



自強不息 聲



第五十期

長沙灣天主教英文中學
2003-2004 年度學生會出版



The Voice

Preface

We have come the fiftieth issue of our school magazine, '*The Voice*'. *The Voice* has always been advancing, and becoming more creative. It gives the full details about what has recently happened in our school so as to enhance the sense of belonging of every schoolmate. *The voice* is also to provide a channel for schoolmates to express their opinions. We promise we will do our best and put schoolmate's interest at the top of our priority in the future.

This is the second volume of *The Voice* in this academic year. Though we had learnt a lot from the experience of the previous issue and the feedback from schoolmates, we still encountered quite a lot of difficulties. Besides, we have to cope with a rather heavy workload from our studies. But with the concerted effort of the Editorial Board as well as the valued opinion and support from Mr. K.F. Tai and Mr. Y.F. Seid, we managed to finish the difficult task.

You would probably find this issue different from the previous one. We have tried to include as many new elements as we could in this issue to arouse student's interest in reading it. For example, we have interviewed three P.E. teachers, four House Captains and the newly established club in our school. Moreover, we have produced an unprecedented online version of '*The Voice*' as an enhancement of our service so that everyone could read this over the internet (we will also put the volume 49 of *The Voice* into the Internet.). It is our pleasure that the section of football description (F.5 to F.7 section) in the last issue achieved favourable and positive feedback from many schoolmates. We are going to continue to report every match of the inter-class football competition (F.1 to F.2 and F.3 to F.4 sections).

'*The Voice*' is finally in your hands now. We would like to extend our sincere thanks to all those who have given us assistance as well as support.

We do hope you all enjoy reading this!

Editorial Board
May, 2004



The Voice

Editorial board

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

Special Thanks To:

Ms. Chan Pui Chun
Mr. Li Tak Fai
Mr. Seid Yuk Fai

Mr. Leung Pak Lam
Mr. Ngai Chun Kuen
Mr. Tai Kin Fai

St. John's House
St. Mark's House

St. Luke's House
St. Matthew's House

Model-making Club

Jackie Tam 7C



教區運動會回顧

今屆教區運動會一如以往在寒風凜冽的情況下進行，但我們的健兒仍然懷著自強不息的精神，全力以赴；加上師生們的鼓勵和支持，團結打氣，終於令我們在惡劣的環境下，成功衛冕男子全場總冠軍，延續了「十三連霸」的神話。



天主教教區中學聯校運動會已經踏入第十六屆，第一屆教區運動會於1969年首次舉行，那時我們還未建校。第二屆教區運動會，我校初次參與，只能於多間天主教友校中敬陪末席。自此以後，我們知恥近乎勇，加上在「排長」的訓練下，成績突飛猛進，於第三屆的教區運動會取得男子全場



第四名。在第四屆的教區運動會，我們更進一步，擊敗其他教區友校，取得我校歷史上首個全場總冠軍。時至今日，長天創校三十多年了，教區運動會也踏入第十六屆，在今屆教區前，我們已經連續十二屆贏取男子全場總冠軍，四隻主教盃永久放在校內的獎盃櫃內(當一間學校取得三次全場總冠軍，就能將主教盃永久保存)。無可否認，再次稱霸教區運動會已經是長天學籽薪火相傳的「任務」。



比賽前夕，全校均瀰漫著一片惶恐的氣氛。雖然我們在上屆教區運動會中以壓倒性的姿態獲得冠軍，但今屆卻出現了一定的危機：有很多上屆



主將經已離校；加上乙組隊員的表現未如理想；而其他友校也以擊敗我們為目標，全力備戰。彩虹邨天主教英文中學與觀塘瑪利諾書院一直為此努力並不斷進步，其他從前鮮有威脅的友校近年成績亦突飛

猛進，例如擁有港青成員的余振強紀念中學。在內憂外患的情況下，令我們再次衛冕教區運動會的夢想蒙上了一層陰霾。所有的運動員們都加緊練習，積極備戰，而「排長」梁柏林老師也替我們的運動員報名參加各項大小公開的田徑比賽，讓他們吸收實戰的經驗，務求以最佳的狀態迎接今屆的教區運動會。



在教區運動會的第一日(2月4日)，香港天文台錄得攝氏七點八度，是有紀錄以來最冷的元宵節，也就是說大家又要在寒風凜冽的小西灣海傍的運動場中欣賞今年的賽事了。一如以往，長天佔據了觀眾席上最多的三個



看台，繫上黃色頸巾的全校師生把三個看台染成一片黃海。今屆的教區運動會是由彩虹天主教英文中學與新民書院聯合主辦，在開幕儀式時，特別加插「彩天」同學的舞蹈及演唱今屆教區運動會的主題曲---「勇往直前跑」。在陳日君主教執行鳴槍禮後，一連兩天的教區運動會就正式開始。

在第一天上午所舉行的徑賽項目都是初賽，而我們有多名代表順利進入決賽。基於天雨的關係，大會決定取消當天上午的所有田賽項目，雖然體育老師已經立即向大會作出強烈的抗議，無奈大會仍然維持原判。由於我們在所取消的田賽項目中都佔有優勢，不但使我們損失不少寶貴的分數，也使大家十分擔憂，衛冕的路途更添一重障礙。大家只好暫時放下怒氣，化悲憤為力量，沉著應戰。



當比賽進入下午階段，天色漸漸轉好，大會恢復所有下午的田項賽事。在男子甲組跳高、乙組鐵餅、



丙組跳遠及鉛球，我們分別獲得兩銀一銅的成績。而在徑賽方面，我們只能有一名選手在男子甲組及乙組跨欄中進入決賽，情況未許樂觀。幸好在八百米的賽事中，甲、乙及丙組的六名代表都能夠進入前八名，並分別





獲得兩個冠軍及四個殿軍的佳績。在接著下來的四乘四百米賽事中，三組代表都能夠順利進入第二天的決賽。

可能因在寒冷天氣的影響下，同學在看台上的打氣聲並不熱烈，不過在戰情緊湊的時候，大多同學也自動地起立打氣。不少同學在比賽散場後仍肯留下支持接力初賽的運動員，全場也只剩下我們雄亮的打氣聲，充份體現出我們團結的一面。在第一天的比賽結束後，因為部分項目被取消，我們僅以十分之微領先緊隨的彩虹邨天主教英文中學，使我校承受巨大的壓力。幸好我們的健兒都能在逆境中將壓力轉化成動力，在第二天的賽事中大放異彩。

在第二天上午的五項田賽項目中，一口氣獲得一金三銀四銅的成績；在徑賽項目中，我們均能夠取得壓倒性的優勢。其中在一百米及二百米的賽事中，獲得一銀三銅的成績；而在四百米的賽事中，多名代表都能夠進入前三名，使我們的分數不斷拋離其他對手。接著下來的四乘四百米決賽中，甲、乙及丙組的健兒分別獲得兩金一銀的佳績，而丙組的運動員更以破紀錄時間獲得冠軍。



然而，在丙組的接力賽事中又出現問題，大會方面宣布我們被取消資格，理由是我們的丙組隊員在接棒區外交棒。接力賽事的分數是「雙計」



的，對總分有重大影響。幸而我們的工作人員攝錄了整個比賽情況，與會方交涉後才成功令我們避免失分。

這時同學的打氣聲已經比第一天改善，大概是因為戰況逐漸緊湊，而不少的舊生也陸續到來打氣，令大家情緒更高漲。在下午的一千五百米賽事中，我們總共獲得兩金一銅的成績，而丙組的健兒再一次以破紀錄時間獲得冠軍。在最後一個項目-----四乘一百米的賽事中，我們三組比賽分別獲得一金一銀一銅的佳績。

此時，同學們已經知道我們能夠再一次成功衛冕男子全場總冠軍，都顯得雀躍不已，與舊





生一同喊口號、唱校歌、揮頸巾，全校的情緒達到最高點。最終，我們以大比數八十一分之差擊敗亞軍的彩虹邨天主教英文中學，而且也同時在甲組、乙組及丙組均取得團體冠軍，使將於本年退休的「排長」，能夠劃上一個圓美的句號。

雖然我們能夠順利獲得男子全場總冠軍，肯定了我們的實力，但我們乙組只能以四分之微險勝觀塘瑪利諾書院，使我們在下一屆的教區運動會中，出現了一定的危機。爭取十四連霸的「任務」，將落在各位同學身上。希望各位同學能夠「繼承」自強不息的精神，在兩年後的教區運動會繼續為長天寫下輝煌的一頁，將這神話再次延續。



| | | | |
|------|-----|------------|-------|
| 男子全場 | 總冠軍 | 長沙灣天主教英文中學 | 394 分 |
| | 總亞軍 | 彩虹邨天主教英文中學 | 313 分 |
| | 總季軍 | 余振強紀念中學 | 213 分 |
| 男子甲組 | 總冠軍 | 長沙灣天主教英文中學 | 154 分 |
| | 總亞軍 | 彩虹邨天主教英文中學 | 122 分 |
| | 總季軍 | 余振強紀念中學 | 98 分 |
| 男子乙組 | 總冠軍 | 長沙灣天主教英文中學 | 115 分 |
| | 總亞軍 | 觀塘瑪利諾書院 | 111 分 |
| | 總季軍 | 聖若瑟英文中學 | 86 分 |
| 男子丙組 | 總冠軍 | 長沙灣天主教英文中學 | 125 分 |
| | 總亞軍 | 彩虹邨天主教英文中學 | 112 分 |
| | 總季軍 | 西貢崇真天主教中學 | 68 分 |



梁柏林老師



1. 我們在教區運動會再一次衛冕成功，取得十三連霸。請總結一下這次賽事。

在教區運動會中，我們可以見到其他友校的實力在已經不斷增強，例如余振強紀念中學、觀塘瑪利諾書院及彩虹天主教中學。我們能夠成為十三連霸，是代表全校共同合作的成果。學校對運動員的獎勵是給予運動員一股強大的推動力。而

家長也很支持教區運動會，對運動員參與練習及熱身賽方面給予很大的幫助。在運動員方面，部份運動員取得很大的進步，但有少數的運動員卻因為害怕艱辛的訓練而喪失參與訓練的機會，那是非常可惜的。希望我們小心努力，爭取十四、十五…連霸。

2. 我們在學界田徑第一組賽事也有不俗的成績，取得團體第四名。請總結一下這次賽事。

在賽前，我估計我們可以贏取更高的名次，尤其是甲組，我希望可以獲得第三名，可惜有些運動員表現失準，喪失了應得的分數。其實我們能夠在全港最優秀的學校、最優秀的運動員裡的第一組中取得團體第四名總成績是很不容易的，但運動員卻不能夠因此自滿，要更努力改進，求取更佳的成績。

3. 綜合兩項比賽，你認為我們的田徑校隊有甚麼不足之處有待改進？

從整體上來說，乙組的表現是比較弱的。有些乙組的同學不求進步、練習不認真，使到乙組的實力與其他學校有一段距離。在下屆的教區運動會中，今屆乙組的同學將會成為下屆甲組的代表。如果他們的訓練態度不作出改善，會使到我們的衛冕帶來危險，也會打擊下屆乙組及丙組同學的士氣。

4. 還有兩個多月你便退休了，離別在即，你有甚麼感想？

今年是我在長天任教的最後一年，而帶領長天參與教區運動會的任務也正式結束，總會有些失落感。而我大部份人生都是在長天教導學生中渡過的，而退休也代表這份工作的休止。每一個人都會達到退休的年齡，我或者會嘗試尋找其他新的工作，例如參與一些有關田徑或其他運動的工作。在長天任教給予我一份好大的挑戰，能夠帶領長天在香港學界及教區運動會中獲取一些成績，也帶給我無限的滿足感。



5. 你將在今年告別任教多年的長天，你對長天的未來有甚麼期望？

在我退休之後，我相信李德輝老師會比我做得更好、更出色、更能夠發揮長天學生的優點。他做事非常積極，同時也能夠與學生相處得非常融洽。最後，我希望長天除了在體育外，在學術方面也能夠得到更大的進步，使長天成爲名校中的名校。

李德輝老師

李老師對於我們在教區聯校運動會奪得十三連霸感到高興，因爲可以再次成功創造長天的歷史。加上今年是梁柏林老師在長天最後一年的教學生涯，成功衛冕不但令他在教學上有一個完美的結束，也給他多一個燦爛的回憶。今次能獲勝，雖然經過了一些波折，因爲在第一天比賽，大會在安排上出現了不少問題，但慶幸大家到最後都能從困難中取得好成績，這樣的意義就更大了。

在學界一組比賽方面，我們的田徑隊取得團體第四名的好成績。李老師表示原訂的目標其實不只是第四名，而是更高的名次。但是由於各校的實力都很強，他們下了很大的苦功，所以就算經過一番努力後也只得第四。另外，有些項目未能發揮到最好，可能因爲教區過後，各運動員備戰心態已不是那麼濃烈。所以學界比賽的表現不是太理想。但能躋身第四已是不錯了，希望將來在第一組田徑爭取更高的名次。

在那兩項比賽中，李老師最欣賞的是甲組運動員對訓練的心態、事前準備、比賽過程和同學互相幫助的行爲。由於，丙組運動員剛參加田徑比賽，甚麼也不懂，而且乙組的運動員又未做得太好，所以甲組運動員正好成爲他們的榜樣，也給予乙、丙組運動員一定的幫助。在比賽方面，有些同學可能因爲正處於援衝期，所以發揮難免未如理想。他期望各運動員將來做得更好。

另外，李老師認爲以本校的環境、設備、學生人數，田徑隊能夠長期躋身於第一組絕對不是件易事，但也有改善的地方。首先要有一個鮮明的紀律，也需要再制訂一些長遠的計劃去訓練學生，務求在比賽中得到更好的成績。

對於梁老師的離職，李老師當然是不捨得。因爲與梁老師合作十五年，由他只是一個沒有經驗的教師，一直跟他學習，慢慢合作得越來越開心。期間也經歷了不少難忘的事，他相信梁老師會明白的，因爲互相都有感應。「其實跟梁老師合作是非常愉快，大家無需多講已明白一切，長久也形成了默契。雖然不捨得，但此始終要面對這事實。」李老師將來希望可以帶領長天得到更好成績，給梁老師一些美好的回憶。



倪震權老師

經過一年多的教學經驗，倪老師對長天有以下感覺。在學生方面，他認為長天的學生尚算聽教。在男校裡，不免會有一些佻皮的學生，但整體來說也是乖的。至於在老師方面，他用「特別」來形容師生關係，師生之間的關係比較密切，他們會在課餘一起運動、用膳、假日也會網上聊天，感覺就像好像一家人似的，這情況在別的學校較少見。

倪老師在聯校教區運動會第一天後有點擔憂，因為那些因雨天而取消的那四項田賽都是較有把握得分項目，突然取消令三位體育老師大失預算，所以各人都非常擔憂。然而，經過第一天的失利，正好激發起運動員的鬥心和爭勝心，不少運動員特破了自己最佳的成績，所以最後也能順利勝出。

在學界田徑方面，倪老師認為今年的田徑隊有一定的實力，得到團體第四名其實已是意料中事。在個別目標方面，他期望甲組可以得到頭三甲。但可能由於中五和中七的同學要應付會考和高考，而其他同學也要測驗考試的關係，比賽態度也鬆懈了些，故未能達到預期的成績。而最不幸就是丙組，只是以一分之微輸給第四名。但整體而言，田徑隊已達成團體第四的目標。

身為排球隊的導師，倪老師爭取了不少排球設備。他不但向校方爭取了些資助，而且提供了不少私人的排球設備。他也希望在副場增建排球場地，這樣的話，在訓練時可借用副籃球場，增加訓練效率。他亦想培養全校打排球的氣氛，擴大學校的排球人口，每一個組別均有超過十二個排球隊員。這樣情況下會產生良性競爭，使學校排球水平有所提升。另外，倪老師主要負責田項的項目，他希望學校可以增設一些輔助擲項訓練的器材。另外，也要著手改善運動員的氣氛及態度，要加強各運動員的使命感和團體精神，不希望運動員為怕受罰而出席訓練，而是為提升自己水平和為學校爭取榮譽而參與訓練及比賽。

今年倪老師帶領排球校隊取得優異成績，排球隊下年將升上學界第一組作賽。倪老師指當學界比賽結束後，新一季的訓練又接著開始。與上一季的計劃一樣，他們會照常在下學期及暑假參加三項公開比賽。他要求長天的排球隊在下年的學界比賽中能打出整體排球的隊形，因為自中七同學畢業後，隊中缺少了一些尖子球員去帶領球隊。其實，如要在下年學界比賽中有較高的總名次，甲、乙、丙組的成績是同樣關鍵的，因為在第一組中沒有一間中學能在甲、乙、丙組的成績都是特出。如果各組都能有平均的表現，達到他「保四爭三」的目標，相信總排名也會是不錯的。相信今年倪老師會帶領我們體育運動的發展，在此我們祝倪老師工作愉快，排球隊成為學界精英賽的冠軍。



音樂比賽

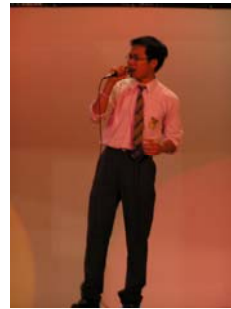
由學生會及音樂學會聯合舉辦的「音樂比賽」2004 已在 1 月 6、7、12、13、14 和 16 日舉行，本年度比賽的反應熱烈，估計超過 350 位同學及教職員參與是次賽事。

獨唱組是爭最激烈的組別，49 名參賽者爭奪 6 個決賽席位。除一位參賽者選擇英文歌曲外，其餘的都以粵語流行曲參賽。在上年比賽技驚四座的衛冕冠軍 2C 班陳凱成在初賽表現略為失準，未能擠身決賽行列，亦可見各參賽者水準之高。獨唱組的冠軍是 6B 班陳君俊；亞軍是 7B 班馮康生；季軍是 5D 班馬銘輝。

(冠軍)



(亞軍)



小組合唱組今年的參賽組合也創下新高，共有 27 組。27 組隊伍各出其謀，有 2 人的、有多至 8 人的、有用樂器的、也有清唱的，力爭決賽資格。結果上屆冠軍「Immortality」(6A 班黃嘉進、6B 班陳君俊) 在決賽以一首「一生中最愛」衛冕成功；亞軍是放棄背景音樂、以口及手自哼節奏，唱出「七友」的「小合唱團」；季軍為「Microlife」(6B 班黃晞峻、陳熙文)，參賽歌曲同是「七友」。

(冠軍)



(亞軍)



(季軍)



樂器組比賽盡顯同學在樂器上的才華，有電子結他、鋼琴、口琴、鼓、各種管樂器等。賽事產生了雙冠軍，分別是演奏口琴 7B 班黃緯樑及演奏鋼琴 7C 班伍卓謙；季軍則由一隊使用小號、鼓、單簧管、長笛、色時風等樂器的 11 人管樂團獲得。



(冠軍)



(冠軍)



(季軍)



今年的師生組略嫌冷清，僅有 4 組參賽隊伍，包括 3 位教師及 1 位教職員。冠軍由潘倩瑩老師、5C 班陳志成奪得，亞軍和季軍分別是吳綺萍老師、6B 班陳君俊的組合及梁婉慧小姐、7A 班林子文的組合。

(冠軍)



(季軍)



大合唱組賽事一向為中五中七畢業班的「指定動作」，不過今年亦同時有 2 隊中六班別及 2 隊非班別組織的組合參賽，而且取得不俗的成績，不少組合更出動樂器輔助。最後冠軍是由將 8 首歌大匯集配以舞蹈及 3 種樂器（電子結他、鋼琴和小提琴）的 7A 班奪得；而 6B 班的勁歌（「大熱」）熱舞和 5E 班一首充滿感情的「告別校園時」使兩班同得亞軍。

(冠軍)

(亞軍)

(亞軍)



所有的結果和獎項已在早會公佈及頒發，多得所有參與賽事的同學、抽空擔任評判的老師、負責燈光及攝影和維持秩序的工作人員的協助，音樂比賽才得以順利舉行。而觀賞賽事的同學，亦表現出高度的自律精神。我們曾應承邀請唱片騎師作決賽評判，但由於三位受邀的唱片騎師因時間安排出現問題而未能出席，我們對未能兌現承諾表示歉意。



三人籃球賽及三分神射手比賽

一年一度的三人籃球賽及三分神射手比賽已分別於1月15及17日舉行。經過頭一天的初賽，剩餘出八支出線隊伍。四場的八強賽事過程激烈，其中的三場更是以一分定勝負。



第一場八強賽事是由兩隊大熱門 --- 由本校甲組籃球隊組成的「整蠱專家」對擁有校隊中鋒李澤金的「Penguin」。結果「整」隊的許世明獨取5分，加上在陳志成及劉家明分別射入3分及2分的協助下，以10：9險勝四名球員皆得分的「Penguin」。

第二場是由馮國威率領的「懶鬼堂」迎戰「迷之隊」，在「懶鬼堂」的四名球員皆有得分進帳的情況下，以11：10一分之微力壓對手進入四強。



第三場賽事更是風迴路轉，在「中一甲班」劉緯傑及鄺展駿雙「高佬」夾擊下，「排球校隊」倪震權老師在籃底下「舉步唯艱」。到賽事末段，「中」隊以6：3領先，滿以為可以勝出之際，「排」隊的倪老師射入一記三分球追成平手(右圖)，將賽事帶入加時。雖然「中」隊在加時階段曾一度領先8：6，可惜「排」隊再投進一記三分球奠定勝局，以9：8取勝，晉級四強。



最後一場八強賽事是由中七同學組成的「蘭花會」對「唉」。賽事一直由有身高優勢「蘭」隊的沈廣盛主宰，他個人獨取8分，加上「唉」隊的葛嘉賓及池志威兩個入球均被判無效，「蘭花會」卒以10：6勝出，踏上八強的尾班車。



四強賽事第一場由「整蠱專家」對「懶鬼堂」，雙方在今場上演得分大戰，「整」隊的林棟及「懶」隊的馮國威各為己隊進帳 12 分，但始終「整」隊技高一籌，在許世明再添 8 分下，以 26：21 進入決賽。



另一場四強又是一分決勝負的比賽，由「排球校隊」對「蘭花會」。「排球校隊」倪震權老師再次發揮籃底霸者本色，個人取得 8 分，「蘭花會」得分則較為平均，可惜最後仍以 9：10，一分之微不敵。

季軍賽戰況頗為一面倒，「懶鬼堂」有 3 名球員得分達 4 分或以上，相反，「蘭花會」



整隊只有 6 分，結果在無驚無險下，「懶」隊以 13：6 勝出，獲得總季軍，馮國威更以 20 分(三場總分)榮獲得分王。



冠軍賽由「整蠱專家」及「排球校隊」進行激戰，賽事一開始，「整」隊憑藉實力較平均，加上「排」隊謝振邦受傷，一保持 10

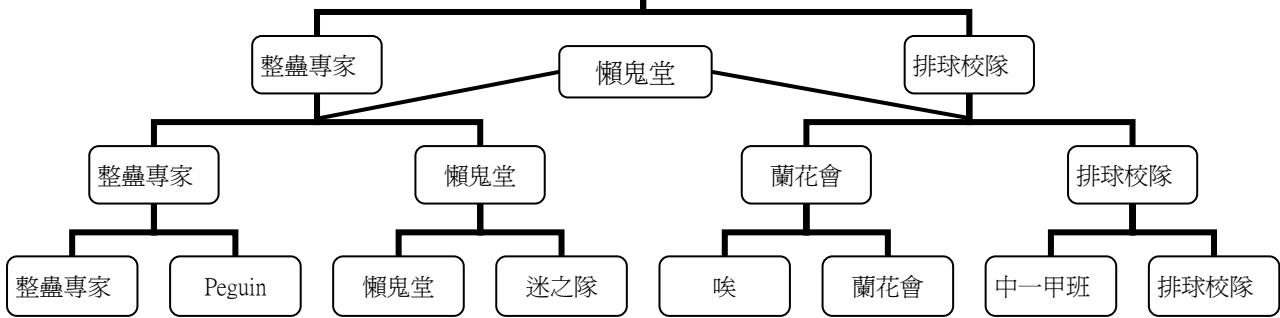


分以上領先優勢。及後「排」隊的倪老師大發神威，借助身材優勢，不停在籃底下取分，將差距收窄至僅餘 1 分。但「整」隊站穩陣腳後，憑林棟及許世明各入一球又將



比數拉開。最後倪老師全場貢獻 12 分，無奈「排球校隊」仍以 14：18 敗於「整」隊，屈居亞軍。「整蠱專家」雖在這場比賽受到頑強的抵抗，仍無阻奪魁。「整」隊的許世明以一分之微不敵馮國威，居得分王亞軍。





三分神射手亦於 1 月 17 日舉行。賽事有 59 名同學參加，初賽射十球，限時 1 分鐘，若得分相同，則取較快完成者為先。59 名參賽者中，2C 班葉俊基及 4B 班譚狄衡在限時內射入 5 球，而 4C 班馮國威、4D 班阮潤深及 7B 班馮柱衡則以 4 球入決賽。

決賽射 25 球，限時一分半鐘。葉俊基保持水準，射入 11 球，馮國威、譚狄衡、及阮潤深皆稍稍失準，分別射入 8 球、6 球及 6 球。最後出場的馮柱衡以其獨特射法，頻頻「穿針」，射入 13 球，榮膺本年度賽事的三分神射手。



▼ 葉俊基



譚狄衡 ▼



▼ 馮國威



阮潤深 ▼



▼ 馮柱衡



高級組班際足球比賽

2004-03-08 5E vs 7C 決賽 1:5



在三場晉級賽僅失一球的 5E 班，決賽表現略為緊張。7C 班在開賽 2 分鐘已組織了一個漂亮的攻勢，最後鄭詠基在禁區窄角位抽入，7C 班領先 1:0。4 分鐘後，鄭

詠基接應右路傳球，控定皮球後射遠柱入網。及後 7C 班的林駿汶禁區邊緣推左走右，在防守球員力壓狂抽地波貼柱入網，龍門欲救無從。7C 班在開賽僅八分鐘，便有三球優勢。18 分鐘，5E 班的黃家賢在禁區外施放冷箭，惜被龍撲出，7C 班清白之身。上半場結束，7C 班以 3:0 領先。



易邊後 3 分半鐘，7C 班林駿汶搶點成功，頭槌攻門撞楣彈入(下圖)。加上在 2 分鐘後陳淦霖在禁區外得球後推橫施射入網，7C 班遙遙領先 5:0。下半場 9 分鐘，5E 憑對方一個錯誤破蛋，陳潤良右路開出角球，7C 班龍門甩手，皮球彈地入網，5E 班追成 1:5。7C 其後續搶攻，鄭詠基狂禁區內斜射而出，惜未能增添紀錄。臨完場前，7C 班陳淦霖趁龍門出營施展倒掛，但 5E 班後衛黃家賢護空門頂出。最後結果 7C 班以 5:1 擊敗 5E 班奪魁。





2004-03-08 5D vs 6A 季軍賽 1:0



兩支在四強均以九碼落敗的球隊對碰，力爭季軍。雙方鳴笛後以快打快，互有攻勢。在上半場 5 分鐘，6A 班在禁區內搶攻都多次都被後衛攔截或解圍。5 分鐘後，6A 班余家銘在半場抽射，惜被龍門飛撲

救出。換邊後，雙方仍是以快打快的策略，互不相讓。後 5D 班曾家俊在禁區外猛力抽射，惜在柱邊擦過出界。臨完上半場，6A 班余家銘接應界外球頭鎚攻門，但力度不足，被 5D 班龍門牢牢接實。下半場 15 分鐘，5D 班曾家俊在禁區外再次猛力抽射，龍門因視線被阻擋了未能救出，5D 班領先 1:0。比賽只剩下 5 分鐘，6A 班全力反撲，6A 班葛嘉寅在對方禁區內抽射，惜擦柱出界，6A 未能扳平。5D 班以 1:0 險勝 6A 班，榮獲季軍。5D 班曾家俊同時在 4 場賽事射入 6 球，奪得神射手獎項。



神射手榜：

| 姓名 | 班別 | 入球 |
|-----|----|----|
| 曾家俊 | 5D | 6 |
| 林駿汶 | 7C | 4 |
| 梁顯榮 | 6A | 3 |
| 鄭詠基 | 7C | 3 |

數據：

| | |
|---------|------------|
| 全場平均入球 | 2.82 球 / 場 |
| 上半場平均入球 | 0.72 球 / 場 |
| 下半場平均入球 | 2.10 球 / 場 |
| 九碼入球率 | 59% |



中級組班際足球比賽

2004-03-04 3B vs 4B 0 : 6

中級組足球比賽由 4B 班對 3B 班揭開序幕，4B 班發動一連串的攻勢，上半場 11、15 分鐘由鄧偉駒連中兩元，領先 2 : 0。換邊後 5 分鐘，鄧偉駒再下一城。4B 後的攻勢一浪接一浪，下半場 10 分鐘，4B 班廖天偉射入一球成 4 : 0，完場前 4 分鐘及 2 分鐘 4B 班陳文豪及廖天偉先後建功。3B 班慘負 0 : 6，這場比賽亦成爲班際足球最大比數的賽事。



2004-03-04 3D vs 4C 1 : 2

兩隊在開賽初段互有攻守，3D 班在 7 分半鐘先由黃旭昇在禁區外笠射入網。下半場 4C 班全力反攻，在 9 分後 4C 班黃杰勇接應界外球頭鎚破網(下圖左)，追成 1 : 1 平手，將賽事帶入高潮。在完場前半分鐘，黃杰勇憑著一個角球再次頂入網(下圖右)。4C 班以 2 : 1 淘汰 3D 班，驚險晉級。



2004-03-11 3A vs 3E 4 : 0



3A 班呂文灝在開賽後 4 分鐘就打開了記錄。6 分鐘後，3E 班的嚴錦標救球心切，在禁區內用手去把球擋下來，結果被逐離場。3A 班張柏寧處理九碼定點球，射成 2 : 0。射球之際居然有 3E 班的同學企圖剷截九碼球，但球證根據得益球例而判入球有效。而今場表現突出 3A 班陳傲庭於上半場 15 分鐘以及下半場 4 分鐘擴大比數至 4 : 0。3A 班於下



半場 11 分鐘本來可以增添記錄，但被 3E 班黎啓祥護空門。雙方其後亦無法再增添記錄，3A 班以 4：0 擊敗 3E 班，晉身四強。

2004-03-11 3C vs 4E 5：0

上半場 3C 班的攻勢為多，但雙方真正有威脅的埋門不多。上半場完場前，3C 班終於由麥俊傑攻入第一球，半場 4E 班落後 1：0。下半場戰局重開時，3C 班立即將比數拉開，金少成的單刀施射被龍門撲出後，由鍾永星補中成 2：0。之後 3C 班依然佔有優勢，更由曾日輝在 26、36、38 分鐘連中三元，完成帽子戲法，3C 班最後以 5：0 大勝對手晉級。



2004-03-22 4B vs 4D 3：0

上半場 6 分鐘，4B 班廖天偉在左邊禁區抽射被龍門出，方錦輝伏兵門前補射成 1：0。直至 15 分鐘，4B 班方錦輝在禁區混亂中射成 2：0。僅 1 分鐘後，方錦輝頭鎚破網，使 4B 班遙遙領先至 3：0。雙方在下半場以混戰居多，完場前兩隊各有一次埋門中柱不入，未能改寫紀錄。結果 4B 班維持上半場的三球優勢，以 3：0 擊敗 4D 班。



2004-03-22 4A vs 4C 2：2 (3：4)

4A 班在開賽後不久已取得優勢，戰至上半場 7 分鐘，4A 班袁浩文在後半場開出罰球，在眾人頂的混亂下入網，4C 班落後 1：0。在不足 3 分鐘後，潘致衡的入球為 4A 班拉開比數至 2：0。不久 4C 班黃勇杰在完半場前的單刀破網(另頁左圖)，為 4C 班追回一球。至下半場，4C 班黃勇杰成功把握敵方的一次禁區頂的解圍失敗，怒射破網(下圖右)，扳成 2：2 平手。之後雙方再無增添紀錄，比賽要以九碼定勝負。4C 首兩輪的王駿洪及黃勇杰皆順利射入，但 4A 班首輪的區瑋峰與尾輪的袁浩文都射失，只有陳海倫射入，結果 4C 班以總比 4：3 成功反勝 4A 班。



2004-03-25 3A vs 4B 四強 2:1



球賽鳴笛後 3 分鐘，在 3A 班禁區內一輪混戰後，最後皮球落在 4B 班鄧偉駒腳下，他輕易將皮球送入網窩，4B 班領先 1:0。三分鐘後，3A 班呂文灝便迅速追平。及後雙方都互有攻勢，直至上半場 17 分鐘，3A 班陳傲庭扭過敵方兩人後遠射得手，3A 班領先 2:1 完上半場。換邊後 4A 班全力搶攻，但未能追平，結果 3A 班以 2:1 進身決賽。

2004-03-25 3C vs 4C 四強 2:2 (2:4)

兩隊在開賽初段互有攻守，但真正有威脅的埋門不多。戰至 17 分鐘，3C 班麥俊傑撕破敵方防線射入，使己隊領先一球完結上半場。換邊後 4C 班全力搶攻，在下半場 8 分鐘，4C 由黃杰勇扳平。之後 3C 班獲得一球九碼，由黎家希主射入網，3C 班反先 2:1。但完場前 4 分鐘，4C 班劉健華追平。雙方 2:2 平手，雙方需要互射九碼爭入決賽。4C 班譚韶笙及黃杰勇先後射入，但 3C 班黎家希及鐘泳星則相繼射失。4C 班總數以 4:2 晉級。



2004-03-26 3C vs 4B 季軍戰 0:2

賽事甫開後 4 分鐘，4B 班就憑藉鄧偉駒近門無人看管下射入打開紀錄成 1:0。及至 7 和 9 分鐘，4B 班鄧偉駒及方錦輝的射門無功而還，未能拉開紀錄。上半場中段戰情陷入膠著，兩班其後各有一次罰球機會並製造威脅，但都無法改變比數。下半場戰情更趨激烈，3B 班由於一直急於扳平，以至後防經常出現漏洞，鄧偉駒三番四次射門均被演出優異的 3c 班門將鍾



昀熹救出。反之 3C 班只有黎家希禁區外施射稍具威脅。臨完場前再度掀起高潮，3C 曾日輝錯失罰球機會，4B 班憑藉反擊由鄧偉駒再下一城，奠定勝局，這亦是本人今屆個人第 6 個入球。賽事結果以 2 比 0 完場，季軍由 4B 班奪得。



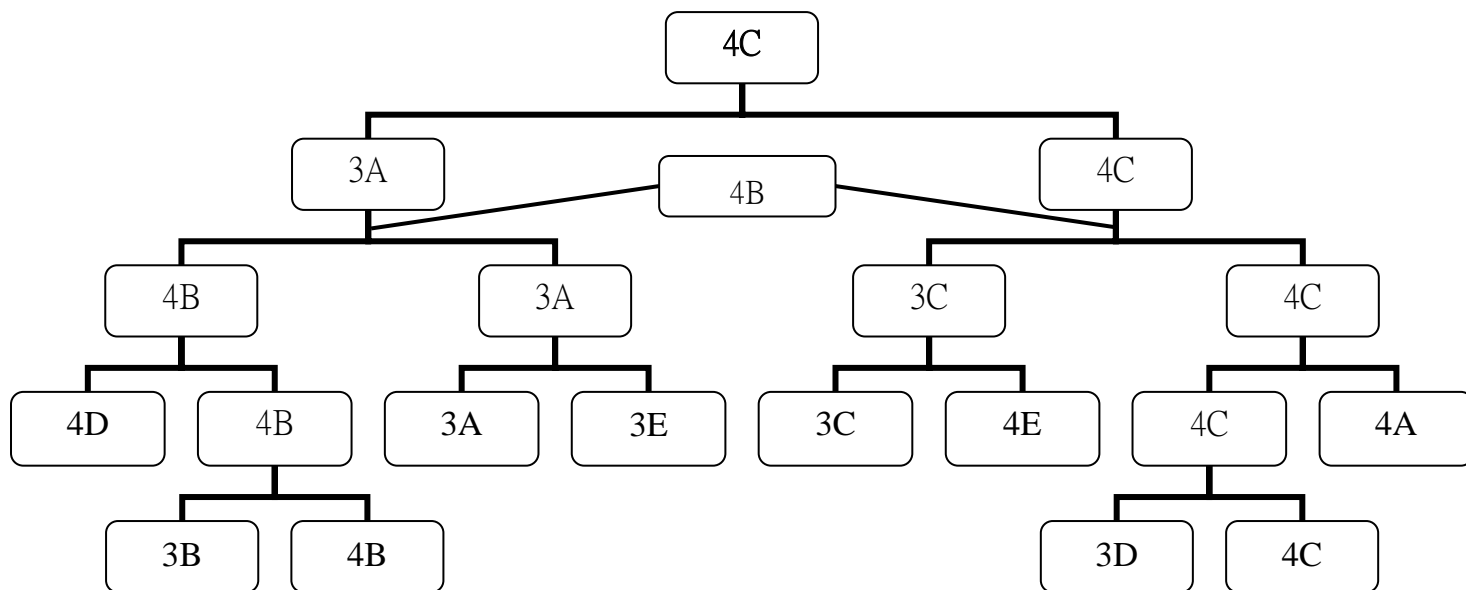
2004-03-26 3A vs 4C 決賽 1:3

在開後的4分鐘，3A班曾智培便在禁區內球不著地以窩利抽射，可惜被門將擋出。在其後的時間，戰情轉趨平淡，雙方多是在中場混戰居多。直至在上半場的11分鐘，4C班的黃杰勇在禁區外拖放冷箭，惜僅告斜出。在不足1分鐘後，他接應隊友界外球的傳送再次攻門，利用側額將球頂入，4C以1:0領先。得勢不饒人的4C班在2分鐘後，王駿洪便在禁區頂用左腳將球射向遠柱，死角入網。在上半場完結前的3分鐘，3A班的陳傲庭在禁區外施射，惜僅告高出。上半場結束後，4C班暫時以2:0領先。在下半場9分鐘，4C班的王駿洪在禁區內射地波入網，個人梅開二度。但在不足1分鐘後。3A班的陳傲庭在離門二十幾碼外怒射入網，把比數追至1:3。在14分鐘，4C班在禁區頂獲得一個罰球的機會，黃杰勇以右腳施射，皮球直飛遠柱，可惜撞柱彈出，4C未能再次將比數拉開。在完場前幾分鐘，雙方均有入球機會，可惜均未能把握。最終4C班以3:1擊敗3A班，獲得冠軍。





賽程：



神射手榜：

| 姓名 | 班別 | 入球 |
|-----|----|----|
| 鄧偉駒 | 4B | 6 |
| 黃杰勇 | 4C | 6 |
| 陳傲庭 | 3A | 4 |
| 曾日輝 | 3C | 3 |
| 方錦輝 | 4B | 3 |

賽事數據：

| | |
|---------|-----------|
| 全場平均入球 | 3.7 球 / 場 |
| 上半場平均入球 | 2.0 球 / 場 |
| 下半場平均入球 | 1.7 球 / 場 |
| 九碼入球率 | 55.56% |

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

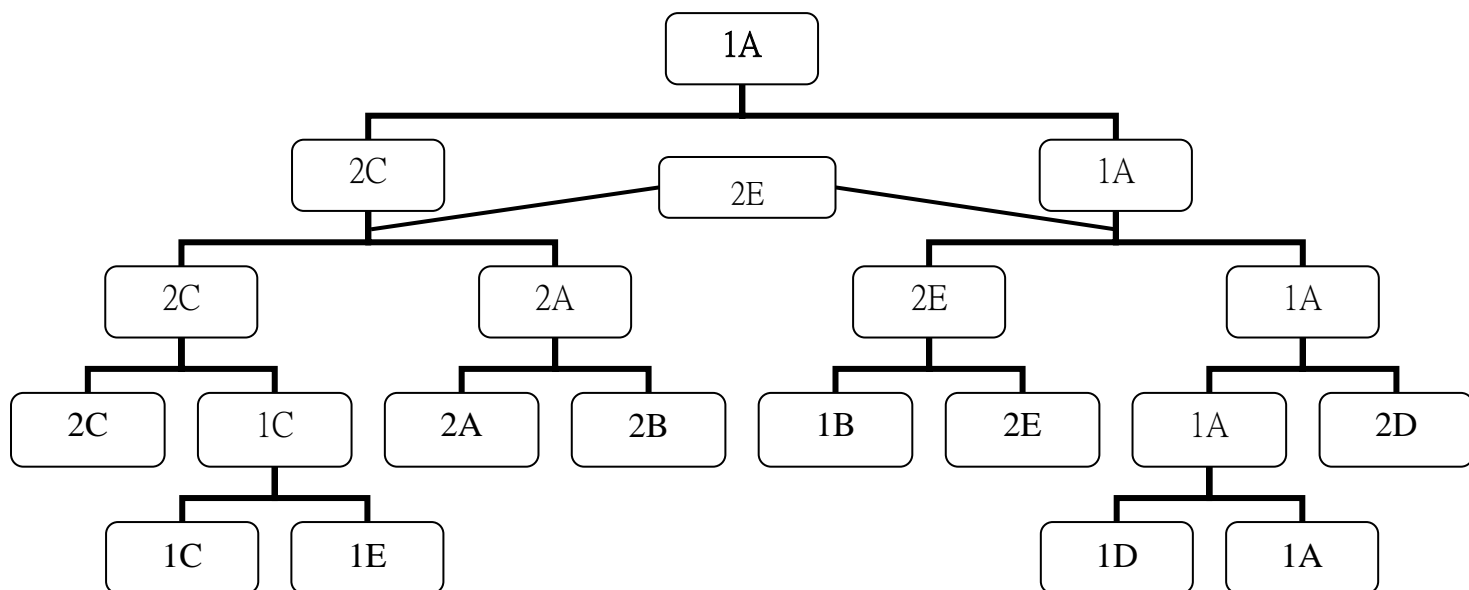
自製餃子
鮮蝦雲吞
每款\$12

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



初級組班際足球比賽

賽程：



2004-05-14 1C vs 1E 2 : 1

開賽僅1分鐘，1C班就由范朗輝射入領先1：0。戰至15分鐘，1E班龍門擋出一記遠射，被1C班陳泓在門前「執死雞」，將比數擴大比數至2：0。上半場完場前1E班郭雋勤藉對方龍門接球用手扳回一球。雙方下半場再無入球，結果1C班勝2：1晉級。

2004-05-14 1A vs 1D 1 : 0

上半場尾段1A班由孔憲德禁區內乘亂先開紀錄。下半場1A班先有九碼被1D班守門員梁耀祖救出，後有鄒海主射禁區頂自由球中柱不入。最後1A班以1：0小勝對手。



2004-05-17 2A vs 2B 2 : 0

上半場 2A 班略為佔優，林文駿的兩次施射均被 2B 班龍門陳國誠擋出，兩班半場互無記錄。下半場 3 分鐘，2A 班立即藉朱潤富的入球打開記錄，領先 1：0。及後至 12 分鐘，2A 班藉敵方守衛解圍界外球時擺烏龍再下一城，以 2：0 結束賽事。

**2004-05-17 1B vs 2E 1 : 2**

上半場 15 分鐘，2E 班歐子浩門前頭槌攻門被龍門擋出，隊友李威龍成功補中，領先 1 : 0。至下半場，2E 班龍門數次失誤險些被對手追平，但 13 分鐘 2E 班再由李世聰的笠射拉開比數。2 分鐘後，1B 班瞬即由楊國浩追回一球，惜為時已晚，2E 班將 2 : 1 的比數保持至完場。

**2004-05-18 1C vs 2C 0 : 2**

鳴笛僅四分鐘，2C 班陳楚烽在禁區起腳，龍門雖然撲到，但無阻皮球入網。四分鐘後，陳楚烽乘對方後防回傳時連偷帶射入網，將比數擴大至 2 : 0。陳楚烽在上半場五分鐘內的兩個入球亦帶領 2C 班晉身四強。

2004-05-18 1A vs 2D 1 : 0

1A 班上半場盡佔優勢，惜未能組織有威脅的埋門。下半場 1A 班三番四次的攻勢不是越門而過，就是被演出神勇的 2D 班門將孫惠敏救出。久攻之下 1A 班終於有收獲，在 16 分鐘由葉嘉榮在小禁區頂無人看管下射成 1 : 0 完場 (右圖)。

**2004-05-20 2A vs 2C 四強 0 : 6**

2C 班的陳楚烽在上半場 16 分鐘，乘對方龍門接球用手射入空門。1 分鐘後，陳楚烽在中場搶走皮球，運球推進至禁區外施射，遠柱入網。2C 班帶著兩球優勢進入下半場。下半場 3 分鐘，陳楚烽在九碼點窩利抽入成 3 : 0。11 分鐘，2C 班陳信匡在左禁區邊右腳內檔笠入，2C 班遙遙領先四球。3 分鐘後，2C 班林偉龍趁龍門出迎前掃入。完場前 1 分鐘，陳楚烽跟陳信匡撞牆後射入「埋齋」。2C 班最後大勝 6 : 0，而陳楚烽亦成為班際足球賽事唯一取得「大四喜」的球員。

2004-05-20 1A vs 2E 四強 3 : 1

上半場 6 分鐘黃洪坤禁區外的一記冷箭令 1A 班領先 1 : 0。4 分鐘後，2E 班的李威龍趁對方後衛解圍不遠快腳掃入，扳平 1 : 1。15 分鐘，1A 的鄒海直線



長傳，站龍門視線受阻下，皮球穿過眾人入網，1A班再度領先。下半場8分鐘，1A班的孔憲德乘對方後防誤會後射入空門(右圖)。1A班以3：1擊敗2E班殺入決賽。而兩場的四強賽事驚訝地產生了十個入球。



2004-05-24 2A vs 2E 季軍賽 2：3



開賽後僅 4 分鐘，2A 班的朱潤富乘着對方後防的一次失誤，近門射入，2A 班先開紀錄。但在上半場的中段，2E 班的李世聰憑着個人的技術直闖禁區，然後再挑射入網，將比分扳平 1：1。而在上半場的尾段，2A 班的林文駿在禁區邊的一腳施射，再次為 2A 班取回領先優勢。但在下半場的初段，2E 班的李世聰接

應角球撞射入網，雙方再度平手。在下半場的 14 分鐘，2E 班的李世聰在半場大腳笠射入網，個人連中三元，也使到 2E 班最終以 3：2 反勝 2A 班，取得季軍。

2004-05-24 1A vs 2C 決賽 0：0 (2：0)

雙方踢得較為保守，整場的埋門次數不多。在上半場的初段，2C 班的陳信匡主射罰球，僅告斜出。直至 15 分鐘，2C 班的陳楚烽在禁區內施展倒掛，可惜略楣而過。在下半場的 4 分鐘及 10 分鐘，1A 班的葉嘉榮兩次的禁區外遠射，都未能夠打破僵局。雙方最終都未能夠取得入球，結果這場比賽不但成為唯一



一場在法定時間內沒有入球，及需要以九碼來決定勝負的初級組賽事。在首兩輪的九碼，1A 班的陳展圖及葉嘉榮分別射入，但 2C 班的陳信匡及黃健德卻先後射失。最終 1A 班在互射九碼中以 2：0 勝出，贏得冠軍。另外，雖然 2C 班的陳楚烽未能在決賽再有入球進帳，但他仍以四場賽事入六球登上是項比賽的神射手寶座。

神射手榜：

| 姓名 | 班別 | 入球 |
|-----|----|----|
| 陳楚烽 | 2C | 6 |
| 李世聰 | 2E | 4 |

數據：

| | |
|---------|------------|
| 全場平均入球 | 2.70 球 / 場 |
| 上半場平均入球 | 1.50 球 / 場 |
| 下半場平均入球 | 1.20 球 / 場 |
| 九碼入球率 | 50% |



表揚老師運動

由敬師運動委員會主辦、學生會籌辦的「表揚老師計劃 2003-2004」已經在四月三十日進行投票，由教職員所選的「想表揚的老師」是梁柏林老師；至於由同學選出的「想表揚的老師」為周澤南老師。結果亦已在早會上公佈，多謝同學支持是項活動。



便服日

學生會在 5 月 20 日舉行便服日，當日共有超過 700 名教職員及學生參與，籌得的 \$16,013.8 元將全數捐予「中國健康工程引發基金」幫助中國貧窮地區人士籌百間駱駝醫院。我們亦為參與的同學拍攝集體照留念，並已將相片分發給各同學。

聯校優惠計劃

學生會聯同十一間中學學生會(包括德愛中學, 迦密中學、五旬節中學, 聖母玫瑰書院、陳瑞祺喇沙書院、聖公會蔡公譜中學、何文田官立中學、九龍工業學校、惠僑英文中學、華英中學及德雅中學)合辦聯校商鋪優惠計劃。同學只需持優惠卡到指定商鋪消費，並在付款前出示該卡，即可享有指定的優惠。優惠卡已於早前派發，有效期至明年三月，提供優惠之商鋪名單及詳情可瀏覽 <http://jointschooldiscount.netfirms.com> 或留意學生會壁報板。

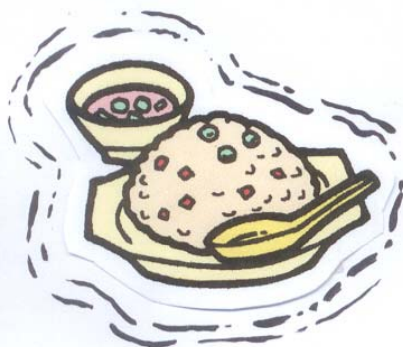


活動日

為了令考試壓力沉重的同學可以輕鬆一下，學校每年都會於七月初設活動日，給予同學一個舒展身心的機會。今年除保留了去年大受歡迎的西瓜波比賽、競飲大賽等活動，還加入了不少新遊戲，詳情可留意稍後學生會的公佈。



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



聖若望社 St. John's House



社長：6B 黃俊傑 (前排右)
副社長：6C 陳家軒 (前排左)
幹事：4D 李翰文、5E 楊達斯
6A 張寶儀、6B 陳君俊
6C 徐健邦

1. 到目前為止，你有沒有達到參選前所承諾的目標？

我在參選前所承諾的最大目標，是盡力協助聖若望社在今年取得四社之冠。友社的成績相當傑出，要取得四社之冠實在不容易。幸好得到幹事和社員的幫助，令今年聖若望社有力爭取四社之冠。而尚未達到的承諾有售賣社紙，希望能夠在任期內實踐我對社員的承諾。

2. 你認為貴社社員的投入度足夠嗎？

整體來說，聖若望社社員的投入度是足夠的。社員很樂意為社作賽、為社出力。而初中同學更為熱心參加社際活動，他們很關心社的成績，經常向我詢問社的近況，可見初中社員的投入度非常高，我亦為此感到鼓舞。

3. 請總結一下貴社本年的成績。

聖若望社今年成績不俗，在各方面的表現亦很平均。其中以學術比賽的成績較為突出；在數學、象棋、演講以及音樂比賽，均取得驕人成績。在球類活動方面，亦取得相當不錯的成績。惟越野賽的表現不太理想，各社員在下一屆要加倍努力。

4. 你對現在的社際活動有甚麼意見？

我認為現時社際活動的活動時間安排不太理想。上學期的社際活動安排比較緊密，但下學期的社際活動則只有幾項，使上學期社務比較繁忙。

5. 當選社長至今，社長的工作有否令你得著？你有何難忘的經歷？

當選社長是一個難得的經驗，使我有機會為聖若望社出一分力。當選初期的經歷比較難忘，當時對社的運作仍不太了解，但在社監李偉興老師的指導和幹事的協助下，社務日漸順利。另外，練習大合唱的經驗亦教人難忘，雖然初中同學練習較為頑皮，但我們相處相當融洽。當選社長至今，從中學到比賽勝負只是其次，比賽的過程才是最重要，比賽中盡了全力，便問心無愧。



聖路加社 St. Lukes' House



社長：6B 謝露明 (後排中)
副社長：6A 葛嘉寅 (後排左二)
幹事：4E 宋明洋、5D 許世明
6A 秦嘉琪、6B 陳熙文
6C 黃駿傑

1. 到目前為止，你有沒有達到參選前所承諾的目標？

參選前所承諾的目標大致上也能達到，但我始終是一名學生，未能撥出太多的時間和心力把大量的社務做得盡善盡美。

2. 你認為貴社社員的投入度足夠嗎？

無可否認，有些社員對社並不關心和熱衷，對於這些情況的發生，作為社長的我也應負上一定的責任。慶幸的是投入度不足的社員並不多，大部份的社員都十分踴躍去參與活動和比賽，在此我要向他們致謝。

3. 請總結一下貴社本年的成績。

總括來說，本社今年的成績都不俗。在多個運動項目都能取得總成績的前兩名，而中英文辯論比賽更能取得冠軍。雖然我們現在是排於首位，但仍不能鬆懈，因為各友社的積分也非常緊貼，所以我們都會繼續努力。

4. 你對現在的社際活動有甚麼意見？

大部份的社際活動都在公平的原則下順利進行，這全賴各有關方面的同學和老師的協助。但我覺得仍不少地方可以改善，例如執法裁判的鬆緊，比賽規則的漏洞等。

5. 當選社長至今，社長的工作有否令你得著？你有何難忘的經歷？

能當上社長一職，至今我仍然覺得是一種榮幸，因為得著甚大。在工作上，不但令我在處理事務上更加成熟和圓滑外，也擴闊了我的交友圈子。難忘的感覺當然有。社際活動都集中在上學期的時候，一堆堆要處理的事項堆積如山。幸好，在社監和社員的幫助下都能一一完成，那份成功感是畢生難忘的。



聖瑪爾谷社 St. Mark's House



社長：6B 黃晞峻 (左三)
副社長：6B 張德輝 (右三)
幹事：6B 楊蔭滔、6B 鄭德志
6C 伍志健、6C 楊坤成

1. 到目前為止，你有沒有達到參選前所承諾的目標？

我參選社長時承諾過要協助社員合力提升聖瑪爾谷社的成績。但因為全年的比賽尚未完結，我都不敢在此表示成功與否。直至現時為此，我可以說我們的成績是令我滿意的。

2. 你認為貴社社員的投入度足夠嗎？

普遍來說，中一至中三的低年班同學投入度相當足夠，反應非常熱烈，更不時有同學向我自薦參加比賽。反觀高年級的社員可能比較繁忙，對社際活動不太熱衷，所以在邀請他們參加比賽時亦比較吃力。

3. 請總結一下貴社本年的成績。

直至目前為止，本社在校內的成績尚算可以，現時的排名比過去兩、三年還好。總括而言，今年的成績確實令人振奮，期望明年的成績會更上一層。

4. 你對現在的社際活動有甚麼意見？

現在社際活動的數量十分足夠，但仍有舉辦得不妥善的地區，就像安排活動的時間，社際活動的密度似乎不太平均，各社都在某段時間忙得要命，在某段時間又過於清閒，令人喪失衝勁。

5. 當選社長至今，社長的工作有否令你得著？你有何難忘的經歷？

當選社長至今，社長的工作令我學會了如何處理難題，更難得的是我與社幹事的友誼又跨進一大步。除此之外，我亦得了相當寶貴的經驗。作為社長的這段日子，的確令我獲益良多。



聖瑪竇社 St. Matthew's House



社長：6A 鄧崇智 (前排右三)
副社長：6A 洪灼輝 (後排左五)
幹事：6A 李佩賢、6A 馬亦倫
6B 麥浩于、6B 廖彥泰
6C 歐陽盈盈、6C 陳香榮

1. 到目前為止，你有沒有達到參選前所承諾的目標？

我於參選前曾雄心壯志地承諾為各社員盡力爭取，做到最好，與其他三社爭一日之長短。可惜事與願違，本社之成績並未能領導群雄。撫心自問，我已積極做到最好，在各項目均全力以赴，務求達至完美。

2. 你認為貴社社員的投入度足夠嗎？

本社之社員投入度十足，從各項目中，社員均施展渾身解數，希望為社出一分力，可見社員的投入度極高。另外社員亦甚少出現「托手踴」的情況，每當有需要時，社員定必「赴湯蹈火」，積極參與各項活動。

3. 請總結一下貴社本年的成績。

很抱歉未能奪得四社之冠，又再一次令社員失望。但總括來說，今年度的成績也不過不失，但最可惜的是歌唱比賽中因時間配合失當，而未能使出「黃牌」，否則成績定會更佳。最值得一提的是本社從沒有棄餒，屢敗屢戰，發揮本社不死鳥的精神。

4. 你對現在的社際活動有甚麼意見？

我認為基本上各社際活動已辦得不錯，惟有些時候各社會協調度不足，因而導致混亂。我相信若四社可加強協調，便可減少混亂的情況出現。

5. 當選社長至今，社長的工作有否令你得著？你有何難忘的經歷？

社長的工作令我學懂管理方面的技能，學懂如何與別人合作去把事情做到最好，令我得益不少。令我感覺最難忘的應該是社際大合唱了，眼見各社員起初像盤散沙，到後來愈來愈團結，即使假期也回校練習，最後更取得冠軍。那感覺是很奇妙的，亦令我十分感動。



模型學會



主席：6B 曹挺楷

幹事：6A 曾永達 6B 覃偉賢 6B 朱國威
6B 陳尚玄 6C 朱楚賢 6C 盧子峰

會員人：112 人

模型學會新聞組：[news://my.newsgroup.](mailto:news://my.newsgroup.com.hk/welcome.cswcssmm)

com.hk/welcome.cswcssmm

「模型」，相信是大多數男生喜愛的嗜好。愛模型是男生的天性，試問你們有誰會不愛呢？不論三定八十歲，都有不少的模型擁護者。在長記中，亦不乏熱愛模型的老師，戴健暉老師和陳錦雄老師就是其中一二。而長記貴為男校，總該亦有不少熱愛模型的同學吧！有見及此，一班對模型充滿熱誠的同學，便嘗試在長記成立模型學會，旨在提供一個能為同學們分享模型樂趣，傳授模型知識的地方。今年長記終於成立了一個新的學會 --- 長天模型學會。



模型學會在初期籌辦和運作時，資源及經驗都嚴重缺乏。誰來當負責老師便是其中一個大問題。在初期，他們先後嘗試邀請幾名資深的老師出任，可惜都因種種原因而推卻了。最後有幸得到戴健暉老師出任負責老師，模型學會才能正式成立。意外的是，模型學會的會員人數竟然超過一百人，這無論對一眾模型學會的幹事或學會的未來發展，都給了很大的鼓舞作用。

模型最引人入勝的地方是其砌合的過程及像真度極高的完成品。要完成一件模型，不單要技術，更需要耐性。因為在制作過程中不時會碰上問題，有易有難。同學需要耐心的德性，才能克服困難，做出精美的模型。由一堆單色、零碎的組件，邊看著說明書邊對號砌合，中間經過打磨、上色、組合等過程，到最後加上舊化、場景等，看到由一盒零碎組件到一部形似神似、栩栩如生的模型實體後，那份滿足感與成就感，相信有砌過模型經驗的同學，自然會明白個中的樂趣。制作模型不只是盲目跟從說明書上的指示拼出一件東西，而是需要用頭腦首先作出一番分析，然後才決定那一樣先做、那一樣做後。



擁有學校第三多會員的學會，模型學會在今年舉行了豐富的活動。首先，在十二月帶領各會員參觀由瑞華行舉行的「BANDAI GUNDAM EXHIBITION」(左圖)，使同學能有機會接觸模型的種類、歷史，令他們大開眼界；在三月份舉行「模型教室」(下圖)，一連四堂，教授同學們砌模型的基本知識，例如補畢地、上色等，反應熱烈；在六月，更首度舉辦「模型爭霸戰」，使同學能互相交流平時砌模型的經驗心得及技術。

對於未來，模型學會的幹事只有一個心願 --- 「由於是新學會，很多活動都給規限了，不少計劃了的活動都不能順利舉行，這實是一大遺憾。所以，我們希望日後的模型學會有更大的發展空間，模型學會能繼續為長記的學籽提供一個分享模型樂趣的好地方。」





星期六測驗

學生會收集到很多同學對今年新實施的「星期六測驗」政策的意見，並已向學校反映了同學的意願及建議。學校認為所有學生集中在一起做測驗的那份氣氛是無可取代的，亦有助同學應付公開考試。學校及普遍家長均指出「星期六測驗」已略收成效，估計在來年取消額外測驗的機會極微，問題只是該測驗會否被安排在星期六進行。

我們提議將這「星期六測驗」改在星期一至五的放學時段，或將測驗編入正規的時間表內，以避免同學要在星期六回校。學校表示會認真考慮這建議，也承諾以後實施任何大措施之前，會先諮詢同學。此外，家長及同學都十分關心測驗卷的質素。有同學投訴部份測驗卷不過是坊間的練習，並質疑是否有需要多加半天上課日「做練習」。也有投訴指老師久久不發還測驗卷，令同學難以跟進自己的學習進度。學校解釋那主要是老師工作繁重，但日後會更關注這問題並做得更好。

學校及家長均希望同學不要視「星期六測驗」為一種「勞役」，要以正面積極的態度，認真對待每科測驗；他們又認為這測驗帶來的壓力是同學所能應付。

食物部

學生會早前獲邀請參加一個有關學校食物部的會議，與會者包括學校代表、老師代表及「維他天地」代表。學生會在會上提出了同學的意見，並得到積極的回應。

最為同學關注的問題是食物的售價。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；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。經過學生會反映後，「維他天地」已對價格作出適當調整，例如於十二月已將珍珠雞及雞全脾分別由\$6 及\$9.5 減至\$5.5 及\$7，而且份量不變，此外亦增加了雞下脾的供應。部份食物如燒賣價格並未下調，這是由於維他天地為確保食物的安全，採用優質但來貨較貴的供應商(四海魚蛋有限公司)的原故。而「維他天地」與有關方面亦已向我們承諾，只要供應商給予較低的來貨價格，「維他天地」必定會將食物減價。他們會向供應商積極爭取，務求令食物售價再下有調的空間。



有部分同學認為學校取消鼓油供應並不合理，認為鼓油對學生健康和校園環境清潔的影響有限，希望學校能批准恢復供應鼓油。學校方面解釋取消鼓油供應是因為同學疏忽大意，又欠缺自律精神。不正當使用鼓油會弄污學校環境，導致蚊蟲滋生，不但有損同學健康，亦對學校形象和外觀造成負面影響。學生會表達了同學對此問題的強烈關注，也同時提出供應小包鼓油的可行性。「維他天地」回應，這需顧及成本問題，但會認真考慮。我們懇請學校提供恢復鼓油供應的試驗期，以觀察同學的表現，再行決定是否供應鼓油予同學。學校強調，只要同學能自律，維持校園整潔，學校願意取消此項政策。由於本學年已近尾聲，考慮到時間和成效的問題，相信該試驗期將留待下學年實施。學校同時歡迎同學提出其他的可行措施。

同學大多不贊同「維他天地」大量使用膠袋及發泡膠盒盛載食物，認為此做法不合環保，學生會建議使用其他可再用盛器(如膠碗碟)代替。「維他天地」指現正考慮轉用竹籤、紙袋或紙碟替代膠袋，但校方及家長均對使用竹籤的安全問題表示關注。他們提議由學生自行攜帶器皿及餐具，學生會則表示這或會為同學帶來不便，各方面暫時未有共識，學生會將再與學校及食物部商討跟進。

對上的學校食物部經營者均有為同學提供熱飲售賣服務，同學要求「維他天地」能在來年新增是項服務。維他天地表示已於冬季期間供應熱維他奶等紙包飲品，但其他杯裝熱飲如阿華田、好立克等需待「維他天地」工作人員了解製作過程後才再作決定，咖啡、奶茶等則留待與校方商討。

有見八達通的使用越見普及，有同學提議將現有的輔幣自動飲品售賣機改為(或增設)八達通自動飲品售賣機，以方便同學。「維他天地」回應櫃位已設有此服務，暫時未有打算增添有八達通服務的汽水售賣機，但會於下學年再作考慮。

由於同學星期六需回校測驗，因此同學要求「維他天地」於星期六全面營業。「維他天地」亦一口答應，並承諾在一些特別日子(包括家長日、開放日等)或同學有特別需要的日子照常營業。

家長代表及學生會對於飯盒的質素(包括賣相、份量、味道等)表示疑問，校方也認為飯盒的份量對男生不足夠；老師代表則認為現時的飯盒過於油膩，而且價錢偏貴。「維他天地」解釋長沙灣區膳食服務競爭劇烈、而現時午飯時間亦已提供增添飯菜的服務。加上基於條例所限，校內並不



能進行明火煮食，所有飯盒必須在工場預先包裝，質素難免有所影響。故只能盡量在製造食物過程中，清潔及員工的服務態度等方面作出改善。

同學對食物部的服務水平大致表示出正面的評價，學生會希望「維他天地」能增設一些服務或設施。「維他天地」表示樂意為同學提供一個舒適的進食環境，並準備更換食物部興華街方向的擋風摒。

其他

至於一些其他改善學校的意見：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，我們也已交給學校商討，由於研究需時，我們暫未收到回應。

學生會將繼續秉承服務同學的理念，我們會把同學對意見或投訴轉遞給有關方面，並作調查及跟進。學生會幹事將輪流於學生會室當值，歡迎同學直接向各幹事表達對食物部或其他方面的意見，也可將意見電郵至 csw_bonding@hotmail.com，讓學校設施更能迎合同學的需要。

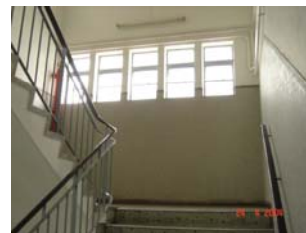


遊戲

同學可將下列問題的答案填在白紙上，然後交到學生會室，可獲禮品一份。先到先得，送完即至。

1. 「長天」這兩個字共有__(A)__筆劃
2. 全校總共有__(B)__個學會
3. 全校總共有__(C)__位女老師
4. 頂樓的教員室 603 室有__(D)__位老師
5. 全校有__(E)__位老師的姓名包括「輝」字
6. 於長天任教最耐的老師任教了__(F)__年
7. 全校總共有__(G)__個學生(包括男生及女生)用洗手間
8. 全校共有__(H)__實驗室
9. 泰坦跑道全長__(I)__米
10. 今年剛過去的教區運動會是第__(J)__屆

以上題目答案(A - J)，已不依次序張貼於下列地方的附近位置，同學可找出答案進行配對：





老師

Shyan

在過住由幼稚園、小學到中學，長達十多年的學生生涯中，你會遇過幾多位好的老師呢？當中又有幾位能在你心中留下好的印象，能令你記憶猶新，永遠記着他們的教誨呢？而當中亦師亦友的，又有幾多位呢？

現在我們對老師的要求，已經愈來愈高。只安份守己，單單將自己所懂所學灌輸給學生是未夠的，還要跟貼每位學生不同的吸收程度來制定課程。倘若正常上課時間不夠完成整個課程，更要在假期或下課後，沒有「超時補薪」的情況下，努力授課，難道他們不辛苦嗎？

我們常常埋怨老師給我們大量功課、測驗，令我們透不過氣，但我們又有沒有考慮過，每次交功課，大家只需做一份功課，但老師便要批改三十多份，而且還要仔細「閱讀」大家的「優美」字體，這是件優差嗎？還要承受學生背後的謾罵，他們簡直是自找麻煩！但那些「悠閒」的老師，我們卻又會埋怨他們沒有盡力教書，得過且過，混水摸魚。

現在除了要求老師負責教授課本中的知識外，一人身兼多班別及科目的教師和主任，更要負責學生的德育、操行及情緒問題，甚至家庭問題等等。現在的學生更要求老師以朋友的姿態相待，變相減低尊重程度，加上減薪、縮班、各種形式式的考核試，令老師透不過氣，壓力很大，稍一不填，屈結不能舒解，分分鐘釀成慘劇。

簡老師，安息吧！

雖然我不了解他的上課情況，但我們要求一位好老師的同時，自己又是不是一位好學生。無論一個人幾差勁，值得被尊重與否，尊重別人是我們人格的表現。他未能好好管理上課秩序，學生亦有責任，應懂得自制，真希望大家以後能好好對待每一位老師，珍惜每一位身邊的人。曾經沒有好好尊重老師的同學，應自我反省。

失去方懂珍惜的滋味，你領教過沒有！但願大家都珍惜每位良師益友，好好把握人生中的好老師，在他們身上吸取大智慧！



教區

千鳥

多年來運動可謂與我扯不上關係，也別說成爲校隊了。然而，來到這所男校，我卻被迫成爲運動員的一份子。討厭那一星期三天的刻苦訓練，討厭那一套用來給男生的訓練方法，討厭我們無論怎樣落力，似乎也達不到目標的沮喪感覺……

「我可以的、我可以的……」

教區運動會那天非常寒冷，穿起那套單薄的戰衣，雙腿凍得發紫，戰戰兢兢地踏上陌生的跑道。眼看其他學校身經百戰、準備充足的健兒們，我這位賽跑初哥，不禁有點慚愧起來。然而，當我踏上起跑線，聽到全校的師生對我的打氣聲，忽覺全身充滿力量，沮喪的感覺隨即消失。槍聲一鳴，我不顧一切地向前衝，縱然落敗，但總算已拼盡全力，想不到我也能在跑道上留下「足印」。

「長沙灣，啪、啪、啪；長沙灣，啪、啪、啪……」

看到長天的健兒們衝過終點，舉起勝利的雙手；聽到看台上長天各員的歡呼聲和歌聲響遍整個小西灣運動場；親身感受到長天那份團結的精神——終於明白長天能十三連霸絕非僥幸！

「男子全場總冠軍——長沙灣天主教英文中學。」

全體師生拋起黃色的頸巾，健兒們帶著標語繞場一周，那份光榮的感覺，至今仍記憶猶新。體育老師興奮地舉起香檳，健兒們拿著大大小小的獎杯喝起香檳，那一口香檳比甚麼也來得甜。隨著旗幟緩緩降下，第十六屆教區運動會正式結束，我們也完成了十三連霸的目標。但我那份愛校的精神仍在燃燒……



目標

毅

光陰似箭，日月如梭。不知不覺已經在長天渡過了五個寒暑。在這轉眼即逝的五年間，同學中有的學識增進了，有的球技進步了，有的交到知心好友，也有的學到待人處事。但驀然回首，只怕他們會發現這些用時間、精神、努力換取來的，可能根本不是真正想要的東西。因為當他們埋首於書本，或正流連在球場時，不懂珍惜現有的時光，為自己訂下目標，更沒爲此而努力奮鬥。

目標與理想不一定要是功利的榮華富貴、建功立業；可能是學術上追求知識，運動場上突破自己；也可能是簡單的幫助別人、貢獻社會；甚至不過是自力更生、尊嚴地生活。道理是顯而易見的，但如果缺乏了這些理想，終有一天，當我們回顧一生時，就會爲發現一大片留白而後悔。人生在世，不過是匆匆數十載，很快又歸於塵土；決定我們短促的生命有否留下遺憾的，就是大家能否活出生命的意義，爲人生留下美好回憶。否則，可能就如三國演義的「是非成敗轉頭空」。

有些人會質疑難道我們的生活不能順心、隨意一點，吃喝玩樂、循本性而爲難道就不能是美好的回憶；尤其是對青年的學生們，涉世未深；人生觀、價值理念尚未確立，自己真正想要的未清楚，又如何訂下目標、理想？十多歲年紀的中學時代是人生中的光輝歲月。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。然而，我們必須有理想，否則，大家以上的珍貴財富就會在我們沉迷於其他「雜務」的同時被消磨與埋沒。的確，吃喝玩樂未必是不設實際，可能是美好的回憶，有其價值的；相信很多同學認同這一點。愉快的人生，輕輕鬆鬆地生活就不能是自己的目標？容許我重申一次，恐怕同學這樣做是會後悔的。「成長就是對過去不斷的背叛」，人生在不同的階段也有迥異的價值理念，今天不可替代的，明天可能就已經毫無價值。或者看看大家爲二十五校圈奮鬥的情況，中一、二時大家嘻嘻哈哈、追追逐逐的跑，似是苦中作樂，但問問初中的學弟們，他們中有多少能從中感到快樂。又看高年級的同學，板著面、黑著臉，一步步向前跑，看起來很辛苦，但大家有否體會到他們跑完後完成責任的滿足、努力奮鬥以達成目標的成就感，還有勇於接受挑戰，作有意義的事的心情。其實，艱辛的長跑真的是苦事？而我們選擇去逃避又真的會快樂？告訴躲在「蛇竇」的學弟們，數年的中學時代一眨眼就流走了，到你們中五、六再在跑道上馳騁時，才會驚覺能夠奮鬥的日子已經不多了。

所以，希望同學們能珍惜這段可貴的時光，積極充實自己，認識社會，放眼世界，建立起正確的價值觀，訂下自己的目標、理想，並努力不懈地向它們邁進。或有人擔心自己「目光遠大」的理想會成爲了幻想，變得不切實際，害怕自己的資質、能力不足。記得風靡全球的《哈利波特》中鄧不利多的一句「一個人成爲甚麼，不是因爲他成爲甚麼，而是他想成爲甚麼。」理想與目標是推動人向前的巨大力量，這種力量賦予我們改變自己、社會、世界的力量。而且，如果我們真的是爲自己的理想流過了血與汗，就算不是此生無悔，但也不用愧對愛我們的家人、朋友、師長。

這不過是後悔自己輕輕鬆鬆的又虛度了五年歲月後的感興，試問人生有多少個五年可供大家浪費？「悟以往之不諫，知來者之可追」，現在是希望能以自己的經驗供同學借鑑，期望大家不用重蹈覆轍；並在此恭祝各位年輕的師弟們能夠積極的把握現在，創造未來。



我兒我心

陳佩珍老師



去年（零三年）八月八日至十六日，我因要陪伴外子往加拿大多倫多大學出席學術講座，故不得不安排當時只有十四月大兒子（見圖）暫住裸姆家，臨登機前兩行淚水成爲送機贈品．．．．．

在加拿大幾天，大部份時間都需要一人出外參觀，多倫多博物館、鞋具博物館、唐人街、購物商場、多倫多大學校園等；悠閒中感受寧靜、安泰。世界七大奇景之一 --- 尼加拉大瀑布（Niagara Falls）橫跨美加兩國邊境，乘坐少女號渡輪，穿上藍色薄薄雨衣穿越瀑布，感受洪水傾瀉的氣勢及考驗旅客的膽色。登上西恩塔（CN Tower）俯瞰多倫多市的景物，視野不覺遠大起來，踏足在透明玻璃，真是一步一驚心，舉步維艱。

景物之神奇、偉大，四周寧謐，突如其來的美加大停電，困在電梯內、酒店內的驚險都不能佔據我心，每夜凌晨必撥號手機給香港的裸姆了解我兒的近況，掛念之情稍稍獲得解脫、安慰，而八天旅程竟又花掉了一千三百多元手機費用！

多年來訓導組、教務組工作中常與學生、家長接觸，親子關係，家庭教育令我體會良多。記得幾年前一位中二學生因上課搗蛋、擾亂課堂秩序而須見家長。在會談當中母子二人互不交談，母親憤斥、孩子的敵視，才又得知彼此已一年沒有對話（用心交談），那種氣氛絕不好受，苦苦勸勉學生待人態度，守紀律，耐心安慰母親不可放棄教養兒子．．．．．許多時





候親自送走了淚流滿面的母親、知錯悔改的學生，他們的表情、背影，仍歷歷在目。電話中父親、母親的惶恐，擔憂又叫我們為人師者不忍放棄，努力教導下一代。讓學生、孩子正常成長· · · · ·

回港下午直奔裸姆家接我兒回家，當她看見母親時，原來已不記得母親容貌，沿途不斷嚎哭，使我內心不安，發誓以後也不敢掉下我兒不顧，原來母親是不易做，母親的心豈外人所明，無怪乎林鄭月娥女士曾言：「只有當過父母，人生會更加完整，知道

何為付出。」

最後藉本文，衷心感謝懷孕時常關心及照顧我和兒子的易麗霞老師、關潔貞老師，產後送上補湯的譚翠瑤老師，交流及分享教子心得的林月珍老師及趙麗珍老師。有了她們，當母親又增添了許多歡笑和力量。

