我就像一隻受傷的小鳥一樣，瑟縮於一角，等待別人的救援，那一刻腦海中不停地浮現出往事的畫面，之後我就睡着了……

後來當我醒來時，竟然在醫院裏，原來友人成功致電報警，飛行服務隊把我救回了。而這次的颱風「阿波羅」是有史以來，香港遇過最強勁的颱風，死傷嚴重，因此香港市民默哀了三天，這是十分悲慘的一天，因為很多人痛失了家人。而我卻是十分幸運的一個，所以我會感恩現在所擁有的！

最後，這事被命為「波羅襲港四一八事件」，於往後每年的四月十八日也沒有人去行山。而且政府更將此日訂為法定假期。

### 令我讚歎的同學      2B 黎家豪

我要讚歎的同學，他個子高高，體能又好，他的皮膚有點點黝黑，他有一雙炯炯有神的眼睛。他臉上總是掛着甜甜的笑容。每當笑起來，他臉蛋上就會露出兩個深深的酒窩，樣子看起來充滿陽光氣息，簡直就是一位近乎完美的人。

我要讚歎的那位同學，他身材不太高，但很結實，你可別小看他噢！他不僅是我們班的籃球高手，而且更是名符其實的運動健將呢！他跑步特別快，跑起來又像一支離弦的箭，更像一頭矯健的馴鹿。

他也是足球校隊和籃球校隊的隊員。他最愛打籃球。記得在群育盃籃球比賽那天，我班和二甲班，開始了一場生死較量的籃球比賽。打到最精彩時，我們全班都在叫喊着加油，場面真是壯觀極了。先是我班發球，球給了他後，他對着籃筐就是奮力一投進了。這個球給了我們班很大的信心，在後來的比賽中是你進一球，我進一球，球賽越打越漂亮，雖然每人都氣喘吁吁，但我們班還是遙遙領先，對方開始反攻了，我們只好努力去拼搶，但他越戰越勇，更發揮他個人技巧，連連得分，在最後關頭我們班贏了一分，所以那天我們班很高興。

還有一次班際足球比賽，當我班與其他班勝負難分之際，在他鼓勵之下，同學士氣大增，結果由我們射入了一球，勝出了這場比賽。他不但成績好，而且非常好學，上課時他一本正經，有不明白的，他會舉手向老師發問，此外他很喜歡幫助別人。同學在學業上有不明白時，他也會熱心地幫助。他更樂意接受別人的意見和批評，絕不會因為自己成績優異而驕傲。

總之，他的優點真是數之不盡，簡直是同學的模範，我們應該向他好好學習啊！相信大家都很想知道這位小夥子是誰？哈哈，他就是我！

## 回憶童年 2C 劉耀鵬

每當我看見書桌上的獎盃時，就會令我想起小學時的「風光事蹟」，不禁感到自豪和驕傲。

記得在小學時，我已經十分熱愛籃球，因為打籃球是我最大的樂趣。可能我個子長得高和腿比較長的關係吧！所以我被老師邀請加入了學校的籃球隊。我是在小四時，開始接觸籃球的，在小六那年，我終於為球隊奪得一個學界亞軍，當時我十分高興，因為我覺得終於找到自己的興趣了。

可是當我升上中學後，便感到十分自卑。因為小學時，我是籃球隊最強的主將，但到了中學，我發覺自己與其他籃球隊員比較起來，原來只是一個後備，正當我準備放棄時，我的人生教練出現了，他鼓勵我，告訴我們如何克服困難，如何在逆境中保持內心的善良和樂觀。無論遇到怎樣艱苦的事，都不要氣餒，只有振作精神，勇敢地活下去，上帝會保佑你的。所以我努力地去練習打籃球，每天放學也留在操場練習，結果我終於當上了正選，但我發覺自己的實力與他人相比，還差一段距離。

於是我不斷地苦練，不過這次是針對我的缺點而練習，最終我贏取了第一個獎盃。在這個苦練的過程中，打籃球不但讓我享受到很多的快樂，而且還告訴我很多道理和與人相處的方法。所以打籃球是我的最愛！它不但讓我明白，競爭中要有團隊精神，團結協作，還讓我明白，凡事要講究策略，同時，它還告訴我，要有堅持不懈，永不放棄的精神……最重要的是令我深深地體會到「有志者，事竟成」這道理。

每當我看見那個獎盃時，就會不自覺地微笑了。因為我從中得到了一個重要的啓示：我們無論做甚麼事，只要能拿出勇氣，不灰心，不向困難低頭，終有一天，一定會擺脫不幸的命運，從踏新的道路。所以各位同學當你們遇到困難時，也不要放棄，只要肯堅持下去，難關必定闖過的。

## 人間有情 2A 周曉輝

我喜歡看童話故事，更喜歡故事中的天使，仙子。他們是不是真的會飛？他們是否很美麗的呢？有一年冬天，下着大雪，我的家鄉浙江，那時溫度大約在五度到十度之間，那天我手裏拿着一袋食物匆忙地跑回家，心情就如被一頭雄壯的獅子追着。

忽然間我被一塊不顯眼的石頭絆倒了，食物灑在地上，連坐公車的錢都弄丟了。那

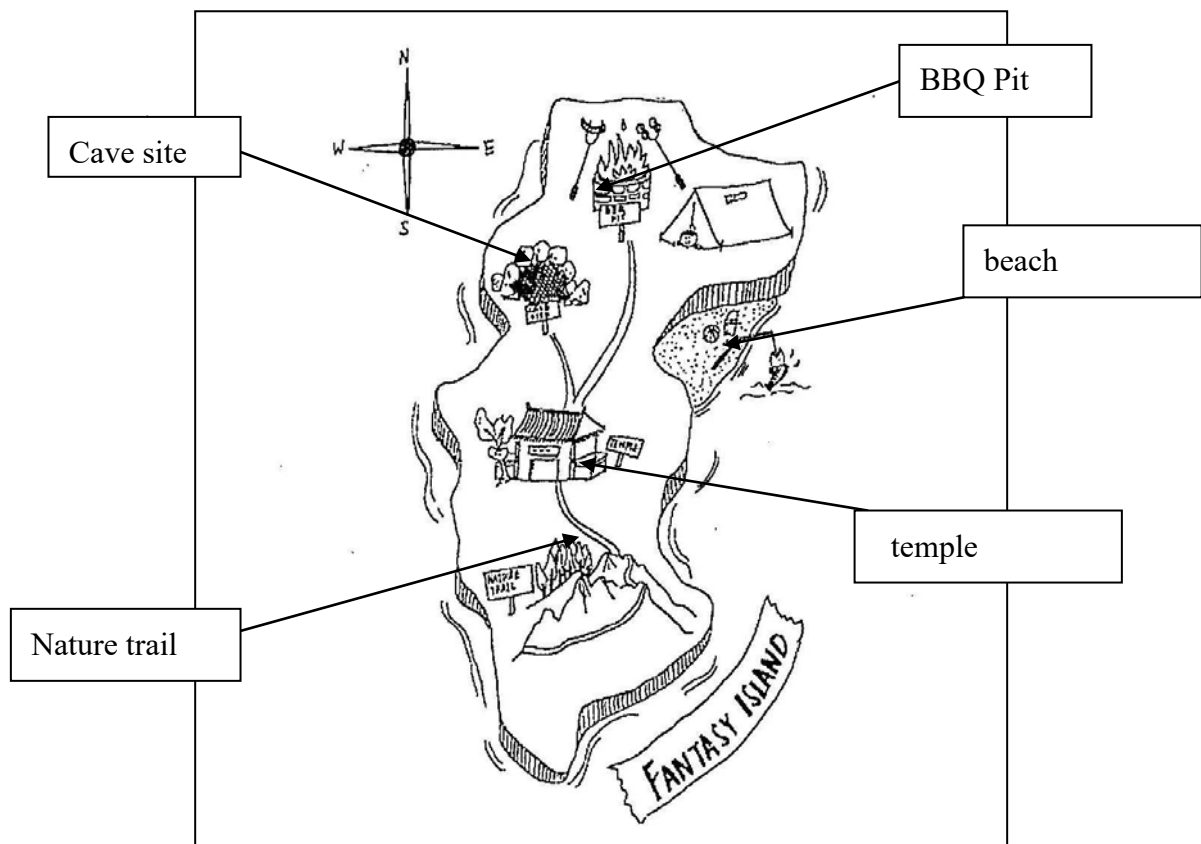
時，突然有一個位年約十五歲的女孩走過來，不但幫我把食物撿起來，還扶我起來，把整理好的食物交還給我。我詫異地看着她，衷心地感謝她，然後她給我一些錢。我突然覺得，她不是一個平凡的少女。原來，人間也有仙子的，也許未必美麗絕倫，但內心必然是善良、寬厚、關懷和充滿愛心的。我和她只是陌路人，她竟願意幫我那麼多，我希望世人都可以互相幫忙，珍惜人間情誼。

曾經有一位偉人說：「我們往往不是因為自己的缺憾而跌到，反而是因自己的優勢而跌到。」我看了當中的細節，終於明白到優勢，成功是很難掌握的。經過這件事後，我開始明白到很多人都因為驕傲，而變得一無所有，所以成功並不代表一切，我們做任何事也不要輕敵，盡自己努力去做好，那便不枉此生了。

# 英文科作品

## Topic: Picture Description

Below is the map of the Fantasy Island. Describe what you have done along the nature trail, in the temple as well as at the barbecue pit.



### 3B Fung Long Wai

It was the first day of my summer holidays. I went to a secret island. It is called 'Fantasy Island'. Let me share with you my journey there.

My plane landed at the centre of the island. When I arrived, the first place I saw was a temple. I visited the temple which is located at the centre of the island. The temple was very quiet. The only thing I saw there was a huge statue. It has secret power to teleport me to any places on the island. I told the statue that I wanted to have a barbecue, so it teleported me to the 'BBQ' site. There were a lot of people having a barbecue. I nearly wasted half an hour to grill a tasty chicken wing. I swore I would never do it again. After lunch, I still felt hungry. It

was about 11:00 at night, all the facilities on the island were closed.

Finally, I went to a camp site which is next to the 'BBQ' site. I fell asleep quickly. When I woke up, I found the plane was crashed. I decided to live there forever.

### **3C Wong Kin Lung**

On the school holiday , I went to Fantasy Island with my family by ferry.

First, we visited a temple. It was on the east of the island. We took a lot of photos and bought some souvenirs. We had breakfast at the temple. It was very delicious.

Next,we had lunch at a barbecue pit. I ate sausages, ham, beef, pork and chicken. I put some honey on top before I ate the food. Then, we went to a cave to have an adventure. It was so dark there. I discovered some special rocks in the cave. These colourful rocks were red , yellow, blue, green and black.

Next, we went to a beach. We swam and played sand there. Finally, we went back to Hong Kong by ferry. It was a wonderful day.

### **Topic: Who am I in their eyes?**

### **2C Chow Ka Shing**

Who am I in their eyes? My parents think I am smart and naughty as I did not go back home in the last holiday.

In my friend's eyes, I am funny. I always tell jokes and make them laugh.

In my younger brother's eyes, I am important to him. Whenever he encounters problems, I help him. When he is sad, I stay with him. When he is sick, I look after him. Therefore, I am a nice, helpful and good brother.

In my teachers' eyes, I guess I am a talkative and smart boy. I usually finish my homework but talk a lot.

To me, I am a tricky person. I sometimes tell lies to my father and friends. I am going to change this bad habit. I will be a good boy.



**Topic:Helping hands****3A Tang Man Hin**

There are a variety of social problems in our society and what strikes me the most is the poverty problem. I watched a T.V. program about poor children looking for food on the street in China. They are starved and skinny. It was a hot summer in China and the children were all picking up rubbish on the street for their meal. It is not only a hygiene problem but also a social problem in a long term for China.

As a spoiled kid in Hong Kong, we need to do something to tackle the poverty problem. We can donate money to buy them food or we can give away our clothes for free to charities. There are a number of international charities to help and I wish I can do my best although I am young.

**Trendsetter****2B Siu Ka Ki**

In my opinion, a trendsetter should be a person that everyone admires. He must be a six-packer like Cristiano Ronaldo, smart like Batman and the taller the better. There are many trends that can be represented set such as food, hair style, make-up and slang. What I like the most is fashion so I would say a trendsetter has to be fashionable.

Regarding his worth to society, a trendsetter must be influential and has to be an important figure for us to follow. He should be responsible for what he said and did because every step from him is being monitored by people around the world especially youngsters.

# 創意寫作：

本學年中三級同學自由創作一篇名為「談克制」的文章，而中二級創作專欄則是「幸福非必然」的文章，作品不但有創意，而且內容充實，文中的故事動人心弦，可見本校的學生蘊藏着無窮的創造力，千萬不可小看他們啊！

## 中三級創作專欄：「談克制」

### 談克制 3A 陳海龍

面對衝動時，我會克制自己的情緒，因為「氣不和時少說話，有言必失」，這樣就可以避免自己和他人發生衝突，這些年來，我也遇過很多不順意的事情，但我也會微笑，即使再煩也別忘記微笑，此外我會記着三句話，就是「算了吧！沒關係、會過去的。」這樣會令我冷靜下來，從而克制情緒，我覺得發脾氣是本能，但控制脾氣也是一種高難度的本領，一旦學會這種本領，必一生受用。

我遇過一件事，就是當我心煩時，被一位同學煩着我，那時，我很想發脾氣，但有一位同學對我說：「你成爲了不開心的主人，必然會淪落爲情緒的奴隸」，自從那次後，我學會了先要平定自己。人在任何時候都要冷靜，要提醒自己，不要意氣用事。我便學會將情緒收放自如，令我避免了很多衝突；有一位社工對我說：「情緒是智慧不夠的產物！」所以我常常引用這些例子來警剔自己，這意思就是指「如果連自己的情緒都控制不了，即便給你整個世界，你早晚也會毀掉一切。」所以我很喜歡用這些語句來提醒自己。

其實萬事都有起因，只要你想這事是如何發生的，是你錯還是別人錯，而且要從多角度去考慮，要仔細分析，不可輕易下結論，這樣便更易控制情緒了。所以面對衝動時，要克制自己。學會克制，克制讓我們的生活更美，克制是最大的幸福！

### 談克制 3A 余亮晃

當我看完一篇網上新聞後，我認為現今香港的校園暴力事件越來越嚴重，其中一家學校兩名學生在自修時打架，幸好有人及時阻止，事件中有人扯髮追打，揮舞座椅，但十人中只有一人去阻止。

以前我在某一家中學，因為被同學取笑而發生爭執，之後我就沉不住氣揮桌揮椅，「呼！」一聲同學已經躺下了，老師作出阻止後，我就在隔離室反思，我想雖然人與人相處，有爭執是難免的，但傷害到他人，也是不對的行為。

在面對衝動時，我們應先冷靜下來，所謂：「三思而後行」，做事前要想想後果，吵架後可能打架，打架的後果，可能要負上法律責任。其實只要我們能冷靜面對衝動，做事想想後果，就能減少爭執，與人相處就會更進一步。

真正聰明的人，從不用發脾氣去解決問題。發脾氣會損壞人的身體健康。所以，我們必須學會克制自己的脾氣。一個人如果連自己的脾氣都控制不了，又能做甚麼大事呢？我以後一定要從今天的事情中吸取教訓，學會克制好自己的情緒！

### 談克制 3A 蔡文迪

當面對衝動時，我會克制自己的情緒。否則有可能會負上這次衝動的後果……。

之前我也嘗試過面對衝動，那時候，別人不停地取笑我、推我，但我嘗試克制自己，並大大吸一口氣，盡量保持冷靜，不做一些魯莽的事情，然後離開現場，這就是不用傷害自己和別人的方法，更可藉此發泄剛才衝動的情緒。

克制自己的脾氣，在任何時候都是十分必要的。有的人因為沒有能克制自己的脾氣，而釀成錯誤，結果後悔莫及。就讓我們在平時的生活，努力學會克制自己的脾氣吧！只有這樣，生活才能更和平，幸福！

在日常生活中有許多事都會激怒我們，但是我們千萬不要被別人牽引自己的情緒；有一句話說得很好，「忍一時風平浪靜，退一步海闊天空」。這句話就是告訴我們，遇到事情，一定要克制自己的脾氣，凡事忍耐就一定會過去的。

其實只要我們細心地思考一下，情緒是一門很深奧的學問，但只要我們學懂情緒管理，當遇到情緒失控時，應該要冷靜下來，千萬不要讓情緒一觸即發，一發不可收拾。人生最大的幸福是克制。世界上沒有絕對的自由，學會克制自己，才是自己能得到的自由。

## 中二級創作專欄：「幸福非必然」

幸福非必然

2A 戴裕禧

人生很多時候會遇上挫折和不如意的事，我們不應逃避或無視，要勇於面對。

生命鬥士羅慧娟不幸患上了癌症，她不但沒有放棄自己，反而積極面對病魔。很多人認為，有了癌症就等於放棄自己的人生，這樣便大錯特錯了；其實每個人也知道，人都會經歷生老病死，所以我們要好好珍惜眼前人，活在當下，珍惜現有的健康身體，感恩父母對我們的養育之恩。

羅慧娟生前不斷遇到不如意的事，可是她並沒有將不幸發泄在他人身上。首先，她遇上負資產，變成了窮人，當大家以為壞的事就此完結時，怎料她又在潛水時發生意外，令聽覺永久傷殘，在失聰的時候，連自己的親人也不明白她，最後她又受到了抑鬱症的折磨……雖然這樣她仍然活得開心和感到輕鬆，因為她知道自己離世後，可以去一個比現在更美麗、更美好的地方。

所以我很佩服羅女士，她是一名十分勇敢勇於面對人生的人，就算惡病纏身，她依然勇往直前，不但沒有放棄自己，還能積極地對待剩下的人生。因此我們也要像她一樣有着不屈不撓的精神。

幸福非必然

2A 張耀榮

人生一定會經歷生老病死這四個階段，生命並不是一帆風順的。很多人常常埋怨自己多麼不幸運，但試看看一些天生失明、失聰的人，那麼他們是極不幸運嗎？試想一下自己四肢健全，活在世上，身邊有朋友、家人和老師去關心自己，這不是已經很幸福嗎？

有些人的生命並沒有我們這麼幸運的，我剛看完一篇文章，是關於羅慧娟女士的，她積極面對患癌的經歷。羅慧娟女士是一名基督徒，她曾經拍了一段影片，講述自己治療癌症的經歷，她在影片的開首說：「當大家看見這段影片時，意味着自己已經上了天堂。」她自覺人生離不開三件事，她指自己先是遇上了負資產，變成了窮光蛋；繼而又潛水時又遇上意外，使聽覺受損，最後更患上了癌症。開始時，她對自己的遭遇常常有很多疑問，很多不明白，但後來她才深深體會到「苦難多、恩典更多、恩典多、使命更多」的道理，才得以釋懷。

大家對羅慧娟女士有甚麼看法呢？試想想如果上述的遭遇發生在自己身上，你會有甚麼反應呢？所以我非常佩服她的毅力。

人性總是貪婪和愛妒忌的，往往只會想着別人有甚麼，自己沒有甚麼。但總是不懂去感謝天父，明白幸福並不是必然的。

相信大家對羅慧娟這名字，也不太陌生吧！她一生受盡困苦，可是她仍然憑着自己的信仰輕鬆面對。羅慧娟先是遇上了負成了窮人，繼而遇上潛水意外，令聽覺受損，甚至變成永久傷殘，在2010年，她更患上癌症。她指最難受的是當自己失聰時，根本無法讓別人去了解，甚至最親的人都不明白自己，但她還要強裝開心，只是在心底裏默默垂淚。

即使面對這麼多困苦，她還能堅強地去面對，甚至領悟到「苦難多，恩典更多，恩典多，使命便更多。」所以她認為：「有時苦難多，深信美的事有更多。別給了點兒困難，打倒自己。只要靠着信心和天父就能克服一切！」

記着只要我們還能站起來，就算遇到困難也要好好地撐下去。羅慧娟可以，難道你就不能嗎？太早放棄只會給人看不起，這樣才會活出精彩的人生！

## 中港文化交流活動(2015-2016)

### 西安市育才學校及西安市 102 中學師生參訪本校

2016 年 1 月 12 日，陝西省西安市育才學校及西安市 102 中學師生到本校進行參訪交流，學校安排部分職員和學生接見來自西安的參訪團，兩地師生展開友好訪問及交流。

參訪團到校後，以分組方式進行交流。校長及部分老師接見西安的教師們，雙方各自介紹辦學理念、學校的日常運作和教學等；而學生們也分別介紹自己學校的特點，分享兩地文化的異同，主動諮詢各種感興趣之新鮮事物的話題。老師組交流完畢後，還參觀了院校；學生組於學校美設工作坊進行美勞手工藝製作及分享美設藝術成果。

來自西安的老師們對本校學生的表現給予高度評價，並邀請本校學生到西安參訪交流。經過此次交流活動，學生們表示：與不同地方的人交流，可學習更多知識，了解更多不同的文化，並且增長見聞及建立友誼。



圓夢---共融---



中港學員互動交流



JCC 學員示範跆拳道



一起學習研討



3C 班周鈺翔同學介紹美勞製作成果





點燃心中情



共建友誼

# 家長園地

家教會主席：莊偉坤先生



各位校董、李校長、各位家長、各位老師：

大家好！我是第七屆當選的家長教師會主席莊偉坤。首先我要向校方各位家長表示衷心感謝，有你們的支持，本人才有幸獲選為第七屆家長教師會主席，並有機會和各位校董、各位家長委員、校長及各位老師共同商討有關學校的事務。

家長來自不同階層、不同行業，但大家均朝着同一方向：關注學校發展，加強對學校的連繫，致力推動家校合作，其最終目標就是建立一個良好的環境供子弟健康地學習和成長。

在過去的一年半的日子裏，在多位老師的鼓勵之下，同時備受其他家長委員的熱情感染，我參與了學校舉辦的多個不同類型的活動和講座，目的是提升親子關係及「家校合作」。在家長方面，我認識了很多熱誠的朋友；在學校方面，我認識了李校長、同各位悉心教導學生的老師，令我對學校進一步了解，更有信心將小兒交給學校。

新學年，小兒已升讀中三了，本人能夠和各位家長委員、校長及各位老師一同肩負家教會的事務，讓我更了解學校運作，也讓我到接觸不同的家長，相互交流教導子女的經驗，使我獲益良多。本人認為：父母是子女的模仿對象，所謂「身教勝以言教，心動不如行動」，家長們正確的價值觀，也能令子女潛移默化。

現今世界，為了培育新一代適應不斷發展的社會，學校更需要得到各方面的支援和配合，其中家長的支援絕對不可缺少。面對教育的多項改革，家長與學校彼此之間的關係，必須更緊密。因此我很希望各位家長能夠抽多一點時間，參與學校或家教會舉辦的座談會及工作坊等活動。我希望和新一屆幹事委員會一起努力，能與學生、家長和學校加強溝通，做校方支援部隊。平日，老師們都忙忙碌碌地生活，他們樂而不倦地教導學生，並抱着有教無類的態度，耐心而又不厭其煩地對待一些頑皮的孩子，借此，要感謝歷屆熱心的家長委員、校長及老師的辛勤付出及努力！也代表家長向老師們深表衷心感謝！

家教會主席：莊偉坤 謹啟

## 家長義工



家長義工隊於 2011-2012 年度 9 月 1 日成立，由一群熱心參與學校活動的家長組成。主要協助和參與學校的各類大型活動。如「全校越野賽暨親子燒烤樂活動」、「休閒下午茶」、「陸運會」、「家校手工藝義賣活動」等。家長們在活動前做籌備工作，在活動過程中協助及支援老師，在活動中發揮家校合作的效能。

自家長教師會成立以來，每年都有很多家長均表示樂意貢獻自己寶貴的時間及發揮自己的專長，協助推動學校或家教會的活動。有見及此，家教會組織了「家長義工隊」，以團結家長來實踐家校合作的效能，並且培養家長和學生對學校與社會的關懷。各家長義工為學校做出無私奉獻，所付出的時間及努力實令人讚賞。

### 家長義工心聲：



光陰似箭，我在 JCC 愉快地做了兩年義工。期間，很高興認識許多志同道合的家長，大家閒時會交流「教仔經」，大家彼此成爲了好朋友。可以為學校分擔一些義務工作，我覺得非常開心和獲益良多。

--王寶欣女士 (3C 張天政家長)



我看到兒子在院校的成長和進步，覺得所有的付出都值得。作為家長，應以身作則，不要計較得失，回饋社會，為我們的下一代樹立榜樣。希望有更多的家長能抽出時間投身家長義工行列，讓學校的義工隊更團結，更壯大。

--蔡偉聰先生 (3B 蔡景梁家長)

我兒在 JCC 即將完成中三課程，見證校長有效的領導能力，老師的悉心教導和照顧。還有宿舍導師的細心和耐心協助、使學生能夠健康、愉快地學習和成長，渡過了一個豐盛的初中生活。在此，多謝校長和各位老師，謝謝您們!並祝福學校在未來的歲月裡，繼續作育英才，造福社會。

--楊馥禕女士 (3A 鄧文軒家長)



我作為家教會的主席，很榮幸參與學校的義工團隊。在參與學校各類活動中，看見兒子與老師們有說有笑，開懷暢言。一個由原來特別內向的孩子變得開朗，充滿朝氣的陽光男孩，我好感動！多謝學校給予我們一個這麼好的平臺，讓我有更多機會見證兒子的改變和進步。

--莊偉坤先生(本屆家教會主席 3C 莊承培家長)

# 「家校一心」活動花絮



愛心支援



親子濃情



休閒下午茶



家長與老師匯聚



家校支持



全力支持



溫馨畫面



家校樂聚盆菜宴



歡欣共享



# 活動多續「Fun」



友校跆拳道邀請賽

## 反欺凌講座





向目標進發



努力成果



振翅高飛



防火講座





科學歷奇-電動模型車比賽



香港教育學院到校參觀

# 香港賽馬會音樂講座



# 西安市育才學校及102中學中港文化交流







# 越野賽



# 群育盃-籃球

# 舊生重聚夜



# 警校大使委任典禮



## 德育培訓及欖球簡介課程



# 我們的驕傲

## 校外獎項紀錄2015-2016

第 67 屆香港學校 朗誦	中文詩詞獨誦	優良獎	1B 胡駿偉 3A 蔡文迪 3C 戴卓然 3C 陳子傑 3C 何浩明
		良好獎	2B 阮成龍 2C 劉冠軒 2C 周嘉誠 3A 曾文杰 3A 鄧汶軒 3A 何明沖 3A 陳海龍 3A 何瀚生
	普通話詩詞獨誦	優良獎	1B 胡駿偉 3C 何浩明
		良好獎	2C 劉冠軒 2C 馮永康
	英文詩詞獨誦	優良獎	3A 蔡文迪 3B 羅苡宸、3C 周鈺翔、3C 陳子傑
		良好獎	2C 黎家豪 3C 張天政
跆拳道比賽	2015 跆拳道 友好邀請賽	冠 軍	3C 張天政(48-51KG)
		亞 軍	3B 梁浩軒(73-78KG)
		亞 軍	3C 何浩明(78KG 以上)
		亞 軍	3C 陳灝霖(68-73KG)
		季 軍	3A 曾文杰 (55-59KG)
品勢大師盃及菁英賽	品勢大賽	亞 軍	3C 何浩明
群育盃	籃球比賽	季 軍	1A 黃家飛 2A 區俊文 2A 姚振宇 2C 阮家成 2C 劉耀鵬 2C 黎家豪 3A 何明沖 3A 何瀚生 3A 蔡文迪 3B 梁浩軒 3B 林陸興 3C 張天政 3C 吳文俊
群育盃	數學及通識問答比賽		比賽於 5 月 10 日進行



學界龍舟比賽	第7屆香港學界 龍舟錦標賽	銀盃 第五名	2C 黎家豪 2C 梁劍煒 2C 袁海峯 3A 蔡文迪 3A 何明沖 3A 鄧汶軒 3B 蔡景樑 3C 陳灝霖 3C 李俊傑 3C 戴卓賢 3C 陳子傑
--------	------------------	-----------	--