



廖寶珊紀念書院 Liu Po Shan Memorial College

地址：新界荃灣綠楊新村廖寶珊紀念書院
電話：24996711 傳真：24909392 電郵：info@lpsmc.edu.hk

學校通訊 2010年12月號

令人鼓舞的增值表現

教育局最近發放學校在會考的增值資料，顯示本校增值表現相當優異，十三項達七級或以上，中國文學、地理、歷史及會計學原理的增值表現更達最高級別 - 九級。(註：增值級數以1級為最低，9級為最高。增值數據在5表示考試成績合乎預期水平，高於5表示正增值，低於5表示負增值。)



校長的話

在本年度會考中，我校在多個學科取得令人鼓舞的增值表現。除了學業成績，我們也重視學生的全面發展，鼓勵他們發揮運動和藝術方面的才華。我相信同學們如能發掘自己興趣所在，提升個人修養和素質，定能終身受益。

一動一靜兩皆宜 - 梁穎欣

「身兼學生和運動員的雙重身份，需要承受來自家庭和學校的壓力。」曾勇奪多項田徑、游泳及划艇獎項，並於2010-11年度獲選為「香港體育學院有潛質運動員」的梁穎欣，道出了學生運動員的箇中苦況。

幸而來自學校和教練的壓力，她都能應付得到，而且她與划艇運動結下不解緣，還是從學校開始！

「唸中四時，學校和中國香港賽艇協會合辦了一次划艇運動的推廣，自始便愛上了這項運動。」自小習泳的梁穎欣，具備了從事這項運動的潛質和優勢，只花了短短一年時間，便連奪多個獎項。當然，她在背後也付出了不少時間和汗水，因為划艇的技術要求較高，需要更為嚴格的訓練。繁忙的練習已令梁穎欣忙得喘不過氣，十時多才開始做功課和溫習也習以為常。令人意想不到的，她的成績並未因此稍退。

「我始終把學業放在首位。即使訓練忙碌，那怕只有一丁點兒時間，我也會騰出來溫習。」雖然心繫划艇，但梁穎欣仍沒有忘記自己的學生身份，在競逐運動獎項的同時，也盡力爭取學術上的成績。

現在，梁穎欣的目標是爭取入選全港划艇青年代表隊。明辨方向，配合有效的時間管理，誰說運動與學業不能兼顧？

5E 梁穎欣
(寶血會思源學校校友)

曾獲獎項：
第32屆香港賽艇錦標賽女子四人雙槳艇D11冠軍
2010年翠河賽艇賽III女子D11女子四人雙槳艇亞軍
2010年翠河賽艇賽III女子十六歲或以下單人雙槳艇季軍
2010/11年度香港體育學院有潛質運動員

曾獲獎項：
2010年葡萄牙沃澤拉國際青少年藝術雙年獎
(代表香港前往葡萄牙作藝術交流)
菲律賓歡慶海洋節藝術比賽全球首五十名
2008年葡萄牙埃武拉國際青少年藝術會議
(代表香港前往葡萄牙作藝術交流並獲優異獎)
日本大板日中文化交流中國日本國際書畫大賽連續兩屆金獎
2009年國際繪畫比賽「歐洲之趣」冠軍



為學習添上繽紛色彩

方海寧 5D 方海寧 (香港浸信會聯會小學校友)

對藝術充滿熱情的方海寧，曾奪得多個美術獎項，除了多次接受傳媒專訪外，更代表香港遠赴海外參賽。她是如何在繁重的中五課程中堅持發展自己興趣的呢？

「為了要妥善分配時間，我訂立了一個比較複雜的時間表，詳細寫下每天的工作及行程。我認為只要投入每件事情便會事半功倍。讀書是我們作為學生應有的本份，除了平時上課時要留心外，還要每天備課。另一方面，畫畫讓我身心放鬆，有助減低讀書的壓力，收到『忙裏偷閒』的效果。」

我每星期平均花約20小時練習畫畫，已佔據了我大部分的課餘時間。不過，正因如此，我才更專注地溫習。我認為提升學習能力也應透過不同途徑吸收新事物。藉著參加繪畫比賽，增加了我的自信和勇氣，更為我摘下不少獎項。除此之外，由於我能夠代表香港到外地比賽，透過與其他國家的參賽者交流，可接觸到大量新資訊，擴闊視野，還可順道加強自己的英語能力呢！」





Happy Halloween!



Our annual Halloween Party was held in the school hall in early November. Many students across all forms took part in the event which once again broke all records for size and number of participants. Thanks to our 5E students, the hall was quickly transformed into a haunted Halloween house. Festive snacks were especially designed for this event. The buffet included cat tongues (potato chips), zombie eyes (marshmallows) and bats wings (Oreos). Students were encouraged to ask for their food in English and it was soon all demolished by the hungry LPS students. People from Chatteris and CNETs created scary face paintings for the students. The English Ambassadors and other Form 6 and 7 volunteers helped the students play the games, make masks and test out their tongue twisting skills. The party ended with a lucky draw in which three winning students received a Harry Potter gift bag that included a shirt, cap and notebook. This year's party was a huge success with well over 200 students in attendance. As always the E.A.T. did a fantastic job at helping with the games, serving food and promoting English. Everyone involved had a thrilling time and we eagerly anticipate next year's event.



服務社區

中五學生義工服務旨在喚起學生對社區上其他有需要人士的關愛。透過探訪和服務，同學們會更了解弱勢社群的情況和需要，從而加強他們對社會的認識和關心。



一日之計在於晨

同學們善用閒暇進行晨讀，在浩瀚的書海中發掘自己的興趣，吸收學科以外的知識和營養，為終身閱讀和學習奠定基礎。



發揚關愛精神

我們鼓勵同學多加關愛其他不幸的兒童，體會施比受更有福的道理，因此響應世界宣明會的呼籲，舉辦「改變世界我可以，救救孩子Give Me 5」校本助養兒童計劃。校內師生捐款逾8,900元，已悉數捐贈世宣明會，以助養三名兒童一年，讓他們可在較理想的環境下接受教育和生活。

「讓大海從最底層掀起波瀾」——西川老師談詩意

中國當代著名詩人西川老師應香港浸會大學「國際作家工作坊」的邀請訪港，並於百忙中抽空蒞臨本校主持專題演講，與本校師生分享他的創作心得。

西川老師現任北京中央美術學院人文學院中國古典文學教授，著作甚豐，而且被譯為多國文字在各地刊物發表。他的詩作長、短兼擅。他認為長詩的創作比較講究結構安排，要求詩人長期保持在同一高度的精神狀態，過程艱辛，不似短詩創作般靈活愜意。

西川老師認為寫短詩就像是記小筆記，只需把剎那的感覺記下，而不必刻意求「詩」。日本俳句大師松尾芭蕉的「古池青蛙躍入—水有聲」所以傳頌千古，正是因為他用文字抓住了那瞬間的感覺—充滿詩意的感覺！如果一開始即以氣勢恢宏的偉大詩篇作為創作目標，那注定要走一大段彎路。這是西川老師的親身經驗。

年輕人寫詩應該從觀察入手，多注意和關心身邊具體的事物，從熟悉的小事中發掘詩意。西川老師用了「在塵封的玻璃上用手指劃出了『我愛你』三個字」為例，啟發我們：濃郁的詩意離不開細微的觀察，因為這最能觸動人心。

最後，西川老師總結：「只要你停下腳步，盯住任何東西細看，詩意便會油然而生。」讓我們以心觀察身邊的事物，以心聆聽周遭的聲音，拿起筆桿記下那一剎那的感動，寫出讓人心底掀起波瀾的篇章。



詩人西川，畢業於北京大學英文系。其創作和詩歌理念在當代中國詩歌界影響廣泛，日前剛獲中國權威文學刊物《鐘山》評選為中國當代十大詩人之一。曾獲重要獎項包括魯迅文學獎、莊重文文學獎、美國弗里曼基金會獎修金、聯合國教科文組織阿齊伯格獎修金、德國魏瑪全球論文競賽十佳等，並被錄入英國劍橋《傑出成就名人錄》。



努力不懈，勇於求進，是值得我們學習的好榜樣！

上學期測驗全級首三名



第一名		第二名		第三名	
1B	劉曉露 (荃灣官立小學校友)	1B	梁頌芝 (民生書院小學部校友)	1B	王君尚 (寶血會伍季明紀念小學校友)
2E	岑嘉鈴 (中華基督教會基慧小學校友)	2E	李樂敏 (聖公會仁立紀念小學校友)	2E	萬志成 (海壩街官立小學校友)
3D	王曼姿 (中華基督教會基慧小學(馬灣)校友)	3D	阮健祠 (寶血會思源學校校友)	3D	嚴芷蔚 (般咸道官立小學校友)

每月之星 - 十一月

1A 周軒安	1B 雷樂希	1C 陳絡晴	1D 黃子鋒	1E 林宝愉
2A 葉亮晴	2B 林攸昇	2C 周思影	2D 郭倍誠	2E 張家樂
3A 謝念葦	3B 鍾宛玲	3C 李明蕙	3D 張文俊	3E 謝雅莉
4A 劉子君	4B 陸駿朗	4C 歐樂彤	4D 陳可兒	4E 劉思玲
5A 陳桂蘭	5B 劉彩玲	5C 李浩茵	5D 樊曉琳	5E 張翠珊
6A 吳嘉欣	6S 姚頌恩			
7A 陳漢彬	7S 溫倩亭			

校友消息

本校校友何婉盈、江秋嵐、孫雋朗、胡卓濠及楊遠霞於2009至2010年度以優異成績榮獲香港浸會大學嘉許，入選院長榮譽錄。謹此致以衷心祝賀。

群英競技陸運會

努力！加油！和煦的陽光灑遍運動場，
照在我們的健兒身上，像在為他們打氣，
鼓勵他們發揮最佳狀態，
突破自我，爭取最好的成績。



發掘領導潛能 - 領袖訓練營

在輕鬆的戶外環境下，
通過特定的訓練活動，有助提升同學的溝通技巧和解難能力。

