



吳妙蓮 女士  
主席的話

光陰似箭，日月如梭！轉眼間已踏入本學年的尾聲，回顧這兩年的疫情依然持續，縱使面對不同挑戰及困難，但學校不論是王校長、老師、學校職工，還是學生及家長都迎難而上，砥礪前行。

承蒙校長、家教會委員及家長的信任和支持，本人繼續連任主席一職，能繼續為學校及家長服務，與各位家長委員攜手合作，推動家校發展，促進家校溝通。

從九月至今，家教會慶幸有學校的支持，在疫情的限制下，仍能如期舉辦不同類型的活動，當中包括：中一家長教育講座，讓家長們適切地提升子女學習動機和求知慾，培養孩子主動學習的態度，發揮潛能，提升自信。除了家長教育講座外，家教會也舉辦

能有效放鬆身心、釋放焦慮的親子活動「禪繞畫體驗工作坊」及「親子香薰小品製作工作坊」分別以簡單的線條繪畫出美麗及意想不到的畫作，以及一起親手製作防蚊香膏，讓家長和女兒享受了一個愉快輕鬆的美好時光，促進親子關係。與此同時，家教會亦邀請了聖約翰救護機構開辦「顫動人心」急救講座，讓家長了解急救的基本概念及技巧，增長不少日常生活中的急救知識。

家庭與學校是同學們健康成長的地方，本人非常重視在不同活動中與家長們的交流。家長們的積極參與，見證了家校合作的重要性。期盼在未來的日子裏，家教會舉辦更多豐富的活動，保持與家長的緊密合作，讓孩子們在愛的懷抱中健康快樂成長！



王美德 女士  
校長的話

在家長教師會執委會的定期會議中，很多家教會委員都慨嘆這幾年沒有機會舉辦親子戶外同樂日。這個活動以往吸引不少家長與同學結伴參加，一家人享受一天愉快輕鬆的旅程，十分愉悅。

視乎疫情發展，新學年或有機會舉行這戶外活動。正當大家興高彩烈地建議行程時，我可觀察到家長們常常掛在口邊的，就是「這地方阿女一定喜歡」，「這款菜式是阿女的最愛」，「這景點會是阿女鍾意的打卡熱點」……說著流露出喜悅的眼神，卻聽不到家長說自己喜歡的地方、喜歡的東西。真的，爸爸媽媽口中的阿女就是他們心中的寶貝。凡事都以她們為先，思考是否適合她們，想想是否她們喜歡的，處處以女兒為考量點。父母對子女這份深厚的愛情感動了我。

這幾年因疫情經常要在家學習，常有不同機構的調查發現，疫情下父母與子女的關係變得緊張，多了磨擦甚或衝突。我深信在內心其實大家都非常關心對方。只是有些時候未有表達出來。這份關係和關心一直存在。

有些時候有些說話總不知如何開口與一起生活家人分享。感謝家教會主席和各委員今年儘管疫情的限制，仍用心為我們舉辦不同主題的家長講座和工作坊，透過親子活動，讓我們學習與女兒溝通，與女兒一同成長，一起感受這份親情的甜蜜。期待新學年家教會為我們準備的活動，屆時請大家多多支持！

常聽人說希望疫情快些過去，生活可回復正常。

我希望生活不只是回復正常，而是比之前的更好。疫情帶來的不可預測、不可控制，反而令我們深思甚麼是生命中最寶貴的。每一天都是上主的恩賜，每一位出現在我們生命裏的人都是上天的禮物。疫情提醒我們人與人之間的關係尤其重要，珍惜彼此的關係，特別是家庭中各成員，共同孕育滿載關懷、支持和溫馨的家。

不要等待疫情過去才想如何變得更好，學校趁這段時間優化校園的環境。其中一項正是心靈圖書館及心靈花園的建設。期望能在有限的校園裏給予同學多點空間。一個寧靜閱讀的地方、一個休閒聊天的角落、一個與自己與人與主相遇的時間。我真的要對負責此項目的老師們說聲多謝！我在此特別感謝舊生會過往數年為學校籌款翻新三樓家政室，工程已完成。她們的主題是Seasoned with Love，正好說明改變是由愛開始、改善由愛啟動。即使在不能預計的疫情中，這份愛仍維繫著我們，激勵我們努力前行。

這學年快將結束，容許我藉此機會由衷感謝各位家長對學校的信任，每位教職員對同學的關顧，讓我們能與修女們攜手創造一個美好的環境，讓我們的子女、我們的Paulinians，能在基督的真善美內成長，成就自己，成全他人。

在這裏預祝各家庭充滿恩賜，享受一個愉快的暑假！

「凡事要謙遜、溫和、忍耐，在愛德中彼此擔待，盡力以和平的聯繫，保持心神的合一。」



# 家長教師會

## 家長教師會週年會員大會

第十六屆家長教師會週年會員大會及中一家長會於2021年10月23日舉行，有134位家長出席。校監張月娥修女致歡迎辭，主席吳妙蓮女士作會務及財務報告並闡述來年計劃，會上通過「藍田聖保祿中學家長教師會會章」附件「家長校董選舉程序及守則」作出的兩項修訂。校監張月娥修女頒發感謝狀及委任狀給去屆及新一屆的執委，表揚各人對家教會各項活動的支持及貢獻。今年的家長教育講座是「幸福心理學」，主講者是香港大學心理學系講師朱可達博士。



第十六屆家長教師會委員合照



家長校董吳妙蓮女士頒發優秀領袖獎



張月娥校監頒發委任狀予吳妙蓮主席



最佳進步獎得獎同學



優秀領袖獎得獎同學

### 藍田聖保祿中學家長教師會優秀領袖獎 (2020-2021)

5A 余依庭 5B 洪雅妮 5E 陳洛詩  
5E 李穎言 5E 梁亦嵐

### 藍田聖保祿中學家長教師會最佳進步獎 (2020-2021)

6A 蘇雁婷 6C 陳靜彤 5B 陳冠銘  
5D 陳嘉熙 4C 鍾曉鳴 4E 陳鳳珍  
3B 李康瑩 3E 翁佳兒 2A 李樂宜  
2E 黃梓權 1B 鄧蕙鈞 1E 李采茵

### 藍田聖保祿中學家長教師會網頁

<http://www.spslt.edu.hk>

### 第十六屆執委會會員名單

二零二一至二零二二年

家長會員	教師會員
主席：吳妙蓮女士	
副主席：劉鳳蓮女士	鄭家寶副校長
秘書：蘇文慧女士	陳旋敏老師
司庫：馬漢盛先生	謝青樂老師
康樂：張翠楊女士	吳啟明老師
總務：陳采霖女士	石妙音老師
當然執行委員會會員	王美德校長

### 財政報告

由二零二零年九月一日至二零二一年八月三十一日

摘要	金額 (HK\$)	合計 (HK\$)
承上結餘	48,552.12	48,552.12
收入		
政府津貼	25,740.00	
會費 (老師)	1,300.00	
會費 (家長)	4,980.00	
總收入		32,020.00
支出		
會員大會	1,562.00	
獎學金	9,000.00	
親子教育講座	11,750.00	
敬師日	1,576.49	
親子活動	439.90	
定期會議/選舉/其他	922.40	
退還政府津貼	13,250.00	
總收入		35,500.79
結餘		42,071.33

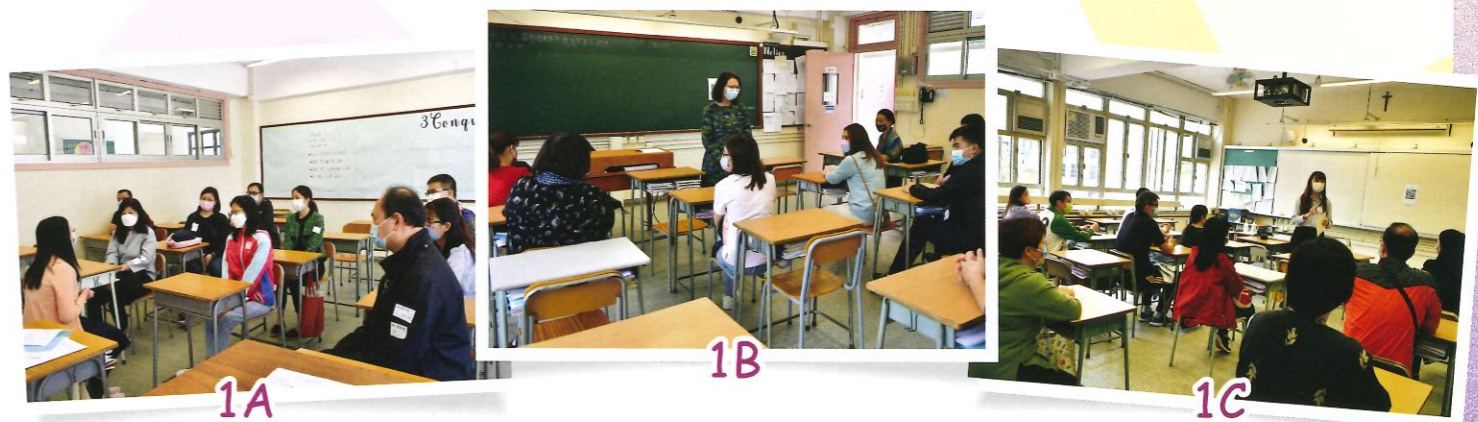


# 中一家長會

中一家長會當天有140位家長出席，會上播放校園電視台製作的「中一同學校園生活」短片，內容為同學上課及校園生活片段。王美德校長致歡迎辭講述學校的辦學理念及家校合作的重要性。中一學生需要時間適應新環境、新老師及新同學，各人情況均有不同，校方對同學提供多項支援。本校教學語言是英語，同學遇有不明之處，可隨時發問，只要多讀多說定能有進步。她希望家長能多欣賞、多包容及多關懷子女。

鄭家寶副校長認為同學要培養良好的寫手冊習慣、注意默書、測驗、繳交功課及通告的日期。同學要每天收拾書包，在校常用物品可放在儲物箱。11月體育課更換校服時間將有改變，多加留意。課後或有個人、全級活動，家長應多與同學溝通。如同學臨時有活動需出席，可使用有蓋操場電話通知家長，切勿在校使用手機。她亦鼓勵家長多使用手機應用程式閱讀電子通告。

社工葉嘉慧姑娘認為家長要注意子女言行，但切忌與其他人比較，要認識自己的定位在那處。溝通時要注意態度及語調，勿用家長式的訓示語氣，宜多用鼓勵及讚美的說話。家長要多抽時間陪伴子女，與她們一起成長。



「對一切人，我就成為一切，為的是總要救些人。我所行的一切，都是為了福音，為能與人共沾福音的恩許。」

(格前9:22-23)

## 「幸福心理學」

講者：香港大學心理學系講師朱可達博士

講座有四大目標：1 幫助父母和孩子提升心理健康、2 培養孩子的品格強項、3 運用正向心理學科學理論於親子管教、4 幫助中一生適應新轉變。香港最近有許多學童自殺案件出現，學童遇見不能解決問題便會尋死。父母常忽略子女日常行為表現，對子女欠缺關心。他們認為努力賺取金錢，提供物質資助便是好父母的表現。可是金錢並不是最重要，它不能買到快樂。當我們已有基本起居飲食後，多出來的金錢不一定令你添加快樂。從世界開心指數調查報告來看，經濟較好的日本和經濟較差的印度開心指數相若，由此可知幸福等如快樂，但快樂不等如金錢。我曾探訪菲律賓一個貧窮的山村，居住環境極差，佈滿昆蟲，但村民卻快樂地生活，因為他們生活中有愛。

正向心理學是以科學驗證為基礎，幫助我們活出幸福及豐盛的人生。心理學家的使命有三點：1 醫治精神疾病、2 幫助人發掘和培養個人的優點、3 幫助人過一個豐盛的生命。人如何決定自己是否快樂？50%是來自自基因、10%是來自際遇、40%是來自自我控制。美國醫生曾對有認知毛病的人作出研究，發現他們在日常生活中越多接觸外人、越多與人交談、性格越開朗，認知毛病越遲惡化。日本有一間著名的餐廳僱用許多患有認知毛病的老人，他們常出錯，但食客以一顆包容的心來欣賞病人的錯誤，老人的病況得以改善，餐廳充滿快樂。

正向心理學需要 正向思考，如何使生命變得豐盛？我們要尋找美德和性格優點，培養良好的品格。

它們包括：

1. 智慧與知識：創意，好奇，開明，愛學習，智慧（洞察力）。
2. 勇氣：英勇，堅毅，誠實，活力。
3. 仁愛：愛和被愛的能力，善良，人際交往能力。
4. 正義：公民感，公平，領導能力。
5. 節制：寬恕和憐憫，謙虛，謹慎，自我控制。
6. 靈性與超越：對美和卓越的欣賞，感恩，希望，幽默，靈性。

我們要發掘孩子的強項，價值實踐突顯個人優點。馬丁·沙尼文教授曾給大學生一份有趣的功課，「這個星期做一件自己開心的事，看看快樂能持續多久。」結果發現追求感觀刺激強的，快樂很快完結；用自己強項幫助別人，快樂會持久一點。快樂是運用專長和性格優點，去投身有意義的事業或活動，令其他人或社會都能獲益。

PERMA是下列五項的縮寫：

1. 正向情緒 (Positive Emotions)
2. 全情投入 (Engagement)
3. 正向人際關係 (Positive Relationships)
4. 意義 (Meaning)
5. 成就感 (Accomplishment)

我們能發揮上述五項特點，全情投入，就如運動員作賽時只知全力以赴，進入忘我境界。人們生活便會充滿快樂。香港人長壽，但快樂指數全球排第 77 位。我們有完善交通運輸網絡，病人可盡快送抵醫院治療，壽命得以延長，但我們的心靈是脆弱，價值觀不完善，欠缺支援，生活並不快樂。

有調查指出近六成半初中生從不洗熨衣物、逾半數從不煲飯煮、就算煮食僅限於即食麵及煎蛋。家長注重子女學業及社交能力，忽略讓他們學習生活技能，長遠導致子女缺乏照顧自己的能力。其實子女多做家務，他們將來成就越高、越愛家庭。子女最好由 3 歲開始做家務。

人的心態可分為成長心態及定型的心態。

成長心態的人認為智商是可以提升，常說“如果我做錯



教育心理學家  
朱可達博士



吳妙蓮主席致送紀念品予朱可達博士

了，請告訴我，因為我想改善。”聰明才智可以被後天培養；面對困難努力解決；願意從別人的批評中學習；別人的成功會激勵自己。

定型心態的人認為智商是不能改變，常說“我對嗎？我聰明嗎？我有多聰明？”聰明才智是與生俱來，難以改變；面對困難易放棄；忽視別人的批評；別人的成功會威脅自己。

我們如何面對挫折和失敗？有一個研究問準醫科生「你想想看表現比你差的同學的試卷，還是表現比你好的同學的試卷？」結果許多人選擇看成績比自己差的同學的試卷。為什麼？他們不想感到失敗。研究亦指出在考試不及格後，定型心態的學生們說他們下次會作弊。成長心態的學生認為努力會帶來改變，被批評是一個學習機會。因此，我們要做一個成長心態的人，才會有進步。

你對孩子說過對不起嗎？說對不起會贏得尊重及成為榜樣，別人的成功也可啟發我們，就如江蘇衛視有一場中國神童和意大利神童的數學比賽，中國神童先輸卻大哭，意大利神童後輸卻為對方打氣。最後中國神童雖贏了比賽，卻輸了太多。東方人比賽重結果，西方人比賽重過程，這就是中西教育不同之處。我們的教育缺乏學習失敗，輸得起正是成功的一個重要元素。當別人輸，我們要說謝謝你陪我玩；別人贏，我們要說恭喜你。

父母對子女對子女期望越高，越容易在言語上傷害子女而不自知。明愛機構曾有調查指出六成子女被斥責時，父母常用刻薄說話打擊子女自尊。父母要學習如何給予負面反饋，我們要強調行為而不是指責人（行動）、要指導如何改進（策略）、要鼓勵嘗試（努力）。注重學習，不是發洩，強調他能做什麼，不是他沒有做好的事情。

讚賞對孩子成長十分重要。心理學研究文獻指家長只讚賞孩子的個人內在特質，如你真聰明、你大個仔等，此類以個人為本的讚美會令孩子為保存面子而放棄挑戰，失敗時意志消沈。家長應對過程作出讚美，具體地描述孩子在事情中採用過的策略、付出過的努力和所作出的行動，例如：

- 策略為本：懂得先將資料按性質分類，分析得很好。
- 努力為本：我見你很有心，用上兩小時專心地做筆記。
- 行動為本：你好好，幫婆婆開門！

研究又發現小朋友自小接收過程讚賞，相信自己的能力可透過策略、努力和行動來不斷提昇，五年後將變成一個不屈不撓、積極面對困難的孩子！

家長可為孩子慶祝失敗，如每週/每月的最佳錯誤，一起分享失敗經驗及學習將來如何做得更好。家長聆聽時要用接納的態度、不批判、明白、欣賞及肯定。更可一同選出最佳錯誤，並予以獎勵。失敗也是學習經驗的一環。請記著幸福之道是 1 找出性格強項，加以發揮，幫助別人。2 培養 PERMA。生活中常應用這二點，你的生命才能豐盛起來！

## 親子禪繞畫體驗工作坊

2021年11月27日

為促進家長和女兒的溝通，本會舉辦親子禪繞畫體驗工作坊。禪繞畫是一種放鬆身心、釋放焦慮煩躁的活動。工作坊由禪繞畫導師 Ms Carrie Yue 主持，有 15 個家庭參加。以下是家長及同學的分享：

### 4C 呂滄桐家長 (呂權先生)

當天收到藍田聖保祿中學家教會發出「禪繞畫親子活動」通告時，心想禪繞畫是甚麼？本人從未聽見過或接觸過，感覺很新奇，所以抱著探索的心情參加。在導師指導下，放鬆心情及放慢呼吸，使自己身體完全放鬆。我跟著導師建議的圖案，一筆一筆地在 10cmx10cm 畫紙上創作。完成後，正如導師所說，你自己不一定發覺很漂亮，但當大家把手上作品拼在一起時，才發現並不是畫得不好看，而是富有藝術感，並且亦很難認出哪一張才是自己的畫作。「禪繞」原來是將精神及身體慢慢放鬆後，閉上雙目，把自己喜歡的圖案慢慢繪畫出來。



### 賽馬會「顫動人心」社區計劃 - 公眾急救教育免費講座

2021年12月17日

香港聖約翰救護機構及賽馬會主辦，讓家長了解急救學的基本概念及技巧，達致臨危不亂、助人助己的目的。當日有 76 位家長、學生及老師出席。



### 「正向教育」家長教育講座

2022年6月1日

為了協助學生發掘強項及培養良好品格，為他們打好豐盛生活的基礎，本會邀請聖雅各福群會註冊社工馬子健先生到校主持教育講座，讓家長們更適切地培養子女積極的人生觀。



### 1E 陳子瑩

這是我上中學後參加的第一個親子活動，印象最深刻的是導師在活動開始時讓我們呼吸放鬆身心的環節。這是令我意想不到的，沒想到在作畫前還有放鬆的儀式。作畫過程沒有規則，只需憑着自己的感覺，任意在紙張上畫上不規則的圖案。最後大家與禪繞畫拍大合照，每個人的禪繞畫都各有特色，真美！



### 「提升孩子的學習動機及能力感並啟發潛能」家長教育講座

2021年12月3日

為了協助學生發掘強項及啟發潛能，本會邀請樹仁大學註冊輔導心理學家李淑珍女士到校主持教育講座，讓家長們更適切地強化子女學習動機和求知慾，培養孩子主動學習，發揮潛能，提升自信。



### 「中一家長工作坊- 協助子女展開中學新階段」

2022年6月8日、6月15日、6月22日及6月29日

為了讓中一家長協助子女適應中學生活，增強親子溝通及提升管教的效能。本會邀請樹仁大學註冊輔導心理學家李淑珍女士為中一家長舉辦一連四節工作坊，與家長分享與青少年同行的經驗和心得，從而讓家長建立正面積極之家庭關係，與青少年一起成長。



# 金禧校慶感恩祭暨慶祝典禮

沙爾德聖保祿女修會創立藍田聖保祿中學至今超過五十年，二零二一年七月七日本校舉行金禧校慶感恩祭。當日承蒙天主教香港教區宗座署理湯漢樞機蒞臨主禮，共祭神父包括張明德神父、張興灝神父、夏經義神父、林銘神父、麥英健神父及林社鈞執事。金禧校慶感恩祭後即舉行慶祝典禮儀式，湯漢樞機、校監張月娥修女、校董等主持開幕儀式。席上重溫學校五十年來的發展過程。王美德校長致歡迎辭後，湯漢樞機致送金禧紀念品給辦學團體沙爾德聖保祿女修會及各位校董，沙爾德聖保祿女修會香港省會會長張月娥修女致送紀念品給湯漢樞機及各神父。張月娥修女致辭並頒發長期服務紀念品給49位本校教職員，他們的任職年期均超過10年以上。



香港教區宗座署理湯漢樞機主持金禧校慶感恩祭

開幕儀式



香港教區宗座署理湯漢樞機主持金禧校慶感恩祭



校監張月娥修女致辭



王美德校長致歡迎辭



湯漢樞機致送金禧紀念品給校董



張月娥修女頒發長期服務紀念品給本校教職員



校友會代表致送金禧紀念品給張月娥修女



切餅儀式

# 藍祿中辯



3A 伍振琪

歡愉不惜時光逝，一年匆匆過去。雖然時間過得很快，但藍祿中辯的每一位隊員都過得非常充實。

今年我校辯論隊於第八屆觀塘區聯校辯論盃賽中勇奪冠軍，在基本法多面體全港中學辯論賽普通話組賽事奪得季軍，同時擠身粵語組賽事八強。此外，我校亦在「逆境·夢飛行」演講比賽中獲得冠軍以及優異獎的成績。

不論實體還是線上，我們幾乎每個星期都有比賽，除了做功課和溫習，還要抽時間搜尋資料、開會建構主線、打模擬賽。要是遇到一些棘手的辯題，工作量更是倍增。那時候我們覺得很辛苦，但最後關關難過關關過。很多同學都打趣我們：「入了辯論隊是不是就不用睡覺？」直至學期末，依然非常佩服每一位隊員，能夠在辯論隊堅持下去。我們不求每場比賽取勝，但求每場比賽有新的突破、搏盡無悔。

中文辯論隊感謝校長、老師、家長、教練、師姐及所有同學一直以來的支持。因為校長的幫助，我們才能在校專心參與網上比賽，解決尋找合適場地的難題。感謝負責老師葉迎風老師和周曉筠老師親自到現場觀看比賽，比賽完結後，更會與我們進行賽後檢討。我們感謝父母默默在背後支持，願意聆聽我們的喜與憂。除此之外，當我們開會準備比賽時，教練從不缺席，不願睏意幫我們改稿，務求讓我們在台上的說辭盡善盡美。沒有他們每一位，我們不能在疫情的陰霾下仍然能在辯論場上發光發熱。

一個人追夢，難；整隊人追同一個夢，更難。但感恩每一位隊友的相伴，是彼此的不離不棄，才得以築成一個完整的藍祿中辯；是彼此的互相扶持，才得以在這艱難的辯途走下去；是彼此的互相包容，才得以在意見不同時願意聆聽對方，相互磨合。

這就是藍祿中辯。



這是我們努力的成果

# 我的朝九晚五

4E 黃穎琳

「商校合作計劃」由教育局舉辦，計劃目的是推動學校與工商機構合作，帶領學生走出課堂，迎接未來的挑戰，讓他們作好投身社會的準備。以下是參與同學的分享：

2021年12月14日及15日，我來到海洋公園萬豪酒店的人力資源部門作工作體驗。第一天，我負責文書工作，把資料輸入電腦及製作海報，雖然這是很微小的工作，也是公司運作的一部份。接着我們開例會，談談接下來的工作計劃。第二天，人力資源部主管為我講解工作範疇，部門主要負責一切人力資源發展策略以及管理方法，包括員工招聘與甄選、業效績效評估、薪酬福利、可持續的員工訓練發展和人事行政支援工作等。部門被視為僱主與員工之間溝通的橋樑，工作看似輕鬆，但須具備專業知識和良好的溝通能力，才能處理勞資雙方的糾紛。這是一個人與人接觸的部門，不管是對外的求職者或酒店內部員工，他們都要察言觀色，用心處理事務才能滿足對方要求，達至雙贏成果。這次工作體驗令我眼界大開，增廣見聞，明白到一個小部門也是公司運作的一個重要角色。我會努力學習，向著目標進發！



教育局  
商校合作計劃

# 多元智能日營訓練



2021年12月16日至17日15位中三及中四同學、蘇家碧老師、許家晞老師、周曉筠老師及張芷穎老師參加教育局與消防及救護學院合辦的「多元智能日營訓練」計劃，地點是消防及救護學院。以下是同學的分享：

### 4A 羅儀莉

剛開始時，我很害怕長官們，因為他們很嚴厲，印象最深刻的是當馮長官走到我面前檢查制服時，我真是捏了一把汗，完全不敢動。後來發現原來長官們平易近人，他們的嚴厲讓我明白到團隊精神的重要性，即使一個人犯錯，全部人都要被罰。這提點我不但自己要做好，更要幫助別人做好，因為我們是同一個團隊。

日營訓練中，我對沿繩下降這個活動的印象最為深刻。我從斜坡向下看，膽小的我認為這是不可能完成的任務。但當我踏出去，慢慢嘗試向下躺，發現其實並不害怕，加上老師、長官和同學的鼓勵，最後我成功完成任務，那一刻真的充滿喜悅和成功感。

### 3A 楊卓嵐

消防及救護學院是個講求紀律的地方，凡事追求統一，比如水瓶怎麼拿、該用手掌還是虎口拿着、瓶口朝上還是朝下，這些都有規定。為什麼要統一呢？因為細節的相同最能反映出團隊精神，而這個細節也成了束縛一個人的綁帶，讓人正視自己，去自審、自律、自重及約束自己的行為，加深服從性。教官訓話時說過：「被罵了就要審視自己到底有沒有錯，有錯就是該罵，沒錯怎麼做？憋着！難道市民罵我們，我們還能衝過去打他嗎？」那一刻突然就明白了紀律部隊中「紀律」二字的意義，也悟到了為什麼教官總反覆強調我們要有「團隊精神」。他們的克己和律人都是為了讓自己的團隊能不受阻礙地、儘快地把受災的市民從火裡帶出來並進行滅火。我希望自己也能領悟到那份信念感，摒棄閑言向着目標進發！

### 4E 麥凱嵐

在出水操比賽中，我們能在短時間互相協助穿上消防衣，在真正手拿水喉時，和拍檔互相協助，射出不同高度、距離的水柱，還能見證到彩虹，讓我感受緊密的團隊精神。其次，在跑山訓練中，我感受到消防員日常的辛苦，在崎嶇、陡峭的山路拾級而上，拯救市民。我明白即使過程艱辛，也要堅毅完成任務。這不僅是消防員、救護員的必要條件，也是我們做人處事的態度。說起態度，我不得不認同和感激馮長官的一番斥責，他對我們的嚴厲，



相信會令我們成長不少。例如沒有夾好頭髮，便不能戴好面罩，在火場中會吸入濃煙致死。這讓我明白到一些看似微不足道的細節對事情也會有很大的影響，因此做任何事也要一絲不苟。他也多番叫我們提高心理質素，不能在高壓、斥責中心理崩潰，影響做事，這也令我成長和成熟，為日後投入社會作好準備，跟隨着口號，做個自信自律的青年人。

### 4D 何佩穎

還記得第一日入營時，長官帶我們到操場，先學習一些在學院中需遵守的規則。我首次感受到消防學院十分嚴格的紀律。和同學行走的時候須二人並排，並同時打數：「一二、一二、一二一……」為求整齊及有規律，即使在行走期間，鞋帶鬆了、眼鏡快掉下來、身體十分痕癢，亦不許有任何動作或是想蹲下撿東西的念頭，因為在一個整齊的列隊中，只要有人輕微轉動頭的方向，他便會成為眾人中最「矚目」的那位。只因個人一個小小的動作，便破壞了整個隊伍的規律性，這是十分自私的行為。「魔鬼藏在細節裏」細如一個動作，微如一絲表情，也不放過。在這裏學到的「一絲不苟」的精神我會牢記在心中，且一生受用。

# 新興運動體驗



因疫情關係，學校今年取消水運會，為了讓同學多認識各項運動，2021年12月6日舉辦新興運動體驗日。當天國際健康及運動聯盟有限公司來校向同學介紹旱地冰球及芬蘭木柱的玩法，讓同學親身參與。以下是同學的分享：

### 5B 莫琪

2021年12月6日是新興運動體驗日，有蓋操場裏五乙班正進行旱地冰球和芬蘭木柱兩項活動。進行旱地冰球比賽時，同學的球棍和滾球互相碰擊，一位同學敏捷地避開障礙將滾球掃入龍門。同學們歡呼聲此起彼落，比賽時同學互相配合，發揮團隊精神。旱地冰球只需少量體能，各人均能應付。芬蘭木柱的玩法需要兩隊輪流以木柱擲向標有數字的小木柱。木柱倒下便得到分數，過程簡單易明。比賽注重團隊齊心協力，分工合作的精神，分數並不重要。我對這兩項新興運動的認識不多，可幸它們對體能的要求不大，十分感謝教練的悉心指導，我可以輕易上手。凡事只有踏出第一步，才能超越自身的限制，無懼地接受新事物的挑戰。回想這兩年疫情使我們減少戶外活動的機會，同學之間疏離感驟增，青春被打翻，新興運動體驗日正好讓同學創造一個共同的回憶。

### 3D 鄭淑慧

我對這兩項運動期待已久。運動體驗期間，同學們一同參與、一同歡呼，是我在中三這學年中最難忘的經歷。第一個運動是芬蘭木柱，教練教導我們活動的規則及玩法。我們掌握技巧後，紛紛組隊並與鄰組進行比賽。伴隨著同學的掌聲和尖叫聲，12個木柱相繼倒下；雖然有時扔擲了錯誤的木柱，但經過組員的齊心協力，成功拿到滿分也不是一件難事。第二個運動是旱地冰球。教練帶領

大家做好熱身運動後，便教導我們如何控制冰球。看著教練得心應手地操控，同學以為這個運動易如反掌。我們練習時冰球完全不聽指令，場面變得一片混亂。時間緊迫，不久比賽開始了，雖然有時被對手的球杆打到，但是大家仍努力把球傳入龍門裏，原來齊心協力是致勝的關鍵。活動結束後，大家圍著攝像機，拍下值得留念的時刻。同學之間互相鼓勵、啦啦隊的歡呼聲是永不忘記的！

### 2A 楊津滢

清晨大家很早來到學校，還未等教練介紹，同學們便揮舞著杆子躍躍欲試。「旱地冰球需要你們手眼協調並安全地將球打入龍門」教練不厭其煩地為我們講解規則技巧，同學很快已能掌握，迫不及待來到場地想要大展身手。隨著哨聲響起，激烈競爭開始。同學們對著球緊追不捨，揮動著球杆為球指路。台下的觀眾有的聚精會神地盯著球的走向、有的竊竊私語討論著戰況。「進球了！」大家歡呼起來。結束旱地冰球，我們在教練的指導下被分為兩隊，開始芬蘭木柱比賽。只見大家墊高腳，專心致志地揮動著手中的木柱，向木堆扔去，心中默默地計算著分數。同學們熱情高漲，為彼此加油助威，打氣聲、歡笑聲相互交織，充斥著整間教室。此次活動意義非凡，不僅令我們對新興運動有更深入的瞭解，更為我們的中學生活添上了濃墨重彩的一筆。我希望學校能多舉辦這類活動，增加我們的見識。





# 海洋 - 珊瑚礁 - 潛水 - STEM

## 「海洋大使2020-2021」計劃

20-21年期間，本校同學參加了「海洋大使」計劃，計劃目標是透過參與潛水活動，讓學生對香港海洋生態及環保有更深的了解，合作夥伴「潛水歷險會」提供水肺潛水(PADI)、開放水域(OW)潛水員課程，備有設備齊全的課室、泳池及船隊。同學完成PADI、OW的理論課程及潛水體驗(泳池潛水、海底下潛)訓練後得到證書。整個活動除多次的泳池及西貢水域潛水外，還有2021年7月12日在西貢水域的浮潛及水肺潛水訓練，當天有20位老師及學生出席；7月15日到訪昂船洲的香港政府船塢，參觀船隻機械、引擎設備及維修工場。最後有13位同學完成「海洋大使2020-2021」計劃。2021年8月28日於香港工程師學會總部舉辦活動的閉幕儀式，同學獲頒發證書，席上亦分享活動中的經歷及感受。

## 香港珊瑚礁普查2021

為了讓學生對海洋生態及香港珊瑚有更深的認識及了解，本校組成一隊珊瑚普查隊，協助漁農自然護理署收集珊瑚礁及魚類的數據。組織名為「SPSLT 1 & 2」，由已經考獲PADI開放式水域(OW)證書的畢業生及學生參加。活動日期是2021年8月8日，地點是西貢橋咀島珊瑚保護區。

## 「潛」力無限工程·海底中的教與學

2021年7月，香港工程師學會機械、輪機、造船及化工分部(MMNC)聯同本校舉辦全港首個「潛水與工程」教學活動。分部的潛水教育小組(MMNC-BlueTech)派出女工程師兼潛水教練義務教學，深入淺出地引導學生應用中學課堂的科學理論和公式於潛水活動中。她們結合工程理論與生動的示範及實驗，模擬海底中的物理世界，讓同學了解及掌握各種潛水專業知識。活動主張理論與實踐並重，工程師團隊除教授同學與潛水相關的基本工程科學原理和船體設計的概念，身兼潛水教練的工程師更指導同學設計水底實驗，並進行一場刺激的比賽。比賽於西貢橋咀島的海底舉行，同學要應用工程科學原理，使一個充滿空氣的1.2公升塑料瓶，以最緩慢速度上升。水底實驗比賽考驗同學靈活運用科學、技術、工程和數學(STEM)的知識，同學在海底更要發揮分析力、應變力，及團隊合作精神。活動中，工程師與同學分享工程師工作的多樣性，讓他們深入了解與工程相關的升學及就業實用資訊，協助同學籌劃升學路。

以下是同學及家長的分享：

### 6D (19-20) 張采琦

「這六年聖保祿的生涯裏，我想最大得著就是能夠接觸多項的水上活動。中一時，接觸的只有游泳及獨木舟，想不到中學的最後一年，我可以參加潛水活動。作為前游泳學會主席，看到學會的成員甚至是已畢業的師姐能一起參加潛水課程，真是太感恩！活動因疫情關係，延遲一年進行。作為第一位考到潛水證書的學生，我真的要感謝許多人的幫助，特別是朱惠茵老師和潛水教練，沒有他們根本不能成事。

記得最後一天的潛水課程，那天的潛點是西貢的東壩，朱老師是我水中夥伴，我從未在香港水域看到那麼多種魚，朱老師說這種程度已算是海外潛點會看到的級數。又有一次潛水時，發覺不遠處疑有水母物體，靠近才發現是膠袋。從前會想為什麼海洋生物會吃掉膠袋？現在終於明白，我也有錯認膠袋是水母的時候，更何況是海洋生物呢！因此潛水時我會撿起垃圾，為保護海洋盡一分力。

### 6D (19-20) 張采琦父親

采琦參加學校的「海洋大使」計劃，在長達兩個學年的活動中考取潛水員證書，對女兒的自信心增加不少。她每次活動後回家都會雀躍分享課堂的所見所聞。五月正式下水，她能夠潛到5-8米大海裏。如果有機會，我真想和她一起潛水。親自感受其中的樂趣。女兒在工程師指導下學會「浮力」知識，這複雜的物理學理論，采琦有機會在生活中學習及體會它的實用性。希望將來有機會，她可以重返母校，和學妹一起參與有關海洋環保的活動。

我和琦媽感恩女兒在過去七年，包括大學一年級能在「藍田聖保祿中學」中學習和成長。她多次參加遊學團到台灣、日本及澳洲學習課外知識，包括今次潛水課程。女兒真的成長及成熟不少，她能夠以藍田聖保祿中學畢業生為驕傲，活出聖保祿精神。我亦衷心感謝校長、老師及工程師們的無私奉獻與付出。



### 5E (20-21) 冼采瑤

一開始的緊張、對潛水的一無所知；到後來的期待、對海洋的期盼；再之後的享受，珍惜在水中的每一秒時光。這就是我學習潛水的心路歷程，十分感謝學校給我潛水體驗的機會。活動與工程結合，讓我們嘗試做一個小小女工程師的滋味。參觀昂船洲香港政府船塢後，我對工程師的認識可說有翻天覆地的改變，我一直忽略工程師背後默默的付出，完全沒想過每一個微小的細節，都是經過工程師的精心設計和考量。活動中最難忘的是自己設計一個drag-force device，開始我擔心只憑2堂的理论課如何設計一個裝置呢？幸好我和組員透過幾次失敗的經驗和向工程師請教，最後成功地設計這個裝置。學校課堂上我們學會無數條公式，但從未試過真正應用在現實中。這次活動是我人生中第一個由設計到實踐都親自完成的實驗，它激發起我對工程師這一個職業的興趣。

### 2C (20-21) 林愷穎

昂船洲政府船塢對我來說十分陌生，當工程師為我們介紹船塢時，我才知道這裡是海事處一個十分重要的地方。各個部門負責處理不同事務，有些部門擁有幾乎失傳工藝的員工，原來平常在乘船和參加浮潛活動時泳圈上面的字，都是來自這裏員工的手筆。政府船塢亦負責維修船隻，在海上巡查和救援的船隻原來船底常被蠔殼依附，維修工人需要定期剷除蠔殼，生鏽的船隻維修後會繼續服務社會。船塢佔地面積非常大，員工經常要在超過30度的高溫和猛烈的陽光下來回運送物件，真的辛苦。我本以為參觀政府船塢過程會非常乏味，但今次我真的獲益良多。

### 1C (20-21) 金澤秀

7月12日那天真的非常好玩，我除暈船外一切都很棒！西貢的風景太美了！我到過的巴釐島也沒有那麼美。珊瑚很漂亮，水清澈見底，有很多小魚，我還瞭解到了不同種類的珊瑚特性。



### 學校社工葉嘉慧姑娘

第一次參與校方舉辦的水上活動，今次作為一個參加者的身份去認識同學感受活動，享受大海的自由，感覺真不一樣。首先老師們妥善安排船上活動每一個細節，和教練們緊密的聯繫，令我們可以放心地在大海暢遊認識海洋。還有吳啟明老師多角度的拍攝，讓我們美麗的動態都攝進鏡頭內，日後得以回味。其他老師與學生們打成一遍，互相照顧，場面美麗。學生當天穿上整套潛水裝備的樣貌是如此的認真、威風和勇猛。平日溫文爾雅的同學們，在海上展現另一種活潑燦爛可愛的英姿，無論是高年級或是低年級，大家打成一片，互相照顧，一起探索大海的奧秘。在燦爛的陽光和蔚藍的海水映照下，這艘坐滿保祿人的船隻。在海上正昂然前進。這天的活動給我們注滿能量，在此祝願每位同學和老師都擁有健康身體和具擁抱快樂的能力。謝謝朱老師為大家悉心安排的一切。



# 生涯規劃活動花絮

升學及就業輔導組馮朗婷輔導員

大家好！我是馮朗婷姑娘 (Iris Fung)，3月時加入學校擔任升學及就業輔導組的輔導員。由於今年仍受疫情的影響，我剛來校的時候正值停課時期，只能與學生和家長以視訊形式見面，很慶幸現在能夠在學校與大家見面！最後，無論您是希望得到更多有關升學資訊或意見、想找一個地方安坐歇一歇、還是希望有人可以傾聽自己的內心聲音，非常歡迎您們來到「生涯規劃輔導閣」(Career Corner)，期望未來的日子我們可以能多認識！以下是本學年舉辦的活動詳情：

♥ **中六模擬放榜** 2021年8月30日

全級中六同學進行模擬放榜，聖公會社工們為同學即場進行模擬面試，並公佈結果。同學可以感受放榜的心情和及早預計成績，為未來作好準備。



🌈 **中六Getting to know U** 2021年9月4日

邀請畢業生(師姐)回校分享大學生活，令中六同學更了解大學生活和各學科的內容，更有目標和方向。



🌟 **朋輩輔導員訓練計劃及輔導員活動** 2021年9月

成功招募78位中三學生，中四至中五朋輩輔導員會定期進行訓練，為中三師妹提供選科輔導，幫助她們了解自己的興趣、能力和志向。

🌱 **中六個別輔導** 2021年9月

聖公會社工們為中六的同學進行個別輔導。幫助同學了解未來的出路和尋找自己有興趣的科目，為將來作好準備。

★ **中六網上讀書分享會** 2021年9月25日

五位畢業生(師姐)為中六同學作讀書分享，教授同學如何溫習不同的科目、提供讀書小提示、時間分配和減壓方法等。同學投入參與，非常專心聆聽師姐的分享。

♥ **中六聯招講座** 2021年9月23日及10月6日

學校為中六學生進行兩次聯招講座，令同學了解選擇大學科目的策略和如何使用聯招系統的運作。

🌈 **中五師生計劃和班主任課** 2021年9月23日

開展中五師生計劃，老師與同學互相認識，建立關係，老師可以更能幫助同學了解自己的興趣和目標。

11月16日，班主任為她們進行生涯規劃課，透過遊戲令同學了解自己的價值、能力、技能和知識，使她們早一步去規劃為未來。

🌟 **中四桌上遊戲班主任課** 2021年10月29日

朋輩輔導員帶領中四同學進行<築夢工程>桌上遊戲，令同學透過遊戲認識資歷架構、未來職業的種類和學歷要求等。

🌱 **中四迎新日** 2021年11月8日

舉辦全級中四活動，中六師姐與小師妹進行小組交流，分享她們的讀書心得與時間分配的方法，令她明白事情的優次和如何分配和管理時間。校長也分享心得，學生獲益良多。



★ **中六Eapps 及內地升學講座** 2021年11月8日

舉辦網上E-APP 及內地升學講座，讓中六同學知道多元出路，掌握升學途徑，如提供往內地升學的資料。成績稍遜同學可以透過E-APP 報讀副學士及高級文憑，預早做好準備。

♥ **「友、導向」師友計劃** 2022年1月

與盈健醫療合作，他們派出醫生、註冊護士、行政人員成為中四、中五的全年導師，令她們更了解醫療行業的發展，啟發更多。

🌈 **中三選科分享會** 2022年4月27日

朋輩輔導幹事會成員首次為本組協助籌備全級性核心活動，邀請中五級師姐以過來人身份跟中三同學分享選修科內容、考試題目形式及學習技巧，同時也分享自身寶貴的經驗，鼓勵同學以積極態度面對選科挑戰。

🌟 **中三選科家長講座** 2022年5月16日

廖淑賢副校長及生涯規劃老師講解中三選科流程及機制，透過例子讓家長及同學更清楚選科機制整個運作流程。講座介紹選修科的修讀內容，講座後設問答環節，讓家長發問。

🌱 **中五生涯規劃課(學習撰寫個人陳述)** 2022年5月12日至5月23日

升學及就業輔導組老師和輔導員與英文科組合作，在英文課堂進行生涯規劃課，透過活動讓同學認識自己並能夠尋找人生目標、自我價值、態度及知識技能等，能從不同角度撰寫個人陳述文章。

★ **中五師生計劃-老師第三次訓練工作坊** 2022年6月2日

面見同學前，被邀請成為生涯規劃導師的老師們接受了由「賽馬會鼓掌·創你程計劃」社工、升學及就業輔導組輔導員共同設計的訓練工作坊，讓老師更能掌握面見同學時的方向及面談技巧。

♥ **中四、中五Career Forum** 2022年6月1日

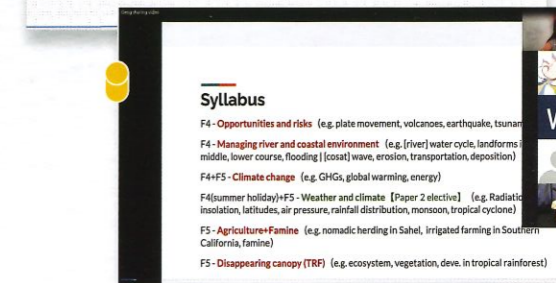
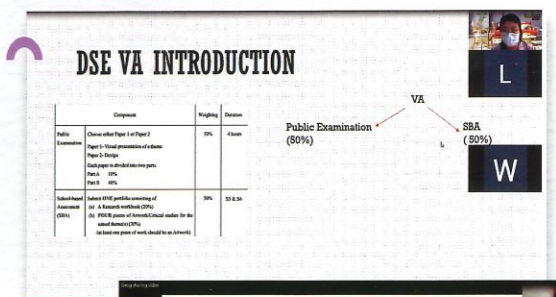
由本校學生訪問已畢業的師姐，訪問她們的經歷、工作背景、個人理念及感想並製成短片，在OLE課堂時段內播放，觀看後同學需要完成工作紙。

🌈 **中五師生計劃** 2022年6月6日

同學以一對一形式與自己所屬的老師或輔導員傾談未來方向，同學可對自己的強弱項、有興趣入讀的學科及撰寫個人陳述等多作諮詢。

🌟 **中四家長網上講座** 2022年6月10日

學友社來校為中四家長及同學介紹聯招及各項注意事項，為將來作好準備。



# 學校社工活動花絮



葉嘉慧姑娘、林巧玉姑娘

1 中一二非華語同學及華語同學一同到社區製作蛋糕，彼此幫忙、合作完成。



4 9月至12月分別邀請了幸福雜鋪-精神健康流動宣傳車、青協解憂號、YMCA及舉辦了「開心樂園」，為同學提供不同的解憂減壓活動。



2 2021的暑假，我們推出了不同的活動給同學嘗試，讓大家在疫情下放鬆心情，尋找快樂。活動包括扎染、咖啡拉花、聯校室內WAR GAME、聯校KINBALL、焗蛋糕、馬賽克燈製作等。



3 7月期間，我們邀請明愛風信子服務的年輕媽媽來校為高中的同學作過來人分享。



5 12月份明愛機構舉辦歷花製作活動，給同學考試前鬆一鬆。



6 2021年1月份邀請YWCA為中六同學進行回顧與展望活動，讓大家重溫難忘的6年學校生活。



7 2021過去了，同學一同在聖誕PARTY中歡送2021，迎接2022，祝大家身體健康。

8 聖誕前夕，同學回校製作聖誕曲奇，將愛及心意與其他同學分享。



# 校園

# 龍虎榜

2021年07月-2022年07月

## 學術

沙爾德聖保祿女修會慈善基金中學文憑試優秀學業獎 20-21

6D 董曉培 6E 陳盈希 6E 李穎琳

沙爾德聖保祿女修會教育基金優秀學業獎 20-21

最佳英文獎 6D 呂家晴 6E 陳又濤

最佳中文獎 6E 何沛欣 6E 李穎琳

最佳數學獎 6E 陳又濤 6E 陳盈希

最佳通識獎 6E 陳芷穎 6E 林宜蔚

沙爾德聖保祿女修會教育基金優秀表現獎 20-21

6C 吳思靜 6D 麥綺琳 6E 何穎雯  
6E 林詩琪

服務領袖 6D 呂家晴

學校精神 6C 吳思靜 6D 張善茹

藝術 6A 劉天嵐 6A 李倩兒

藍田聖保祿中學校校友會獎學金 20-21

6C 陳靜彤 6D 衛愷晴 6E 陳芷穎  
6E 陳又濤 6E 林宜蔚

聖保祿校友會(多倫多)優秀領袖獎 20-21

6C 吳思靜 6D 呂家晴 6E 管樂怡

祈良神父教育基金 20-21

6D 呂家晴

葛亮洪獎學基金 20-21

2020畢業生 陳國維

尤德爵士紀念基金學生獎 20-21

6C 吳思靜 6D 麥綺琳

明日之星-上游獎學金 20-21

4B 潘曼莉

黃廷方慈善基金獎學金 20-21

5B 洪雅妮

觀塘區傑出學生獎 20-21

5A 余依庭 5D 李可淇 4B 陳樂嘉  
4D 伍穎懿 4E 溫加希 3B 何悅然  
3D 連婉希 2E 吳嘉兒

第十三屆九龍地域傑出學生獎勵計劃 20-21

5D 李可淇 4B 陳樂嘉 4E 溫加希  
3D 連婉希

第二十屆基本法多面體-全港中學生辯論賽(基本法盃)

普通話組季軍  
4C 劉詠甄 4E 馮文熙 3A 伍振琪  
2A 陳悅琪 2B 莊晨希 2D 陳雅穎  
1D 周清宜 1D 文心緣

普通話組最佳辯論員

2A 陳悅琪

粵語組複賽最佳辯論員

3A 林曉昕 3D 羅凱欣 2B 郭卓妮  
1D 李芷瑩

中學生「青年心城」房屋政策辯論比賽

八強  
6D 鍾詠儀 4A 何淑鏘 4C 劉詠甄  
4E 馮文熙

「逆境·夢飛行」全港中小學演講比賽

全場總冠軍 3A 伍振琪  
優異獎 1D 周清宜

第二十四屆全港中小學普通話演講比賽 2022

優異星獎 2A 陳悅琪

美國勞倫斯理工大學機械人大賽

機械人相撲大賽  
高級組 冠軍 6E 陳雅詩

香港賽馬會社區資助計劃美荷樓香港精神學習計劃 20-21

「兩代情」徵文比賽  
初中組優異獎 2B 郭卓妮

疫症無情、人間有情徵文比賽

優異獎 4C 黃曉楠

青苗學界進步獎

2A 陳悅琪 2A 李采茵 2C 鄧蕙鈞  
2C 吳穎兒 2C 陳嘉慧 3B 李樂宜  
3B 黃梓樞 3C 翁欣瑤 3C 黃美雪  
3E 許凱晴 4A 鍾汶蒨 4A 鄭曉桐  
4B 翁佳兒 4D 侯汶希 4D 李康瑩  
5A 何樂兒 5B 衛曦彤 5C 鍾曉鳴  
5D 馬凱敏 5E 陳鳳珍 6A 吳翠華  
6B 陳冠銘 6C 高梓綾 6D 陳嘉熙  
6E 劉貝儀

國際生物科奧林匹克香港選拔賽 2022

銀獎 6E 梁亦嵐 6E 李穎言

國際初中科學奧林匹克香港選拔賽 2022

三等獎 3C 梁璋彤

羅氏慈善基金高中應用學習獎學金 20-21

6A 陳思君

香港會計師公會/香港商業教育學會有限公司BAFS獎學金

5E 賴綺靜

哈佛大學香港校友會哈佛書獎

冠軍 5D 朱雅嵐  
亞軍 5E 王曉彤 5E 洗欣婷

第73屆香港學校朗誦節

Solo Prose Reading 2<sup>nd</sup> 4B 尹采翎  
Solo Verse Speaking 2<sup>nd</sup> 5A SARFRAZ ZAINAB  
Dramatic Duologue 3<sup>rd</sup> 5B 陳樂嘉 劉家昕

第74屆香港學校音樂節

鋼琴獨奏高級組 冠軍 2E 王曉瑩  
長笛獨奏初級組 亞軍 1C 周靖翹

「小故事，大能量：感恩珍惜·積極樂觀」

短片創作比賽(中學組)優異獎  
4B 姚彥君 2C 陳凱淇 1B 鄭芷穎  
1B 馮芯儀

可觀自然教育中心暨天文館及香港天文台

天氣與氣候網上問答遊戲比賽 2021  
金獎 6A 廖坤怡 6E 梁亦嵐  
銀獎 6E 陳彥好 5D 楊安妮  
銀獎 6A 陳焯昕 6E 鍾淑儀

第六屆全港學界「中史解碼」香港歷史

建築與古蹟短片拍攝比賽  
亞軍 4B 翁佳兒 4A 雷藝薰  
4B 蕭伊琳 4B 黃滢淇

藝術

MY STAGE - Inter-School Fashion Design Competition 21-22

優秀獎  
4A 藍芷淇 4A 李鎔汝 4A 蘇穎思  
4E 黃靖盈

第七屆中學生傑出作品展 2022

嘉許獎 4A 藍芷淇

學生視覺藝術作品展 21-22

入圍 6B 鄭翠怡 6B 曾思思

個人成長

緣得開心推廣大使計劃 21-22  
最傑出大使 5B 陳樂嘉 5C 黃嬉瑜



# 校園消息

2021



■01.二零二一年八月二十五日 教師發展日，賽馬會鼓掌創你程計劃(第二期)，香港教育大學主辦，題目是香港生涯發展自評基準。■02.二零二一年九月七日 左旭華神父主禮開學彌撒，內容有聖言分享及領受聖體聖事等。彌撒後校監張修女分享在新一年對同學的期望。■03.二零二一年九月十三至十七日 中六同學參加賽馬會慈善信託基金全數資助，由香港外展訓練學校主辦的「學習始於體驗」種子計劃日營外展訓練課程。地點是西貢。■04.二零二一年十月四日 學生會選舉，「楓」閣勝出，十月十二日舉行學生會、領袖生及聖保祿大姊姊交職典禮。■05.二零二一年十月十日 中文活動日，教育局前高級學校發展主任黎耀庭先生擔任評判並作分享。活動包括粵語及普通話詩文獨誦、二人朗誦、說故事、舊曲新詞創作比賽、歌頌香港情廣播劇及聲情天地等。中六丙班勇奪藍田聖保祿中學校友會梁鳳貞老師紀念盃。■06.二零二一年十一月五日 英語活動日，香港大學教育學院高級講師 Ms. Nicole J. Tavares 擔任評判，活動包括英詩獨誦、廣播劇、演講及經典名著朗誦等。初級組冠軍為中一丙班、中級組冠軍為中四戊班。■07.二零二一年十一月十二日 二零二零年至二零二一年度畢業禮。言語治療師潘穎文校友擔任主禮嘉賓並作演講，潘校友曾出版與幼童有關的言語治療書籍。■08.二零二一年十二月十日 教師發展日，第十一屆「學與教博覽」，是日老師出席相關講座及參觀展覽，探索教育資源及科技的最新發展趨勢。■09.二零二一年十二月二十一日 聖誕彌撒及聯歡會，包天浩神父主禮聖誕彌撒。校監、校長、老師及同學齊聚禮堂，同賞聖劇「基督降生」、英語廣播劇、話劇及社際聖誕老人扮演比賽。

2022



■01.二零二二年五月二十三日 水果日，學生健康委員會為鼓勵同學多吃健康食物，增強體魄，每位同學分派一個蘋果。■02.二零二二年六月十六日 中三班際STEM比賽，下學期STEM課堂中同學發揮創意，編寫遊戲程式，用不同物料做控制器，取代鍵盤及滑鼠。中三戊班奪得冠軍。■03.二零二二年六月二十日 音樂節，中一、二同學努力練習，作班際表演。■04.二零二二年七月七日 教師發展日「國家安全法教育工作坊」，教育局課程發展處主辦。