



仁濟醫院林百欣中學
YAN CHAI HOSPITAL
LIM POR YEN SECONDARY SCHOOL

第一期

2020-2021年度

教務專欄

頁1—頁6

課外活動專欄

頁7—頁11



多元學習顯才華
佳績連連志氣高



www.ychlpysse.edu.hk

顧問 : 曹達明校長、侯永賢副校長

總編輯 : 黃家儀老師、程彥老師

編輯 : 楊曉慧老師、黃志達老師、周安慈老師

家 : 荃灣荃景圍145-165號



: info@ychlpysse.edu.hk



: 2493 7258



: 2492 2496



本校2020年度香港中學文憑試 成績理想 入讀大學人數 創新高

本校近30%學生成功入讀大學修讀學位課程，包括：香港中文大學、香港城市大學、香港浸會大學、香港教育大學、國內大學及台灣大學。

9科合格率高於80% 科目：包括通識、地理、經濟、BAFS(會計)、BAFS(商業)、設計與應用科技、旅遊與款待、視覺藝術、數學M2。其中，BAFS(會計)、BAFS(商業)、設計與應用科技、視覺藝術、數學M2的合格率更達100%。

整體科目合格率達75.5%

多個科目考獲5**、5* 或 5 的等級：包括中文、BAFS(會計)、數學、數學M2、經濟、物理。

恭賀成績優異同學：

歐陽凱琳 (35分)	陳基國 (29分)
陳首憲 (28分)	張景晉 (28分)
楊國豪 (27分)	龔婷 (24分)
林思榮 (24分)	鄒任朝 (24分)
張語嫣 (24分)	勞海琪 (23分)

成績優異同學分享學習心得



歐陽凱琳同學

我想分享一下做筆記的技巧。首先你要按學科分類你的筆記類型，例如數學大多採用錯題簿式筆記，而中文則適用於技巧型筆記。其次你要決定你筆記內容，是單純的照搬書本或老師發的筆記還是有自己進一步的整合歸納和總結。整個高中時期，我做的筆記有十幾本之多，到了最後階段，我就會把這幾本內容重新整合，變成一本完整的備試筆記。用手去做筆記還是整合筆記，其實都在幫自己重新溫習課本，而且比只用眼看的方式更容易入腦。



林思榮同學

中文寫作方面，看書時如發現觸動心弦的詞句，便立即記下，並運用到作文裡。**英文閱讀方面**，我會用手機的程式去幫助自己背大量的單詞，積累夠了自會總結出一些詞語的特性，即使考試中遇到艱深的詞語，只要冷靜推測，自能領會；針對聆聽卷，我每天走路上學，都會用手機聽BBC英文，由剛開始時多有不明，到後來聽懂七成內容，考試時反而感到語速似慢了許多；**針對寫作卷**，我要求自己不重犯拼詞、語法等錯誤。**說話方面**，會重複跟視頻讀英文，直到自己的發音與視頻讀音相似為止。有很多科目需要記憶背誦的能力，但我是先自己看一遍，理解一遍，用自己的語言複述出來；此外，我會將文章拆成框架並將其記在腦子裡，當需要寫出多角度見解時，我便可以從框架的內容去闡述自己的見解。



龔婷同學

首先，**考試時字要清楚**，答題及寫作內容不能抄社論。其次就是，**對於短處要實事求是**，就其華華大端，妥籌補救。最後，哪怕情願當一個等待被填滿的瓶子，就算是自我灌輸，也盡量——最好——**絕不要忘記自己讀書的本分為何**。體會自己的生活，越多越好。



勞海琪同學

總結這三年，**學習英文最主要是以看課外書或雜誌來積累詞彙**，平時多看外國電影或劇集，留意英文發音以及生活用語並細聲跟讀，這都有助提升聽說能力。**關於理科**，在於多練多記多理解以及不恥發問，找準焦點問題重點攻克；多了解過往試題的得分點，聚焦作答，切勿出現寫一連串答句仍未見主題的情況，對此，熟能生巧至為關鍵。我們還需**注重效率**，找到適合自己的節奏。不要與別人較勁，也切勿撐著眼皮學習。疲倦時休息10到15分鐘，在補充精力後，專注度也會得到質的飛躍。除此之外，不要在考前死拼，考後卻只看分數；要懂得**針對性地查漏補缺**，才能提升。



學校有個 波蘭人！

本年度我校首次參與海外交流生計劃，我們學校獲編配了一位波蘭裔而長居意大利的學生 **JULIA SZEWczyk**。

JULIA中文名**陳卓誼**，**陳**是其香港寄住家庭的姓氏，**卓**取其波蘭姓氏發音，**誼**則代表她到香港交流學習，建立友誼的期望。



- ① 於開學禮上與全校師生見面及作簡單介紹
- ② 製作的自我介紹展板，向全校師生介紹有關自己的國家與民族
- ③ 校長於課堂期間探訪交流生
- ④ 與視藝科同學示範創作技巧及即場邀請同學嘗試
- ⑤ 於高中藝術發展學習獲編配於中國水墨畫班，嘗試接觸中國文化
- ⑥ 與同學進行圖標遊戲比賽
- ⑦ 參觀戲曲中心留影
- ⑧ 家政科是JULIA最喜歡及覺得最新奇的科目，因為從未曾於意大利接觸過相關學習
- ⑨ 介紹意大利升學途徑及分享製作正宗意大利提拉米蘇
- ⑩ 在學校課外活動日協助招募英文小記者



海外
交流生



JULIA曾多次表示非常喜歡我校提供的課程與活動安排，認為交流生在本校有足夠學習活動，但不會感到壓力，更有足夠空間兼顧自身的本土學習，亦很欣賞我校能尊重她個人的學習期望。

過去一年雖然經歷了不少困難，但JULIA在香港及本校的生活都非常充實和愉快，JULIA接觸到不少有關中國及亞洲文化，課餘時亦積極進行全方位學習，足跡踏遍香港！

- ⑪ 旅行日留影
- ⑫ 清潔比賽留影
- ⑬ 於聖誕聯歡會分享意大利與波蘭的聖誕習俗
- ⑭ 本校同學與JULIA交流聖誕在香港有何特色
- ⑮ 接受視藝科同學的聖誕禮物及聖誕祝福
- ⑯ JULIA非常喜歡學習中文，經常自習書寫
- ⑰ 於課餘時會四出探索香港，珍惜來港機會，親身了解本土文化
- ⑱ 寫交流日記紀錄自己在香港的學習與生活



「疫」境下的數學尖子

受疫情影響，學校普遍實行在家學習，本校亦緊隨新的學習趨勢，製作網上的教材，並推行網上實時的奧數班。

坊間的奧數研習，甚至數學比賽都逐漸電子化，利用互聯網進行。因此奧數的學習不可以停滯不前。反之，奧數組更積極向學生傳授知識，協助學生裝備自己，在疫境下仍能發揮所長，競逐獎項，於2019至2020年度本校學生共獲得77個數學比賽獎項。



疫情稍為緩和，學生隨即參與數學比賽

數學尖子感言

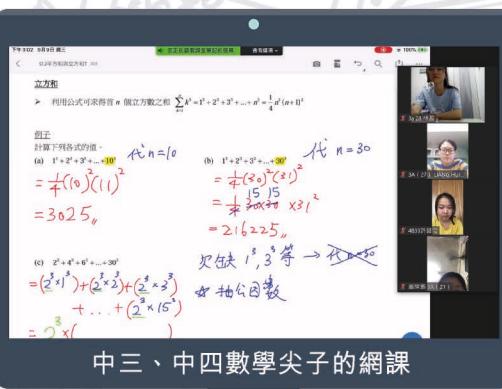
3A 林盈

疫情令網課、練習安排得密密麻麻，身邊少了老師的提醒和監督，在網課誰也不知道你是否認真對待，所謂自律也變得渺小！但奧數老師每次都認真整理資料和習題，每次都按時發過來。我想「如果我就這麼退出，他一定會失望的吧……《禮記》中記載：「君子必慎其獨也。」

「慎」即「心真」，「獨」指「獨處」，獨處之時仍舊心真，謹慎行事。希望我們每個人都能一如既往地保持自覺，規範自己的言行。希望我們應該在任何時候，任何地點，任何情況下都做到自律。

4B 許藝瑩

疫情之下，我卻度過了一個格外充實的暑假！在老師的鼓勵下，我加入了奧數暑期特訓班。這期間，我都會按時上網課，並從中學到很多奧數做題技巧，也攻克了不少題型。之前，我遇到難題就會知難而退；現在，我會樂觀地迎難而上！當我戰勝一道又一道的難題時，滿足感油然而生。雖然我知道自己的能力還有待提升，但是我相信「一分耕耘，一分收穫」，未來的我將會繼續「過五關，斬六將」，學習奧數讓我更加自信！



中三、中四數學尖子的網課

考考你

- 1 已知 $x + y + z = 8$ ，其中 x 、 y 和 z 均為正整數。到底 x 、 y 和 z 有多少個不同配搭？
- 2 將一個圓形以直線分割8次，最多可分割出多少個部分？



閱讀學會思考

開啟智慧鑰匙

閱讀能提升語文水平及學業成績。有研究指出，閱讀對於品格培養及情緒調控也起著重大作用，因此，本校致力培養學生閱讀習慣。

首先，本校安排全校師生早上閱讀，計劃推行多年，成效顯著。另配合〈一人一書一分鐘〉推介書籍計劃，鼓勵同學分享書籍，達至好書交流之效。此外，響應學校關注事項中的「自主學習」，撥款贊助初中同學，購置喜愛的書籍；也在校園多處擺放書刊，方便同學隨時隨地閱讀，藉此提高學生閱讀的動機。



另方面，在初中不同範疇的學科推行〈普及閱讀計劃〉，以擴闊學生的閱讀層面。圖書館定期舉行主題特色書展，推介不同主題的圖書；並舉辦作家講座，以豐富學生的閱讀素養。

近幾年，學校將同學出色的作品編製成〈優秀作品集〉，讓同學們能互相觀摩佳作，對「小作家」的成就予以肯定。同時，更與家教會合作，頒發閱讀獎學金以嘉許及鼓勵學生多閱讀。學校每年亦會派發兩次閱讀成績表，顯示學生的閱讀成果，也讓家長知悉同學的閱讀進程。

本校深信閱讀對同學的學習及做人態度都有莫大的幫助。

全人教育 啟發潛能

課外活動是學生在課堂以外進行的學習活動，因此它實際是學校課程的一部份。課外活動可以培養學生良好的品德和態度、技能的訓練及創作力的啟發等。透過參與活動，學生可以學習與人溝通和合作的技巧，同時亦可以從中獲得豐富的生活體驗。高中學生亦有機會負責策劃及組織學生活動，從中得到組織及領導能力的訓練，藉此發揮個人潛能、貢獻學校及發展自我的機會。



多元活動 歡樂與共



課外活動日：

本校提供多類型課外活動供同學於課餘時間參與。課外活動日當天，禮堂及兩天操場將設有各小組的宣傳攤位遊戲及表演，而操場亦有四社競技，學生可從中了解各項課外活動的內容。



▲ 班際壁報比賽



學校旅行日 ▶



◀ 聖誕聯歡會

聖誕聯歡會 ▶



一人一體藝 學生展才藝



▲ 服務團隊：本校服務團隊包括紅十字會、女童軍、童軍及公益少年團



▼ 戲劇組：在本校老師及專業導師帶領下於「校際戲劇節」屢獲殊榮



◀ 舞蹈組



◀ 棋藝組：
提供各類棋類活動，
推廣棋藝文化，培養
學生棋品棋德

▼ 敲擊樂組



▼ 水運會



四社競技 學習體育精神

全校學生分為松、柏、楓及白楊四個社。各社社長會定期舉辦各項的社際比賽，讓學生發揮所長。

▼ 陸運會



從興趣中 獲得新知識



本校為給予學生多元化之課外活動，不時開設各類型的短期活動，鼓勵學生發展不同方面的興趣，重點激發學生創意及擴闊視野。

▼ 同理心VR體驗活動



領袖培育 團隊和睦

本校每年均會舉辦初中及高中的領袖訓練，讓有志成為領袖的學生發展所長，貢獻學校。



▲ 初中領袖訓練



▲ 高中領袖訓練營：學生透過不同的挑戰，學會勇敢面對困難，亦學懂了互相支持及互相鼓勵的重要性。



新副校長介紹

嚴基柱副校長



各位同學、家長，大家好！我是新任的**嚴基柱副校長**，十分榮幸能夠加入林百欣中學這個大家庭，除了主力於學生發展的事務外，我還任教中國歷史及世界歷史科。

我享受教學，享受與學生傾談、討論、交流，互相刺激思考。暑假期間已盼待着與大家見面，可惜因為疫情影響，開學日仍未能親身接觸大家，甚是遺憾！

我喜歡創新、冒險、嘗試，曾帶領學生到北韓進行考察，正是我和同學們挑戰自己的好機會。希望林百欣中學的同學們也和我一樣，多嘗試及多挑戰自己。

在這裡跟大家分享決定成功與失敗的兩種心態：**成長心態 (Growth Mindset)**，有這種心態的人明白失敗、挑戰、高期望會帶來動力和進步，因此他們常在逆境中得到不斷的成長和提升，最終達至成功；相反，**固定心態 (Fixed Mindset)**的人視挑戰為壓力、視失敗為世界末日，繼而沒有期望、沒有失望、沒有進步。

各位同學，在面對目前的困境時，你願意通權達變，還是故步自封？你希望迎難而上，還是向現實低頭？

我喜愛閱讀，閱讀不但能紓緩壓力，還能讓我們站在巨人的肩膀上知識世界，更能讓我們每天都得著激勵。疫情下，大家很多時候要在家學習，我鼓勵大家趁這段非常時期多閱讀、多增長知識、多思考，成為一個有真正獨立思考的人，看事情能看得透徹，縱然面對驚濤駭浪、高山低谷，你也無所畏懼。此外，緊記多關心你的父母、朋友、同學、師長，做一個有良心、多角度思考的人，懂得尊重和易地而處，成為一個更好的自己。

同學們，不要看輕自己的潛能，今日希望你以學校為榮，他日學校一定會以你為榮。你們是學校的未來、香港的未來。希望學校、香港，以至世界可以因著你們而變得更好，讓我們攜手努力共建未來。

全方位學習 經歷課堂外的驚喜

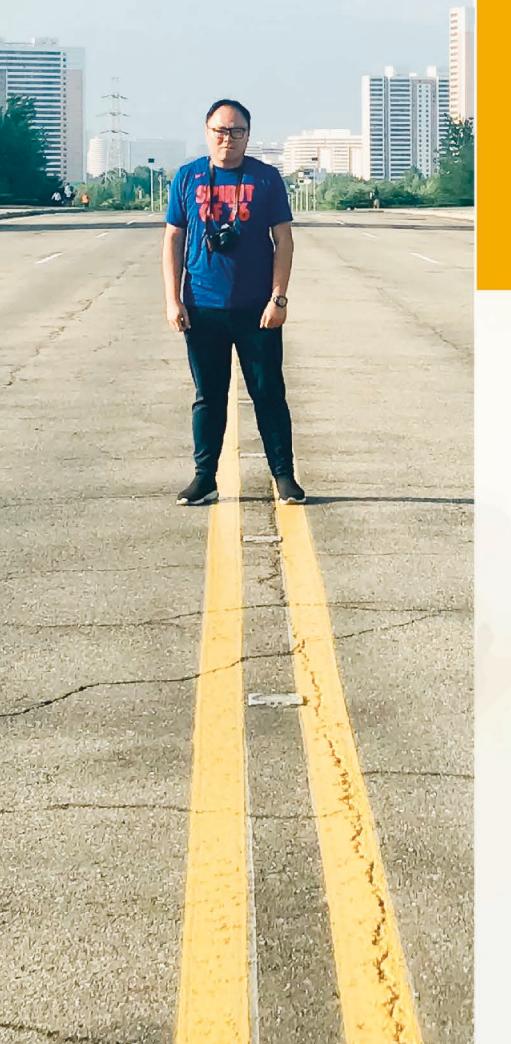
為了增加同學經歷各類型活動的機會，本校於年終試後安排為期約四星期「試後全方位學習活動日」。同學可透過不同活動，如：參觀機構、職場預備講座、領袖訓練營、中五生活營及綜合表演等，以達致全人發展。



▲ 謝師宴：中六級同學舉辦謝師宴答謝老師的教誨



▲ 中五生活營：兩日一夜的中五生活營使同學更認識自我及加強團隊精神



家庭新成員

各位同學、家長，大家好！我是新任的**嚴基柱副校長**，十分榮幸能夠加入林百欣中學這個大家庭，除了主力於學生發展的事務外，我還任教中國歷史及世界歷史科。

新老師 介紹

New Teacher's



我是新加入百欣大家庭的英文老師——黃美鈴老師。Miss Wong 希望各位同學可以於學習態度、個人素養上都有所提昇。雖然疫情對你們學習上帶來不少衝擊，但絕不是疏懶的藉口。記住 the greater the obstacle, the more glory in overcoming it --- Molière.



大家好！我是任教中文科的張綽臨老師，很高興可以加入林百欣中學這個大家庭。我希望可以將中文的趣味帶給同學，一起享受語文的樂趣。期望在未來的日子認識大家，和大家一起愉快學習和成長！



大家好！我是任教中文科的姚亦非老師。作為一個土生土長的「荃景圍」人，很高興回到熟悉的地方，成為林百欣中學的一份子。閒時喜歡在山野間看海，和文字談一場驚天動地的戀愛。願我們同行連結，支援彼此。

2019-2020學年

學生成就

中文科

普通話科

數學科

音樂科

視藝科

第二十四屆全港學界對聯創作比賽
新市鎮文化教育協會

特別獎 4A 黃佩珊



第七十一屆香港學校朗誦節
中四級散文獨誦 — 普通話
香港學校音樂及朗誦協會

季軍 4B 林權梁



泰國國際數學競賽初賽2019-2020
奧冠教育中心

金獎 3A 李雨昕
6B 歐陽凱琳
6B 林志煌

銀獎 3A 郭家竣 4B 林權梁
5B 方志杭 5B 黃梓濱
5B 施良取 5B 黃金燦
6B 陳基國 6B 鄭江翔
6B 張光煒

銅獎 3A 黃偉俊 3A 許藝瑩
4B 張舜昊 4B 林羽彤
4B 林鴻程 4B 黃妙鰐
5B 梁秀冰 5B 朱文婷

泰國國際數學競賽晉級賽2019-2020
奧冠教育中心

金獎 5B 黃梓濱

銀獎 3A 李雨昕 4B 林權梁
5B 施良取 6B 林志煌
6B 歐陽凱琳

2020華夏盃全國奧林匹克數學比賽初賽
香港數學奧林匹克協會

一等獎 2A 蔡子希 2A 林盈
3A 許藝瑩

二等獎 1A 陳何昱 2A 王詩婷
2A 陳偉杰 2B 董陳艷
3A 郭家竣 3A 黃偉俊
3A 李雨昕

三等獎 1A 江芷軒 1A 呂芷晴
1B 何家焯 2A 梁慧嵐

粵港澳大灣區數學競賽 預選賽2020(香港賽區)
奧冠教育中心

一等獎 3A 李雨昕 4B 林權梁

二等獎 3A 郭家竣 3A 黃偉俊
3A 許藝瑩 5B 方志杭
5B 黃梓濱 5B 施良取
6B 陳基國 6B 鄭江翔
6B 林志煌

三等獎 5B 黃金燦 5B 梁秀冰
5B 朱文婷 6B 張光煒

2020香港國際數學競賽初賽
奧冠教育中心

金獎 5B 黃梓濱 5B 黃金燦

銀獎 5B 方志杭

銅獎 5B 施良取

第二十四屆聖西西利亞國際音樂大賽2019
七級豎琴獨奏
澳洲聖西西利亞音樂學院

亞軍 2B 張曦怡



徐悲鴻盃國際青少年兒童美術比賽
香港青年協會

優異獎 5A 黃佩君 5B 林曉彤
5C 田葆琳

我的澳洲聖誕卡設計比賽 2019
澳洲駐香港總領事館

優異獎 4B 劉家安

精選作品獎 2A 黃心洁

2019當代中學生繪畫比賽
香港當代藝術中心

特別榮譽獎 2A 陳駿陶 2A 謝欣桐
4B 王沛心 5B 黃佩君

「QP 20計・承未來」標誌設計比賽冠軍
香港會計師公會

冠軍 4A 袁卓游

優異作品獎 2A 陳駿陶 2A 黃心洁
2A 梁因童 6A 邵逸然
6D 楊悅兒

2019年京都漫畫國際大賽
ART street

金獎 2B 張曦怡



第22屆日中青年書畫音樂交流大會比賽
香港藝術交流協會

金獎 6D 楊悅兒

「阡陌同行III」健康人生貼紙比賽
香港青少年服務處

優異獎 6A 邵逸然 4A 陳韵怡
4A 莊舜欣 4C 江靜琳

2019神話·童話香港台灣學生繪畫比賽
杜菲藝術音樂中心

藝術成就獎

冠軍 6D 楊悅兒

藝術的喜悅 - 周綠雲回應展
亞洲協會香港中心

亞軍 5C 邱俊睿

季軍 5D 祝蔚喬

優異獎 5C 蘇寶珊

「向歧視說不!」設計比賽
愛滋寧養服務協會

入圍獎 2A 黃澍然 2A 張曉童
2A 黃心洁 2A 李穎欣
2A 王雨菲 2A 鄭淑媛
6D 楊悅兒

防癆吉祥物設計比賽(中學組)
香港防癆心臟及胸病協會

亞軍 2A 王雨菲

九龍倉全港中學生繪畫比賽
九龍倉置業地產投資有限公司

入圍獎 6D 楊悅兒

香港學界體育聯會
男子甲組4x50米自由泳接力

季軍 6C 梁智文 4D 陳世澤
6C 曾永晴 5C 葉瑋霖

男子丙組4x50米自由泳接力

季軍 1A 伍焌灝 2C 陳朗晞
2B 蔡得富 1B 周禮謙

男子丙組50米蛙泳

殿軍 1A 伍焌灝

男子丙組100米背泳

殿軍 2B 蔡得富

女子甲組100米自由泳

冠軍 5C 蘇寶珊

女子甲組200米自由泳

冠軍 5C 蘇寶珊

女子乙組50米蝶泳

亞軍 5B 區穎文

女子乙組200米自由泳

季軍 4B 張宛婷

女子乙組100米自由泳

殿軍 4B 張宛婷

女子丙組200米蛙泳

季軍 2B 李敏婷

女子丙組100米背泳

殿軍 2B 陳祉穎

女子丙組200米自由泳

殿軍 2B 陳祉穎

女子乙組越野

亞軍 4D 林樂兒

女子丙組越野

團體殿軍

創新發明比賽



第十屆韓國國際網路天賦發明家大會

Korea Invention News

Korea Invention Academy

金獎、韓國發明新聞半全場大獎
5B 區穎文

金獎、亞洲發明協會半全場大獎
5B 鄭昕晅

第七屆澳門國際創新發展展
澳門創新發明協會

金獎、台灣特別獎 2A 林靜賢

銀獎、波蘭特別獎 2A 王雨茜

銀獎、柬埔寨特別獎 5A 羅洛瑤

銀獎、台灣特別獎 5C 林夢娜

高雄國際發明設計博覽2019
World Invention Intellectual
Property Associations

金獎、印尼特別獎 6D 黃頌衡

印尼特別獎、柬埔寨特別獎
6B 陳浩正

2020 Bangkok International Intellectual
Property, Invention, Innovation and
Technology Exposition

National Research Council of Thailand

泰國發明賽銅獎、加拿大特別獎
2A 林靜賢

泰國發明賽銅獎、印尼特別獎
4A 楊卓琳

泰國發明賽銅獎、台灣特別獎
5D 詹舒晴
5D 吳秋云



香港學界體育聯會
男子甲組4x50米自由泳接力

季軍 6C 梁智文 4D 陳世澤
6C 曾永晴 5C 葉瑋霖

男子丙組4x50米自由泳接力

季軍 1A 伍焌灝 2C 陳朗晞
2B 蔡得富 1B 周禮謙

男子丙組50米蛙泳

殿軍 1A 伍焌灝

男子丙組100米背泳

殿軍 2B 蔡得富

女子甲組100米自由泳

冠軍 5C 蘇寶珊

女子甲組200米自由泳

冠軍 5C 蘇寶珊

女子乙組50米蝶泳

亞軍 5B 區穎文

