



# 廖寶珊紀念書院

## Liu Po Shan Memorial College

地址：新界荃灣綠楊新邨  
廖寶珊紀念書院  
電話：2499 6711  
傳真：2490 9392  
電郵：info@lpsmc.edu.hk

### 《學校通訊》2018年12月號

## 上學期測驗成績龍虎榜 (中一至中三級)



中一級全級首五名



中三級全級首五名



中三級全級首五名

### 全級首五名

	第一名	第二名	第三名	第四名	第五名
中一級	梁順	麥詠淳	陳嘉琦	林貴衍	李曉榛
中二級	林紀聰 曹慧然	---	謝曉晴	張惠筠	陳卓堅
中三級	王瀚丞	何嘉栩	林穎	譚凱瑩	陳靜怡

### 各班首五名

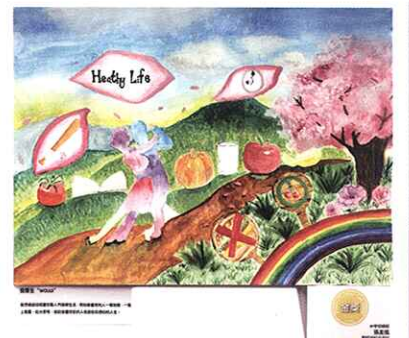
	第一名	第二名	第三名	第四名	第五名
1A	梁順	麥詠淳	李曉榛	鄭傲暉	梁栢灝
1B	陳嘉琦	林貴衍	陳詠恩	朱浩銘	馮茵煦
1C	馬嘉怡	陳琬瑩	鄭佳勇	穆翔晨	唐紫君
1D	何緯恒 林樂瑤	---	林文溢	程聖銘	羅及豫

### 各科第一名

中一級	中三級
中文科 1C 施鳳如	中文科 3C 鍾倩
英文科 1A 陳頌怡	英文科 3B 劉柏好
數學科 1A 梁順	數學科 3B 陳靜怡
通識教育科 1A 梁順	通識教育科 3A 郭展程
1B 梁正	3C 鍾倩
科學科 1A 梁順	物理科 3B 劉鉅成
	化學科 3B 陳靜怡
	生物科 3A 郭展程
中二級	
中文科 2B 曹慧然	
英文科 2B 范文紹	
數學科 2A 趙梓琦	
通識教育科 2B 曹慧然	
2B 李思霖	
科學科 2B 高愷彤	

	第一名	第二名	第三名	第四名	第五名
2A	林紀聰	謝曉晴	陳卓堅	趙梓琦	蘇德輝
2B	曹慧然	張惠筠	李天藍	高愷彤	范文紹
2C	黃楠	林昱呈	梁月明	鄭曉倩	周鴻翔
2D	鄭婉婷	周學楠	林靖詩	魏泓榮	譚煜靈
	第一名	第二名	第三名	第四名	第五名
3A	郭展程	孫美儀	林希彤	林子軒	周易霜
3B	林穎	譚凱瑩	陳靜怡	劉鉅成	王長杰
3C	王瀚丞	鍾宛諭	韓健文	陳皓杉	鍾倩
3D	何嘉栩	林艷	鄧少邦	麥浩冰	鄭芯而

### 視藝獎項



下列學生於「第九屆全港中學健康人生繪畫比賽」中獲得下列獎項：

初中組金獎	3A 孫美儀
初中組銀獎	3A 彭家怡
初中組優異獎	3A 吳津津
高中組優異獎	6C 李旻珈 6D 魏靈歡



# 應用學習獎學金

6B駱沅廷及6C戚懿雯獲羅氏慈善基金頒發「應用學習獎學金(2017/18)」。



## 校際越野賽

本校長跑隊於荃灣及離島區校際越野賽中獲得以下獎項：

男子丙組個人冠軍	2A 陳耀良		
男子丙組個人季軍	2B 吳逸曦		
男子丙組個人第7名	1A 陳明樂		
男子丙組全場團體亞軍	2A 陳耀良 2A 施澤欽 1D 司徒宇軒	2B 吳逸曦 2C 莊詠揚	1A 陳明樂 1C 洪柏翹
男子乙組個人第5名	4E 潘 巍		
男子乙組個人第10名	4A 何哲捷		
男子乙組全場團體殿軍	4E 潘 巍 4B 林焯軒 3A 卓鉅耀	4A 何哲捷 3A 譚鎮洋	2C 林 軒 3D 莊家熙

## 奧翔雙周

學校今年首次參加賽馬會「奧翔計劃」，旨在提高學生對運動的興趣。在十月的陸運會上，主禮嘉賓前世界單車冠軍黃金寶先生和單車好手黃蘊瑤小姐主持啟動禮，為「奧翔雙周」揭開序幕。

### 4D 陳融昕

每一個參與「奧翔雙周」的班別都會上兩節課。第一節課進行了許多不同的體能測試項目，例如平板支撐、仰臥起坐、「T」型跑和閉目單腳站立等。我們可根據標準卡上的等級給自己打分，再綜合各項測試的評分來找出最適合自己的體育項目。

第二節課就更具挑戰性了。教練為我們安排了一場體能挑戰賽，包括開合跳、深蹲、抬腿、單腳跳等十個項目，全程一氣呵成，沒有停頓休息，確實是對體能的嚴峻考驗。過程中還需要緊記項目的順序，與同學互相合作，盡量減少浪費時間，以爭取最好的成績。兩節「奧翔」課堂不僅為我們提供了選擇體育活動的建議，還通過測試來加深我們對運動的認識和興趣，確實是挺有趣的。

總的來說，「奧翔計劃」與平時普通的體育課最大的分別是更具挑戰性，需要我們盡最大努力釋放自己的體能，達到有效的體育鍛煉。一般體育課也經常會教導我們不同體育項目的技巧，但進行活動的時間往往不足夠，「奧翔計劃」則可發掘我們的運動潛力，鼓勵我們在課餘時間進行額外的體育鍛煉，不但能強身健體，更能成為我們在面對學習壓力時的一帖減壓良方。

### 2A 施澤欽

在「奧翔計劃」中，我體驗了不同的運動項目，各有其獨特有趣之處，其中令我印象最深刻的就是踢足球。

足球雖是很普通的體育活動，但由於我不太喜歡踢球，因此平時很少接觸。這次的運動體驗卻令我發現了足球的魅力所在。當我和同學一起踢足球時，感受到很大的樂趣，而我們一起把足球送進龍門時，那種興奮和喜悅更是難以形容。在教練的細心指導下，我學會了很多足球技巧，而教練一再強調「足球運動講求的是團結，一個團隊的力量永遠比一個人的力量大」，也令我從一個新的角度審視運動，從中學習與人合作和溝通。



# 公開課

本校於11月舉辦中文、英文、數學和通識四節公開課，邀請友校教師前來觀課和議課，交流結合電子學習的自主學習學教策略和心得。



## 充分備課是課堂成功的要素

### — 記通識科公開課

#### 5C 陳曉銘

這次通識科公開課，我們以「中國改革開放四十年」為題，探討改革開放政策為國家的社會民生帶來了甚麼樣的影響。我們先作課前預備，並將資料上傳到谷歌雲端，上課時就透過平板電腦，就著自己事前預習的資料與其他組別辯論。

雖然我們事前認真準備了相關資料，但要面對眾多校外和校內老師進行匯報和辯論，仍然難免緊張，幸好我們預備的資料非常充足，面對其他組別的反駁也能提出論據支持我們的意見，最後順利地表達了我們的立場和看法。

這次經驗令我體會到備課的重要。預先備課能大大加深我對課題的了解，令我在上課時能夠清晰地掌握課題重點，對學習而言幫助極大。



## 一次有趣的實地量度體驗

### — 記數學科公開課

#### 3C 林淑婷

公開課那天，我們都很緊張，因為有二十多位校外老師來觀課。

數學科以「三角學的應用」為主題，學習計算水平線與斜線間的夾角。課堂上，老師先利用平板電腦講解例題，讓我們重溫相關的知識，然後就讓我們走到籃球場，親身實驗量度的過程。

「實地量度」正是這一節課最有趣的環節。我們帶著工具走到籃球場上，目的是運用斜率與水平線計算出籃球架的高度。我們先使用鐳射筆和平板電腦內的應用程式量度籃球架頂點和腳架之間的夾角，再用平板電腦量度腳架和籃球架的水平線長度，然後量度腳架的高度，最後，我們將收集到的數據輸入公式，以計算出籃球架的高度。

這次公開課的氣氛非常良好，老師和同學的互動性很高，課堂上也能夠有效地利用平板電腦作為學習工具，令我們充分感受到電子學習的樂趣。



## 展示我們優秀的一面

### — 記中文科公開課

#### 3C 鍾倩

憶起剛剛過去的公開課，彷彿如在昨日。

上學期測驗之後，我們便著手準備，希望在公開課上展示如何將電子學習應用在中文科。還記得老師給我們的第一份練習，是透過網上的谷歌平台發放的，但由於我們還不太適應以這種方式完成中文科功課，因此有些只寫上寥寥數字作答，有些更不知如何是好，只得繳上白卷，這些情況都令老師十分擔心，幸好同學們很快就熟習這種學習模式，也學會利用平板電腦鋪排資料，以備討論和匯報。

公開課當天，大家很早就回到課室，七嘴八舌地猜測著，討論著，有的興奮不已，有的滿臉擔心，還有的一副「看破紅塵」的模樣，大咧咧地以「主場」自居。看見他校和本校的老師尾隨著張老師走進課室，我們的神經頓時繃緊起來。不過，正因為首次有這麼多老師前來觀課，我們才更決心要展示出優秀的一面。一輪一輪的討論、分享、分析和總結，令課堂緊湊而熱鬧。最精彩的要算是自由回答的環節，大家積極投入其中，課堂回復了平日的歡樂和諧，之前那股緊張的氣氛完全消失了。當課堂需要結束時，大家都意猶未盡，還想繼續這場有趣的討論。

「公開課」這三個字看似沉重，但經過這次的體驗，我覺得無論是公開課也好，普通課堂也罷，最重要的是我們的心有沒有在課室裡，只要我們專心投入，所收穫的又豈止是課堂上的知識？



# Our English Open Lesson

## Topic : Body Shaming

On 21<sup>st</sup> November, 2018, Miss Jenny Chan conducted an English open lesson in S.4E on the topic – Body Shaming. During the lesson, Miss Chan investigated the cause-and-effect relationship of a social issue with her students using different educational applications.



### Students' Reflection



#### 4E Coco Kwan Ho-lam

Before the lesson, we watched two videos about body shaming through Edpuzzle and read an article on the topic as a self-directed learning input. In the videos, the people who suffered from body shaming shared their experience. They were very inspiring and we learned more about the topic and the causes and effects of this social problem.

During the lesson, Miss Chan played a melody which is called 'Goddess' sung by Joyce Cheng. The English lyrics of the song brought the topic to life – Stop Body Shaming. In addition, we used Nearpod to express our views on body shaming after analysing the reading materials on the topic.

I think this open class is beneficial to our studies for two reasons. Firstly, I have learnt more vocabulary and grammar items from the reading materials so it can improve my writing skills. Secondly, we exchanged our ideas through group discussion. This really helped us to think out of the box. Last but not least, having group discussions helped us improve our listening and speaking skills. On the whole, this was a really precious chance for us to practise English.

#### 4E Ellen Chui Hei-lam

During the lesson, we used the educational application 'Nearpod' as a learning tool. We did some pair work and group discussion about the effects of and solutions to body shaming. Moreover, Miss Chan gave us some extra reading materials on the topic so that we could have more input to complete the tasks.

I found the open class was joyful and meaningful. First of all, we learnt the features of an article. By using Nearpod, Miss Chan taught us the format and language features of an article. Moreover, we learnt some effective ways to find out the key information from a reading material. With the help of the resources given before and during the lesson, we learnt to find out the causes and effects of, as well as the solution to body shaming.

I think both Miss Chan and we did a great job in the open class and it was a precious learning experience.

十一月之星

1A 鄭傲暉

1B 霍家欣

1C 陳慧珍

1D 林樂瑤

2A 林紀聰

2B 許樂

2C 黃楠

2D 鄭婉婷

3A 朱芷穎

3B 陳若

3C 鍾宛諭

3D 孫溥禧

4A 歐皓義

4B 朱理慧

4C 伍曉恩

4D 陳寶賢

4E 陳詩婷

5A 黃焯琳

5B 鍾穎聰

5C 唐凱駿

5D 黃于人

5E 黃琬婷

6A 譚思晴

6B 劉耀升

6C 陳瑋希

6D 張圓圓

6E 林欣欣

