

編者的話

5C 班 馬可慧

這一年，我們再次不平凡地跨過。從嚴冬到酷暑，起起伏伏、變化無窮的上課模式，我們也曾一同克服過。而最新一期的《愉悅》，也越過種種障礙，終能呈現在各位眼前。在此，感謝所有老師及編委會成員們付出的心血，希望各位通過本報，回顧校園這一年的點滴。

疫情下，即使採訪工作困難重重，我們仍選擇打破常規，與多位相隔千里之外的師兄師姐們，在多個網上平台請教摘星心得，只為同學提供考試秘笈，帮助大家更上一層樓。除此之外，一眾記者更把握了短暫的回校時間，順利採訪了多名新老師和同學，希望大家能因此更熟悉校園，更喜歡校園。

採集花蜜是蜜蜂的樂趣，為同學提供歡樂便是我們的樂趣。再次感激每位幫助《愉悅》的人，望大家的生活洋溢著喜悅與歡樂！

愉悅

東華三院伍若瑜夫人紀念中學校報

二零二一年五月（第十四期）
愉悅編輯委員會編印

追夢旅途 敢於創造



今年我校推行「愉愉非凡」快樂校園計劃，計劃中的追夢旅途音樂分享會，更邀請到Mirror中的成員Jer——柳應廷，來校一展歌喉，細談追夢！

Jer 在活動中與同學分享追夢經歷，他坦言自己大專時才正式接觸音樂，從此與它結下不解之緣。然而，萬事起頭難，剛玩音樂時，收入很少，現實逼使他做了娛樂記者，但現實卻無法澆滅他心中對音樂的熱情。

2018年，他踏上了「全民造星」的舞台。雖在第一輪不幸被淘汰，但他仍未被打倒，在復活賽強勢回歸，不斷砥礪前行，終於成功出道，在舞台大放光彩。歷遍辛酸的 Jer 表示追夢的路必然崎嶇不平，令他決定勇往直前的，除了自己的追夢赤子心，更少不了身邊人的鼓勵。為此，他也特別感謝粉絲們的鼓勵，令他對夢想更執著，更堅持。

關於追夢，他認為需要有一顆強大的心，朝著目標前進就好。如果同學對前途迷茫，那就什麼都嘗試一下。看到台下的同學們目不轉睛，專心致志地傾聽，不時點點頭，相信已有所得著。

Jer 除了分享追夢經歷外，也為我們帶來了兩首歌曲——《水刑物語》和《迴光物語》。「懷抱了怨恨，困溺海中心，沉浸到缺氧時，無從翻身……」「光線再引我向前游，岸邊伸出這一對手，你解開了毒咒……」他一句句唱着追夢的心路歷程，在旋律流動間，與同學們

漸漸相連。同學們沉浸在美妙的歌聲中，有的更情不自禁地隨著節拍揮動雙手，紛紛感同身受，曲罷更以歡呼聲回應。

分享會尾聲，Jer 演唱《迴光物語》時，讓同學驚喜的，不只是這壓軸演唱，更是在 Jer 身後的大螢幕上，出現校長和老師們對同學的祝福，看着相熟的老師對自己的祝福，同學也會心微笑。

通過 Jer 的分享，望同學懂得正面地面對困難，繼續努力，因為身邊有更多支持你的人啊！祝願大家早日尋得夢想，勇往直前！

「最後我石破天驚來全力粉碎，新與舊星宿同創造，一刻天荒和地老……」

記者：5A 班 岑慧欣 5B 班 伍雅思 2C 班 陳慧瑩
2C 班 林婧儀 2C 班 劉芷筠

「愉愉非凡」快樂校園計劃
追夢旅途·音樂分享會



摘星之道

談起香港中學文憑試的中文科，大家多多少少都有些膽顫心驚，因本卷測考同學們多方面的知識與能力，且難度極高，許多同學都束手無策，並將其稱為「死亡之卷」。然而，在過去的公開試中，本校不少學長憑著個人努力，於中文科取得 5* 或 5** 的佳績，本報特意邀請這些學長，分享他們學習中文的心得，希望各位能從中得到啟迪。

書山有路勤為徑 學海無涯苦作舟

陳穎思師姐 考試年份：2019

中文卷總成績：5* 分卷：閱讀 5*；寫作 4；聆聽與綜合能力 5**；說話 4

中文科素來有「死亡之卷」之稱。然而，陳穎思師姐終能獲得 5*，成功升讀香港中文大學。她能有此收穫，全靠多年辛勤的耕耘，以及別出心裁的學習技巧。

博覽群書 孜孜不倦

培養閱讀習慣是師姐的致勝法寶。她建議如若大家因學業繁重而不能細味長篇小說，不妨轉戰散文，如每日閱讀一篇字數適中的抒情文；至於文言文，她則推薦大家下載一個手機應用程式——「古文觀止」，裏面含有大量篇章，且附帶語譯。大家若能在空閒時細心閱讀，文言文水平自然有所提升。

背誦經典 水到渠成

文言文中充斥著諸多通假字，師姐認為害怕通假字主要源於對它們不夠熟悉，我們只要不斷背誦，便能熟悉它們，從而幫助理解文言文。而她自中四開始，便熱衷於為十二篇章做筆記，例如語譯、內容拆解、寫作手法等，日積月累，至今已達數百頁。師姐建議大家定要背誦範文，而且初中生也應及早多涉獵文言篇章，奠定基礎，減少高中的壓力。她亦建議同學背誦校本中的成語及名言，將來必有用武之地。

冷靜應戰 對症下藥

答題技巧及試前溫習同樣重要。對於卷一，師姐建議大家宜先理解題目，再閱讀文章，以便掌握主題及考核重點。這樣更易理解文章內容，並且節省閱讀時間。在答問題時，最好將答題線都填滿，以防遺漏重點。

至於卷三的甲部，師姐則會把握播放錄音前的準備時間，快速瀏覽試題，並標示重點字詞，提醒自己加以留意；至於乙部，師姐認為字數格外關鍵，因為寫得多往往能得到較高分。此外，大家須熟悉基本框架（1+2+5）和瞭解某部分該與何種內容配搭。她認為兼備整合及拓展兩者最為理想，並不建議擺放過多時間在整合，以致拓展時間不足。推論上，一個定義通常能夠拆成 3-4 個重點，而同學選擇其中兩個重點拓展即可。至於見解，不妨多舉例子，令內容更飽滿。

正視壓力 無懼失敗

戰勝壓力是公開試致勝的關鍵。師姐建議大家在課餘時間多放鬆，從高壓中暫時抽離，做些自己喜歡的事，以舒緩壓力。如若長期處於高壓狀態，考試前便有可能「爆煲」，嚴重影響備戰狀態，得不償失。且高中的測驗考試接踵而來，若無法全面溫習，分數下滑是必然的。她建議大家莫要太在意得失，勿因分數不理想而過度緊張，從而影響考試狀態。她認為測驗的意義在於檢查自己的不足，從而改善，而非讓分數左右自己的表現。

時間管理 精打細算

人的時間有限，計劃溫習策略尤為重要。平時放學後，師姐會溫習至 11 點，期間當然有休息，12 點前必會上床睡覺，以求第二天精力充沛。至於周六，她會提早將下周的功課完成，以求在上課日有時間溫習。而周日則會抽取內容溫習，溫故知新。

至於在家溫習，師姐認為早上精神足，宜多背誦知識，且會做聆聽練習。而下午就開始做卷，晚上則溫習數學科這些須靈活用腦的科目。師姐一再強調，不建議大家「通頂」，會影響第二天的精神狀態，溫習效率反而更低。被問到應何時準備公開試，師姐堅定地答道：「中一開始。」她從入讀中學第一天便積極向學，為入讀大學而準備。她認為所有學科都不能一朝一夕掌握，須提早培養、累積。

吾日三省吾身

最後，師姐鼓勵大家：要多反省自己，不要推卸責任。應常反省是否自己不夠努力，自己的性格是否需改善？要多檢視自己，才能做到最好！誠如孔子所言：「吾日三省吾身：為人謀而不忠乎？與朋友交而不信乎？傳不習乎？」

記者：3C 班 巫資聰



勿忘初心 保持希望

盧家軒師兄 考試年份：2019

中文卷總成績：5*

分卷：閱讀 5**；寫作 5**；聆聽與綜合能力 5*；說話 5

「希望同學在跌宕起伏的生活中、在艱難的日子下，仍能堅守心中的夢想，相信自己會達到理想的彼岸，繼續發光發亮！」奪得中文5*，目前就讀於浸會大學的盧家軒師兄說。

卷四題型各不同 應對重點要知道

卷四題型各式各樣，每類都有獨特的應對技巧，同學應熟識、熟練每種題型的技巧。而師兄則挑選幾類題目，跟同學們分享他的應試心得。

共識題：在討論時，必須有共識意識及設立討論平台。

評論題：應避免忽略考場提供的應試資料，並仔細雕琢資料中的每一句，因為每句都有著舉足輕重的作用，有助發掘論點。同學可從資料反映的人物性格特徵入手，並對他們對於事件的看法，作出評論。

寓意題：題日常取材於日常事物，相對較生活化，同學應從事物的表面及內在去思考，要取得高分則需要有深層次的思考，切忌流於表面。

時間運用好 腦筋要靈活

除了熟練題型，盧師兄認為善用首輪發言及自由討論時間也非常重要。

十分鐘預備時間：必須預留一分鐘練習首輪發言部分。面對選擇題，建議準備另外兩個立場來以防萬一，作駁論亦可。

首輪發言：覆讀題目是多此一舉的，同學應利用時間界題、表述立場及加上例子說明，最後再解釋不作其他選擇的原因，故整體便是（15+30+15）秒的結構，若能在首輪發言回應其他同學就更為理想。

自由討論：論點及闡述應呼應首輪發言。要在內容上取得上品佳績，則視乎同學能否從另一個角度切入，開拓新話題。此外，特別留意自由發言切勿超過一分十五秒，否則會被視為壟斷發言。

組員方面，若有組員故意壟斷發言，必要時可分散該同學的注意力，再奪回發言權。反之亦然，若組員較靦腆，發言不積極，同學

可以拉他一把，婉轉地引導，例如以選擇題詢問，或提出共同看法，拋磚引玉，或建基於相同的立場上加以引導討論，這是小組討論的技巧，亦是取得高分的關鍵。

總括而言，師兄建議卷四要多練習，同學可找同伴、老師練習。考評局亦會上載往年考生應考卷四的影片，並附上評語，同學可主動搜尋這些資料作參考，取長補短，改善自己的弱項。

破釜沉舟 一鼓作氣

為全心全意備戰，師兄會刪除手機及電腦中的遊戲、娛樂類應用程式，拒絕各種引誘。他認為學會調整作息時間及保持自律，是奪得佳績不可或缺的方法。另外，師兄為避免壓力過大，也會在適當時休息，透過品嚐美食、散步來紓緩壓力。

最後，師兄提醒同學，學業固然重要，但並不是你的全部，萬一失手，也不等於天塌下來，若文憑試的路不通，也能走旁邊的路，同樣有康莊大道。

記者：5C班 廖進慶



塵埃落定前 一切皆有可能

黎恩兒師姐 考試年份：2019

中文卷總成績：5*

分卷：閱讀 5*；寫作 5**；聆聽與綜合能力 5**；說話 3

「一日未到結局，未定輸贏，不能承認自己輸了。」就讀香港中文大學的黎恩兒師姐說。

卷二記描擘：「首尾呼應、多角度描寫、以小見大」

正如標題所示，師姐推薦作文使用首尾呼應及簡單且「貼地」的故事。而描寫，則可從人、事、物三方面拆開思考，以豐富內容。至於文末的「昇華」，則要謹記「以小見大」，即是把道理延伸至社會、世界或人生方面。只要文末連接做得好，佳績不在話下。

那麼抒情文的靈魂——立意該如何制定？師姐解釋要先定好配合題目的道理，再思考故事的大綱。但切記勿花太多篇幅記述故事，應在「昇華」中多花心思。

那麼大家該如何訓練呢？

師姐建議中四、五同學若認為寫作吃力，可先練習寫大綱。但此大綱必須清楚交代故事大要及昇華部分。至於中六同學，必須積極作文交給老師批改。

而想進一步豐富文章內容和情感，師姐認為閱讀散文、心靈鼓勵書籍是不錯的選擇。

卷三綜合：「針對現況、不斷解釋」

整合拓展：師姐認為許多同學都常忘記針對問題解釋，只單方面解釋方法的有效性。例如題目指學生的閱讀能力差，我們便思考當中原因，是否因為沒興趣。然後再針對問題，解釋該方法的有效性。

見解論證：此部分著重同學多角度，且詳細的解釋。如若對象是人，便可從學生、家長、校方等角度思考。如對象是事件或特色，則思考當中的吸引力、成效或意義。

時間分配：若把綜合分為五部分（開首結尾1，整合拓展2，見解論證2），師姐建議每一部分在十五分鐘內完成。同學要常練字速，例如每次做卷都要準備計時器，強迫自己寫快些。

學習態度：「力爭上游」

考進中文大學歷史系一直是師姐的夢想。而師姐力爭上游的原因只有一個——「完夢」。

因此，努力奮鬥前，請設定目標，時刻鞭策自己。師姐會把中大歷史系的圖片貼在書架上。每次想玩時，看一看，便打消了念頭，轉過頭來繼續學習。

另外，為能有效率地學習，師姐每日會寫「待辦事項清單」，列出自己一天內要做的事，並堅持在該天完成為止。

不過同學也別只顧學習，也要勞逸結合。在刻苦學習後，盡情玩樂，在腦力超負荷或壓力過大時，好好休息，然後再繼續奮鬥。

最後，黎師姐將莎士比亞的一句話送給大家：「玫瑰就算不叫玫瑰，也無損其芳香。」每個人都是獨一無二的，希望大家勿隨波逐流，依心而行。文憑試只是人生的其中一環，跨過去後，人生還有很長的路。

記者：5C班 馬可慧



認真對待每一刻 珍惜眼前每一秒

黃詩涵師姐 考試年份：2020

中文卷總成績：5**

分卷：閱讀 5**；寫作 5**；聆聽與綜合能力 5**

在香港中文大學選修全球研究的黃詩涵師姐，雖然備戰文憑試時歷經挫敗，但她勇於克服挫折、披荆斬棘，最終取得了中文各卷皆 5** 的佳績。

卷一：變化莫測 即時應變

卷一最難掌握，文章、測考題目變化多端，所以隨機應變很重要。為此，師姐分享一些應考小貼士：段落大意方面，要對文章有大概的理解，而每一段都會有明顯的細節，尤其是過渡段，能有效幫助我們劃分段落。文言文方面，多做練習是一種非常有效的方法，建議同學多看多寫，才能融會貫通。

卷二：多看多寫 學以致用

「作文大綱能輔助作文思路」師姐解釋大綱有助鋪排整篇文章，若同學寫文已很熟練，可須臾間沒有靈感，也可先動筆，漸漸便會有思緒。內容上，記描述最好是親身經歷，抒發的情感才會顯得細緻及引起共鳴，而昇華可配合一些符合文意的古文，豐富文章。至於議論文，最重要的是條理清晰，根據例子詳細論證自己的觀點。最後，多看散文，多記多運用佳詞佳句，也能提升寫作能力。

卷三：多元化 多角度

整合拓展和見解論證是卷三最重要的部份。師姐一直強調這部分要多角度思考，如整合拓展需由例子中的一個主要論點分成三部分去拓展，見解論證則要提出各方面的論證，且要充分運用考試資料。如

時間不足，她建議可留下一頁紙的篇幅供見解論證便已足夠。總括而言，從多角度拓展、論證，別局限於單一方向。

師姐提醒大家學習語文科，最著重的是培養語感，須不斷累積語文知識。另外，她也鼓勵我們認真對待校內的每一份功課、每一次考試，珍惜每次學習的機會，以此積累更多應試經驗、提升語感。她亦希望同學有自己的目標及值得依靠的同伴，互相鼓勵，互相扶持，也可舒緩考試的壓力。

最後，她說：「成功的定義是廣闊的，完成小目標也是一種成功，千萬別被別人所認定的成功干擾，走自己想走的路啊！」

記者：5A班 陳翠瑩



寫作高分靠累積 閱讀練筆必獲益

董誌林師兄 考試年份：2020

中文卷總成績：5*

分卷：閱讀 5；寫作 5**；聆聽與綜合能力 5

「文憑試是一場決定你能否入大學的考驗，所以別將它想得太簡單，要努力裝備自己。」現就讀香港中文大學的董誌林師兄說。

卷二高分秘笈

卷二不能盲目地操練，要先多閱讀文章，例如散文集、短篇故事或前人的佳作。因為只要多閱讀，就會下意識地模仿書中優美的文句。

師兄認為堅持閱讀之餘，還要多下筆寫作，空閒時寫一兩個段落或是寫下靈機一動想到的有意思的句子也可。當然中六同學就要嘗試多寫幾篇不同類型的文章請老師批改，作為儲備，考試時若遇到同類型的題目便能適當套用，也節省了構思題材的時間。

另外，同學也應嘗試減少句子中的贅詞如「的」、「了」，節省時間外，也令文句更加簡潔有力。寫作大綱方面，董師兄表示他平時

只簡略地寫幾個關鍵字，由審題到完成大綱大概時間控制在十分鐘以內。

議論文的困難

寫作路上充滿困難，師兄認為記敘文和描寫文的難度較大：沒有題材，詳略不當等，所以他專攻議論文。

師兄指寫作議論文的主要困難是設立難以反駁的論點，並確保有足夠的例子。為克服此困難，他常背常用及冷門而有趣的例子，以備不時之需。

對師弟妹的話

師兄認為，身邊的同學是戰友，是在這條青雲路上的同路人。而同學要緊張學業之餘，更要享受中學的校園時光、與朋友一同玩樂、一同奮鬥的過程。

記者：3C班 黃瑾婷



處變不驚 寫作有星

陳詠豪師兄 考試年份：2020

中文卷總成績：5

分卷：閱讀 4；寫作 5*；聆聽與綜合能力 4

在疫情下，陳詠豪師兄頂著巨大的壓力，克服重重難關，最終成功奪星，順利入讀香港教育大學。

調整心態 面對挫折

所有光鮮亮麗的背後，都藏著不為人知的辛苦。師兄雖在文憑試中文科卷二中取得佳績，但他笑言：「中學時，我的中文寫作常不及格。」他表示起初難以正確地選材，因此故事的情節常被老師反映不合理，然而他沒有氣餒，反而從一次次的失敗中吸收經驗，從一次次的反思中改善自己。為了提升寫作能力，他為自己製定了一系列的寫作訓練，漸漸地寫作日漸精進，成就了那耀眼的五星。果然，「失敗乃成功之母」。他也坦然正面地面對文憑試是必須的，路上小小的絆腳石，是無法阻止決意要攀上高峰的勇者。

日積月累 寫作無懼

師兄認為一篇好的記敘文，情節須扣人心

弦，引起讀者的共鳴或思考。而這功夫並非一時三刻能做到，必須經過長年累月的練習。他說平日會主動寫作請老師批改，通過老師的意見來改善寫作技巧，此外，亦會透過操練歷屆試題來鍛鍊文筆，空閒時也會閱讀別人的佳作，取長補短，藉此增進自己的語文知識。

靈感往往藏在生活中

很多同學表示自己寫作欠缺靈感，經常絞盡腦汁卻依然無從下筆。師兄認為日常生活中已有不少事物可作寫作題材，只要平時多多觀察周圍的環境，寫作時運用日常生活中的例子，無須憑空想像，就可以寫出一篇十分「貼地」、引起讀者共鳴的佳作。

師兄勉勵同學不要因任何突如其來的變化而感到不知所措，要時刻保持著正面的心態來面對挑戰。

記者：5A班 鄺俊璋



升中資訊日



在疫情的限制下，本校突破藩籬，以創新的想法應對挑戰。本年度的升中資訊日及學習成果展覽，首次嘗試以網上直播的形式進行，使參與的小學學生及家長能安坐家中，透過線上收看，對本校作更深入及全面的認識。

升中講座

二零一九年十二月五日為本校一年一度的升中資訊日。當天，葉校長詳細講解本校的辦學背景及理念，梁副校長講述課程設計及教學特色，而伍副校長則向大家說明本校中一收生面試須知，務求令來年升中同學及家長對我校有更深入、透徹的瞭解，為三月中旬舉行的中一新生面試，作充足的準備。

在講座途中，螢幕中的參與者不時點頭，專心聆聽；在提問環節中，家長們更踴躍向老師發問。可見即使隔著螢幕，我們仍然可以感受到學生和家長的積極參與，足見活動之成功。

校園參觀暨學習成果展覽

我校升中資訊日特意運用 VR 技術，以校園 3D 模型取代實體的校園參觀，為未能親身到校參觀的家長及同學們帶來一場虛擬的校園探索之旅。家長及同學們能以 360 度細看校園，如同親歷其境，參觀校園各類設施，如健身室、瑜家閣、瑜創空間、生物科技研究室等。此外，家長及同學們也可透過觀看照片，更深入瞭解我校的不同設施。家長及同學們不但能隨心所欲地探索校園，細心觀察每一個角落，亦可透過短片遊覽本校，一定能對本校有全面的了解。

升中面試預備班

今年升中面試預備班因疫情無法以實體形式舉行，本校老師特為升中同學拍攝面試技巧影片。詳細講解英文詞語中常見的發音錯誤、中文個人短講部份需要注意的事項等。講解時，老師亦會加入正面和反面教材，通過詳細的解說，讓同學更明白其中值得借鑒之處。網上會議中參加者都全神貫注、專心致志地觀看示範短片，從中掌握了不少應試的必勝技巧。

英語試讀課程

課程中，英文科老師精心為同學準備了影片，令同學們了解本校英文教學模式，及相關的課外活動。影片的內容主要分為三個部份，分別是將科學融入英語學習中的氣球實驗，創意無限的風車摺紙活動，以及英語短講和英語話劇工作坊的活動短片。其中，氣球實驗由外籍英語老師 Mr. Lyons 主持，令同學了解有趣的化學原理，同時掌握英語文法。而話劇工作坊的表演，以喜劇的形式向觀眾傳達知識、道理，讓同學在捧腹大笑之餘，亦能學習新詞彙，一舉兩得。讓同學們明白，學習英文並非死記硬背，而是著重理解和運用。風車摺紙活動，則配合了刺激的詞語配對遊戲，讓同學們寓學習於娛樂。看見同學們熱情地參與，相信已從中有所得著。

記者：5A 班 陳伊晴 5A 班 林子鋒 3D 班 曾煒超 3D 班 余皓民



多才多藝

「保護香港海洋環境」四格漫畫創作比賽

我校人才濟濟，不但有學術精英，還有藝術奇才。在「保護香港海洋環境」四格漫畫創作比賽中，我校同學踴躍參與，竭盡全力創作充滿趣味的漫畫，為校爭光。他們透過漫畫傳情達意，提高了同學的環保意識，向市民傳達保護海洋環境及生物的訊息。

齊心合力 保護海洋 (亞軍 2B 林浩銘)

大家看到林同學這幅漫畫後，會否覺得自己置身於海洋之中呢？這幅畫表達了人們發現海洋被污染後，決定同心合力把海洋清潔乾淨的故事，藉此提醒都市人關注海洋污染問題。

畫作中林同學使用了不同顏色的馬克筆和針筆勾線，為作品增添了豐富的色彩。若大家仔細觀賞，便會發現這幅畫所用的顏色很特別，別具心思，如第一格，使用了暗灰作背景色，「1」字被垃圾袋包圍，表達海洋已受嚴重污染。相反，第三格則使用發亮的燈泡表達「3」字，表現海洋正一點一滴地恢復氣色。

林同學表示很榮幸能憑畫作奪得亞軍，搜集資料時，他看到很多海洋被污染的圖片，領悟到保護海洋正是我們的當務之急，更直言從中獲益良多。

記者：3C班 林莊



美麗海洋 這不是夢 (2C 陳慧瑩)

大家看到畫中的人魚公主時，會否想起美人魚的故事？然而，畫中的海洋已不再如童話故事般夢幻、美好。陳同學指出，海洋垃圾的問題愈趨嚴重，嚴重威脅海洋生物的生命。她希望藉此作品，呼籲大家愛惜海洋，切勿亂拋垃圾。

在妙筆生花的畫作背後，藏著創作者一點一滴的心血。對未有繪製漫畫經驗的陳同學來說，要完成這幅畫作，簡直難於登天，要經多番努力，才能完成。

一分耕耘，一分收穫，過程雖艱難，但陳同學受益匪淺。這次比賽，她對繪畫有了嶄新的體驗和感悟，亦增加了對海洋污染的認識。

記者：3D班 陳瑜坤



細心觀察 藝術源於生活 (3D 黎心賢)

多感受、多觀察世界，方能汲取藝術靈感，正如黎同學看見被污染的海洋後，便決心以海洋污染為主題，以此警醒世人，盼能提高人們的環保意識。

黎同學以最簡潔的風格，精闢地將污染問題融入畫中。繪畫時雖會遇到阻礙，但她也會不斷搜索資料、聽取老師意見，終能克服所有困難。

通過比賽，她明白人們肆意污染海洋，最終會自食其果。而這次比賽給予她一次自我反省的機會，令自己關注海洋污染的問題。

記者：3D班 黎心賢 5C班 馬可慧



「梯間畫作」

不知大家有否留意學校梯間的畫作呢？其實每一幅畫都是同學的心血結晶，每一幅都意義非凡、發人深省。

跳出框框 多角度思考 (5A 陳嘉浩)

相信大家對畫中的英文都不陌生，意為鼓勵大家跳出傳統思維框框、獨闢蹊徑、以廣闊的眼光看待事物。陳同學過往嘗試探索了不同的藝術表達形式，但都認為它們的風格過於千篇一律。突然，畫中那句英文句子浮現在他的腦海中，便萌生繪製此畫作的想法。

擬稿時，他運用了書法技巧，盡量令文字的起伏更加明顯，例如作品中的「k」、「t」、「f」，再加以修飾，竟發現自己天馬行空的設計與句子組合起來成了雲的形狀，於是朝這方向繼續創作。

對於作品能在學校的梯間展示，陳同學感嘆道：「我非常榮幸能為裝飾校園出一分力，讓同學欣賞自己的作品，成為自己在中學時期的足跡及回憶。」

陳同學希望透過畫作鼓勵自己及他人，跳出各自的思考框架、不斷嘗試、豐富自己的想像力。

記者：5B班 葉慧丹

天天開心 如太陽般 (5A 岑慧欣)

看着此畫，不知會否使你心中湧現一股暖流呢？岑同學希望同學們可以像畫中的小太陽般，每天都開開心心，遇到困難時，依然能抱著正面的態度面對。此外，她亦希望大家除了「使自己快樂」，亦能「使他人快樂」，以笑容傳達歡樂給予他人。

細看此畫，字字筆劃均勻、簡潔，顏色搭配協調、樸素，其實是同學背後一筆一劃，不斷地於草稿紙上練習得來的成果啊！

看到作品展示於梯間，岑同學感到非常高興，她亦希望畫作能帶給各位同學滿滿的正能量，同學們經過樓梯，看到此畫時，都能受到感染，滿懷笑容地過每一天。

記者：5B班 葉慧丹

多維思考 勤能補拙 (5A 陳伊晴)

從背景裡色彩破格的運用，到蒼勁有力的筆觸，畫中的一筆一劃，使人感受到畫者投放的心思，並非陳腔濫調、墨守成規。

在字體上，黑色字表現內斂，紅色字鐵劃銀鉤，蒼勁有力，行筆走勢可謂推陳出新。

陳同學直言，起初自己對持筆和色彩的調控很不滿意，但她堅持，日以繼夜地練習，畫滿了一本厚厚的畫簿，最終得出這幅作品。

看到作品能在學校樓梯級展示，陳同學顯得十分欣喜。因為這代表著自己的努力及設計是有價值的。最後，她希望這次的創作經歷能激勵同學，推開藝術的大門。

記者：5B班 楊澤豪



一幅巧奪天工的畫作，不但代表着作者的思想，更代表着作者背後的努力和汗水，故希望大家在欣賞作品的同時，亦能敬佩作者艱辛的付出。

認識我們的新老師

李嘉淇老師



李老師畢業於香港城市大學，主修社會工作。她是我們的舊生，任教中一歷史科。能在母校工作，特別有歸屬感，希望與同學建立亦師亦友的關係。

李老師認為學校有家及避風港的感覺，不論同學有任何問題，包括學業或私人問題，都可以在學校找到支持，甚至得到解決方法，而大部分師生、老師們之間的關係都很好，總讓人感到溫暖。

面對壓力，李老師會以運動舒壓，又或與家中的小貓玩耍。她也明白同學們在課業上也有不少壓力，所以希望同學能在溫習之餘，也多培養自己的興趣，作息時間要得到平衡，才能有健康的身心，面對每一天的挑戰。

記者：5C班 莊欣慧
5C班 周紫佩

許詩珮老師畢業於香港大學，社會科學碩士，在本校的工作主要是協助老師們處理教學及行政事務。

她認為教學是與同學互相影響，互補不足。在教學的同時，她也從中學習，與同學們一同成長。許老師發現伍若瑜的同學們較乖巧，但比較內斂含蓄，所以她鼓勵同學們勇敢表達自己。

許老師選擇教學工作，是因為教學能給予她滿足感，她可以將過往學過的知識傳授給同學。

最後，她希望疫情早日結束，大家恢復正常生活，自己也能與同學有更多接觸機會，更認識伍若瑜這個大家庭。未來，她也會盡全力用心教學，令更多有潛質的同學跳出舒適圈，嘗試更多新事物，發掘自己截然不同的一面。

記者：5A班 劉志森
3C班 葉芷翹



許詩珮老師

布穎芯老師畢業於香港浸會大學，主修英文教育。第一年加入伍若瑜大家庭，主要任教英文。純樸的校風、友善的同事、完善的設施、布局整齊的課室，這些良好的工作環境，是布老師對我們的第一印象。

布老師認為同學純樸、有禮。正式授課後，她才發現當老師很不容易，因為老師不只要教授知識，更要擔任領路人的角色，陪伴同學們衝出迷茫，找到目標。

對於同學們面臨的壓力，布老師感同身受。她建議同學在精神緊繃時勿勉強，可聽聽音樂、或做運動舒緩壓力，找人傾訴也是一個不錯的方法。

問到如何提升英語，布老師提議同學可從生活入手，每日收看或聆聽英文節目，積少成多，方能逃脫英文荒漠，游到汪洋大海。

未來，布老師寄望同學們保持真誠之心，上課主動投入，準時交功課，一同度過愉快的校園生活。

記者：5A班 劉志森
3C班 葉芷翹

布穎芯老師



唐嘉晞老師

唐老師畢業於樹仁大學歷史學系，在校工作主要為協助老師教學及處理行政事務，課後亦會為本校非華語學生補習中文。有曰：「師者，所以傳道、受業、解惑也。」唐老師認為，老師自古以來擔當引領學生參透人生道理、研究學問的角色。對青少年來說，老師尤其重要，因此決定成為老師，並希望對學生的成長帶來正面的影響。

唐老師喜歡學習，透過接觸新事物，釋放日常生活的壓力，更能充實自己。例如老師近年學習德語，生動有趣的課堂更令她放鬆不少。工作時，她也寓工作於學習，如一樓101室外的兩幅中文科壁報背景為老師自學設計軟件製作而成。

然而，生活充滿了大大小小的挑戰。而唐老師的挑戰便是德語考試，因德語的文法系統比中文、英文更為複雜，學習時面對了不少難題，不過唐老師相信只要抱著持之以恆的心，所有事情都能迎刃而解。

祝願大家能像唐老師般，以積極向上的心態迎接日後的挑戰，努力奮鬥！

記者：5C班 周紫佩
5C班 莊欣慧



黃家欣老師

黃家欣老師畢業於香港公開大學，主修英文研究，在我校教授英語及提供課後支援。她認為本校校風純樸，同學們性格純良，願意聽取老師的意見。

問到學習攻略，黃老師認為「不懂就要問」，同學們遇到不明白的課題，可大膽向老師請教。至於課本的重點知識，她建議要熟讀，並多做試題及模擬試卷，以鞏固知識。

所謂「學海無涯，唯勤是岸」，無人生出生便能上知天文，下知地理。她認為只有不斷學習，才能成就自己。然而「滿招損，謙受益」，同學也要謙虛，不要自滿。

最後，祝老師跟同學們相處融洽，擁有愉快的校園時光！

記者：3C班 徐永昇

新加入伍若瑜大家庭的黃偉強老師畢業於香港中文大學，教授物理科。充滿教學熱誠的他，很喜歡與同學分享有趣的物理知識，也很樂意幫助同學解決疑問及拆解不同事物背後的原理。

黃老師為人親切、健談、平易近人。疫情影響下，黃老師表示網上授課是一個特別的經驗。初次授課時，他與同學們仍存在著一道無形的隔閡，上課氣氛冷淡。但在黃老師的熱情帶動下，課堂氣氛漸漸活躍起來，同學們彼此也漸漸熟絡起來，融入課堂。

黃老師認為人生必定會遇到很多困難，最重要是調整好心態，才能揚帆起航。遇到困難時，黃老師會選擇觀看勵志電影，激勵自己重新振作，再為自己的目標做好準備。此外，他也鼓勵同學學習必須持之以恆，秉持「學不可以已」的態度，堅持下去。

黃老師希望能幫助同學展翅飛翔，飛到理想之所。「大家定要選自己感興趣的科目學習，定要朝夢想邁進。千萬別單純為考上大學，為分數而讀書，學習之路最重要的是自己的收穫啊！」

記者：5A班 劉志森
3C班 葉芷翹



黃偉強老師



黃維坤老師

黃老師畢業於香港城市大學，教授中一及中三同學數學。黃老師小時候就有當老師的願望，盼能為人師表、以身立教。在學校裡，與同學們常溝通、建立良好關係，共同學習、共同成長，也是黃老師的期望。

同學們上課專心、準時交功課，令黃老師很欣喜。如遇到須幫助的同學，老師也會因材施教，更會抽出課餘時間幫助同學。

問到如何提高成績，老師表示同學的時間管理及自我管理要加強，建議同學設立每日的作息時間表，善用時間，好好溫習所學。

人人生活都不易，黃老師也十分繁忙。進修、考試令他感覺有沉甸甸的石頭壓在心上，所以黃老師常以運動舒壓，以擁有健康的身心。

記者：5C班 莊欣慧
5C班 周紫佩

鄭老師是我們的舊生，畢業於香港中文大學，在本校任教中二、中五及中六同學英文科。自幼便對英文有濃厚興趣的他，希望重返母校，培養師弟妹對英文的興趣。

鄭老師認為同學們品性純樸、態度友善、非常受教。身為2C班班主任，他很高興看見全班同學均專心上課，對老師教授的概念有深入的了解，另外班裏氣氛也相當融洽。他認為若同學保持這種學習態度，對將來應付新高中科目也會很有幫助。

面對考試，鄭老師建議大家在考試前為自己定下明確的目標，拼命朝著目標奮鬥，因為天道酬勤，只要願意努力，自然就會有回報，人生也是如此。

「你嚮往怎樣的生活，便會成為一個怎樣的人。」鄭老師求學時亦曾遇過挫敗，亦曾找不到學習的目的，但他其後找到學習的意義，尋覓自己的理想，尋找奔跑的動力，再憑著滿腔熱血向前衝，最終也能排除萬難。

「努力讀書，以後才能享受無憂無慮的生活。」這就是鄭老師對我們的祝願。踏進社會後，路上會滿佈荆棘，但只要咬緊牙關，破開濃霧厚雲，就會面對美麗的風景！

鄭主軒老師想對大家說：「同學們，請拼命努力，如今你付出的汗水，將一點一滴地造就未來無憂無慮的生活！」

記者：3C班 徐永昇



鄭主軒老師

校務處職員——李小姐

相信，每人心中都曾有位夢中情人，他或許溫文爾雅，或許神勇威武，又或許風度翩翩。凡人常憧憬愛情，小時候的李小姐也不例外，但她更重視的是真心相愛。

李小姐與丈夫的緣分，從中學時開始。剛接觸時，李小姐認為他學習不認真，不過朝夕相處，久而久之，發現了他那成熟穩重的一面，在那個美好的畢業旅行時光，兩人終於產生了情愫。李小姐說：「在那段日子，我才發現他很會照顧人。」

但愛情路上，總會充滿波折。旅行後，男生去了台灣留學，意味著兩人從此要相隔千里，經歷長達四年的異地戀。許多情侶經不起時間及地域的考驗，抵受不了相思的煎熬，最後不歡而散。但他們熬過了。

時間除了帶來考驗，還令他們收穫更多。經過七年的愛情長跑，兩人終決定長相廝守。那天，男生包下了整個戲院。電影結束後，大屏幕突然播放著兩人從相識開始的一點一滴。七年裡，最美好的回憶浮現腦海，所有好友紛紛出現，而他說：「嫁給我吧！」

七年的愛情長跑終於修成正果。在2020年的10月，他們步入了婚禮的殿堂。回想與他的一點一滴、望著台下父母的面容，李小姐非常感動。

問及對未來的期望，李小姐說：「期待有自己的家，能與他一起平平淡淡的過日子。」

我們在此恭喜李小姐，願往後的生活如他們所願。

記者：5C班 周紫佩 5C班 莊欣慧



喜事

細水長流 同偕共老——單老師

2020年10月，是單金城老師結婚的大日子。

夫妻二人在結婚前，和常人一樣預訂婚紗、尋找場地……雖說過程不特別，但對他們而言，卻是一輩子最為重要的經歷。

回憶起單老師在學生時代，沒有逃課、沒有戀愛，努力地學習。踏入社會後，日子依舊平淡，直到遇見了她……

志趣相投的他們常在一起，漸漸地兩人互訴心事、情投意合、白首成約。

回想求婚那天，他們如常來到餐廳吃飯。在浪漫氣氛下，單老師單膝下跪，拿出放在懷裡珍藏的鑽戒，向她承諾：「哪怕滄海桑田，海枯石爛，也會對妳不離不棄，直到地老天荒……」她捂著臉，掩飾著自己的淚水。

婚後，他們希望仍能互相體諒、互相扶持、共同面對種種困難。

單老師說，雖然他們的生活平淡，卻能造就幸福的每一天。

能在大千世界、眾生中遇見命定之人，是多麼的幸福，在此衷心祝福兩位能比翼雙飛。

作者：3C班 徐永昇 3C班 陳俊鵬



2020-2021 校報編輯委員會：

主編：	5C班 馬可慧				
副編：	5A班 陳翠瑩	5B班 葉慧丹			
記者：	5A班 陳伊晴	鄺俊璋	劉志森	林子鋒	岑慧欣
	5B班 伍雅思	楊澤豪			
	5C班 莊曉桐	莊欣慧	周紫佩	廖進慶	
	3C班 陳俊鵬	林莊	黃瑾婷	巫資聰	徐永昇 葉芷翹
	3D班 陳瑜坤	黎心賢	余皓民	曾煒超	
	2C班 陳慧瑩	林婧儀	劉芷筠		
顧問老師：	蔡葵老師	朱嘉慧老師	林婷甄老師	柯清峰老師	