



# 自強之聲

第四十九期



The Voice

## Preface

It is our pleasure we could take part in the publication of our school magazine, 'The Voice'.

We did not expect it would be such a difficult task. During the process of 2-month preparation, because of the lack of experience, we encountered a lot of difficulties. Everything went out of estimations. Also, we came across with many obstacles in seeking sponsors owing to the economic depression. However, in spite of all problems, we managed to finish all the work in the Christmas holiday. We will learn from this experience, hoping that similar faults would be avoided in the next issue of The Voice.

In addition, with the valued opinion and support of Mr. K.F. Tai and Mr. Y.F. Seid, and the previous editors of 'The Voice', as well as the concerted effort and all-out cooperation of the editorial board, our school magazine was finalized and published successfully.

We have introduced some new elements in this issue, just like Book Recommendation which aims at initiating our schoolmates' reading habit and Activities Review and Preview which list out all activities we have organized so far and we are going to organize.

'The Voice' finally arrives at your hands. We would like to express our sincere thanks to all those who have given us helping hands. If you have any opinions about this issue, please feel free to contact anyone of the editorial board so that we can make improvements in the next issue of 'The Voice'.

Finally, we do hope you all enjoy reading this.

Editorial Board



The Voice

## Editorial board

Tang Ying Yeung	6A	Wan Hon San	6C
Kot Ka Yan	6A	Li Wai Hong	6C
Sham Koon Leung	6A	Tam Wai Kit	6B
Chan Wai Yin	6A	Leung Yu Hin	6A
YU Ka Ming	6A	Lam Pui San	6A
Liu Yin Tai	6B	Mok Chui Ting	6C
Cheung Po Yee	6A	Li Kwan Lap	6A

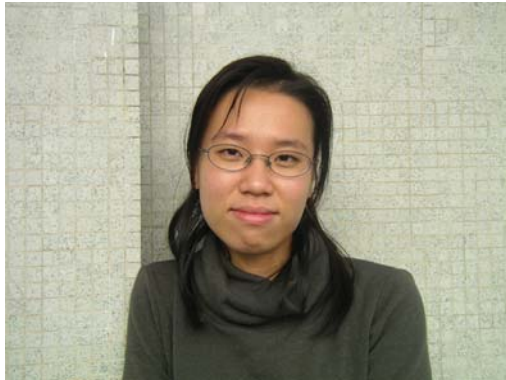
## Special Thanks To:

Ms. Chan Pui Chun	Mr. Chiu Tuen Ming
Mr. Chu Fu Yau	Ms. Ho Kam Han
Ms. Ip Yan Chee	Mr. Kan Sui Hung
Mr. Kan To Ming	Mr. Kwok Yiu Wah
Ms. Lau Yin Yuk	Mr. Leung Pak Lam
Mr. Li Tak Fai	Ms. Luk Chung Po
Mr. Ngai Chun Kuen	Mr. Seid Yuk Fai
Mr. Tai Kin Fai	Ms. Tam Chiu Yiu
Mr. Wong Yiu Fai	Ms. Yik Lai Ha
Li Chap Kam 4D	Tsang Wing Tat 6A
Mok Yu Ming 6C	





## 余慧英老師



余慧英老師選擇投身教育事業前曾經過幾番轉折。她意識到社會，以至學生都出現許多問題，她本欲透過當老師來幫助學生解決問題，然而她又發覺單憑個人力量，實在沒能力解決全部問題，因此一度感到灰心，欲放棄當老師。後來，她偶爾收看電視節目「情常在」，訪問小思老師 -- 一位資深老師。一次，小思老師的一位學生(他也是當老師的)向她訴苦，說他因幫不了一個學生而深感懊悔。小思老師反責罵他說：「你當自己是神嗎？」余老師看後感到很愕然，為什麼熱愛教育的小思老師這樣說呢？後來自己深思，又有當頭棒喝之感：老師也是人，不可能幫助所有學生，故不必因此而灰心。於是，余老師又下定決心投身教育行業。

余老師並不介意學校信奉哪一個宗教，屬於哪一個級別，她認為每個級別的學生都有其問題，即使第一組別的學生亦有問題要面對。

余老師對於長天第一印象是「嘩！」，令老師嘩然，甚至一度懷疑走錯地方的是色彩繽紛的外牆。進入校園，首先吸引到余老師注意的是一條圍繞全校的跑道。而余老師期望學生是活潑的、可發揮所長的。對於自己的期望，余老師希望能夠發掘自己的技能，做到至少有一、兩個學生因為自己而改變。然而，讓余老師比較失望的是長天學生偏向「喜歡背誦，墨守成規」，與老師期望學生可靈活運用腦筋，懂得發掘問題有所出入。

加入長天這大家庭經已兩個多月，有一件事令余老師留下深刻的印象。在她正式上課的第一天，她替中三同學準備了一個晉文公流亡外國的故事。其實當天她準備得不太充分，但當她講解時，全班雅雀無聲，全神貫注地聆聽她的故事。後來當她準備更充分後，第二班同學又亦很專注。這令她十分感動，也給予她很大的成功感。

最後，她希望同學能夠「珍惜每一個機會，尊重每一個選擇，不要放棄自己。」



## 陸仲葆老師



還記得陸運會上跑畢五千米的女老師嗎？她是陸仲葆老師，今屆的新老師之一，她憑著那份驚人意志克服了比賽，給人留下深刻印象。

自中六起，陸老師懷著滿腔熱誠，希望透過「教師」這行業去幫助別人，她視一眾學生為上司，盡為滿足學生及在他們身上學習。在命運的驅使下，她加入了長天這大家庭。長天給予她的感覺是一個「精英運動場」，精英雲集，尤以運動為主。的確，長天男孩給予她一個強壯、健碩的感覺。

任教美術科的她，除了美術非常在行外，她對中國國術、彈鋼琴亦有一定造詣。她的興趣是行山、露營和浮潛，可見其好動、富挑戰心的性格。

對於「教學」這事業，她是有所期望的，不只對學生有期望，對自己也有期望。縱使陸老師現正致力發展其事業，付出所有精力、時間於備課和有關工作上，但她仍希望日後工作與個人發展可取得平衡。

身為 4B 班班主任，陸老師與 4B 班共渡不少光陰，對班內各同學亦已有所了解。話雖如此，她正學習著放鬆，不敢讓自己太過緊張。她希望推動學生前進，害怕給學生壓力，她明白不同學生的能力有異，故不宜對學生抱有過高期望，以免壓力過大，徒使學生和自己失望。

陸老師希望各同學能各盡所能，就像她在陸運會一樣：她本身不是長跑能手，也未曾接觸過長跑。她不知道自己能否成功，然而，她決意參賽，更在比賽前努力練習。最後，她不只完成了比賽，更成功突破自己、認識自己，得以親身體驗學生的長跑生活，那份喜悅及滿足感實在非筆墨能形容。

同時，她體會到一個道理，每個學生就像長跑比賽的選手，各人能力有異，付出有別。但只要願意付出，盡力學習、堅持到底，最終必能突破自己，取得成功。勝負和結果並非最重要，重要的是要學習盡力從中突破、認識自己。即使未能奪魁，總算是打了漂亮的一仗。



## 趙端明老師



趙端明老師選擇以老師作職業，其實並沒有什麼特別的原因。他想或許是因為他在就讀中學的時候，幸運地遇到了幾位好老師，加上他對數學的濃厚興趣，促使他成爲一位老師。

在加入長天之前，趙老師曾在不少學校任教。縱觀各學校，長天給他的印象是長天的體育成績出眾，而學生英文水平也不錯。長天的學生對學校的歸屬感很強，師生之間的良好關係都在趙老師的腦海中留下了鮮明的印象。

趙老師表示他會盡力教導學生，他倒對學生沒有什麼特別的期望。如果看到他的學生能夠在考試獲得好成績，他便會感到十分欣喜和滿足。無論學生在學術上，或者在其他方面遇到問題和疑惑，他都會予以協助。他對學生不敢有太大的期望，他指出教師的工作量大，能夠幫助的學生實在不多。只要見到學生有好表現，他便高興。

另外，他認爲長天的校風很純樸，學生們熱愛長跑及各項球類活動。在長天熱愛體育的精神文化，亦開始感染趙端明老師。受我們傳統的長跑風氣的影響，趙老師亦愛上長跑運動。在訪問過程中，趙老師還道出了學生時代的一段難忘經歷：趙老師在校內參加足球比賽，當守門員的他曾在一場比賽中，擋出了一球刁鑽的十二碼，全場掌聲雷動，令他至今難忘。

最後，趙端明老師寄語同學要「力學守己，自強不息」。



## 簡道明老師



簡道明老師的第一份工作並非教書，而「長天」亦不是他第一間任教的學校。他選擇從事教育事業，是因為他從小便喜歡與別人分享，他希望將自己所學到的知識透過教育這行業分享給別人。由於簡老師是一位虔誠的天主教徒，所以選擇在長天任教。他希望可以藉著自己對天主教的認識而能為同學帶來幫助。

簡老師在長天除任教初中的電腦及數學科外，亦任教中六級的倫理科。在他的教學生涯中，曾發生許多令人難忘的事情。而當中最令他留下深刻印象的，簡老師提及自己曾在一次代課時，錯罰了一位同學，使他感到十分內疚。他續說那位同學因在課堂上搗亂，於是便勸誡他。那同學向簡老師解釋，但同學的說話殊不可解，加上認為那同學態度惡劣，簡老師便狠狠的懲罰了他。後來，發現那同學是弱語的，所以才有聽不懂的情況，因此感到十分內疚。

而簡老師在任教初中數學科時，每當看見同學積極地研究數學題目，感受到自己能夠影響學生，是最令他感到滿足的。他又認為高年級的同學在擔當各項會務、社務，會使他們更為成熟，並費盡心機尋求辦法去解決問題；反之，某些低年級的同學只會逃避工作。在此，簡老師給予低年級的同學一個忠告：「與其千方百計去想法子逃避問責任，何不花點心思去解決問題呢？」

簡老師對於長天學生的印象是十分活躍。他認為同學很清楚自己的需要，選擇性很強，他們只會專心於一些對自己有幫助的事情上。他又意識到同學的自信不足。簡老師希望同學能加強自信，看重自己，這樣，將來的成就必定更上一層樓。

相信大家亦感受到簡老師對教學的熱誠，他給同學的評語也很值得我們反省，在此，我們謹祝簡老師事事順利，工作愉快。同時亦多謝簡老師在百忙中抽空接受訪問。





## Ms Ho Kam Han



Ms Ho Kam Han has always wanted to be a teacher since her youth. Her family has a strong traditional emphasis on education since her grandfather was a teacher. She thinks education is the most important thing as education affects young people's minds and the young can change society. 'It is meaningful if I could help young people to develop to their full potentials. That is why I took up education as my career', she said.

She has heard of the good reputation of CSWCSS for ages. She wanted to be a part of the team. In her more than 20 years of career, she has taught in several girls' schools and co-educational schools. This is the first time she is in a boys' school. 'It is a good experience for me', she thought.

She is much impressed by the politeness of the CSW students. After teaching here for nearly 3 months, she regards teaching here as 'a pleasure, and also a challenge'. Yet not all the students are kind and considerate. Some of them are even a bit noisy and lazy. For students who need special care, she will be there and ready to help them.

She is very optimistic about the progress of the school. As she teaches English, she would use English as a medium of instruction and communication. She hopes that her efforts can be beneficial to students since they can have more exposure to English and boost their English proficiency.

She is delighted to see that her students get good results in examinations, or win prizes in external competitions. When her former students approached her and expressed their gratitude to her, she feels that she is getting a bonus.

She wants our students to work much harder in the classroom. She





believes students can control themselves and have self-discipline. Students have various talents, some are good at learning, some are good at art or music, and some are good with people, but all should learn to communicate through language or sports. Sadly, she feels that sometimes students are wasting time sitting in front of computers or surfing the net. They would be making better grades if they make better use of time. Some are making little progress in school. 'They are not using their talents,' She hopes to see the improvement of their learning attitudes.

'Students should work much harder. You are in a vibrant school with a very good system. There are a lot of wonderful teachers', Ms Ho expressed.

Ms Ho would like to share her philosophy with us: 'Work as hard as you can to get an education. You should realize that knowledge is acquired for your own sake. Everyone is responsible for his or her own learning. However, learning in the classroom is not enough. You have to learn outside the classroom on your own. Never stop learning! Learning throughout your life is very important. You are not just studying for the examinations, but for improving yourself! A desire to be well informed and knowledgeable is a very good motivation for studying. Everyone can learn on your own.'

'Nothing can stop you from getting educated if you want to.' This is the message Ms Ho would like to deliver to all CSWCSS boys and girls.



## Ms. Lau Yin Yuk

Senior forms students may probably not feel strange to see Ms. Lau. In fact, Ms. Lau is a former teacher of CSWCSS.

Ms. Lau chose to be a teacher as she thinks that teacher is a meaningful job. Being a teacher, she can teach the young generation new knowledge, as well as help them to get along with others.

Ms. Lau had taught in CSWCSS before. After two years, she comes back to the 'big family' because she thinks that, 'teachers and students in CSWCSS are nice and the teaching environment is good.'

'Boys are energetic, and they are nice to girls', Ms. Lau expressed. CSWCSS is a boy school, which is different from those she taught before. When asked about whether co-educational school is better or not, she said there were some advantages in some extent. 'Studying in a co-educational school, students can learn how to cope with others.'

The most impressive thing in her teaching life is that she had found a Form Three student smoked because of the very bad smell on him after lunch. Ms. Lau then explained that smoking was a bad habit and the defects brought about by it. Finally the student gave up smoking.

Ms. Lau finds out that some of the students are smart, but just a bit too relying as well as not responsible enough. Ms. Lau hopes that students should take more initiative in learning and be more responsible.

Ms. Lau cares about her students and she is confident with her teaching as she can make good use of her ability in teaching as well as getting a lot of experience. 'Work hard, play hard. No pain, no gain.' -- A word by Ms. Lau to all students.



## 二十五圈長跑

長跑來都是我校的傳統之一，而「25圈」長跑更是「長天仔」的學校生活不可缺少的一部份。去年，我校成立了長天長跑學會、安裝了電子計時器及新泰坦跑道落成，令長跑的風氣更上一層樓。李澤金同學去年以25分09秒的佳績開創了泰坦跑道的25圈紀錄。今年，6C班的莫裕明同學及4D班的李澤金同學分別以24分33秒及24分20秒打破了去年的紀錄。我們邀請了他們接受我們的訪問。



李 = 李澤金同學



莫 = 莫裕明同學

### 1. 你對於破了25圈的紀錄有何感受？

李：這是一件很值得高興的事情，但我更希望能夠在來年打破長天史上最快速度的二十五圈紀錄。

莫：我其實並沒有預計到自己會破紀錄，所以感到非常驚訝、興奮，覺得自己所負出的努力沒有白費。

### 2. 為甚麼你會對於長跑有興趣？

李：起初只是覺得練習長跑可以增高，幫助發育和在踢足球、打籃球時可以取得耐力的優勢。但後來漸漸在跑步的過程中結識了不少志同道合的朋友。同時也大開眼界，見識了很多高水平的比賽；自己更希望能在當中獲獎，所以便繼續練跑，不經不覺便成了生活的一部分。最後，能在大賽中獲獎很有成就感，更重要的是能夠得到老師和同學的認同和尊重。

莫：在中二及中四的時候，我差少許便可以加入越野賽校隊，再加上在



羽毛球場上的失意，於是決心練跑。另外李偉興老師介紹我參加Nike十公里挑戰賽，自此對於長跑非常感興趣，後來，更不斷參加外面的賽事，例如Addidas、Reebok、美津濃的長跑賽事，不斷見識到外面的長跑高手，於是在那年中四暑假開始練跑。此外，我還要多謝張偉業同學的鼓勵及梁宇軒同學常與我一起練跑。

3. 你現在有些甚麼新目標？

李： 我短期的目標都放在教區運動會上了，畢竟這是我們長天最值得引以為榮和自豪的事情，為了延續這份傳統，所以一定要努力準備，協助長天爭取十三連霸。

莫： 希望在以後的比賽都有好的表現，能夠不斷突破自己。另外更希望可以再次打破25圈的紀錄，並將紀錄保持下去。

4. 你對於長天的長跑風氣有何評價。

李： 我覺得尚算不錯，學校的根本是學生，因此長天的成就是要靠我們努力去創造，我們好應該為學校出一分力，作一點事，所以我們在練跑的時候，應該盡全力去跑。

莫： 我覺得長天長跑的風氣大致上都良好，特別是高年級的同學，在上體育課時都會盡力練跑。可惜的是有些有天份的同學並不努力練習，浪費了自己的才能。

5. 你有甚麼長跑的心得、難忘的經歷？

李： 在長跑訓練的過程中，必定是辛苦難耐的了。只要不斷地去面對這種辛苦，便可以克服人本身的惰性，之後你便不會再覺得那是「苦」了，而是一種享受。希望所有同學都能享受長跑的樂趣，令我校的長跑更上一層樓。

莫： 我認為跑長跑是不進則退的，一定要有恆心去不斷練習。在剛過去的學界越野賽裏，雖然是很辛苦，但能夠獲得個人第六名，感到很高興和滿足。另外甲組又可以得到團體冠軍，覺得所付出努力都是值得的，希望下一屆的學界越野賽可以再度衛冕。

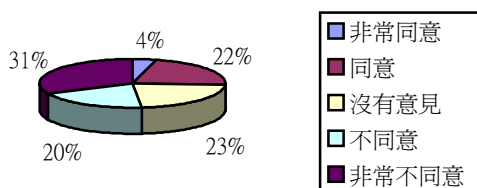




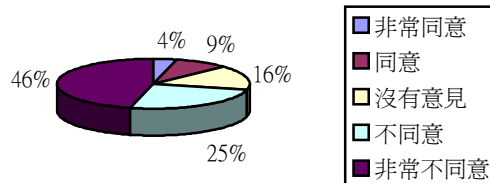
# 結果

爲了使校園變得更加完善，學生會於 2003 年 10 月 24 日進行問卷調查，讓同學表達他們對星期六測驗及校園設施之意見。是次問卷調查發出問卷 1197 份，收回 1185 份，回收率達 99%。

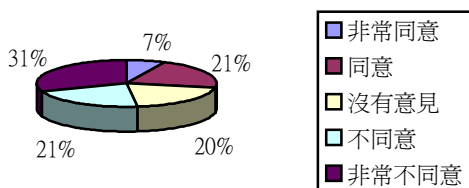
我認爲期六測驗能培養校內的學習氣氛



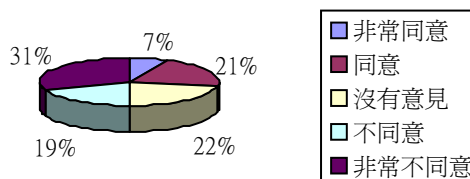
我認爲星期六測驗是適合的時間



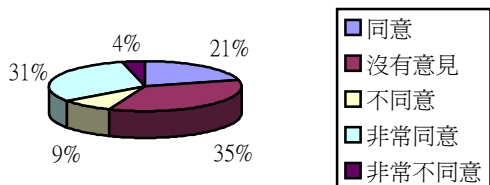
我認爲增加測驗對學生的成績有幫助



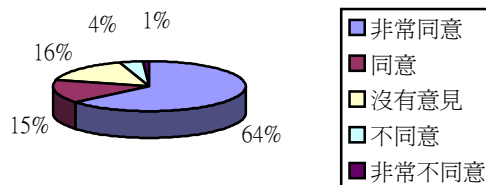
我認爲星期六測驗能使學生熟習公開考試模式



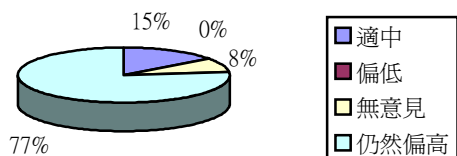
我認爲學校需要增設飲水機



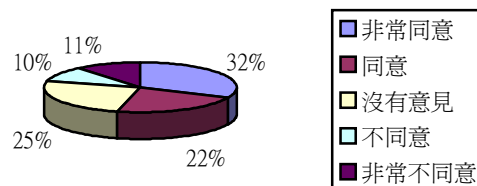
我認爲學校需要增設儲物櫃



我認爲小食部價格



我同意於音樂比賽決賽日派發螢光棒





## 分析及跟進

同學對「星期六回校測驗」的政策回響最大，收集到的意見幾乎是一面倒反對。同學主要認為在平時的測驗量無減的情況下，加上測驗分數間接計入考試分，每週多加一次測驗日無疑大大增加同學的壓力。同學亦對增加測驗是否能收到「增加學習氣氛」和「提升公開考試成績」表示疑問，甚至有同學認為這或會帶來反效果。星期六本應讓同學休息，有些同學會在這天補習或需外出比賽，轉換補習時間及補測只令他們更感疲憊。中六及一些中四同學除學業外，不免要兼顧會務或社務，一周僅一天半的「休息日」根本不足以應付龐大的工作量。此外，不少同學不滿校方在事前沒有諮詢同學的意見便強加半天上課日，感到意見不受尊重。我們將約見校長，反映同學對這新政策的強烈訴求。

上屆學生會成功爭取學校食物部「維他天地」將部份食物減價，然而有同學指出食物部的食物亦隨格價下調而「減料」，變相毫無減價，我們將會向有關方面反映。亦有不少同學表示食物部出售食物的價格依然偏高及款式不夠。

除這兩項主要意見外，有同學提議於圖書館設立收費影印機，以方便同學；於六樓教員室加裝風扇或其他通風設施，解決在夏天時教員室空氣混濁的問題；加置運動場式的飲水機等。我們認為這些意見都是可行的，並會向校方提出。至於增加儲物櫃，以減輕同學書包的重量，這建議或許非短時間可以實施，但我們會盡力爭取。

綜觀是次問卷之成效是令人鼓舞的，學生會將向校方表示同學的意見。學生會將繼續肩負替同學反映意見和爭取福利的責任，希望同學繼續積極發表意見，使我們的校園更趨完善。

學生會幹事將輪流於學生會室當值，同學可直接向各幹事查詢各項事務，表達對學生會及學校的意見。同學亦可電郵至 [csw\\_bonding@hotmail.com](mailto:csw_bonding@hotmail.com)。另外，我們嘗試兩次於午飯時間設立櫃檯，讓同學向本會提出意見或疑問，亦成功收集不少有用的提議。我們將視乎情況決定是否再設立櫃檯。我們承諾定必認真考慮每項建議，並按情況作跟進及反映。



## 便服日



本屆與上屆學生會於 2003 年 9 月 30 日聯合舉辦了便服日。當日共有超過八百位老師及學生參與，並籌得款項 19,994.5 元，已全數撥捐公益金作慈善用途。學生會亦為參與的同學拍照留念，並已將相片分發給各同學。在此謹多謝各老師及同學之踴躍參與，及向不滿照片質素的同學表示歉意。

## 越野賽

另外，本年度第廿九屆越野賽已於 2003 年 10 月 17 日順利完成。本年度參與人數再創新高，共有 1088 名同學，14 名教職員及 32 名舊生。各組的獎項亦已頒發，在此謹恭祝各得獎同學。而全場總冠軍則由聖路加社奪得。

以下是各個組別的前五名運動員：

名次	姓名	時間
1	李澤金	21'25"
2	鄧偉駒	22'02"
3	莫裕明	22'09"
4	麥國源	22'34"
5	歐陽盈政	22'55"

名次	姓名	時間
1	馮國威	25'49"
2	羅振邦	26'39"
3	曾日輝	28'33"
4	李俊傑	28'39"
5	黎昭麟	28'46"

名次	姓名	時間
1	溫迪駿	28'08"
2	陳信匡	29'24"
3	羅詩樑	29'52"
4	盛晞桐	29'53"
5	鍾振傑	29'53"

名次	姓名	時間
1	歐陽盈盈	32'45"
2	梁穎兒	40'44"
3	李擇曦	42'27"
4	林慧君	42'29"
5	何浣瀛	42'32"





以下是各社的全場總成績：

Overall				
House	St. John's	St. Luke's	St. Mark's	St. Matthew's
A Grade	136	137	143	150
B Grade	92	146	113	172
C Grade	77	164	156	90
G Grade	7	9	11	28
Total	312	456	423	440
Position	/	Champion	2nd Runner-up	1st Runner-up

賽事剪影：



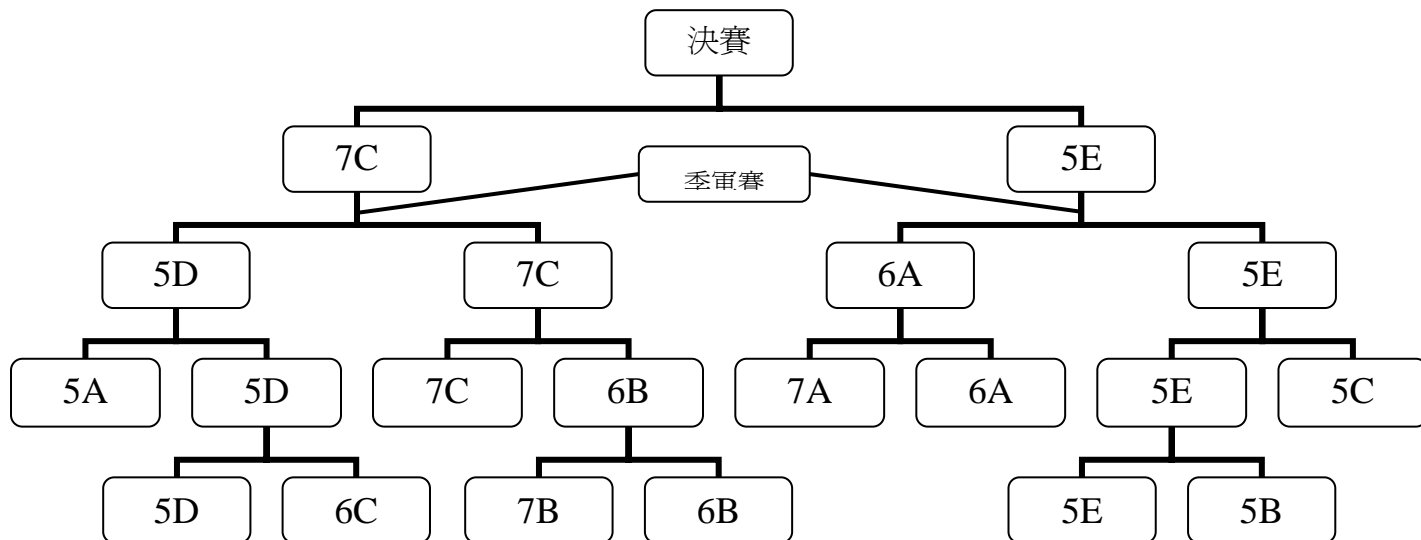




# 高級組班際足球比賽

學生會在上學年舉行了高級組(中五至中七)班際足球比賽，現在讓我們回顧一下每場賽事的激烈戰況！(由於場地短缺的關係，決賽(5E vs 7C)及季軍賽 (5D vs 6A)將安排於稍後舉行。)

## 賽程表：



## 實況直擊：



03-11-2003      5D vs 6C

高級組班際足球的揭幕戰由 5D 對 6C，想不到是場一面倒的賽事。上半場 5D 班憑徐志豪在 5 分鐘的入球以一球領先，下半場徐志豪在 7 分鐘再入一球，加上曾家俊在 12 分鐘內連中三元，總計以 5:0 大勝對手。

03-11-2003      7B vs 6B

雙方在上半場互無入球，下半場 3 分鐘，6B 班由張德輝在後半場開罰球意外地先入一球，但不到兩分鐘，7B 班旋即由馮柱衡扳平。6B 班憑黃晞峻在 30 分鐘禁區邊射入「世界波」，以及張德輝在 7 分鐘後窄角度狂抽掛網，將紀錄改寫成 3:1。臨完場階段，7B 張順達再追一球，惜為時已晚。





10-11-2003 7A vs 6A

6A 班梁顯榮在開賽 5 分鐘便以一記遠射得手，7 分鐘後，葛嘉寅將比數擴大至 2：0 完上半場。下半場開波 3 分鐘，6A 班由鄧英揚再進一球。及後梁顯榮在 8 分鐘內梅開二度，完成帽子戲法。6A 班最後總數以 5：0 大勝 7A 班。

10-11-2003 5B vs 5E

在雙方勢均力敵的情況下，兩班在上下半場都沒有紀錄。雙方要互射九碼決勝負。為 5B 班主射頭兩輪的徐偉恆和關君岳均射入，惟第三輪池志威射失。而 5E 班陳潤良在首輪射失，主射 5E 班其後兩輪的李詠豪及黃家賢都順利射入。首三輪雙方打成 2：2 平手，要進入突然死亡。最後，5B 班葉文光射失而 5E 班陳俊杰射入，5E 班得以順利晉級。



21-11-2003 5A vs 5D

雙方在上半場互交白卷，賽事進入下半場。憑着曾家俊一個技驚四座的入球，5D 在下半場甫開賽僅 2 分鐘便打開紀錄。5A 班被打開缺口後，不但未能盡快攀平，相反在 4 分鐘後被 5D 班任志輝再入一球，擴大比數至 2：0。最後，在 30 分鐘由曾家俊再下一城，以 3：0 完場。

21-11-2003 6B vs 7C

兩隊在開賽初段互有攻守，但真正有威脅的埋門不多。戰至 16 分鐘，7C 歐陽詠文藉着 6B 防守上的失誤，由右路傳中，混亂間 6B 班劉偉傑誤犯手球，皮球落在鄭詠基腳下，後者順利將皮球送入網內。及後 6B 班全力反撲，可惜在下半場 10 分鐘，7C 班黃偉琪的一球美妙笠射將比數拉開至 2：0。士氣大降的 6B 班最後 7C 班被林駿汶在完場前一分鐘內梅開二度，慘負 4：0。





## 24-11-2003 5C vs 5E

比賽初段相方爭持不下，然而在比賽開始大概 6 分鐘後，5E 班一次角球機會中，所開出的球擊中了 5C 班的球員，再改變方向彈入網。5E 班在上半場領先 1:0。到了下半場 9 分鐘左右，5E 班再憑藉一次角球機會，李詠豪在混亂中頂入，5E 班領先至 2:0。其後，在完場前 5 分鐘，5E 班的陳

俊杰把對手的腳下球偷走再射入，5E 班最後以 3:0 擊敗 5C 班。

## 01-12-2003 5E vs 6A

兩班勢均力敵，在上下半場都沒有紀錄。雙方要互射九碼決勝負。6A 班梁顯榮首先射入，惟葛嘉寅及余家銘先後射失。雖然 5E 班陳俊杰射入一球，但 5E 陳潤良射失。最後 5E 班李詠豪順利射入。結果 5E 再一次以九碼擊敗對手，總數 2:1 淘汰 6A，晉級決賽。



## 01-12-2003 7C vs 5D

兩場的四強賽事都沒有產生一個入球。7C 及 5D 在法定時間打成 0:0。雙方要以九碼決定誰能踏上決賽之路。7C 班陳淦霖雖然射失，但其後兩輪主射的鄭詠基及林駿汶都順利射入。5D 班的任志輝及葉振威都順利射入，但可惜最後陳光傑射失。首三輪雙方打成 2:2 平手，要進入「突然死亡」。最後，7C 班黃偉琪射入而 5D 班林敬傳射失，7C 班驚險晉級。



神射手榜：(截至 01-12-2003)

數據：(截至 01-12-2003)

姓名	班別	入球
曾家俊	5D	5
梁顯榮	6A	3
徐志豪	5D	2
張德輝	6B	2

全場平均入球	2.67 球 / 場
上半場平均入球	0.55 球 / 場
下半場平均入球	2.11 球 / 場
九碼入球率	59%





轉眼間已踏入期中試，在上學期，學生會舉辦了便服日、越野賽、中五至中七級班際足球比賽等活動。而下學期學生會亦準備舉辦或與其他學會合辦一系列活動及比賽，希望各同學可舒緩沉重的考試壓力和擁有更充實的校園生活。

## 音樂比賽

賽程：

06 / 01	獨唱組(1)
07 / 01	獨唱組(2)
12 / 01	樂器組、師生組
13 / 01	小組合唱組
14 / 01	大合唱組
16 / 01	社際獨唱組 社際大合唱組、決賽

由學生會及音樂學會合辦。比賽將於一月舉行，並已截止報名及進行抽籤。比賽將於放學後(4:00PM)在禮堂舉行，歡迎同學們到場欣賞。經過在初賽般選後，會選出5至6名獨唱組的參賽及5至6組小組合唱組的參賽組進入決賽，再決出冠、亞、季軍。

## 三人籃球比賽

由學生會及籃球學會合辦。比賽將於一月舉行，歡迎各級別同學自由組隊，隊員必須包括一名隊長，兩名正選隊員及一名後備隊員。各隊必須有一個隊名，隊員名單及隊名一經確定後便不可更改，而含有粗俗字眼之報名表或於截止日期後提交將不獲受理。報名表可在學生會室及圖書館索取，歡迎同學於早上七時三十分後或放學後至五時前來學生會室交回表格。比賽設冠、亞、季軍，得獎同學將會獲頒獎牌乙個。至於確實報名截止、抽籤、比賽日期請留意學生會之公佈。而稍後，報名及比賽細則會將貼於學生會壁佈版。請各同學密切留意。各同學如有疑問或意見，亦歡迎同學詢問各學生會幹事。

## 三分神射手

同樣由學生會及籃球學會合辦，比賽亦於一月與三人籃球比賽同時舉行。比賽細則及次序抽籤之日期將於公開接受報名後宣佈。同學請留意學生會壁佈或籃球學會的有關公佈。





## 低級組(中一至中二)及中級組(中三至中四)球際足球比賽

中級組將暫定於三月舉行，低級組將於四月舉行。比賽設冠亞季軍及神射手獎項。各得獎同學會部會獲發獎牌乙個。比賽以淘汰賽形式進行，每班每場比賽最少派七名，最多派十名同學參賽，其中七名為正選，三名後備。每場比賽有三個更換球員名額。而比賽同學亦需要與出場名單相同，否則將被取消資格。比賽分上下半場，每半場 20 分鐘，其間有 5 分鐘休息時間。確實比賽及抽籤日期將稍後宣佈，而比賽細則及出場時間表亦會於抽籤後張貼於學生會壁佈。請同學密切留意。



## 特別推介

陳佩珍老師推介



書名：《哈佛女孩 – 劉亦婷 Part 1》-- 早期教育與小學培養紀實

作者：劉衛華、張欣武

出版社：高富國際出版

頁數：283 頁

內容介紹：

生下小兒後，偶爾獲張欣老師的推介，購下了一本在國內(2002年)特別流行的書籍。本書主要介紹一對夫婦如何透過教導與訓練，培育女兒，使她成為出色的人才。書中女主角 – 劉亦婷 於1999年同時獲得美國哈佛大學、哥倫比亞大學、衛斯理學及霍尤克山學院取錄，並以全額獎學金的方式免收每年高達三萬多美元的學習和生活費用，成為國內九九年轟動的新聞之一。而已早在母親懷孕期間，偶然閱讀了一本《早期教育與天才》一書，從中得知培育兒童必須盡早開始「對子女的教育必須同孩子的智力曙光同時開始」。又透過「個性化培養」的原則和方法，從而激發孩子的興趣，發掘潛能而達到預期效果，培養兒童優質的才能。

父母不單按部就班且提早實踐。書中正是一一紀錄了劉亦婷在出生前、0歲開始、父母離異、3-6歲開發心智及小學階段，父母如何雙方面望塑造她的個性和技能訓練，一步步邁向個性定型和專才訓練。

後感：

閱畢此書的確令我「眼界大開」，而培育孩子更是天下父母的職責。書中所提《早期教育與天才》一書之前身更是一位10世紀初德國「神童」卡爾·威特的培養過程。當眾人認為卡爾是智力障礙兒童，但父母卻獨排異種，努力尋求教育方法，啟發卡爾學習，最後他在23歲時已成為優秀的法學家和研究但丁學說的權威。

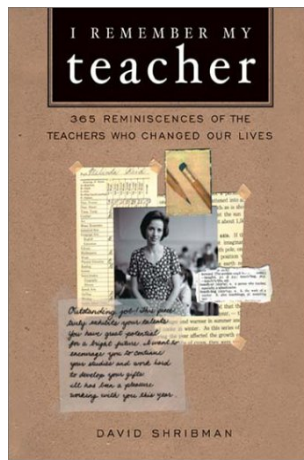
原來對於孩子最重要的教育不是天賦才能，孩子成為人才還是庸才，不是決定天賦的多少，而是決定於早期教育加後繼教育的綜合成效，因此即使是普通的孩子，也會成為能力超常的人！

而對於成年人，所缺少的學習往往只是改善素質的決心而不是潛能天份。

今後我將下定決心好好閱讀 P.2 ~ 中學六年、衝刺哈佛紀實、Part 3 《早期教育和天才》，吸收知識，培養我兒成才……



## 其他推介



**Title :** 《I remember My Teacher》 (Andrews McMeel Publishing, Kansas City)

**Author :** David M. Shribman

**Feedback :** The author gathered 365 testimonials to teachers for this book. These tributes from both famous and ordinary people are reminiscences of the teachers who changed their lives. They are just short passages and easy to follow, and so the book can be read at any time and at any pace.

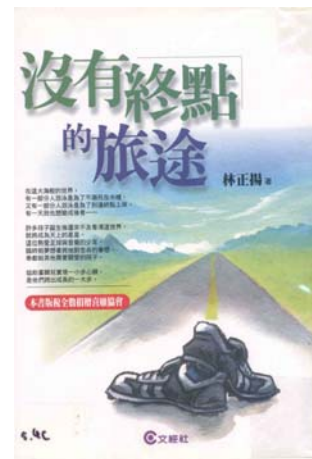
This book has inspired me and prompted my memories of my teachers who, either in a conventional or an extraordinary way, helped form what I am. I hope you can be inspired too and become good teachers, coaches and parents of the future generation.

Recommended by Principal Mr. Chu Fu Yau

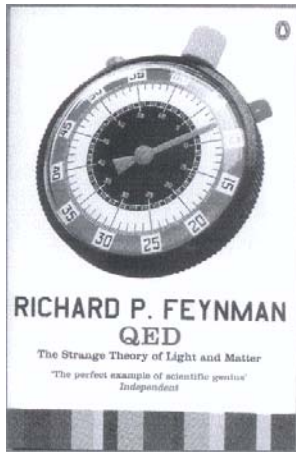
**書名：**《沒有終點的旅途》(台北；文經社；1999年)

**作者：**林正揚

**書評及感想：**書內沒有微言大義，作者也名不經傳，文字亦不見精審，此書只是寫一位十多歲的少年的真實生活，然而他的生活卻因一次意外而徹底改變了 -- 他在一場足球賽中傷了膝蓋，事後發現了自己罹患骨癌，無藥可治後來更要把一腿切除，對於一個熱愛足球的少年來說，那是何等的打擊？對於一個如旭日的少年來說，死期將至，那會是什麼的滋味？此書特別之處是作者只用冷靜淡然的筆觸寫自己生活上的轉變，然後靜待死神的降臨、完成他這部死前的紀錄。閱讀此書時，正值學童自殺的慘劇再次發生，我頓覺生命原來在某些人手上是如此不堪的，也更覺該書的作者是如何的熱愛生命！



郭耀華老師推介



**書名：**(英)《Quantum Electrodynamics, QED》

(中)《量子電動力學》

**作者：**Richard P. Feynman 費曼 (1918- 1988)

**書評及感想：**這是一本科普讀物。本書作者是費曼是一九六五年物理學諾貝爾獎得主，主要表揚其在QED 上的貢獻；費曼亦是第一個在美國出生和在美國本土受教育而獲諾貝爾獎的理論物理學家。在二次大戰其間，費曼參予了出名的”曼克頓計劃，Manhattan Project (註)，負責計算核彈所需鈾元素(Uranium)的份量。一九八六年一月美國太空穿梭機挑戰者號在空中爆炸，費曼當年更獲美國總統烈根邀請為事件作出調查。詳情可參閱有關費曼另一註作”What do you care what other people say?”

本書輯錄費曼教授於一九八四年在加州大學洛杉磯分校的一次科普講座，對像是一班沒有接受過正統科學訓練的觀眾，正如曼自己在講座內說：「只要懂得簡單的三角幾何，便能聽懂我的話。」

光的特性，由牛頓提出的光粒子模型(Corpuscular Model ) 到後期的波動型(Wave Model) 一直都具爭議性，費曼在講座中，以量子力學的概念把光的特性，如反射、折射，繞(衍)射以至相干效應都加以解釋，內容生動有趣，用字簡單而清晰，對科學有興趣的同學來說，本書實為一本絕佳讀物。(註：詳情可參閱網址 <http://www.nobel.se/physics/laureates/1965/index.html>)

黃耀輝老師推介

**書名：**《聖經》

**作者：**---

**書評及感想：**聖經是世界上最暢銷的書籍，其中包括故事、道理和福音等。其實它並不沉悶，而且在人生不同的階段時閱讀會有不同的領受。我鼓勵沒有宗教信仰的同學深入了解這本書，希望同學能各取其需。我個人最愛看「創世紀」、「箴言」和「傳道書」這三卷的內容，希望同學也喜歡。



易麗霞老師推介





**書名：**《劍河倒影》

**作者：**陳之藩

**書評及感想：**陳之藩是中三級課文 -- 《鈞勝於魚》的作者，本書對於劍橋的景物，學者及學術氣氛都有詳盡的刻劃，是一本非常優秀的散文集。

簡瑞洪老師推介

**書名：**《美國演說名篇》

**作者：**---

**書評及感想：**這本書適合高年級學生，特別對英國文學及歷史科有濃厚興趣的同學。它採用中英對照方式，儘管英語版本程度較深，中文部份可兼作翻譯補充。內容方面，收錄了豐富的名人演說並詳盡介紹其歷史背景，內容勵志並富啟發性。



譚翠瑤老師推介



**書名：**《Fit 壹世》

**作者：**哈維戴蒙、瑪麗蓮戴蒙

**書評及感想：**這本書所說的基本飲食原則頗有道理，亦容易應用在日常生活上。現日常生活我都有應用其中部份，發覺人變得精神了，胃部的不適也 少了。

葉恩賜老師推介

**書名：**《我們仨》

**作者：**楊絳

**書評及感想：**楊絳雖已針十高齡，然而她的記憶力強。她以行雲流水的文字、委婉雅淡的筆觸，寫出一代學人在大半世紀的政治運動中的浮沉滄桑。前塵往事，娓娓道來，就是那熟悉的基調，那平實細膩的文字，使這部自傳既耐讀，也感人。



趙麗珍老師推介



## 男校女生的安樂窩

史丹

作為本校的新女生，由就讀男女校轉讀這所男校，每天都好像被成千個男孩「包圍」。雖然早已有心理準備，但面對過千個男孩，總難免感到恐懼，缺乏安全感。

然而「女孩子」們便開始尋找一個可以遠離其他男同學的地方。小息時的班房，不行；班房外的走廊，不行；有蓋操場的儲物櫃附近，不行。彷彿無論到哪裡去，都會遇上男生。但我們終於找到了一處男生永不能踏進的地方 -- 女生洗手間。

位處二樓的女生洗手間，有一張很舒適的長凳、多個大、小儲物櫃、一面長長的半身鏡、多面全身鏡、乾風機等，設備十分完善。久而久之，這個近乎完美的女生洗手間，成為了我們的避難所，成為了我們於早上集隊前、小息、午飯時間必到的「蒲點」。

它亦帶給我們無限的安全感。每當我們走進洗手間，閉上門，再拉上浴簾，坐在長凳上，我們便可將一天的拘禁收起，回復真我。我們可以自由自在，暫時忘卻「走光危機」，大可任意的坐，不再提心吊膽。另外，我們亦可高談闊論，大講女生心事，又不怕被別人聽到，被到處宣揚。

每早朝回到學校，便立即跑到洗手間，慢慢地整理儀容，再坐在長凳上，一邊溫書或做功課，一邊等其他女生回來。小息的鐘聲響起後，我們急不及待到洗手間放鬆一下，訴說課後感受，交流讀書心得。午飯後，捧首飽滿的肚子，再次回到洗手間，做功課、溫習、澆心、甚至漫無目的地坐著，直至上課鐘聲響起，風紀趕人，才萬個不甘願的離去。

二樓女生洗手間，無疑已變成了我們的避難所、集合場地，甚至安樂窩。



## 新的學年

卡地

新的學年，我的生活模式完全改變。從校園到教師，甚至是身邊的朋友，同學也是完全不同。由從前的女校來到今天的「男女校」，表面上好像有極大差別，但事實上卻又不外如事。

身為男校女生，周遭經常有十多雙眼睛跟隨著，起初的感覺很奇怪。但久而久之也經已習慣了。我還清楚記得九月一日，一踏進校園，被百雙目光掃視，感覺有點不知所措。很想找個位置躲起來，還好鄰近是位女生，可互相依靠，這感覺又安全多了。

由入學一刻，最令我感到驚恐的並不是男生，也不是任何學科，而是長跑。多年來我只會在體育課才去運動，更遑論長跑。的而且確，起初完全不能適應，跑了幾圈便力不從心，經常「偷圈」了事。但當我看見身邊的男同學一個個起勁地跑，我便問自己「長跑的目的是甚麼呢？」我終究找不出答案。其後更不斷為自己找藉口，認為自己的興趣不在於此。後來我發現其實不少同學本身並不喜愛長跑，慢慢地卻被長天那份長跑的風氣所感染，開始熱愛長跑。他們每一次練習都堅持完成所有圈數。這份「執著」也感染了我，也堅強了我的意志。跑步並非只為了一次考試，甚至單純鍛鍊身體素質，而是一個鍛鍊「堅持」的好方法。的確，要征服廿五圈並非易事，要突破自己，其困難程度又遠超於此。在三個多月來，身邊的同學不只給予我精神上的支持，更啟發了我潛能、鍛鍊我的意志，在跑畢廿五圈過後，那滿足的感覺實是難以形容。

長天的陸運會同樣令我大開眼界。兩天的比賽一直吸引著我的目光 -- 從未看過這樣精彩的比賽，那麼緊湊，那麼刺激，那麼奪目。看著田徑賽場上的健兒，我腦海只能浮現一個字 -- 「型」。原來比賽可以使大家充滿活力，「長天仔」的認真與體育精神就是最吸引之處。

在這短短幾個月，長天，改變了我對男校的「傳統」感覺。



## 驀然回首

夏巴

每天早上睡眼惺忪的爬下床，在半昏迷狀態下刷牙漱口穿校服，沒精打采的上學去。一天又一天，重複了五年，基本上已經成爲了一種條件反射。然後知識被硬塞到腦袋裡去，「沒完沒了」的功課教人喘不過氣，又要讀自己不喜歡的科目。然而，「想」與「做」是兩碼子的事。不想上課，卻仍得困在課室裡，就像緊箍咒那樣不能擺脫。

這樣機械式的活，當然要學懂自得其樂，不想聽書的時候，唯有釣魚打瞌睡發白日夢，或是在臺下看書趕功課溫測驗，或靠窗邊看看別人在跑校圈踢足球，所以最喜歡坐在後排，有「高佬」作屏障，愛做什麼也行。

時光荏苒，忽然驚覺虛度了不少歲月。

在這裡渾渾噩噩的待了五年，以前，有的是時間；現在，很多事情想做，卻沒時間做。猶記得以前的星期六日，在日上三竿之時還賴在床上不願起來，連太陽是什麼顏色也不曉得！現在時針如正常的速度翻動，但筆記講義卻怎也翻不完。

中一、二時跑校圈，不是板臉慢踱，就是躲在「蛇竇」，嘆氣說還有五六年要在這「蛇竇」裡「生活」。數年的中學生活一眨眼就流走了，現在再在跑道上馳騁的時候，才發現能夠奮鬥的日子已經不多了。

五年的光陰過去了，試問人生有多少個五年可供浪費？這時期的我們有朝氣、有活力、有衝勁、也有熱情，幾乎做甚麼事也能毫無顧慮，勇往直前。十多歲年紀的中學時代是人生中的光輝歲月，別沉迷於其他「雜務」，讓珍貴財富被消磨與埋沒。

每天上學，穿起那套以前不愛穿的校服，開始懂得珍惜了；看見充滿朝氣的學弟，還有點羨慕他們呢！



## 南香茶餐廳

香 西 炒 馳  
濃 冷 粉 名  
咖 紅 麵 粉  
啡 茶 飯 麵

地址: 九龍青山道 358 號地下

電話: 23862143

## 星仔記餐廳小廚

午市時間

學生快餐

只售 \$20

送 冷熱飲品

地址: 九龍長沙灣長發街 10 號地下

(匯豐銀行側門對面)

電話: 27081208

## 新環球速印影印服務

○●配匙○● 開鎖○●

原子印 木印 膠印 名片 單簿 宣傳單 數碼速印

訂裝 熱熔精裝 過膠 打字做稿 傳真

歡 迎 問 價

地址: 九龍元州街 353 號冠榮地下 D3 匯豐銀行對面

電話: 23877515

傳真: 23877081

# 翠豪閣美食快餐廳



••••• 學生優惠 •••••

中午快餐/特餐  
全部設有學生優惠  
每款\$20 送飲品及是日例湯

••••• 美味之選 •••••

自製餃子  
鮮蝦雲吞  
每款\$12

地址：元州街元州邨商場地下 10 號舖  
外賣電話：23861148 傳真：23866488

## 新合利粥店

鮮  
明  
油  
器

明  
火  
白  
粥

生  
滾  
靚  
粥

爽  
滑  
腸  
粉

糖  
水  
甜  
品

地址：青山道 354 號地下

電話：29589835

# 金百利餐廳



飯品類品款餐眾理  
麵食扒飲新快出合  
粉西色熱天生道錢  
炒中各冷天學味價



(學生午餐:\$20,包例湯,餐飲)

地址:學校正門斜對面