



光鳴

D&T/STEM 教室



D&T/STEM教室門口設有獎盃櫃擺放STEM相關獎項



Maker Place



機械室



Dream Bay



掃描QR-Code觀賞
D&T/STEM教室

前言

「鳴」，有一鳴驚人之意，永光書院學生可以有一鳴驚人的表現，只要他們能夠好好發揮個人的潛能，一旦展現出來，便有驕人的成績。

本校每年都出版《雋永》，分享校園多姿多采的生活，而《光鳴》就是希望跟同學們一同分享美好的成就。《雋永》、《光鳴》合在一起，既涵蓋「永光」二字，亦更全面地呈現永光書院的精彩面貌，實在別具意義。

校長的話

2020年，香港以至全球都受新型冠狀病毒疫情的影響，導致教學面對重重的挑戰。事情既突如其來，又沒有預兆，所有人都難以作出充足準備。因此，疫症為我們上了珍貴的一課——逆境自強。

雖然面對的難關不少，但學校在各方面仍然積極面對，值得鼓舞的是同學們在抗疫期間，能夠把握不同的機會，參加了形形色色的比賽，尤其是寫作方面取得非常理想的佳績，十分欣賞。

此外，一些具備「永光人素質」的領袖同學，在今年的黃大仙區傑出學生選舉中，更是獨佔鰲頭，在初中組和高中組各有三位同學獲選傑出學生，而兩位高中同學更上一層，在九龍地域傑出學生選舉中獲得傑出學生的殊榮，而十位得獎學生中，其他八位都是來自地區名校、英文中學，此次獲獎足以反映永光書院的同學，在多方面都有優秀的表現，備受肯定，希望同學們都要對自己有信心，有機會便要展現自己的潛能。

與此同時，學校成功申請到優質教育基金近180萬元的撥款，讓學校增建D&T/STEM教室。學校採用一個充滿未來科技氣息的设计，並額外注資約60萬元，打造了兩個全新的教學空間：Dream Bay和Maker Place，期望同學可以在豐富的資源下，建立夢想（Dream Maker）、實踐夢想（Dream Builder）及達成夢想（Dream Achiever）。

類別	得獎數目	三甲 (包括金銀銅獎)
學術	145	81
體藝	34	15
服務及其他	37	17

2019-20年度

校外比賽學生得獎心得



第十二屆九龍地域傑出學生

九龍地域傑出學生、 黃大仙傑出學生及領導才能獎



掃描以上QR-code觀看
校長訪問兩位得獎學生影片

6A 陳芷瑩

我深感榮幸能參與是次的傑出學生選舉，在此我要感謝郭校長和一眾老師在過程中給予我肯定和信任，除了給予我信心參與是次選舉外，更讓我從中整理自己在學業成績、社區服務和藝術等不同的多元學習經驗，此讓我成為一個樂於溝通、具有愛心和積極探索的永光人，為未來的社會中綻放自己的光芒和色彩，貢獻社會。

首先，在擔任學校不同領袖角色令我領略到「欲戴王冠，必承其重」的道理。例如在擔任總領袖生、公益少年團副主席及學生會幹部等，領略凡事必須以堅毅的肩膀，承擔的精神地竭盡所能為我校略盡綿力。同時，亦在校外參與不同的領袖培訓活動，例如「Teen領袖培訓計劃」，透過參與不同的工作坊而增廣見聞，並在學校舉辦倡廉活動，盼望一展所長及增加同學對其認識。

除了在學校服務，我更盡心竭力地為社會上的弱勢社群帶來一絲溫暖。初中的我已參加公益少年團，從中參與不同的義工活動，如探訪老人和少數族裔中心、賣旗等，從中發揮具有愛心的永光人素質，並培養同理心和提高公民責任感。此外，我曾在校外的暑期義工培訓計劃中舉辦了一個名為「泉+歡樂嘉年華」，藉此能拉近居民之間的距離，並加強他們的聯繫，從而營造和諧共融的社區。

最後，背負傑出學生的名銜，除了要克盡本分，迸發出生命堅忍和刻苦的火花，為自己的人生帶來一點光，並以身作則成為同學的榜樣外，更要積極參與社區義工活動，照亮在漆黑世界內的弱勢社群，為他們的生命增添色彩，把幸福和快樂分享別人，這樣才能夠令整個社區變得更和諧及融洽。



九龍地域傑出學生及黃大仙傑出學生

6A 陳奕宏

在2020年暑假得到獲獎消息，不得不說這是我中五生涯的最佳總結。就像上個學年一般，雖有挫折，但風雨過後，便是彩虹。

回想起在四月「賦閒在家」的時候，我收到老師的通知，說我獲得了學校的提名，參與黃大仙區傑出學生選舉。這是一個何其難得的機會。要知道，每一間學校最多只能提名八名學生參賽，所以提名本身就是莫大的榮譽。但同時，與榮譽相伴的就是壓力。曾經的師兄師姐也在選舉中取得佳績，我不得不擔憂自己能否達到前人的成就。

到了提交報名表時，不安與擔憂的心情越加嚴重，腦海中不斷出現各式各樣的問題：「報名表會不會打錯字？老師能不能幫我寫推薦信？個人自述會不會太短？」再加上今年因為疫情，選舉方式有所轉變，我又擔心自己有所不足。一個個的難題浮現在眼前時，猶如背下巨大無比的負擔。幸好老師經常開解我，教我用平常心去看待這件事，不要平白無故為自己增添壓力，才讓我從壓力堆中得以脫身出來，不用因為煩惱而茫然自失。

而參加此次選舉，在比賽之外，倒不如說是一次整理自己的過程。我曾經參加過不少特別的活動，但往往活動過後我就已經將其遺忘。但透過報名，我開始重新審視自己，看看自己在中學的成長足跡。由歡樂的交流團，到失敗過的比賽，再到與同學一同參加過的工作坊。一點一滴的經歷回憶起來了，令我覺得這五年的中學沒有白過。當然，傑出學生也為我的中學經歷添上了濃厚的一筆。

在疫情還未退卻的今天，我們或曾低落，或曾不滿，但參加傑出學生的經歷，讓我明白到在重大事情上，其實用平常心面對即可。因為憤怒、不滿並不會對改變事情有任何影響，倒不如用豁達、積極的態度去迎戰未來。畢竟，樂觀生活一天，比起不滿地生活，總歸是要更好的。



第十三屆黃大仙區 傑出學生選舉傑出學生獎

黃大仙傑出學生

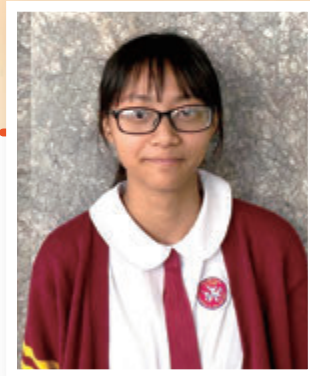
4E 陳盈豐

我深感榮幸能參與是次的傑出學生選舉，亦感謝郭校長與老師的推薦與在過程中的指引和支持，給予我接觸外界和拓寬視野的機會。初時對傑生一無所知的我，透過參與不同的網上會議活動，如青少年創意工作坊，在當中與來自不同學校的傑出學生進行分組破冰活動，又嘗試以匯報的形式分享成果，讓我學會如何與人交流、在表達個人意見外，亦不忘聆聽別人意見，而且在處理問題、與溝通應答技巧上都獲益良多。在當中，亦令我反思以往的學習成績以及種種經歷。

首先，為了前路累積更多經驗以豐富人生閱歷，以及脫離舒適圈，我積極參與不同類型的比賽，如徵文比賽及英文話劇等，希望在競技中比拼學習和進步，加強自信和技巧。同時，我喜歡閱讀附有正能量的書籍，透過閱讀洗滌心靈，在作者的經歷中獲得鼓勵和共鳴。除此以外，我在校內擔當不同領袖角色，例如擔當圖書館會員、學生會副主席，領略孤掌難鳴的道理，在一眾成員的分工合作，彼此承擔自己的責任下，才能事半功倍。

另外，我亦積極參與義工服務，希望通過自身力量，幫助有需要的人和回饋社會。因此，我在過往兩年參與校內的基督少年軍及輔導學長，當中不同的義工服務活動，如探訪長者，使我體會到獨居長者因自身能力不足而引起生活上的困難，以及孤苦伶仃在家中無人問津的心境和情況，眼苦伶仃在家中無人問津的心境和情況，眼見他們因有義工上門的慰問而開懷的微笑。即使行動不方便，仍熱情地招待及與我們談天，因而體會到社會上有一郡小眾需要大眾的關懷和照顧，促使我投入社區的決心。

最後，傑出學生的名銜是一種對自己肯定的象徵，亦作為一種鼓勵，肩負傑出學生應有的刻苦態度及愛心，為自己承擔責任，繼續努力向上，日後回饋社會。



黃大仙傑出學生

5D 連恩童

很高興有幸成為今屆黃大仙傑出學生的一員。由初中開始，我便憧憬著歷屆獲得這個獎項的師兄師姐，到了今天終於達成了我一直以來嚮往的目標，我才發現這個活動的價值，遠遠不只是這一個「傑出學生」的稱號這麼簡單。



對我而言，參與這個活動所帶給我的得著有很多，如學習舉辦活動、見識到學校以外的世界、認識了志同道合的新朋友……而其中令我最深刻的，是在參與的過程中重新認識到自己。自從升讀高中以來，便是不斷面對繁忙的學業以及各式各樣的課外活動。當每天沈溺在繁忙的生活時，正正便是在參與選舉的過程中，讓我有機會回顧自己的中學生涯，透過那些早已封塵的記憶，讓我看見那些一直擁有，卻又往往忽視的東西。面對許多的挑戰時總覺得自己在孤軍作戰，是選舉讓我注意到當我在面對一次次的比賽，身在一箇個不同職位的時候，是父母、朋友、老師一次又一次在我背後支持；看見別人展示出天賦各異的才能時，總覺得一無是處，是選舉提醒我在其它範疇也有著自己的才華；埋怨自己中學生涯就這麼枯燥乏味時，是這些回顧讓我看見自己的經歷是多麼豐富而精彩。看見自己的富足，也看見自己的不足，教導我如何成為一個更好的人，讓我慶幸自己能有機會參與這次難得的活動。

「傑出學生」只是一個稱號，我明白即便是獲獎了，也不代表我有足夠的能力背起「傑出」兩個字。因此，我以後會繼續努力改善自己，成為一個比最好的自己更優秀的自己。即使最後並不能做到完美無瑕，但也要盡上最大的努力，使自己能稱得上「傑出」的榮譽，成為一個真正的「傑出學生」。

黃大仙傑出學生

4E 岑麗雯

我很榮幸能夠入選黃大仙區傑出學生。由於疫情的關係令選舉更為艱難，很感謝老師在選舉期間給予的幫助和鼓勵，使我有信心參與選舉。在參與選舉時，讓我整理及記錄以往的得獎和服務，從中讓我回顧到過去的學習經歷。

我喜愛閱讀，閱讀時彷彿能從書本中進入另一個世界，能令人對世事萬物有多一種看法，也促使我積極自立學習，發掘更多未知的知識。因此，我自中一起就在圖書館為同學服務，現今已是圖書館學會幹事。我知道每本書背後都能為同學帶來裨益，因而一直付上微小的力量，盡責做好崗位的本份。在圖書館的服務增添了我的責任感，同時當我嘗過服務助人的喜悅後，使我更熱心服務同學。

此外，我也是學校中英文科學術大使。在學術大使計劃推動下，我積極參與校外比賽、活動，爭取多元學習機會，也累積了不同方面的經驗。在比賽的過程中，我學會到不可妄自菲薄，也不可妄自尊大。既要憑著信心參與比賽，也要從中欣賞別人和自我反思，知道別人優勝的地方，又要在當中學習以補足自己的弱處。與此同時，我也參加不同課外講座及閱讀活動，從中學習寫作及閱讀技能。通過學習新知識來增值自己，也明白到知識無盡，因而加緊努力。

在當選黃大仙區傑出學生後，我會以身作則、恪守本分，也期望能為學校和社區作更多貢獻，同時為自己的人生多添一分光彩。



黃大仙傑出學生

4E 梁焯嶠

過去一年，我得到老師們的鼓勵，參加了黃大仙傑出學生選舉，更在選舉中突圍而出，代表黃大仙區與其他九龍地區的學生競選九龍地域傑出學生。我懷着虛心向學的態度去參選，希望代表學校的同時，也能從中學習別人的長處來彌補自己的短處。

在參選之前，我心目中的「傑出學生」是需要品格及學業兼備的人。然而，參選過後，令我更加對「傑出學生」這個身份有了更深的了解。參選過程中，我了解到要成為一位「傑出學生」，並不是我認為的品學兼優，而是除了學業成績優異外，更要擁有時事觸覺，善於與別人溝通，並會去關心社會民生，盡己所能回饋社會，這才是真正的「傑出學生」應有的素質。



還記得，簡介會時得知這次的競爭對手都是實力出眾的學生，但感恩有老師和校長的鼓勵，讓我勇於嘗試，努力提升以獲取更多的信心。從地區預選到初選一路走來，滿是我成長的道路。在初選時，我懷着緊張的心情去面試，在小組討論中，每位參選的學生都是自信、敢言、充滿主見，從中擴闊我的眼界。面試結束後，我覺得自己與「傑出」二字甚有距離。雖然自己的表現仍有很大進步空間，但感覺自己上了一節珍貴的課堂，教我認識自己、建立自信。

除此之外，我更認識了不同九龍地區的學生，他們的才華和努力令我敬佩不已，更激起我要不斷求進的心。我很感恩校長和老師能夠給予是次的機會，這次選舉真是獲益匪淺，每一個時刻都是恩典，成長的足跡，令我突破自己。

最後，我想以韓愈先生所說的「書山有路勤為徑，學海無涯苦作舟」，來提醒自己在讀書、學習的道路上，沒有捷徑可走，沒有順風船可乘，想要在廣博的書山、學海中汲取更多更廣的知識，「勤奮」和「專心」是必不可少的，並要抱着謙虛的態度與別人互相學習，取他人之長，補自身之短。

學術方面

觀乎人文 以言說情



掃描以上QR-code
觀看學生獲獎文章

第三屆全港中學華服徵文比賽高中組冠軍

第三屆「香港中學生華服徵文比賽」旨在提升青年學生研究華服的興趣和水準，特別是華服的觀賞性及實用性。本校6A班胡文雅同學榮獲高中組冠軍，4E班陳盈豐同學亦得到19-20初中組季軍，而6B李偉珊、4E戴欣琪、呂楚瑤、岑麗雯及林思妍同學亦獲得優異獎，表現相當出色。



(前排左起) 4E呂楚瑤、岑麗雯、戴欣琪、6B李偉珊、6A胡文雅、(左八起)4E陳盈豐、林思妍與頒獎嘉賓孔憲中教授合照。

6A 胡文雅

這次比賽是我所作過的文章中最特別和深刻的，內容都是經過細緻的構思後才能寫出，當中亦蘊含了不少中華文化的傳統意義。記得在中文課上老師講到有關文化的知識，課堂上老師向我們展示了幾張傳統婚禮場地的照片，他提到之所以要設計成圓形的拱門，是因為當新人站在拱門前時，圓形中會顯示到新人與天地合一，人景合一加上圓形的設計，則能表達出團團圓圓的意境，除了是圓滿的象徵外亦是對新人的一種祝福。在聆聽有關婚禮的文化知識後我感到很新奇，同時亦感受到傳統文化的特別，因而成為了我的文章的靈感來源。我很高興能夠在比賽中獲勝，亦衷心應謝老師一直以來的教導及支持，但願在公開試亦能更進一步，獲取佳績。



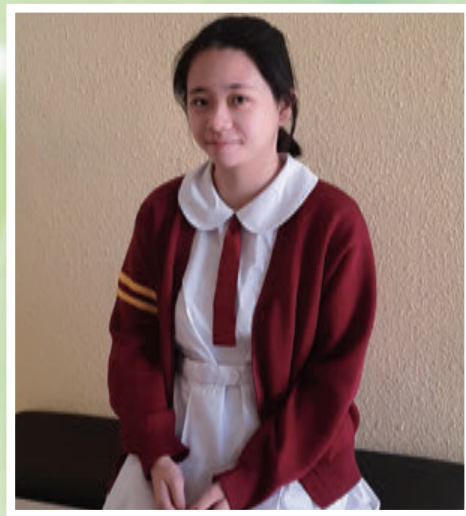
冠軍得主胡文雅同學向嘉賓分享寫作心得

《我在九龍城上學》出版創作比賽散文組首獎

由《我在九龍城上學》中學生出版計劃舉辦的《我在九龍城上學》出版創作比賽，旨在由學生作為九龍城區的歷史記錄者，記錄九龍城區的人和事，書寫出一本屬於九龍城的故事。本校6B李偉珊同學獲評審頒予散文組首獎，而4E郭琪萍同學亦得特別嘉評獎。

6B 李偉珊

有人說：「文字是有力量的，它能使人快樂。」起初我也不以為然，每當聽起老師說要交作文便束手無策、無從下筆。但直到後來我閱讀過不少名作家的著作後，我才發現，文字並非冰冷。因我能從中有所得著和反思；我能品味出人生的酸甜苦辣、喜怒哀樂；我能讀懂一個人的情感及其背後的人生故事。因此，我樂於去鑽研和發掘更多有關作文的知識。正所謂：「知之者不如好之者，好之者不如樂之者。」我喜歡寫作，熱愛在書海中探索更多動人的情節；熱愛藉文字寫下自己當下的情感；熱愛在書中反思和領悟人生哲學。誠然，得獎為我帶來鼓舞，讓我更肯定寫作並非枯燥，而是有溫度的。文字能療癒人的心靈，希望大家也能從作文中找到樂趣。



第二十屆華人少年作文比賽三等獎

「華人少年作文比賽」是國內教育部門為針對海內外的華人中小學生進行主題徵文活動，已舉辦第二十屆比賽，旨在秉承在世界華人少年中傳播祖國語言文化，並提高他們使用中國語言文字的能力。本校4E陳盈豐同學及6A陳芷瑩同學榮獲二等獎，而4E劉懌嘉、呂楚瑤、郭琪萍、林燦及3B廣舒妮同學亦獲三等獎。

4E 劉懌嘉

光陰似箭，三年轉眼間便過去，現在我已是高中生。回望過去，從前掛在面上的稚氣，變得更為成熟，在此，我衷心感謝老師們，他們費盡心思不斷改良教材，在平日教我們寫作技巧，準備不同的作文題材，使我能從多次的錯誤中學習，明白自身局限之處，從而改善並得以進步。

透過文字，我能表達到內心的情感，能夠得到此獎項，個人的努力是少不免的，也成為了我的勉勵。日後，我會繼續鑽研寫作，秉持「天行健，君子以自強不息」的精神，踏上更高階的層次。



第十五屆中國中學生作文大賽 香港賽區銀獎及全國賽區三等獎

2019-2020中國中學生作文大賽為全港學界盛事，今年以「想像力，我們的宇宙無邊無際」為主題，目的在於提升中學生的道德水準、文學修養及寫作能力，並為學界發掘具文學創作潛質的人材。4E岑麗雯同學憑藉文章〈假如我是一條魚〉，入圍第十五屆香港賽區初選初中組（19-20）50強，最後在決選獲得銀獎榮譽，並在全國賽區中得三等獎，為校增光。

4E 岑麗雯

這項比賽的主題定為想像力無邊界。「想像力概括世界上的一切，推動著進步」，可見想像力的力量舉足輕重。在撰寫文章時，在現實事件中，加上個人的想像力，把想像力和現實貫連在一起，就能為文章添上美妙一筆。

我很感恩老師給予比賽的機會與自我發揮的空間，教我通過不斷的嘗試和提升，嘗到獲獎的喜悅。獲獎是對我的一種肯定，也是對我的一份鼓勵。我會珍惜這份鼓勵，更加努力求進；亦把握好比賽的機會，使我得以充實、完善自己，盼望自己將來可以再創佳績。



第十屆保育文化徵文比賽亞軍

香港中學第十屆保育文化徵文比賽由香港旅遊及文化發展協進會主辦，旨在推廣保育文化，增強學生對歷史文化及生態環境的認識，並已連續十年舉行相關徵文比賽。4E呂楚瑤同學以遊歷西貢郊野公園的往事，書寫出對自然體驗及文化感懷的遊記，在比賽中榮獲初中組（19-20）亞軍，而4E林思妍及戴欣琪同學亦同得優異獎。

4E 呂楚瑤

在中三級時，我跳出了自己的安舒區，接受了各式各樣的徵文比賽，從中磨練了文筆，亦激勵了堅毅不屈的心志，讓我能有足夠的能力面對日後的挑戰及困難。

參與這次保育文化徵文比賽，不僅使我學習到描寫景物的各種技巧，而且提高了我對保育的認識、增強對環境保護的重視。拿下初中組的亞軍，心中難免有些許激動，但我會保持「勝不驕，敗不餒」的心態繼續努力，常存感恩，創作更多優秀的文學作品。



第十二屆（庚子）「經典翹楚榜」之「經典與我」徵文比賽亞軍

由香港大學中文學院語文中心及國際經典文化協會舉辦的第十二屆「經典翹楚榜」之「經典與我」徵文比賽，旨在推廣閱讀古文經典的風氣及增加中學生對古文經典的認識，讓學生分享個人對閱讀古文經典的心得，共同誦讀、學習經典。4E林思妍同學憑主題文章《事有不得，反求諸己》獲評選為香港區初中組亞軍（19-20），而4E 陳盈豐、6B 李偉珊同學得優異獎，表現出色。

4E 林思妍

回想當日落筆時，正值新冠肺炎疫情停課期間，只能在家中的課本尋找靈感。翻開上堂時寫下的筆記，發現自己原來儲下了許多各類型的名言，便決定利用它們完成文章。

此刻，我最感恩的是老師會主動給予機會，儘管不是每次都能寫出好文章，但老師都會耐心解釋文章的好壞優缺，讓我一點一點改善，並提升寫作能力。以往寫作時，我經常忽略當中的合理性，但這個缺點的確透過日積月累的寫作得到改善，每次構思文章時，都漸漸習慣地思考當中的起承轉合，增強文章的真實性和感染力，讓文章更能打動作者。



4E林思妍（中）憑主題文章《事有不得，反求諸己》獲亞軍，同時，4E陳盈豐（左）及6B李偉珊（右）獲得優異獎

第52期晶文薈萃—網上優秀文章展廊「十優文章」

《晶文薈萃》網上優秀文章展廊，目的是表揚全港學生優秀寫作，於網上公開展覽優秀學生文章，推動交流。《晶文薈萃》每年舉辦四次展覽，予全港學校投稿參展，每期都會選出「十優文章」。6A陳日勤及黃玉欣同學於第52期展覽中同獲「十優文章」。

6A 陳日勤

首先，很榮幸能在是次的比賽中獲獎。就我而言，比賽最大的意義莫過於能從中挑戰自我，突破自我，並力求上進。雖然在初時寫作的構思有感迷惘，行文中會有頗多的沙石，令我曾經對寫作失去了動力，但感恩的是，溫副校長循循善誘的教誨，在多次的作文不斷的鞭策與鼓勵，燃燒起我對寫作的熱誠，慢慢從反覆的練習中得到進步，以致我能學有所成。所謂「嚴師出高徒」，能得到今天的成就，確實得來不易，感恩中學生涯能在各位老師的提攜下讓我得到啟蒙，是次比賽有幸獲獎確實要常存感恩，但讓我檢視到自己仍有很大的進步空間，盼望我能在更多的比賽中能再次突破自己，挑戰自己。



陳日勤(左)及黃玉欣(右)於第52期展覽中同獲「十優文章」

MI YOUNG WRITERS AWARD 2020 ENGLISH WRITING COMPETITION SHORTLISTED 50

MI Young Writers Award 2020 aims to recognize excellence in English writing by providing students with the opportunity to develop their expressive talents and creativity. This year, the theme for Senior section is 'One thing I really wish I could do. And Why?'

6A CHAN WING GUEN



The competition was such an amazing experience for me to sharpen my English writing skills and unleash my creativity. In preparation for the competition, I scrutinized the writing topic, and then some ideas popped up in my mind immediately. Spending some time in deep contemplation, I decided to write about the most special one, which was my dream that I really wish would come true. Surprised by the results, I was elated and it really boosted my confidence in writing. I also felt grateful to my English teacher who gave me valuable comments on my work.

From the competition, I have learnt that we should never underestimate ourselves as we are capable of achieving more than we can ever imagine. More specifically, we need to have a better understanding of the Law of Attraction, which explains the power of the mind to translate whatever is in our thoughts into reality. Simply put, if you believe that you can do well, you are already halfway to success. For those who are joining this competition, just pluck up your courage to try and let your imagination run wild! You will be amazed by how much you can achieve!

2019-2020 ASIAN ENGLISH USAGE CONTEST 2ND RUNNER-UP

2019-2020 Asian English Usage Contest aims to raise the English standard of Hong Kong students and their interest in the language through standardized tests on their ability to use English accurately.

4E LAU PUI YU

This is my first time participating in the competition. I love watching American drama series and movies, and such a habit made me more willing to learn English vocabulary. Thankfully, with the teaching of grammar at school, I was also well prepared to join this competition. However, I still felt nervous to compete with other strong contestants, so it came as a surprise that I could get a prize at last.

Another reason why I did not expect to get a prize is that the questions were more difficult than I thought. There were some difficult words I had not seen before. I was so nervous and I almost couldn't finish the paper within the time limit.

When I knew I got the bronze award, I felt delighted because my efforts paid off. From this competition, I realized that we should learn more vocabulary in our daily life and the journey of a thousand miles begins with one step.



香港學界數學排名冠軍賽2020 全港青少年數學挑戰賽（中四組）銅獎

香港學界數學排名冠軍賽2020全港青少年數學挑戰賽由香港學界數學總會主辦，旨在提升青少年對數學的興趣及解難能力、協同學探不同的數學領域。

5D 麥耀明

是次數學比賽最大的特色是禁止使用計算機，要求參賽者在缺乏工具下挑戰解決數學難題。我認為參加不同的比賽能提升自己的能力，也有利於學習，而這個比賽更新了我對數學的認知，不再局限於日常上課所學到的基礎知識，雖然考核的課題未必全部涉獵過，還有不懂的地方，但不影響我繼續學習數學的信心及熱誠。經歷這次比賽後，我獲益良多，除了審視到自己的能力外，亦令我學到更多的解難技巧，更讓我意識到數學不只是公式的背誦，而是靈活的運用。



華夏盃全國數學奧林匹克邀請賽2019 (香港賽區) 初賽一等獎及晉級賽(中三級)三等獎



華夏盃全國數學奧林匹克邀請賽2019(香港賽區)由香港數學奧林匹克協會主辦，致力提升本港學生數學水準，推動內地及港澳各地學生奧數訓練和交流。

4E 林楚航

得獎不只是個人的努力，老師背後的付出也很重要。首先我想感謝學校老師在賽前悉心的教導我，更要感謝所有身邊陪伴我一起比賽的數學科學術大使，令我感覺不是孤身作戰，一分的鼓勵，讓我有了一分的衝勁繼續向前走。

這個獎對我來說也是一種證明，讓我明白到如果認真努力付出，定能取得相應的回報。最後期望所有對數學有興趣的同學都可以向著自己的目標進發，在未來校內或對外比賽中取得更好成績。

課外不停學 — 環境生態文化網上學習課程獎勵計劃2020金獎

本校同學在停課期間參加了「課外不停學 — 環境生態文化網上學習課程」，透過閱讀網上的地理和生態環境的篇章，學習香港環境生態的特色。

在疫情影响下，學生只能透過網上實時課的形式學習，儘管如此，是次活動仍令我獲益良多，我很感恩能參與其中並獲得嘉許。整個學習課程包含十二個學習主題，如潮潤生境、四季生機和島嶼情懷等，內容豐富有趣，即使我們不能親身到郊外去，仍可透過在家閱讀網上有關生態環境的學習篇章，認識及探索香港生態環境的特色。除此之外，活動也讓我明白「停課不停學」的重要性，即使是停課，我們都應該積極地學習，以令自己不斷進步，突破自我。



(左起)5D林天昕及鄭媛菱同學在課外不停學 — 環境生態文化網上學習課程獎勵計劃 2020獲得優異成績

《尋找自然的故事2019》短片拍攝比賽季軍

《尋找自然的故事2019》旨在開拓學生對本地自然生態的關注和認知，讓學生透過實地考察和拍攝，親身發現大自然中的有趣小故事。

6A 童施燕

這次活動是一次難能可貴的學習經歷，我們可以遠離城市的繁囂，走進大自然進行實地考察和拍攝，近距離觀賞泥涌石灘中的小動物，活動形式新穎有趣，同時也增加了我們對本地生態環境的認識。實地考察時，我們拍攝了不少動物照片，後再根據圖鑑辨認，剪輯成一部配音影片。製作影片的過程中，我們要搜集多方的資料，學習剪接技巧，甚具挑戰，所以我們的作品能夠獲得嘉許，我們都感到十分榮幸呢！在頒獎禮上，我們也有欣賞其他參賽者的得獎作品，每部得獎影片的製作都十分用心，意念別出心裁，真是教人眼界大開，獲益無窮。這次活動體驗讓我們留下了深刻的印象，不但加深了對本地自然生態的認知，更發掘了不少大自然的奇趣。



尋找自然的故事2



童施燕、黃玉欣、關慧楠及黎皓婷同學榮獲季軍

黃大仙獅子山下的歲月攝影比賽冠軍

本校與其士(建築)有限公司於2019年9月合辦「黃大仙-獅子山下的歲月」攝影比賽。是次活動旨在讓學生發揮攝影天賦和創意，提升他們對社區及建築工程的認識，更為黃大仙摩士公園泳池地盤添上繽紛色彩，美化環境。

2B 盛俊壹

我十分榮幸可獲得「獅子山下的歲月攝影比賽」冠軍，我要感謝老師對我的支持和鼓勵。還記得當初為了找出理想的拍攝角度，我走訪了整個黃大仙區，在不同定點都拍攝了一張獅子山的照片，然而我都不太滿意拍攝效果，認為照片未能呈現獅子山的風貌，後來我發現我校的後門位置才是拍攝獅子山的最佳角度。最後，我的作品被評為冠軍，真教我感到榮幸和欣喜呢！以前我都沒有刻意去留意獅子山，透過是次活動，我才發現獅子山的得名並不是空穴來風，山的外形果真像極了一隻獅子，難怪獅子山會成為香港著名的地標之一。而這個比賽也讓我明白到只要我們放慢腳步，就能察覺到原來有那麼多美麗的人事圍繞在我們身邊，所以日後我會細心地觀察和感受，繼續以鏡頭記錄每一個動人的景致，保存每一份的美好。



黃大仙-獅子山下的歲月攝影比賽冠軍 盛俊壹同學的冠軍作品

體藝方面

逆風同行顯齊心 團隊獲獎見協力

第九屆無界限運動同樂日-嚮色園定向盃 青少年男子雙人組冠軍



本校越野隊成員4B蔡浩恩及4C盧旨康參加第九屆無界限運動同樂日-嚮色園定向盃，首次參賽便能勇奪青少年男子雙人組冠軍。賽前一班越野隊成員先完成一連四堂的定向知識訓練課程才可參加比賽，可見他們積極學習才能奪得如此佳績。

4C 盧旨康

我能夠得到這個獎項，深感榮幸，也要感謝我的隊友。我認為在平日認真地參與艱苦的訓練，也是成功得獎的重要一環，而這個比賽也講究兩個人的分工合作，在過程中給予適當的鼓勵，互相支

持，沒有彼此的信任，也是難以得到佳績。在未來的日子裡，我也會繼續努力訓練，參加各式各樣的運動比賽，豐富自己的經驗，改善自己不足的地方，為日後取得更好成績作好準備。

全港中學美式閃避球錦標賽2019初中組冠軍



香港第一屆美式閃避球比賽「全港中學閃避球錦標賽2019」中榮獲初中組冠軍



4B蔡浩恩同學更獲頒發「最有價值球員獎」

本校閃避球隊員2019年於12月24日及12月26日參加由香港閃避球協會主辦的香港第一屆美式閃避球比賽「全港中學閃避球錦標賽2019」中榮獲初中組冠軍及高中組冠軍。隊員於比賽充份發揮出團隊合作的精神，當中4B蔡浩恩同學更獲頒發「最有價值球員獎」。

4B 蔡浩恩

閃避球包含技巧、力量、敏捷、反應力等多種運動元素，更講求團隊合作、溝通和默契。在是次美式閃避球賽當中，我校球員憑著不屈的精神以及通力的合作，從選拔賽一路過關斬將才打進決賽，實屬不易。當中的經歷有起亦有跌，有喜亦有悲，更試過差點輸了比賽，但我們並沒有氣餒，而是靠隊友與隊友之間互相勉勵，

並肩作戰，到最後於決賽中勝利，勇奪冠軍。在此，我要感謝隊友們，一路與我並肩作戰，而我在是次比賽當中，獲得最有價值球員獎項，亦不忘感恩教練、老師的教導，希望來年能「百尺竿頭，更進一步」，在各項比賽中有更多獲獎機會。

領袖與服務

多元學習經歷 拓展生命歷程

公益少年團關愛服務活動冊設計比賽冠軍



2018-19公益少年團在
關愛服務活動冊設計比賽獲得冠軍

參賽學校探訪和服務傷健機構、老人院等，之後將服務活動前後的花絮及進行情況配以文字及圖片製成活動冊報告參賽。在2018-2019年度，我校公益少年團的服務對象主要是長者，所以愛心冊內記錄了我們體驗長者生活的活動內容和與長者互動的片段。

4E 梁瑋嶠

自幼父母就教我要關懷身邊有需要的人，所以我一直都積極參與學校的義工服務。我很感恩能夠成為我校公益少年團的一份子，過去三年，我參加了不同的義工活動，投身社區服務，從中鍛鍊個人成長之餘，也為社會貢獻。在社區服務中，我有幸能夠接觸一些弱勢社群，如獨居長者、傷健人士等，讓我更為了解他們的日常起居和生活上的難處，一改以往對他們的刻板想法。是次獲獎對我們來說是莫大的肯定和鼓勵，在未來日子，我會繼續透過自身行動，以「生命影響生命」，感動更多身邊的人投身社會服務，為社會作出貢獻，讓人人都能發揮愛心，共建互助友愛的社群。

2019-20年度

升讀大學的學生訪問

寶劍鋒從磨礪出 梅花香自苦寒來

蔡銘坤

香港中文大學經濟學學士



大家好！很榮幸得到學校的邀請，讓我有機會向一眾學弟妹分享個人的學習經歷及心得。

「文憑試」這三個字，相信很多人立馬想到的便是「壓力」一詞。的確，準備文憑試是一個令人相當煎熬的過程，當中充滿著一個個的困難、一次次的挫折，更包含一滴滴的淚水。由於社會事件和新冠肺炎病毒肆虐，全港學校停課了數次，少了老師當面的鞭策，缺了同學相互的督促，我竟不知不覺地沒有把文憑

試當成一回事。可是隨著開考的日子一天一天地靠近，看著其他同學都在奮力學習，而那些每日學習十多個小時的「studygram」更在社交媒體上鋪天蓋地，再看看自己的學習進度，卻緩慢得很，甚至停滯不前，學習態度更是懶散欠積極，於是一股股難言的壓力像海浪般迎面撲來，那刻情緒起伏不穩之餘，懊悔之感亦油然而生。因此，我在此提醒同學在面對文憑試的時候，自律是非常重要的。在公開試開考前的一段休學時間，同學要計畫好自己每天的時間表，按著時間表循序漸進地進行溫習；在溫習的時候把手機擱在一旁，或是善用一些如「番茄工作法」的應用程式，好讓自己專注學習。升上大學後，我發現自律尤其重要。作為一名大學生，學習上的一切事務當然要靠自己處理，大學教授不會像父母或中學老師般時刻提醒及催促我們提交功課或溫習，而是給予我們「無盡的自由」，但我們卻要為自己的學分負責。就是這樣，我才發現原來中學生活是多麼的幸福，備受保護的感覺實在讓人甜在心間。事實上，中學老師對我們無微不至的照顧並非理所當然，所以同學要好好珍惜中學的時光，盡情享受校園

的生活，好讓自己為中學生涯留下深刻的回憶。這些美好的回憶，或許會成為同學人生中最有意義的一部分。

至於讀書技巧方面，我選擇跟學弟妹分享經濟科的讀書心得。我認為要學好經濟科，基本概念的釐清及背記、歷屆試題的操練等都是不可或缺的要項，而寫字速度和答題技巧也相當重要。在釐清概念方面，同學必須花點時間理解經濟學的基本概念，如相對價格、存款創造、名義利率和實質利率等。掌握了基本概念，在做選擇題時就能加快選答的速度和提高答題的準繩度，而在應付長題目時便能運用概念回應試題所問。在背記概念方面，經濟科試題其實也有不少可以靠背記穩取分數的部分，就如不同的市場結構和其特質、貨幣的功能和性質、不同合併的好處等。再者便是試卷操練，操練試題既可訓練書寫速度，又可提升應試技巧。我建議同學把歷年文憑試的所有卷一及卷二的題目都做一遍，如時間許可，也可嘗試部分會考試題。不斷的操練可讓自己掌握及熟習經濟科的擬題模式，加上某些試題會有固定的標準答案且經常重覆考問，多做多看自能穩取一定的分數。其實經濟科是一門十分有趣的學科，因為它總跟現實生活扯上關係，而文憑試經濟科也常出現與生活時事有關的試題，故此同學也要多留意時事新聞，時刻嘗試運用經濟學概念解釋社會現象及問題。我深信經濟科的學習，你付出的心血越多，你的收穫也會越多。

最後，我希望各位同學在學習之餘，也要多留心社會事務，做一個關心社會的人，而這對通識、經濟等科目的應試也有一定的幫助。在此，我祝願各位同學在文憑試這股巨潮迎面湧來的時候能夠劈波斬浪，並能考取理想的成績，順利升讀心儀的大學。過了這一關，你才會發現，原來文憑試只是我們人生中的一次小小的磨練。

陳俊傑

香港理工大學精神健康護理學(榮譽)理學士



THE HONG KONG
POLYTECHNIC UNIVERSITY
香港理工大學



離開母校直至現在，我似乎仍未有中學畢業的實感，這大概是年初碰上疫情爆發，新年假期無預警地延長，「最後一個上課天」因此而無聲無息地消失的緣故，這實在為我們的中學生生活帶來點點的缺陷感。可惜的是，畢業典禮和謝師宴最終能夠順利完成，這總算能填補我們心靈裏的一個小小的缺口。

我現在於香港理工大學修讀精神健康護理學課程，課程涵蓋內容廣泛，從精神健康護理、溝通技巧，乃至生理學及解剖學都是學習的

範疇。與中學不同，大學講求以學生為主導的學習模式，很多學習資源都要靠學生自己搜集，而且不會再有老師手把手地指導我們間畫文章重點、提醒我們準時提交功課……不過學生相互討論及交流的風氣相對地熾熱，學習內容也不會再有所謂的「標準答案」，我們可以純粹地享受知識學習與鑽研所帶來的滿足感，我相信「喜歡思考」和「思想開明」的永光同學應該很期待這種學習模式吧！不過從被動到主動學習的轉變需要時間適應，因此，及早培養自主學習對未來修讀專上課程會有很大的幫助。

文憑試確實為考生帶來巨大的壓力和不安感，我在應試期間也曾一度陷入迷惘。記得當時正值新冠肺炎高峰期，為遏止疫情，政府推出一系列的防疫措施，不僅學校停課、公共自修室關閉，而且文憑試考期更一改再改，試卷比重又重新分配，種種的轉變令人無所適從，對考生的個人心態亦產生嚴重影響。在那段期間，我曾萌生放棄的念頭，也經常怨天尤人，這種情況實在令師長好友擔憂不已。值得感恩的是，我有一群良師益友，他們無條件地陪伴我左右，不斷給予我學習和情感上的支援，於是開始反問自己：中學生涯六年以來努力建立的一切，是否就這樣不堪一擊？一些外在環境的轉變足以令自己親手把它毀於一旦？我能否做好一點？一番掙扎過後，我重新抬起頭來，為了不讓未來的自己後悔，我主動積極尋找方法以應對疫情所帶來的不便，比如說自修室關閉，而鄰家又正進行裝修工程，待在家裏溫習的我唯有戴上耳機播放自己喜歡的音樂，這樣可大大減輕隔壁電鑽聲對學習所造成的騷擾。又比如說要在家中上網課，我會移除或避開家中一切對網課或會造成干擾的事物，如手提電話、高床暖枕等，以確保自己上網課跟上面授課般專心致志，有時我更會把網課錄像，好讓自己可隨時翻看。總括來說，「二零二零」這一年對一眾中六學生來說可謂「深刻難忘」，我們須要面對眾多意料不到的特殊情況，而以上個人的應試經歷及心得未必適用於每一屆的考生，但我認為良好的心態對任何一屆的文憑試考生來說都是非常重要的，只要抱著積極樂觀的心態，便能衝破不同的難關和挑戰。

接下來，我會跟大家分享個人在文憑試中取較佳成績的兩個科目的學習心得，希望能讓學弟妹作為參考，並藉此找出最適合自己的學習方法。

首先是中文科，由於我們這屆取消了卷四的考核，因此我只會集中跟大家分享卷一、二及三的溫習方法和考試訣竅。卷一是閱讀理解能力考核，內容包括十二篇範文、課外白話篇章及文言文篇章。由於閱讀卷課外篇章部分主要測試考生對不同文章的理解能力，這關乎個人的語文根基和素養，答題技巧的操練對這部分只有少許的幫助，因此我建議同學把時間多些投放在十二篇範文上。指定經典篇章部分擬題較直接，考生只要掌握十二篇範文的內容重點，基本上就能回應絕大部分的題目。字詞解釋、句子語譯、篇章主旨、寫作技巧等都可以背記，學校提供的教材及筆記大致已涵蓋所有重點，換言之，只要勤力熟記以上所提及的要項，同學便能在這部分穩取一定的分數。卷二則是寫作能力考核，考生只須在三道題目中選作一題。我認為同學須要盡早了解自己適合或擅長寫作的文體，然後集中進行操練。就以我為例，我對記敘抒情文類較有信心，於是在中五及中六這兩個學年我專注操練這種文體。歷年文憑試寫作卷的記敘抒情文類的題目多為「……所見所感」、「以……為首/結句」等，只要多加練筆，多看佳作示例便能大致掌握這類文體的寫作要求。另外，中文科寫作卷並不講求考生天馬行空的創意，「以小見大」——選用周遭遇見的人與事作為寫作素材，並從中帶出深刻的道理來，反而更能令人產生共鳴。如果想為文章增添「亮點」，我建議同學可多引用中國文化概念或範文篇章所蘊含的思想情感作為文章的立意。卷三主要考核學生的綜合能力，「熟記格式、訓練手速」是這個卷別的基本要求。整合拓展和見解論證這兩部分都有其固定的寫作模式，同學多操練便能掌握要求。值得一提的是，綜合卷寫作部分的聆聽錄音千萬不要忽略，整合重點和拓展方向，以及見解的論述角度在錄音中的人物對話之間多有提及，因此同學在聆聽時必須專注，並把重點抄寫下來，但切記不要因忙於抄寫而忽略隨後的錄音。

至於健康管理與社會關懷科，我認為這是要取得合格不難，但要考取高分卻非常講求答題技巧的一個科目。卷一主要考核課本知識和資料分析，在課本知識方面，我建議同學善用主題冊及簡報這兩種教學材料，前者內容詳盡但卻過於繁複，後者點明課題重點但內容卻不完備，因此同學應先詳閱這兩種教學材料的內容，然後從中選取重點，標示記號，又或繪製腦圖，方便自己溫習；資料分析部分則講求一定的答題技巧，題目用詞不同，其答題要求也有分別，例如「比較」，同學便要說明兩者的相同和相異之處；「指出」則只須寫下答案而不用作出闡述。如未能掌握答題技巧，就是一些較直接簡單的題目也會因未符合題目要求而失卻不少分數。卷二則包括情境題和議論題，情境題擬設不同的現實情境，考生必須應用課本知識及理論並加以闡釋，整體難度不高；議論題則有較高的要求，要做好議論題，既要好好分配作答時間，也要熟記議論模式，文憑試這部分的題目「翻炒」的機率很高，因此我強烈建議同學花點時間操練歷年公開試的議論題，好讓自己充分掌握議論題的答題框架，同時又可熟習考評局擬題的方向。此外，同學每次戶外考察都要留意有關機構的資料，如成立目的及服務對象等，以便在回答議論題時引用為例作補充說明。

總結而言，「學海無涯，唯勤是岸。」勤奮是學習的必要條件，一分耕耘，必能得到一分收穫，而應試技巧只是其次。各位學弟學妹，大學生活雖忙卻充實非常且多采多姿，我衷心祝願大家能在文憑試考獲優異的成績，順利升讀心儀的大學，向著自己理想的人生路邁進。

李澤聰 香港大學工學士



回望過去準備公開試的日子，真的是荊棘滿途！事實上，這是每位學生必經的人生階段，所以同學要記著，你們並非孤單一人，在學習路上一群一群的同行者跟你同樣遇上不少壓力、困難和考驗。在這場人生的耐力賽當中，誰能夠把這些障礙克服，誰就是公開試的贏家。

身為上屆文憑試考生，現在讓我以過來人的身分跟大家分享個人的應試經歷。其實讀書學習，最大的敵人往往就是自己。準備公開考試，學生要對海量的學科知識有充分的了解和掌握，有部分考生因此而被嚇怕，繼而開始逃避。因此，我認為大家必須學會「機智的懶惰」。在文憑試激烈的競爭下，身邊的親友師長總會催促我們不停學習。然而，人是有惰性的，所以在作與息之間取得平衡實是非常重要的。根據專家的說法，人類每天的「自然專注時間」只有四十分鐘，而「刻意專注時間」則有五小時（在睡眠充足的前提下），那麼我們每天學習新知識和溫習已有知識的有效時間共有五小時四十分鐘，逾越這個時段仍繼續溫習的便屬「無效學習」。此外，面對無止境的知識，同學要一直維持學習動力並非一件容易的事，即使在短時間內能夠爆發自身汲取知識能力的極限，但在漫長的學習旅途上，一旦遇上外在的不同誘因，同學便會漸漸走離原定的路線。另外，長時間埋首學習容易令人產生巨大壓力，這對同學的學習及應試表現均會造成嚴重的

影響。基於以上專家的意見，我建議同學在學習日程上必須安排一定的休息時間，以使溫習更具效能。以文憑試開考前的一段休學時間為例，有些同學每天在扣除睡眠和居家日常所需的約九小時的時間後，剩餘的十多個小時便潛力在浩瀚的書海裏。然而，無間斷的學習只會加速消耗我們的能耐，而專家也指出每天專注溫習八小時已是人類的極限，因此我建議同學在專心溫習八個鐘後，其餘時間便要盡情休息，做自己喜歡的事情、聽自己喜歡的音樂……這些都是繼續刻苦溫習的最大動力，也是考生在最後衝刺階段仍能繼續向前奔跑的精神食糧。所以同學請記著，適量的休息是為了走更遠的路！

去年的文憑試，我很感恩能在數學和物理這兩個科目上發揮水準，考取不錯的成績，因此以下我會跟學弟学妹分享這兩個學科的學習心得。有說數理科目總是令人「難以捉摸」，有些同學付上百分百的努力，卻得不到理想的成績；有些同學卻僅在日常課堂稍微專注就能取得佳績。撇除天資，同學之間到底為何會有如此的差異呢？我認為關鍵在於學習方式。數理學科有別於其他科目，不甚講求背記能力，而是強調理論概念的釐清。簡單來說，只要同學消化吸收和掌握不同的理論概念，便能應付千變萬化的題目，正所謂「一理通，百理明」。相反，即使同學只是未能掌握概念理論的其中一丁點部分，但對整個學科的學習可帶來災難性的影響，這是因為數理學科的理论環環相扣。所以，要讀好數理學科，打好根基相當重要。同學在課堂上必須專注聆聽老師的講解，課後多操練有關的題目，遇有任何不明白的地方便要立刻向老師請教，決不能拖延，因為拖延的後果是要付上無限倍的時間用以理清不明白的地方和追趕落後的進度。同學只要掌握上述竅門，便會發現數學科和物理科的學習並非想像般困難。

最後，容我以自身的「缺陷」作為同學的勉勵。我天資並非聰穎，更患有讀寫障礙，中、英文閱讀和寫作能力被評估為僅有正常學生的兩成水平，因此自小我就被認定將來要達到大學中、英文成績的錄取要求可謂比登天還要難。可幸的是，我深信「人定勝天」，後天的堅持和努力比起先天的資質更是致勝的關鍵。憑著一股信念和衝勁，我成功克服自身的弱點，最終能順利通過大學的門檻。相信每位同學在學習路上也有自身的困難和障礙，但我希望大家明白，任何問題和困難在堅持和努力面前也會一一被擊潰。「小小的努力乘以365就很顯著，大大的困難除以365就會變得簡單。」盼望各位學弟学妹能夠跨越各種的難關，努力追逐自己的理想！

王祖熙 香港大學工學士



我現正於香港大學修讀工程學。首年我們必須修讀不同類別的工程課程，直至第二學年才揀選一門工程專科作主修課程。

今年我預備公開試倍感艱辛，猶記得四月應考第一個科目通識科時，我緊張得連早餐也難以下嚥，好像將要步入戰場送死一般。因此我希望以下的分享能為正在預備文憑試的學弟学妹帶來一點幫助，並能藉此紓緩緊張的情緒。

為自己設定目標，並努力向著目標進發當然是一件好事。然而，有些文憑試考生為

自己訂立過高的目標，我認為這徒添自己的壓力，結果無法在考試中好好發揮真正的實力。另外，有些學生在考試遇上艱難的題目時就灰心喪志，擔憂自己的表現未能符合預期的目標而顯得不知所措，有的更在那些艱深的題目上花上不少時間「鑽研」而忽略其他題目，最終影響了整份試卷的表現。同學請謹記，各個科目的試題難易不一，面對艱深的題目我們要以沉穩的心應對，冷靜地完成整份答卷，須知文憑試各科的等級畫分是從整體考生的表現通過比較而得出來的，並非單以個人獲取的分數定奪成績等第，因此同學毋須為自己在部分試題上未如理想的作答表現而擔憂不已。

面對龐大的考核範圍，我們必須好好分配溫習時間，切忌在短時間內強記範圍內的所有內容，以免造成沉重的壓力。此外，每科考試完結後同學千萬不要「核對答案」，避免答題表現欠佳而產生沮喪的心情，繼而影響接下來的考試。另外，相信許多同學也有熬夜溫習的習慣，我認為在應考文憑試期間不宜通宵達旦地溫習，充足的睡眠對能否在考試發揮水準起著關鍵性的影響。然而，在臨近考試前幾天才調整作息時間是不可行的，同學可能因此而睡不著，往往造成反效果，所以我們至少在公開試開考前一個月便要培養早睡早起的習慣。再者，即使考試期間溫習時間相當緊逼，但我認為同學也要預留一點時間給自己放鬆，適度的放鬆讓腦袋得到充分的休息，這更有助提升考試表現。

談到讀書心得，在地理科方面，為了牢記知識，我會把浩瀚的內容歸納分類，並且繪製腦圖或概念圖以幫助自己鞏固和整理知識，例如有關環境的課題，同學可把相關的內容畫分為「大氣」、「生物」、「水文」及「岩石」四大範疇，然後再在各個範疇上寫上要點。此外，在回應資料題時，同學必須多花時間閱讀題目所提供的資料，以理清當中所要傳遞的訊息。至於論述題部分，同學要多留意身邊與地理學有關的生活現象，這些或可成為答題的論據。

在物理科方面，不同課題難度各異。面對艱深的課題，同學千萬不要逃避，況且文憑試部分試題問的內容是跨課題的，因此我們必須徹底掌握各個課題的內容並融會貫通。我認為要融會知識只有一種方法，就是多做練習，當遇有不明白的地方便要向老師或同學請教，直至完全理解箇中的原理。

總結而言，文憑試除考核同學對學科知識的掌握外，還講求答題技巧，因此我們必須多花時間操練歷屆公開試題目，以熟習各科目的擬題原則和模式。為了適度分配各科的溫習時間，同學必須好好規畫每一週的溫習內容，絕不能顧此失彼。

最後，我祝願學弟学妹考試順利。儘管應考文憑試的過程充滿挑戰和困難，但千萬不要灰心喪志，我深信憑著毅力和信心，必能衝破一切阻礙，並能成為文憑試的贏家。

杜坤霖 香港科技大學理學士



大家好，我現正於香港科技大學修讀理學士課程。直到今天，我仍對應考文憑試的經歷印象深刻。由於疫情關係，我們在年假後便不用上學，只能留在家中溫習。在缺乏老師的督促和課堂的試題操練下，在學習方面我們要有很高的自律性。為了督促自己學習，每日我也在手機設定溫習時數並切實執行，嚴格規定自己每天投放在溫習上的時間，不能躲懶。此外，為了讓自己更專心學習，我刪除了手機上的社交應用程式，如「Facebook」、「IG」等。以上的方法配上自己製作的學習時間表，我可更有規律地溫習，更能專心一致地預備文憑試的到來。

至於讀書心得方面，自中六上學期開始，我每天放學後也到圖書館自修室溫習，周末、周日也不例外。自修室對我而言是一個溫習的好地方，我可全心全意、不受干擾地埋首於書海裏。在應考的各個科目之中，我較擅長化學科和物理科。為了取得好成績，除了歷屆公開試試題之外，我還會向老師拿取更多的補充練習和模擬試卷以作操練之用，對於自己常犯錯的地方更會重點溫習。此外，「YouTube」平台上也有不少詳細講解化學科和物理科各個課題的視頻，同學若時間許可不妨上網瀏覽，那些視頻可讓我們快捷地掌握各個課題的重要概念和理論。儘管我們有多種的學習方法，但我認為最根本及最關鍵的秘訣就是上課留心 and 摘錄筆記，這樣我們在重溫課本知識時便可省下不少時間。

最後，我祝願永光學弟學妹能拼盡全力跨過文憑試的考驗，並能考取理想的成績。

劉璇 香港大學護理學學士



二零一四年，我這個「小薯仔」進入了永光。

二零二零年，轉眼間，「老薯仔」要離開永光了。

我並非一個情感豐富的人，也不喜歡懷緬過去。自從離開校園後，我未曾回想過昔日穿著校服的日子，我以為自己能像小學升中學般孑然一身、無牽無掛地離去，直至某一天午夜夢迴：早上我上氣不接下氣地走上五層樓梯回到課室；中午時與朋友吵吵鬧鬧地走到樂富午餐；放學後肆無忌憚地在五樓課室嬉笑玩樂。地理科，看著翁老師過往旅行的相片，聽著他的旅遊見聞；中史科，修讀人數「人丁單薄」，但這卻使我們和黃老師的關係更為緊密；英文科，輕鬆愉快地學習英語知識；中文科，努力地向古人學習文言文；數學科，浸泡於一堆數字、符號中……原來中學生活真的是一段美好的時光。

我的中學生涯以文憑試的終結宣告結束。

有人稱我們這屆文憑試考生為「被選中的一代」，但我卻認為「最幸運的一代」這稱呼更為合適。的確，我們經歷了一整年的社會運動，而文憑試又在疫情之下開考，然而，與一批正在為文憑試努力奮鬥的莘莘學子相比，我真的幸運多了。他們要面對未來更多的變數，更多的未知，而我就已成功踏上大學的彼岸。

或許我的經歷與他們不盡相同，但我仍希望能給學弟、學妹一些應考文憑試的小貼士。

很多同學在溫習中文科時都感到十分迷惘，卷一的範文、卷二的寫作和卷三的綜合，我們該如何應付呢？首先，同學要以「再三勤力」的態度溫習卷一的範文部分，十二篇經典文章的字

詞解釋、句子語譯，以及課後問答也要熟記。卷二方面，我不太擅長記事抒情文，因此我只能跟大家分享寫作議論文訣的訣竅。寫作卷並非沒有溫習的方法，特別是議論文。在日常生活中，我們可多看不同的文章，尤其是報章的投稿文章。投稿者來自社會不同的階層，他們多就生活的不同議題表達意見，議題廣及政治、文化、哲學等範疇。閱讀他們的文稿，我們可在短時間內吸取更多與自己的立場、觀點不一樣的看法，並能接觸更多自己平日不常涉獵的議題，這不僅能刺激思維，還能訓練自己不同的思考和論證方法。除此之外，考試作答時間短促，同學必須在短時間內建構好文章的框架，因此平日的操練必不可少。我們要在日常生活爭取時間進行思考，同學可先隨便定下一個題目，然後仔細思想題目牽涉的各個層面。平日多思考，便能為考試預備更多的寫作素材。個人有一個小建議：洗澡時思路最清晰，因此我們可善用這段時間進行思考。至於卷三則要多下苦工，經常考問的實用文類的格式同學須要熟記，在寫作前也要為各個段落設定內容框架，例如整合拓展部分，每個整合重點必須細分三個分論點，然後逐一進行拓展。我們做好萬全準備，考試自會更順利，取得理想的成績自然也就在預期之內。

接下來是地理科，它講究知識的融會貫通，不求死記硬背。我們要靈活地把課本上的地理知識應用於日常生活的不同方面，就如運用颱風的理論知識來解釋颱風「山竹」的形成和吹襲香港的過程。地理科課程內容浩瀚，我們必須問畫溫習重點，而操練歷屆文憑試試題也是必不可少的行動。

至於應考中國歷史科……勤力是最重要的。讀好中史，我們的中文科和通識科也會有所進步。

文憑試從來都不是人生的終點，無論考試的結果如何，是喜，或是憂，只要我們肯努力，總能找到一條適合自己的路。面對急速轉變的社會，我們既要適應變化，也要不停學習和思考，充實自己的學養，以明辨社會上的種種是與非。

最後，我在此祝願各學弟學妹身體健康，並在學業上能不斷求進。

2019-2020年度 校外比賽成就

得獎類別	得獎項目	獎項	得獎名單
學術	《我們在九龍城上學》徵文比賽	散文首獎	5B李偉珊
		散文嘉許	3C郭琪萍
	「化學家在線」自學獎勵計畫 2018-19	白金獎	5A陳奕宏、5A何一嚮
		鑽石獎	5A吳政賢、5A張嘉璋、6C曾瀚裕、6D陳加熹、6D杜坤霖、6D李澤聰
	「集合啦，寫手！」徵文比賽	優異獎	5A胡文雅
	「漫長的疫假」全港中小學生徵文比賽	優異獎	3C陳偉濤
	2019/20 尤德爵士紀念基金獎學金計劃	(高中組) 獎學金	6D蔡銘坤、6D李澤聰
	2019-20亞洲英文大賽	銅獎	2C鄭頌、3C劉沛榆、3C岑麗雯
	2019全港青少年徵文比賽 - 「香港，我的家」	優異獎	3C戴欣琪、3C喻聲揚
	2020哈佛圖書獎獎學金獎	冠軍	5A陳奕宏
		亞軍	5A吳政賢
		季軍	5A董施燕
	第十四屆「孝情滾動」系列比賽	初中組優異獎	3C陳盈豐
		高中組優異獎	6D蔡銘坤
	杜葉錫恩教育基金 2019第五屆全港青少年進步獎	優異嘉許獎	3B吳禮鼎、4A陳子彬、4A李家俊
	香港中文大學學生會語文教育學會舉辦的教師節之有教無「累」全港中學生徵文比賽	初中組優異獎	3C呂楚瑤
	香港中學第十屆保育文化徵文比賽	亞軍	3C呂楚瑤
		初中組優異獎	3C林思妍、3C戴欣琪
	香港品質保證局理想家園：第十三屆徵文比賽	初中組優異獎	3C戴欣琪
	香港國際數學競賽2020初賽	高中組金獎	4A薛嘉鉸
		高中組銀獎	5A陳世聰
		高中組銅獎	5A何一嚮、5A梁俊熙
	香港會計師公會及香港商業教育學會企會財科聯合獎學金 2019-2020	獎學金	5A周盈瑩
	香港學界數學排名冠軍賽2020 - 全港青少年數學挑戰賽	(中四組)銅獎	4D麥耀明
		(中五及中六組)銅獎	5A陳世聰
	香港學界數學排名冠軍賽2020 初賽 - 主題賽	銀獎	4A薛嘉鉸
		(中五及中六組)銅獎	5A陳世聰
		(中四組)銅獎	4A董家傑、4C余旺霖、4D麥耀明
	香港學界數學排名冠軍賽2020 初賽 - 速度賽	(中四組)銅獎	4A薛嘉鉸、4D麥耀明
	香港學界數學排名冠軍賽2020 初賽 - 道具賽	(中四組)銅獎	4D麥耀明
	馬己仙國際少年作家獎2019英文寫作比賽	作品入圍50名內	5A陳芷瑩、5A陳詠騰、5A陳日勤、5A梁俊熙
	第52期晶文薈萃——網上優秀文章展廊	十優文章	5A陳日勤、5A黃玉欣
	第一屆香港閃小說比賽	優異獎	3C張凱欣、3C郭琪萍、5A胡文雅
	第七十一屆香港學校朗誦節比賽	(英文朗誦) 表現良好	1A陳韋奧、1A杜偉軒、1A黃翰林、1D楊惠瑛、2B盧恩妍、2D吳海藍
		(英文朗誦) 表現優異	1A郭若琳、1A布以諾、1A黃 轟、1B鄭 浩、1B張書詠、1C陳恩熾、1C許恩裕、1D賴家恩、2B梁正文、3B黃家寶、3C陳俊傑、3C陸碧妍、4C羅舜芝、4D林天昕、4D李樂怡
		(普通話朗誦) 良好證書	2D萬 利
		(中文朗誦) 優良證書	2D萬 利、2D黃雅雯、
	第二屆香港中學生華服徵文比賽	(初中組)優異獎	3C林思妍
		(高中組)冠軍	5A陳芷瑩
	第十二屆(庚子)「經典翹楚榜」之「經典與我」徵文比賽	(初中組)亞軍	3C林思妍
		(初中組)優異獎	3C陳盈豐
		(高中組)優異獎	5B李偉珊

得獎類別	得獎項目	獎項	得獎名單
學術	第十五屆中國中學生作文大賽	(全國賽區)三等獎	3C岑麗雯
		(香港賽區)銀獎	3C岑麗雯
		(香港賽區)優異獎	3C張凱欣、3C林 燦、5A陳芷瑩、5A陳奕宏、5A胡文雅
	第十五屆我的香港夢徵文比賽	優異獎	3C林 燦
	第六屆陳贊一博士聯校微型小說創作獎	推薦獎	3C林思妍、5B李偉珊
	華夏盃全國數學奧林匹克邀請賽2019(香港賽區)	初賽一等獎	3B林楚航
		初賽二等獎	2A譚泳枝、2B周煒樂、2C王子赫、3B趙昱泓、3B林崇厚
		初賽三等獎	1A周曉彤、1A梁焯熙、1A杜倬軒、1B陳詠兒、1B劉詩穎、1B曾煦葵、1D布嘉逸、2B葉賜恩、2D施並煌、2D麥靖霖、3B黃家寶、3B余俊賢、3C陳俊傑、3C陳偉濤
		晉級賽(中一級)三等獎	1A周曉彤
		晉級賽(中三級)三等獎	3B林楚航
	粵港澳大灣區數學競賽預選賽2020(香港賽區)	(中二級)二等獎	2B葉賜恩
		(中二級)三等獎	2A譚泳枝、2B岑曦陽、2C王子赫、2D施並煌
		(高中組)三等獎	4A薛嘉鉸、4A董家傑、5A陳世聰
	粵港澳大灣區數學競賽選拔賽2020(香港賽區)	(中二級)三等獎	2A譚泳枝、2B葉賜恩
		(中二級)優異獎	2C王子赫、2D施並煌
		(高中組)三等獎	4A薛嘉鉸、5A陳世聰
		(高中組)優異獎	4A董家傑
	課外不停學 —— 環境生態文化網上學習課程獎勵計劃 2020	金獎	4D陳紫晴、4D鄭媛菱、4D關詩穎、5A陳芷瑩、5A陳日勤、5A姚佩琦、5B郭鈺瑩
		銀獎	4C陶佳俊、4D楊子晴、5A胡文雅
		銅獎	4A謝雪情、4A黃苒鈞、4D林天昕
第20屆華人少年交流展示活動(徵文)	二等獎	3C陳盈豐、5A陳芷瑩	
	三等獎	2A虞舒妮、3C郭琪萍、3C林 燦、3C劉懌嘉、3C呂楚瑤	
體藝	STEM 聯盟 建築模型設計比賽	入圍獎	5A梁俊熙、5A陳世聰、5B陳咏鵬、5B莫亮滔、
	少年毅戰賽2019(男子青年組)	第三名	3A陳弘毅、3B蔡浩恩、3B盧旨康
	全港中學美式閃避球錦標賽2019	最有價值球員獎	3B蔡浩恩
		初中組冠軍	3A黃樂兒、3A李韋樂、3B蔡浩恩、3B盧旨康、3C張凱欣、3C劉懌嘉、3D何鴻樺、3D李曉澄、3D魏泳殷
		高中組殿軍	3A李韋樂、3A黃樂兒、3A方影蕎、3B蔡浩恩、3B盧旨康、3C張凱欣、3C劉懌嘉、3D何鴻樺、3D魏泳殷、3D李曉澄、4C陶佳俊
	屈臣氏集團香港學生運動員獎2019-2020	運動員獎	6C張浩賢
	培道×Barbie旗袍設計連場景設計(全港中學)邀請賽	優異獎	3A方影蕎、3D魏泳殷、4C陳婉蕎
	第十一屆校園藝術大使計劃	藝術大使	3C周家而、3D劉英淇
	第四十四屆全港青年學藝比賽 - 全港青年繪畫比賽(西洋畫)	優異獎	3C周家而
	尋找自然的故事 短片拍攝比賽	第三名	5A黃玉欣、5A童施燕、5B關慧楠、5B黎皓婷
	黃大仙-獅子山下的歲月攝影比賽	冠軍	1B盛俊壹
		亞軍	5B岑穎珊
		季軍	2D黃智洋
		最佳構圖獎	5D蔡永達、6A司徒蔚
		優異獎	1A陳毅珈、1A梁焯熙、2A孫嘉敏、2A譚泳枝、2C謝柔柔、2C楊楚紅、3C李凱喬、5A梁俊熙、5D蔡永達、6A司徒蔚
	學界越野賽 2019-2020 第三組第一區	(男子乙組)個人全場第三名	3B蔡浩恩
		(男子乙組)個人全場第六名	3A陳弘毅
		(男子乙組)個人全場第十名	3B盧旨康
		(男子乙組團體)第三名	2C蔡富新、3A陳弘毅、3B蔡浩恩、3B盧旨康、3B吳志成、4A林灝文
	第九屆無界限運動同樂日 - 盞色圍定向盃(青少年男子雙人組)	冠軍	3B蔡浩恩、3B盧旨康

得獎類別	得獎項目	獎項	得獎名單
服務及其他	香港課外活動優秀學生表揚計劃2019	優良證書	5A陳奕宏
	公益少年團	一等榮譽級獎章 (紅星榮譽徽章)	6D劉璇、6D宋依雯
		三等榮譽級獎章 (藍星榮譽徽章)	5A陳芷瑩
		中學中級獎章(橙章)	3B李慧炯、3C梁琯嶠、5A蘇樂兒、5A姚佩琦、5B葉雪華、6D吳倩瑜、6D唐子琪
		中學高級獎章(紫章)	3A李雅婷、3C梁琯嶠、4B馬嘉怡、5A陳奕宏
		優秀團隊獎	3A李雅婷、3B李慧炯、3C梁琯嶠、4B馬嘉怡、5A陳芷瑩、5A陳日勤、5A陳奕宏、5A蘇樂兒、5A姚佩琦、5B葉雪華、6C歐雪瑩、6C陳穎珊、6D劉璇、6D李瑋穎、6D莫曉澄、6D吳倩瑜、6D宋依雯、6D唐子琪
		積極團隊獎	3A李雅婷、3B李慧炯、3C梁琯嶠、4B馬嘉怡、5A陳芷瑩、5A陳日勤、5A陳奕宏、5A蘇樂兒、5A姚佩琦、5B葉雪華、6C歐雪瑩、6C陳穎珊、6D劉璇、6D李瑋穎、6D莫曉澄、6D吳倩瑜、6D宋依雯、6D唐子琪
	公益少年團關愛服務活動獎設計比賽	冠軍	3A李雅婷、3B李慧炯、3C梁琯嶠、4B馬嘉怡、5A陳芷瑩、5A陳日勤、5A陳奕宏、5A蘇樂兒、5A姚佩琦、5B葉雪華、6C歐雪瑩、6C陳穎珊、6D劉璇、6D李瑋穎、6D莫曉澄、6D吳倩瑜、6D宋依雯、6D唐子琪
	第二屆長幼樂VR計劃	最窩心義工獎	5C黎康清
		義工嘉許獎	5B李慧萍、5C黎康清、5C蘇佳茵、5C謝濠賢
第十三屆黃大仙區傑出學生選舉	傑出學生獎	3C陳盈豐、3C梁琯嶠、3C岑麗雯、4D連恩童、5A陳芷瑩、5A陳奕宏	
	領導才能獎	5A陳芷瑩	
第十二屆九龍地域傑出學生選舉	傑出學生獎	5A陳芷瑩、5A陳奕宏	

