



中華基督教會方潤華中學
CCC Fong Yun Wah Secondary School

第二期

潤聲

2018-2019

方中家書



吳俊雄校長

在 這個科技日新月異、物質豐富的年代中，人們很容易接觸到新奇的事物和不同的玩意，也就喜歡追隨潮流，例如：購買簇新的科技產品、最新型號的手提電話、最快速的平板電腦、新興的潮流服飾及限量版的球鞋等等。這樣，就易於沉醉在物慾之中，更嚴重者更會身不由己，不能自拔。假如我們靜心細想自己的人生，這是我們真正要追求的人生目標嗎？在這個世俗中，我希望大家多細味神的話語。上帝創造萬物，讓我們享有各種的福分，祂是否默許我們去追逐物質上的享樂而不管呢？

近日，有機會跟中學時代的校長樓恩德牧師詳談，當中他的話提醒了我，那就是現今孩子在生命中的「需要」。從不少孩子在生活上提出的要求，我們不難發現他們所說的「需要」，許多時候都只是他們的「想要」。樓牧師提醒了我們不要把「欲望中的想要」和「真正的需要」混為一談。為人父母，我們都知道孩子的真正需要，在造物主面前，我們的需要難道祂會不知道嗎？《馬太福音 6:32》

如今我們活在一個充滿消費文化、享樂主義的世界中，我們常誤以「欲望」為自己的需要，以致忽略了作為神兒女的身份，甚至遺忘了我們生命中的真正「需要」。這個「需要」就是神的話語——因它就是道路指引和人生倚靠，教導我們明辨是非；在迷惑時有拒惡之能。《詩篇 145 篇》亦提醒我們，神的大能、大恩、大德、大愛，才能豐盛我們的生命，而且遠超我們的所想所求。

我期盼方中的教師團隊與家長並肩同行，能做到《箴言 22:6》所言——**教養孩童，使他們走當行的道路，甚至到老也不偏離。**





不負眾望，奪得攤位設計大獎
亞軍及十大最佳銷售員大獎。

學以致用 營商初體驗 「學校起動計劃」之趁墟做老闆

今年經濟科和視覺藝術科攜手合作，參與「學校起動計劃」之趁墟做老闆活動。

參與活動的學生主要來自中四、中五修讀經濟科和視藝科的同學。視藝科的同學主力負責產品設計及生產，而經濟科的同學則負責宣傳、營運和銷售等工作。

同學們在老師帶領下成立了「唯一創作」公司，發揮無限的創意，創作出一系列的产品，例如：紫染系列、DIY 滴膠產品系列及護膚系列等。



滴膠製品方潤華中學 (FYWSS)，精緻小巧心思盡見。



唯一產品，只此一家。



滴膠產品，光彩奪目，令人眼花繚亂，叫人怎忍得了手？



DIY 紫染圍巾，走簡樸自然民族風。



同學發揮創意、紫染產品件件用心製作。



手繪香薰機款式獨特，銷情暢旺。



方中老師放學後到場鼎力支持，同學士氣十足。



經濟和視藝的組合，不同才能的同學也能發揮所長。



鍾曉兒同學（右二）奪得十大最佳銷售員大獎

趁墟做老闆活動一連三天在鑽石山荷里活廣場舉行。展銷會的第一天同學們已成功將紫染系列的頸巾及T恤全部售罄，而DIY飾物亦大受歡迎。同學們學以致用，將書本學到的營商之道躬身實踐，實是無價的體驗。最後，本校榮獲攤位設計大獎亞軍及十大最佳銷售員大獎，同學們在活動中確是收穫甚豐。在此恭賀得獎的同學，並感謝老師們悉心的教導和熱心的帶領。

我們學會了很多……

行政總監：5A 周文熙

在整個的活動中，我們成立了「唯一創作」公司。為了提升工作效率，我們創建了一個聊天群組，在群組裡展開會議，解決了大家時間不協調的問題。在準備企劃和展銷會期間，由於經驗不足，所以未能掌握許多突發的情況，遇到了不少挑戰。比如我們的產品有紮染、滴膠飾物和 DIY 的護理產品，到了現場才發現，除了護理產品，其他兩款的產品和他校都有相撞的情況，得知這一消息後，我們並沒有馬上做出降價的決定，而是作市場調查，發現他組的質量和款式都不及我們的吸引，因此我們選擇加大宣傳的力度，讓組員穿上紮染的服飾，讓女生戴上不同飾物吸引路人。結果效果非常顯著，在非價格競爭下，我們大部分產品都很快就賣出了，又例如在我們的產品中，護理系列比較不受歡迎，於是最開始制訂銷售策略時，大家抱著快速清貨的心態，我們把銷量好的和差的產品同時納入套裝中，打算一併出售，可是我們沒有考慮到相關性，比如其中一個套裝是圍巾加防曬乳液，這兩樣冬夏產品放在一起，當然絲毫沒有增加消費者的購買意欲，這是一個判斷的失誤。

總的來說，在這次活動中，我們遇到了不少困難，但同時也解決了不少困難，但在每一次開會商討、共同解決問題的時候，都令我成長了不少。



DIY 製品，獨一無二，賣一件少一件。



校內預售，同學們爭相揀選心頭好。



唯一產品魅力沒法擋，熊本熊也被吸引過來。



銷售團隊穿上產品，落力宣傳，這一招果然奏效。



在經濟科和視藝科老師的帶領下，成立唯一創作公司。

產品與設計部總監：5B 李心悅

我是我們公司「唯一創作」的產品設計總監，在這次「趁墟做老闆」的活動中，令我獲益良多。我們的產品有滴膠產品、紮染產品、DIY 護膚品，全部都是人手製作的，製作產品有一定的難度，當中我們亦失敗過很多次，才能從中鑽研出改良製作的方法，才可製作出吸引顧客的優質產品。此外，因為製作產品花費的時間不少，所以我們以分工合作的方式，以不同專長同學負責不同產品的生產線，這令我學懂分工合作的重要性，不但可以提升工作效率，同時亦可以改善產品的素質，一舉兩得。

在活動當日，看到自己親手製作的產品深得顧客的歡迎，使我感到有滿足又高興，因為我所製作的產品能夠得到別人的認同。除此之外，是次活動亦讓我明白到創業原來並不簡單，整個過程實是一個難忘的經歷。

宣傳總監：5B 黃秋妍

我是我們公司「唯一創作」的宣傳總監。在我心目中，我們的攤位設計是全場最精美的，每一件商品都擺放整齊，光彩奪目，最後我們也不負眾望，在最佳攤位設計大獎中獲得了亞軍。

我們面對的一個困難和挑戰是現場有和我們同樣做紮染和滴膠飾品的店鋪，所以競爭相當大，同時我們也擔心定價會影響銷情，但是幸好我們的銷量和貨品傾向多樣性，質素也高，結果我們的產品相當受歡迎，絲毫沒有受對手影響。

在宣傳策略方面，我們把自己產品穿在身上，以實物上身效果和獨家紮染法吸引顧客，獨樹一幟。另外，我們堅持自己的定價，雖然價錢比同場的同類產品貴，但我們依舊沒有減價，因為我們相信自家產品的質量以及手工，最後果然產品熱賣。在過程中，我們學到了一些銷售技巧，例如早鳥優惠、秒殺、節日優惠、顧及顧客品味等，我們在展銷會中亦有運用到一些營商之道，這也令我學到很多商業知識。



方中學生上下一心、製作認真。



認真製作、精益求精，為銷售做好準備。



製作過程大功告成！

宣傳總監：4A 鍾曉兒

我認為今次展銷會是成功的，因為已經達到了預期的目標。

我們最初的目標是把所有產品售出，可是結果未必似預期呢！起初我們都認為抱枕和天然手作的肥皂會比較受歡迎，可是原來顧客反而喜歡香薰機，而對我們自製的護理產品不抱有信心，認為塗抹在皮膚上的護膚品還是對大品牌比較放心。對於這種情況，我們採取的應對方法就是套裝銷售，當顧客購買紮染產品或是香薰機時，只要額外加少量金錢就可以加購肥皂或者防曬乳液，結果這個方法非常成功，護理產品連同其他產品售出，減少了滯銷的情況。

最後我認為最需要改善的是我們團隊內的溝通，我們經常會因溝通不足而導致團隊不協調，不過幸好最後都可以克服所有困難，令三天的展銷會圓滿結束。



多角度擴闊視野 定立目標燃亮人生 多元化升學就業及生涯規劃體驗活動

「生涯規劃日」是升學及就業輔導組的重點活動。活動當天，按著中三至中五級同學的需要安排了多類型相關活動，同學可就自己的能力和興趣選擇到不同的機構參觀，又或出席講座和工作坊，認識自己的升學和就業需要，並為自己的人生作出正確規劃。



參加模擬海事訓練



參與青年學院建造工程體驗班



參觀青年學院



參觀大金冷氣（香港）有限公司



同學認真了解空調的各項資訊



參觀華德事務所



參觀理工大學

2018-19 年度 生涯規劃日活動安排

中三級

	活動
1	高中選科策略工作坊
2	職業課程介紹

中四及中五級

	活動
1	參與理工大學視藝科工作坊
2	參與工商資訊學院職業導引課程（毅進）偵探查案工作坊
3	參觀華德會計師事務所
4	參觀大金冷氣（香港）有限公司
5	參觀海事訓練學院
6	參觀新世界第一渡輪服務有限公司
7	參觀香港駕駛學院



升輔組獲得關愛校園榮譽（生涯規劃）獎項



舉辦台灣升學講座



認識船長訓練課程



參與青年學院 IT 體驗班



同學投入參與駕駛訓練

我們的團隊，台前幕後，萬眾一心。



2018-2019 香港學校戲劇節

方中劇社 載譽歸來

學校是孕育學生成長的地方，方中禮堂是追尋夢想的舞台。在創作和排練的過程中，同學們面對不同的挑戰和困難，但都以熱誠和堅毅一一克服，從中建立了真摯的友誼。

本年度方中劇社參與香港學校戲劇節，最後載譽歸來，榮獲 12 個獎項。當中，本校在 555 間參與學校中，脫穎而出，成為其中一間獲得「評判推介演出獎」的學校，在比賽過程中，見證了同學努力的成果，成就了他們成長中難忘的一頁。

奪得 12 項獎項



燈光、音響、舞台效果……看不見的功臣，看得見的成果。



認真彩排也是致勝關鍵吧。



舞台是尋夢的地方，我們終於夢想成真！



榮獲 12 個獎項，滿載而歸。

故事梗概 story

「戀愛速成班是你唯一的選擇！」

虛偽、即食、開放，是廿一世紀獨有的愛情觀嗎？主角權權、MARY 在這個世紀的戀愛中迷失了自己，《戀愛速成班》似乎是他們的指路明燈。在導師教導下，他們改變自己，以做作及虛假的手段來換取愛情。表面上，他們似乎已融入這種歪曲的戀愛觀念中，但同時，卻又發現自己開始感到迷茫。尋找『真愛』對他們而言，到底是甚麼呢？他們又能找到真正愛自己，接納自己的另一半嗎？



建立正面文化 實現個人獨特性

啟發潛能教育

本校自 2013 年起引入由美國教育大師威廉柏奇 (William Purkey) 所創立的「啟發潛能教育」(Invitational Education)。本組著力推行及實踐其提倡的「尊重」、「信任」、「關愛」、「樂觀進取」及「刻意安排」五個重要理念，發展學生不同領域上的潛能，藉以建立自信，盡展他們的潛能。

本年度，本校申請由美國國際啟發潛能教育聯盟 (IAIE) 總會設立的「2019 啟發潛能教育大獎」(Inviting School Award)，希望藉此肯定全校教職員、學生及家長在建立啟發潛能教育文化的努力和成就。在 4 月 12 日，美國 IAIE 顧問包括 Mr. Ken Wright 及羅啟康校長到訪本校，當中透過分享、討論及指導等，讓我們更了解和掌握啟發潛能教育的理念。



吳校長送贈紀念品給嘉賓 Mr. Ken Wright



吳校長與家教會主席 (左二)、Mr. Ken Wright (左三) 及老師們暢談甚歡。

★★★★★★★★★★★★★★「紅」鷹展翅 勇奪社盾★★★★★★★★★★★★★★

社監：賴嘉妮老師 副社監：王小燕老師
社長：5A 朱敏怡 副社長：5B 劉曉晴、5B 李駿銘



四社社際比賽

千淘萬浪雖辛苦，吹盡黃沙始到金。——劉禹錫

本年度社際活動總共舉辦了九個不同類型的比賽，包括四柱設計布置比賽、陸運會、啦啦隊比賽、時裝設計比賽、籃球比賽、排球比賽、羽毛球比賽、詩歌比賽及學科問答比賽。

各社社員全力以赴，為社爭取佳績。這不但加強了社員的歸屬感，更培養了彼此間的團結精神。經過各社激烈的競爭後，最終由紅日社獲得本年度四社總冠軍的殊榮。恭喜紅日社！

Hi y'all, this is Miss Lai! One of my duties this year is being the supervisor of the Red House. It is an amazing and fruitful year for all the Red Souls out there as we won the Championship this year!! Let's all scream " YEEEA!!! " out loud and share this moment of joyfulness together while you are reading this.

As glorious as it might seem, we've had our ups and downs. We started off with so much passion in our heart to organise various activities, hoping all the Red Souls could enjoy ourselves as well as showcase our talents to the world. We've encountered some hiccups within the committee which affected our team morale. We've been defeated and hit our lowest because of it. Luckily, we got back on our feet and fought hard as all the other houses were all so strong and determined too.

I must, however, stress my expectations on Red House once again as I did in the beginning of this academic year. It feels good to win but it feels even better to enjoy the process and most importantly to challenge ourselves and learn humbly with others. When I look back now, I feel so proud to witness students' growth and I look forward to seeing it from all the Red Souls too.

House Supervisor : Miss Lai KN

本人參與社際的活動已經有五年，有幸今年擔任社長一職，帶領同學參與社的各項活動和比賽。今年的所有比賽均順利進行，以及獲得良好成績，全因各位社幹事和社員的幫助和支持。雖然在時裝比賽過程中遇上了困難，但是亦無阻我們紅日社的鬥心，失敗過一次，就需要矯正錯誤，不要再犯同樣的錯誤。

對於今年能夠奪得全年總冠軍，真是百感交集，又開心又難過，開心的是有一班很好的幹事與我一起面對所有難題，而難過的是我因為身任多職，未能夠好好帶領大家，真的是十分抱歉，但幸好有兩位社監一直支持和幫助我，當我感到沮喪時會開解我，會提醒我應該怎樣解決問題，令到我能夠順利完成各項工作。

我們紅日社的心是沸騰的，我們的火亦是燃燒着，永不會熄滅的，大家請繼續支持紅日社！

社長：5A 朱敏怡

感謝社監、社長、副社長、各位社幹事過去一年的努力。感謝你們全心全力的投入，發揮所長，盡展潛能，讓紅日社發光，發亮。

副社監：王小燕老師

我是紅日社副社長李駿銘，之前參與社的時間不多，但今年能夠做副社長一職是一件很榮幸的事。我能夠參與社內的活動，甚至為社服務，這是一件喜事。在中學生涯中，為我的校園生活增添了不少樂趣和色彩，使我十分高興！

雖然在途中，社內遇上了一些困難，幸好有兩位社監一直教導和鼓勵，使我學會了不應放棄，要以正面的心態解決困難，所以十分感激賴嘉妮老師和王小燕老師，亦多謝社長給我機會，讓我在中學生涯裏有一個美好及難忘的回憶。我們紅日社的火和精神是不會熄滅的，會將這團火傳承下去，我們是「紅日魂，係最神！」

副社長：5B 李駿銘



Trip to America

Over the Easter holiday, six students and a teacher chaperone went to Lexington, Kentucky for an eleven-day exchange program. Students immersed in the local cultures and learning by taking classes with their host students in West Jessamine High school and staying with their host families. Our students had shown great improvement in their confidence in using the language when conversing with the locals. The group was also taken to the Kentucky Derby Museum and Keeneland to get to know more about the most famous sport in Kentucky — horse racing! The blue sky, green grass and fresh air are things that we definitely miss. But what's most memorable and precious would be the southern hospitality from the people who hosted us.



West Jessamine High School puts up a sign next to the driveway to welcome us.



Students have fun playing with the horse riding simulation game in the Derby Museum.



The students from the education class give handmade T-shirts to our students as a gift.

Alexander Ho from 4B

I want to share with you my experience in the exchange program in Lexington, Kentucky. My schoolmates and I stayed in host families for eleven days. It was a whole new experience for me. I joined a lot of activities over there like swimming, MB2, outdoor barbeque picnic and war games. I was thrilled as I had never played MB2 and war games in Hong Kong before this trip.

During the trip, I learned how to take care of myself and improve my spoken English. This trip is very inspiring and memorable for secondary school students as it broadens our horizons. I recommend everyone to join the program in the coming years.



Our students have great time with the children in the host families.
(Alexander: Fourth from the left)

William Tai from 3B

I am honored to have participated in this trip. I met a lot of very kind and friendly people in America. I'm very happy to be their friend, too! I have also experienced and seen many things I have not encountered before. For example, I saw a collection of real guns. It was a fascinating experience to be able to touch and closely examine them.

Since I stayed in a host family in a more rural part of Kentucky, I saw many insects every day. I was always scared by the beetles at the door, the spiders in the house and sometimes even on the beds. I was not very used to living so close to nature. This was undoubtedly a memorable experience for me. In addition to the horrible insects, there were also two dogs, one cat, one pig and a lot of chickens in the farm at the back of the house. I often played with the animals, especially the dogs.

I have had so much interesting and unforgettable memories from this trip. What is most important is that my English ability has improved after this trip!



Outdoor barbeque picnic at the High Bridge Park (William: First from the left)



切磋交流 突破自己

青島體育文化及海洋科技探索之旅

體育科在五月期間，參加了由教育局舉辦的「青島體育文化及海洋科技探索之旅」。10位中四及中五級學生在老師帶領下，到青島進行了五日四夜的交流及參觀活動。

是次活動的行程豐富，重點是同學們到訪青島市體育運動學校，與山東省的高中精英運動員進行田徑訓練及交流，我校學生更與他們進行了友誼賽，是一次珍貴的經歷。除了交流，同學亦順道參觀當地的著名景點，如中國海拔零點、奧帆博物館、青島市民健身中心、青島海底世界等，亦有到訪中國海洋大學及青島海洋科學與技術試驗國家實驗室，學習海洋科技知識。



五日四夜的交流活動由這場地開始



參觀奧帆博物館，認識奧運風帆比賽項目。



在中國海拔零點留影。



與青島學校同學進行田徑交流，切磋切磋！



李繁都同學(左二)與當地學生交流鐵餅心得。



2018-2019 年度中學校際壁球比賽 (主辦：香港學界體育聯會)

全港個人賽	男子甲組季軍	5C 林承鋒
新界地域團體賽	男子組殿軍	5B 陳栢希、5C 林承鋒、5C 盧永樂、5D 陳智朗、5D 陳保生、4D 林俊健、2C 萬旨聰、2D 萬旨穎

學校體育推廣計劃隊際外展壁球比賽 2018 / 2019 (主辦：香港壁球總會)

高中組隊際賽	男子組季軍	5B 陳栢希、5C 林承鋒、5C 盧永樂、5D 陳智朗、5D 陳保生、4D 林俊健
--------	-------	---

壁球隊獲獎

本校壁球隊於本學年參加了中學校際壁球比賽 (個人及團體賽)，以及學校體育推廣計劃隊際外展壁球比賽，兩項比賽俱獲得佳績，恭喜壁球隊！希望同學繼續努力，為校爭光。



全港個人賽男子甲組季軍 5C 林承鋒



吳校長到場支持壁球隊比賽



新界地域團體賽男子組殿軍

培養創科新思維 迎接未來新挑戰

創新科技比賽

為迎接未來世界發展，創新科技教育（STEM）是教育的新趨勢。本校在初中著力培養學生創科思維，推動多元發展，由此在校內舉辦創新科技作品比賽。同學們分組合作，針對校內同學的需要設計及製作產品。他們透過多月學習所得，動腦動手，親力親為，把自己的意念構思、設計，製作成品，當中獲得很大的滿足感和成就感。另外，同學亦參加了香港理工大學舉辦「全港中小學產品設計大賽 2019」（衛生保健或復康產品組別），分別獲得了「季軍」及「優異獎」。



脫離睡覺器



智能聲控燈



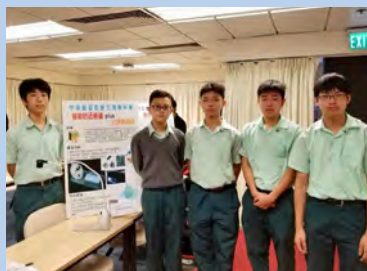
林淑華副校長參與作品展及評分，並與同學傾談他的創作意念。



劉偉傑副校長親身嘗試同學的作品自動。



借波管理器



2A 黃梓軒、羅衍帆、陳頌昆、郭立仁及凌迪峰製作防近視智能功課輔助器。



2A 同學設計的防近視智能功課輔助器，獲香港理工大學舉辦「全港中小學產品設計大賽 2019」（衛生保健或復康產品組別）優異獎



3C 蔡筱鈺、陳柏論、鄒樂及謝海晴製作貴族嬰兒車。



3C 同學設計的貴族嬰兒車，獲香港理工大學舉辦「全港中小學產品設計大賽 2019」（衛生保健或復康產品組別）季軍

方中產品設計比賽 2019

創意產品

冠軍	功課輔導器	2A 郭立仁、凌迪峰、羅衍帆、陳頌昆、黃梓軒
亞軍	智能聲控燈	2D 陳洛瑤、張芷茵、林偉健、梁嘉軒、萬旨穎、鄧建邦
季軍	借波管理器	2B 黃智信、鄭肇璋、珈瑋、陳駿榮、黃智信、譚彥城
	安全欄	2D 陳慧敏、鄭樂琪、許靖榆、毛彥婷、黃瀚慧、梁梓鋒

我最喜愛的創意產品

冠軍	智能聲控燈	2D 陳洛瑤、張芷茵、林偉健、梁嘉軒、萬旨穎、鄧建邦
亞軍	智能功課輔導器	2A 郭立仁、凌迪峰、羅衍帆、陳頌昆、黃梓軒
季軍	脫離睡覺器	2A 潘汶俊、湯雅詩、黃紫琪、劉夢如、張家成、楊梓煊

最佳合作獎	脫離睡覺器	2A 潘汶俊、湯雅詩、黃紫琪、劉夢如、張家成、楊梓煊
最具創意獎	借波管理器	2B 黃智信、鄭肇璋、珈瑋、陳駿榮、黃智信、譚彥城
最佳外型設計獎	智能功課輔導器	2A 郭立仁、凌迪峰、羅衍帆、陳頌昆、黃梓軒

探訪方潤華博士



方博士跟同學分享他對創科教育的看法。



方博士向同學推介閱讀圖書。



致送由同學製作的3D立體校園，給方博士留念。

4月初，吳校長和楊燕琪老師帶領同學探訪方潤華博士，從傾談中，同學對創科有更深刻的體會。

當天訪問方博士，使我了解到好奇心是生命的推動力，勇於發問才能夠尋根究柢，從而去培養個人的探究精神。

方博士提出對 STEM 的新觀點是 STEM「M」。他認為當中包括了多個範疇：科學、科技、工程、數學及「醫學」，這些都應該與 STEM「M」息息相關。他認為從小培養創科精神是有助我們未來的科技發展，更擴闊自己的眼界。他勸勉我們知識才是自己真正的能力、價值，永遠不會被人奪去，鼓勵同學多元化學習，多思考，多提問。對此，方博士分享了不同的文章，給我們很多書籍，讓我們獲益良多。

最後，我們透過今次的訪問，學習到很多關於學習、科技及未來規劃的人生道理，可說是受用不淺。

訪問：3B 謝海晴

我曾經參加過一些校外的創科比賽，獲得了一些經驗。經過這次探訪方潤華博士之後，我得到了更多啟發，有助我的創作思維。

在探訪中，我明白到科學的源由來自物理，了解到好奇心是實踐的推動力，所以要放膽嘗試，不怕失敗。這些道理令我醒覺，學會如何去做好每一件事。當在創科路遇上困難和迷惘時，我都會回憶起方博士教誨我的這些道理，這確能指引我該如何走每一條道路。這樣，令我更加勇敢地去創作自己的作品，比賽時更加有信心去展示作品的優點，好像上台之前打了一支強心針一樣。

訪問：3A 鄭文迪

李朗維

University of Portsmouth (英國) Quantity Surveying

方中是一個充滿人情味的地方，大家由同學變為朋友，成為一起成長的夥伴。

在學習和工作實習的經驗中，我領略到堅持和謙遜對人生任何時候都很重要。堅持帶來進步，謙遜帶來更好的品德及人際關係。希望大家都能勇於創造屬於自己的人生，不要為人生帶來後悔。

"I think everybody's wired. We should all celebrate our individuality and not be embarrassed or ashamed of it."

Johnny Depp



陳偉鵬

香港理工大學 工程物理學

升上大學，才知道其實跟在母校的生活是截然不同。以往在學校裡，或許在學習上可以名列前茅，得心應手，但是在大學，身邊的同學都比我優秀：上課用英文，他們早已習以為常，輕鬆應對；面對相同課題，他們可以較容易跟上進度。所以，我有句肺腑之言想跟師弟妹分享，那就是保持謙卑，保持對進步的渴望，因為人外有人，天外有天，趁還有時間，武裝自己，增強自己的能力。

在母校，許多老師都盡心盡責，為我們考量，為我們將來鋪路，我如今仍記得，黃老師時常要改我們的作文、習題到深夜；王老師為了讓我們更好學習數學，備戰考試，而別出心裁設計習題，分享心得……等等，這些都只是冰山一角，不要把你們所擁有的一切當作理所當然，因為到了大學，出了社會，學習，工作都是你的責任，你的份內事。我很感激我的老師們，對我和同學的諄諄善誘，細心包容。

最後，我想對已經高中的師弟妹說：高中的時間其實很短，跟同學相處的時間要好好珍惜，但若你們有心向學，除了友誼外，你們也要好好學習，那怕你根基多弱，只要你肯付出努力，總能得到一定的回報。希望各位師弟妹都可以早日找到自己的方向而向前邁進。



鍾舒婷

香港城市大學 金融學

在方中的6年，是我人生最難忘的時光。我認識到一班有愛的同學及老師。雖然中學的我談不上成績出眾，但老師們亦沒有放棄教導我，還令我學會了不少做人的道理。畢業了幾年，我仍不時回味中學的時光，那個單純、青澀的自己，還有方中的一切。



李樂然

Curtin College (澳洲)
Creative Advertising and Graphic Design

感謝母校給了我很多機會去嘗試不同範疇的科目，課外活動，還有學習路上的各種幫助，以前在方中的生活每天都過得多姿多彩。例如：社際活動、方中劇社、藝術大使……參與這些活動後，令我改變了很多，我從一個十分安靜和害羞的小女孩，到中六時，我可以跟朋友一起做司儀主持週會，上台宣傳活動，性格也變得外向。透過藝術大使，讓我接觸到不同的藝術品，有助我現在的學習經歷。在中學六年的學習中，十分感謝老師的鼓勵和支持，犧牲陪伴家人朋友的時間和我們一起補課和排戲。

畢業後，我便到澳洲留學，日子十分刻苦，更讓我常常懷念以前中學的有趣事和親切的老師呢！



趙倬麟

南臺科技大學 (台灣) 化學工程與材料工程系

在方中六年的生活，非常感恩我的身邊出現了很多良師益友，而且也有很多磨練自己的機會，這些都是有賴方中老師的悉心教導，除了傳達知識，更教會我們做人的道理。現在的我，除了忙於日常課業，還需要抽出時間進行專題研究，有時也會參與大學的僑生社團。去年我被委任為社長，並策劃不少活動來增進僑生之間的感情。



凌卓雅

香港城市大學 創意媒體

回首一看發現自方中畢業已經四年了，從前嚮往的大學生活也漸近尾聲。高中以前的學習着眼於獲得高分數，用各種知識去填充自己，成為一個更好的人。而高中我們則開始有不同方向的發展，方中是我的藝術啟蒙地，它使我能夠有勇氣把創作作為我今後的發展道路。能把某個目標作為旗號高高地舉起，總是一件非常美妙的事。

一直以來，創作向我指出除了 Be better 以外，更重要的是 Be different。因為優秀一詞會在往後的時間逐漸成為一個有方向性的形容詞，優秀是千姿百態的，而缺陷並非是缺點，還包含著可能性，如同個人風格是指只有你能夠犯的錯誤一樣。



★ ★ 2018-2019 年度校外獎項 ★ ★

比賽 / 活動項目	主辦機構	獲獎學生	獎項 / 詳情
《凝視香港 30 秒 - 第三階段創作計劃》短片比賽	香港電台	黃贊焯 2A、余珀麟 2A、陳址翹 2B、陳希來 2B、鍾綺榮 3A、梁智樂 3A、張瑋善 4D、朱敏怡 5A、譚志烽 5A、黃諾曦 5A、郭蓉蓉 5B、李澤希 5B、簡宏傑 5C、吳耀迪 5C、陳保生 5D、趙杰 5D、楊傑 5D、羅子熙 6A	中學組亞軍
「Lifeis...」全港中小學生命教育微電影比賽	循道衛理聯合教會優質生命教育發展計劃	陳希來 2B、鍾綺榮 3A、梁智樂 3A、彭雋烜 3A、朱敏怡 5A、陳健 5A、馬汶樂 5A、冼嘉昊 5A、郭蓉蓉 5B、李澤希 5B、翁慶霖 5B、陳雪明 5C、簡宏傑 5C、蔡霆智 5C、趙杰 5D、楊傑 5D	表現優秀獎
「共融 i 世代」多媒體比賽短片組	平等機會委員會	陳洛泳 2B、蔡依澄 2B、黃卓嫻 2B、陳希來 2B、鍾綺榮 3A、梁智樂 3A、朱敏怡 5A、陳雪明 5C、金守滿 5C、韓子龍 5C、簡宏傑 5C、李俊雄 5C、吳耀迪 5C、楊傑 5D	冠軍
「好 Teen 戲」創意短片比賽	香港遊樂場協會	黃卓嫻 2B、鄧梓鈞 4D	季軍
「成功在望」獎勵計劃 2018	香港青年協會及保誠保險有限公司	陳進軒 6A	銅獎
「至愛我家」短片比賽	華懋集團	吳泳欣 4C	中學組最佳短片獎
「明辨真假網騙不怕」宣傳短片創作比賽	政府資訊科技總監辦公室、香港警務處及香港電腦保安事故協調中心	陳雪明 5C 蔡霆智 5C 楊傑 5D	中學生組季軍
「童眼看世界」香港區選拔賽 2019	信興科技有限公司	陳希來 2B、張瑋善 4D、陳雪明 5C、陳君諾 5C、蔡霆智 5C、趙杰 5D	冠軍
「愛 • 濕地」短片創作比賽	M21	張瑋善 4D、蔡綺琳 5A、李澤希 5B、趙杰 5D	優異獎、最佳拍攝
「萬鈞盃」中學微電影精英賽 2019	匯知中學	陳希來 2B、鍾綺榮 3A、梁智樂 3A、彭雋烜 3A、朱敏怡 5A、陳健 5A、馬汶樂 5A、冼嘉昊 5A、郭蓉蓉 5B、李澤希 5B、翁慶霖 5B、陳雪明 5C、簡宏傑 5C、蔡霆智 5C、趙杰 5D、楊傑 5D	亞軍
「聽聽孩子心裡夢」短片創作比賽	教育局	陳駿榮 2B、黃智信 2B、鍾綺榮 3A、梁智樂 3A、羅子謙 3A、曲梓軒 3B、許芷誠 3D、林玗賢 3D、張瑋善 4D	中學組冠軍
2018-2019 年度香港會計師公會中學組獎學金	香港會計師公會	周文熙 5A	2018-2019 年度香港會計師公會中學組獎學金
2018 第四屆全港青少年進步獎	杜葉錫恩教育基金	李駿銘 5B、曾文俊 5B	進步嘉許獎狀
2019ROBOFEST 機械人大賽	香港機械人學院	鄭文迪 3A、林禰明昱 3A、韋漢城 3A、王為松 3A	嘉許獎
全港中小學產品設計大賽 2019	香港理工大學	陳頌昆 2A、郭立仁 2A、羅衍帆 2A 凌迪峰 2A、黃梓軒 2A	「防近視智能功課輔助器」衛生保健或復康產品組別 - 優異獎
全港中小學產品設計大賽 2019	香港理工大學	陳柏論 3C、謝海晴 3C、蔡筱鈺 3C、鄧樂 3C	「貴族嬰兒車」衛生保健或復康產品組別 - 季軍
EdV 獎勵計劃 2017-2018	香港教育城	林佳穎 2B、伍紫丹 2B、陳希來 2B、鄭耀堃 2B、張百豪 2B、黃智信 2B	中學組其他學科組別最佳短片金獎
TheNextInfluencers 數碼傳訊創作比賽 2018-19	沙龍文化產業研究所	張瑋善 4D、朱敏怡 5A、陳雪明 5C、趙杰 5D	中學組季軍
VR 戒毒服務宣傳短片創作比賽	明愛容園中心	蔡綺琳 5A、梁浩賢 5B、陳雪明 5C、陳君諾 5C、李俊雄 5C、吳昆論 5C、鄭凱晴 5D	冠軍
一分鐘網上罪行短片創作比賽	元朗警區	陳雪明 5C、蔡霆智 5C、楊傑 5D	中學組亞軍
		朱敏怡 5A、馬汶樂 5A、李澤希 5B、趙杰 5D	優異獎
第七屆香港學校朗誦節 (2018) 中一、二級普通話詩詞男女合誦	香港學校音樂及朗誦協會	張家雯 1A、林芷琦 1A、施紫泳 1A、陳卓瑩 1B、陳址翹 2B、陳洛泳 2B、莊淑婷 2B、林佳穎 2B、蘇暢 2B、范皓程 2B、蔡依澄 2B、黃卓嫻 2B、黃詠珊 2B、伍紫丹 2B、趙美怡 2B、安世源 2B、陳駿榮 2B、陳希來 2B、陳昊 2B、陳聲樂 2B、鄭耀堃 2B、鄭肇瑋 2B、張百豪 2B、周嘉俊 2B、何仲軒 2B、黃卓熙 2B、珈璋 2B、林俊銘 2B、吳家寶 2B、譚彥城 2B、黃智信 2B、楊文樂 2B、楊揚 2B、于灝軒 2B	中一、二級普通話詩詞男女合誦季軍
中華基督教會香港區會創會百周年微電影比賽	中華基督教會香港區會	陳希來 2B、鍾綺榮 3A、梁智樂 3A、彭雋烜 3A、朱敏怡 5A、陳健 5A、馬汶樂 5A、冼嘉昊 5A、郭蓉蓉 5B、李澤希 5B、翁慶霖 5B、陳雪明 5C、簡宏傑 5C、蔡霆智 5C、趙杰 5D、楊傑 5D	中學組冠軍
中華基督教會香港區會聯校魔力橋比賽	中華基督教會香港區會	伍紫丹 2B	二等獎、最佳隊員獎
		楊梓竣 2A	三等獎
元朗區中學校際足球比賽	香港學界體育聯會	何熾均 2C、李駿業 2C、羅子謙 3A、曲梓軒 3B、蘇明華 3B、楊文曦 3B、許芷誠 3D、林玗賢 3D、譚浚賢 4C、陳江健 4D、張瑋善 4D、吳家堯 4D、彭雲信 4D、方梓靖 5A、陳天樂 5C、林俊軒 5C、林承鋒 5C、李俊雄 5C、盧永樂 5C、謝易倫 5C、陳保生 5D、駱嘉豪 5D、蔡霆正 5D、陳禧賢 6C、陳子謙 6C、徐柏雄 6C、盛兆行 6C、謝思進 6D	複賽
中學校際室內賽艇錦標賽	香港學界體育聯會	胡凱瑤 5B	女子甲組第 6 名
元朗區中學校際籃球比賽	香港學界體育聯會	范晉榮 4A、傅永龍 4D、曾文俊 5B、楊傑 5D、陳榮貴 6A、羅子熙 6A、陳曉揚 6B、陳保生 6C、袁振耀 6D	八強
元朗區小學學界田徑比賽接力邀請賽 (中學組)	香港學界體育聯會	顧峻豪 2C、林玉賢 3D、馮柏維 5B、陳澤鋒 5D	男子中學組 4x100 米接力冠軍
元朗區中學校際游泳比賽	香港學界體育聯會	蔡筱鈺 3C	晉級
學校體育推廣計劃 - 外展田徑賽別挑戰日 2019	康樂及文化事務署	顧峻豪 2C	男子 B 組 200 米冠軍
		林玉賢 3D	男子 B 組三級跳遠冠軍、跳遠亞軍
		李繁都 4A	男子 B 組標槍冠軍、鐵餅冠軍
		馮柏維 5B	男子 B 組跳遠季軍
		曾文俊 5B	男子 B 組 200 米殿軍
		盧永樂 5C	男子 B 組鉛球亞軍
		陳澤鋒 5D	男子 A 組跳高冠軍
外展教練計劃中學校際壁球團體賽 2018/2019	康樂及文化事務署	林俊健 4D、陳柏熙 5B、林承鋒 5C、盧永樂 5C、陳智朗 5D、陳保生 5D	男子高中組隊際季軍
全新界地域學界壁球團體賽	香港學界體育聯會	萬旨聰 2C、萬旨穎 2D、林俊健 4D、陳柏熙 5B、韓子龍 5C、林承鋒 5C、李俊雄 5C、盧永樂 5C、陳智朗 5D、陳保生 5D	全新界地域團體賽殿軍
		林承鋒 5C	全港個人賽男甲季軍
伯特利中學陸運會友校接力邀請賽	伯特利中學	馮柏維 5B、林承鋒 5C、謝易倫 5C、陳澤鋒 5D	男子中學組 4x100 米接力冠軍
伯裘書院陸運會友校接力邀請賽	伯裘書院	林玉賢 3D、馮柏維 5B、陳澤鋒 5D、樊家杰 5D	男子中學組 4x100 米接力冠軍

明日領袖嘉許獎頒獎典禮	傑出青年協會	周文熙 5A、陳進軒 6A、李梓健 6A	明日領袖嘉許獎
明輝蝦片創意短片大挑戰	明輝蝦片	張瑋善 4D、郭蓉蓉 5B	入圍作品
非撞式檯球挑戰賽 2018	香港聖約翰救傷隊少青團	林褐明昱 3A、周壕 3A、王譽霖 4B、張耀匡 4C、李駿銘 5B、古仁杰 5C	季軍
香港女子跆拳道比賽 2018	香港跆拳道協會	吳綺絲 6A	女子色帶組季軍
香港學界排球比賽	香港學界體育聯會	田靜佩 3B、王詩閔 3B、鄧采怡 4A、高韻瑩 4B、RicajoyPALENCIA4D、李宛玲 5B、鄧淑柔 5B、黃芊蕙 5B、胡凱瑤 5B、鄧紫晴 5C、高汶恩 5D	八強
第 11 屆青年視覺藝術展2019	香港傳藝中心	葉沛靖 6A	傑出視藝學生大獎
		凌小惠 6A	傑出視藝學生創作獎
		張婉婷 6B	優秀作品入圍展覽
		蔡穎欣 6B	優秀作品入圍展覽
		蔡曉霖 6B	傑出視藝學生創作獎
		金迪嘉 6D	傑出視藝學生創作獎
第 61 屆體育節跆拳道男子色帶賽 2018	港協暨奧委會	李穎嘉 6D	優秀作品入圍展覽
第二屆全港中小學武術錦標賽	傑青武術暨音樂藝術中心	陳榮 6C	季軍
陳呂重德紀念中學陸運會友校接力邀請賽	陳呂重德紀念中學	陳萬豪 4C	初級棍術季軍、五步拳亞軍
		黃紹鋒 6C	初級刀術冠軍、五步拳優異獎
港澳數學奧林匹克公開賽 2019	香港數學奧林匹克協會	林玉賢 3D、馮柏維 5B、陳澤鋒 5D、樊家杰 5D	男子組 4x101 米接力冠軍
筆述我城他與她 - 初中學生文學景點考察	香港中文大學香港文學研究中心	施紫泳 1A、彭智行 1A、宋子華 1A、梁恩瑞 1B、冼梓健 1B、劉夢如 2A、黃俊傑 2A、楊梓煊 2A、黃詠珊 2B、陳昊 2B、黃卓熙 2B、陳川 3A、鍾綺榮 3A、韋漢城 3A、陳樂軒 4A、李繁都 4A、施志豪 5A、黃偉添 5A、沈嘉昊 5A、周文熙 5A、黃詠珊 2B、林俊銘 2B	銅獎
第13屆傳媒初體驗之跨代共融	香港電台	黃詠珊 2B、林俊銘 2B	證書
粵港澳大灣區文化 Snapshot 短片拍攝比賽	百仁基金、香港各界文化促進會	陳希來 2B、張瑋善 4D、朱敏怡 5A、李澤希 5B、陳雪明 5C、吳耀迪 5C	中學錄像組冠軍
演 • 亮 • 愛 - 「LifeisGood」短片創作比賽	循道愛華村服務中心社會福利部愛華青少年綜合服務隊	陳希來 2B、朱敏怡 5A、陳栢熙 5B、李駿銘 5B、陳雪明 5C、陳君諾 5C、盧永樂 5C	中學組季軍
元朗區中學校際田徑比賽	香港學界體育聯會	彭雋恒 3A、談梓軒 3C、許俊希 3C、李梓健 6A	初中組冠軍、初中組最佳導演、初中組最佳拍攝、初中組最佳剪接
		珈瑋 2B	男子丙組跳遠季軍
		譚彥城 2B	男子丙組 400 米殿軍
		顧峻豪 2C	男子乙組 100 米冠軍、200 米冠軍及打破大會紀
		李浩程 2C	男子乙組 100 米欄亞軍
		林玉賢 3D	男子乙組跳遠冠軍、三級跳遠冠軍
		李繁都 4A	男子乙組標槍亞軍
		姜君橋 4C	男子乙組鉛球亞軍
		鄧瑋謙 4C	男子乙組標槍殿軍
		傅永龍 4D	男子甲組跳遠殿軍
		樊家杰 5D	男子甲組 400 米冠軍、400 米欄亞軍
		盧港生 6A	男子甲組 110 米欄季軍
		吳宇軒 6D	男子甲組鉛球季軍
		RicajoyPALENCIA 4D	女子甲組鉛球冠軍
		曾祥煥 2A、鄭肇瑋 2B、周嘉俊 2B、珈瑋 2B、林浩璇 2C	男子丙組 4x100 米接力殿軍
		顧峻豪 2C、陸榮康 3B、林玉賢 3D、何卓嵐 4A	男子乙組 4x100 米接力冠軍
		梁智樂 3A、陳經豪 3D、譚浚賢 4C、張瑋善 4D、曾家豪 4D	男子乙組 4x400 米接力冠軍
		馮柏維 5B、林承鋒 5C、謝易倫 5C、陳澤鋒 5D	男子甲組 4x100 米接力殿軍
		顧峻豪 2C、李浩程 2C、梁智樂 3A、陸榮康 3B、陳經豪 3D、金美滿 3D、林玉賢 3D、何卓嵐 4A、李繁都 4A、姜君橋 4C、譚浚賢 4C、鄧瑋謙 4C、張瑋善 4D、曾家豪 4D	男子乙組團體冠軍
		袁振榮 4A、梁俊賢 4C、林俊健 4D、傅永龍 4D、馮柏維 5B、曾文俊 5B、韓子龍 5C、林承鋒 5C、謝易倫 5C、陳澤鋒 5D、陳保生 5D、樊家杰 5D、羅子熙 6A、盧港生 6A、林健行 6B、陳榮 6C、徐柏雄 6C、陳嘉桔 6D、吳宇軒 6D、袁振耀 6D	男子甲組團體季軍
		林承鋒 5C	男子甲組個人季軍
「第四屆中學生傑出作品展 2019」	香港城市大學	葉沛靖 6A	傑出作品獎
2018/19 年度「建築素描寫意日」素描比賽	香港專業教育學院建造工程系	施予情 5B	冠軍
學生視覺藝術作品展 2018/19	教育局	凌小惠 6A	優異獎
		蘇朋華 3B	優秀作品入圍展覽及嘉許獎
		凌小惠 6A	優秀作品入圍展覽
學界排球比賽	香港學界體育聯會	謝海晴 3C	優秀作品入圍展覽
學界排球比賽	香港學界體育聯會	張家雯 1A、陳江陵 1A、曾玉婷 1A、張泳薇 1B、高靜兒 1D、曾玉怡 1D	女子丙組優異獎（4 強）
學界排球比賽	香港學界體育聯會	何啟軒 1B、賴子健 1B、陳浩川 1C、陳希來 2B、徐永佳 2C、林偉健 2D	男子丙組 8 強
學界排球比賽	香港學界體育聯會	陳駿榮 2B、李浩程 2C、林玉賢 3D、林珏賢 3D、陳經豪 3D、彭雲僖 4D	男子乙組 8 強
區會中學校際排球錦標賽	中華基督教會香港區會	張家雯 1A、陳江陵 1A、高靜兒 1D、王詩閔 3B、田靜佩 3B、歐陽爾嫻 3D、鄧采怡 4A、高韻瑩 4B、RicaJoy 4D、鄧淑柔 5B、胡凱瑤 5B、高汶恩 5D	女子中學組亞軍
義務工作嘉許狀（個人）	社會福利署	戴文威 3B	銅獎（服務時數達五十小時）
		馮建彰 3B	銀獎（服務時數達一百小時）
		劉松杰 3B	銀獎（服務時數達一百小時）
		劉浩峰 3B	銀獎（服務時數達一百小時）