



# 屯門官立中學

## Tuen Mun Government Secondary School

School  
Newsletter  
2025  
第二期

本校地址：新界屯門青山公路青山灣段393號 聯絡電話：2458 0459 傳真號碼：2618 3160

電郵地址：enquiry@mail.tmgss.edu.hk 學校網址：https://www.tmgss.edu.hk/

面書：https://www.facebook.com/tmgss1982/



Facebook



website

## Principal's Message

Principal CHAN Yan-kei

Retiring from my role as principal evokes a complex mix of emotions, including fond memories and immense pride. After years of dedication to guiding both students and staff, this farewell marks a heartfelt reflection on a journey filled with growth and transformation. Each experience has not only shaped our school community but also profoundly influenced my personal development.

As I prepare to leave, memories flood my mind - especially those early days when I stepped into this role, brimming with ambition and uncertainty. I recall the excitement of my first day, a blend of eagerness and apprehension as I walked through the school hallways, hoping to make a meaningful and lasting impact. Each year brought new challenges, from navigating curriculum changes to fostering a supportive environment for both students and teachers. The thrill of witnessing students unleashing their potential - whether through academic success, personal growth, or newfound confidence - has filled me with greatest satisfaction. The camaraderie built with colleagues, as we worked collaboratively towards common goals, stands out as a highlight of my tenure and will forever resonate in my heart.

Reflecting on our collective accomplishments at Tuen Mun Government Secondary School, I am overwhelmed with a sense of fulfilment. Together, we created programmes that enriched students' lives, enhanced academic performance and addressed the diverse needs of our community. Initiatives and community engagement projects transformed our school into more than just an institution of learning; it blossomed into a nurturing ground for future leaders. Knowing that I played a role in shaping countless lives is a legacy I cherish deeply, one that will remain with me long after I leave.

Yet, alongside this pride is a profound sense of loss. Leaving behind the vibrant energy of daily interactions, the laughter echoing through hallways, and the shared triumphs is bittersweet. I feel obligated to ensure that the values and vision we cultivated continue to thrive even after my retirement. The connections I have made with students and colleagues are irreplaceable, and I will miss the dynamic environment that has been my second home.

As I embark on the new phase of my life, I carry with me the invaluable lessons learned and the lasting friendships forged over the years. Retirement, to me, is not an end but a new beginning - a time to explore passions that have

long been set aside due to my busy career, such as travelling, pursuing hobbies and spending more quality time with my family. This is a chance for personal growth and enrichment, a new adventure filled with hope and possibilities, and a time to celebrate the past while embracing the future with the same optimism and enthusiasm that guided me through my career. While I may no longer serve in the capacity of principal, my commitment to education and the values I hold dear will remain steadfast.

As I bid farewell, I extend my heartfelt blessings to each of you - my students and colleagues. May you persist in striving for excellence, embrace challenges, and support one another as you grow. I encourage you all to continue embodying the values embedded in our school motto: "Cultivate Virtue, Pursue Knowledge". Remember, you possess the power to make a difference in the lives of others. Cherish the bonds we have formed and carry forward the values we have nurtured together. Each of you has the potential to inspire and to lead - just as you have inspired me.

I wish you all success, happiness, and fulfilment in every endeavour you pursue. Thank you for being such an integral part of my journey. It has been a privilege and a blessing to serve as your principal. I leave with wholehearted gratitude for your hard work and dedication that have made my time as principal truly rewarding. Though I may be stepping away from this role, I will always treasure the memories and connections we have built together.



Photo with Mr. CHOI Chi-Yuen,  
Deputy Director of Immigration  
Department, Alumnus  
and Guest of Honour of  
the 41<sup>st</sup> Annual Speech Day



Joyous roast pig-cutting  
ceremony in celebration of our  
newly renovated school hall



# English Drama Team's Best Production Ever: "Life's Complexities-What Would You Choose?"

Thanks to the perpetual support of Principal CHAN, Assistant Principals, teachers, parents and fellow students, TMGSS English Drama Team has risen to new heights! This year, our team fully incorporated cutting-edge technology into the play, courtesy of the newly installed LED video wall in our school hall. Not only does it encourage stage-background interactions, but it also maximizes the spatial capabilities of the stage, allowing for better flexibility and more expressive actions. It was such a grand production that included acting, scriptwriting, directing, set design, costume design, and even the magic of lighting and sound effects. All aspects were completed with our team members' hearts and souls. Through the sweat and laughter of rehearsals, we were proud to witness students bringing out the full performance to their optimal proficiency. Taking home the Adjudicator's Award in the 7<sup>th</sup> Inter-government Secondary Schools Drama Fest, we staged a public performance at Shau Kei Wan Government Secondary School on 10<sup>th</sup> May 2025. On top of the Adjudicators' Award, we pocketed six other major awards, namely Outstanding Script, Outstanding Director, Outstanding Performer, Outstanding Stage Effect, Outstanding Cooperation and Commendable Overall Performance. Congratulations to our English Drama Team on the astounding achievements!



## 76<sup>th</sup> Hong Kong Schools Speech Festival (English Speech)

To enhance their interest and confidence in English, students were encouraged to take part in the 76<sup>th</sup> Hong Kong Schools Speech Festival (English Speech). There were six pairs joining the Dramatic Duologue and 74 individuals participating in the solo competitions. Many participants received commendable results in Solo Verse Speaking, Solo Prose Reading, Public Speaking Solo, News Feature Presentation and Dramatic Duologue.

Thanks to our teachers' and students' hard work and perseverance, one got the Championship, three students came Second and five students came Third. A total of 70 students were awarded a Certificate of Merit.

Congratulations to all of them!



All winners



Champion



Winners of Second Place



Winners of Third Place

### List of winners:

2D	WONG LOK TUNG	First of Public Speaking Solo, Secondary 1 and 2
2D	HO CHING YAN	Second of Solo Verse Speaking, Non-Open, Secondary 1 and 2, Girls
3C	MAK CHUN KEI	Second of Solo Prose Reading, Non-Open, Secondary 3, Boys
5D	SUNG CHEUK TING	Second of Public Speaking Solo, Secondary 5
3C	MAK CHUN KEI	Third of Dramatic Duologue, Secondary 3 and 4
3D	WAN CHUN WAI	
3D	YEUNG CHING WANG	Third of News Feature Presentation, Secondary 3 and 4
4C	LI YUET HEI	Third of Solo Verse Speaking, Non-Open, Secondary 4, Girls
4D	YU LAP HANG	Third of News Feature Presentation, Secondary 3 and 4

## Gifted education

The Gifted Education Committee aims to identify and nurture students with exceptional talent. The committee encourages students to participate in various competitions.

One of the highlights is the Science Young Talents Competition organized by the Hong Kong Polytechnic University, an event that attracts participants from many esteemed schools. We are proud that our students excelled by reaching the final round among the top 40. The four outstanding candidates are all 5A students, namely Huang Cheng Han, Li Ho Man, Li Tsz Yi and Yu King Kwan. Reaching this stage in such a competitive environment is an extraordinary achievement, showcasing students' hard work, creativity and perseverance.



We are thrilled to share more wonderful news! Two of our exceptional students were invited to the final judging interview for the prestigious "Student of the Year" Awards by the South China Morning Post. This award recognizes the outstanding accomplishments of secondary school students. We couldn't be more proud of our two students, Ng Ching Yiu (4B) and Tsang Chak Hei (5C), who have made it to the final interview.



Once again, congratulations to Ching Yiu and Chak Hei! We hope they would continue to pursue their dreams and inspire more students along their journey.

Chak Hei, an accomplished sportsman, has displayed outstanding sportsmanship in cycling. His hard work and commitment to excellence are truly commendable.



Ching Yiu, a talented performer, has made remarkable contributions in performing arts — Latin Dance. Her dedication has inspired her peers a lot.

## 中華文化日



為推廣中華文化，本校於5月21日及22日舉辦了中華文化日，主題為二十四節氣。是次活動內容十分豐富，包括展板介紹、攤位遊戲、寫毛筆書法活動及圖書館專題書籍展覽。不同年級的學生透過閱讀展板的介紹和參與有趣的攤位遊戲，初步認識了中國二十四節氣的名稱、天氣特點及傳統習俗；再透過

以毛筆書寫有關二十四節氣的詩句和參觀圖書館專題書籍展覽，進一步深化對二十四節氣的了解。活動反應熱烈，不論是負責主持攤位的中文大使抑或參與活動的同學都十分投入認真，更有之前參加校內書法班的同學指導其他同學寫書法，達到中華文化薪火相傳的效果。



## 華服

### 走秀訓練及簡介會

為了讓學生透過親身體驗深入了解中華文化，本校將於試後活動舉辦華服講座及走秀活動。中三級四班各派出四位學生代表，將分別穿上華服，展示初唐、晚唐、宋和明代的服



裝，並由學生自行製作簡報及講解該朝代的服裝特色。參與活動的學生已於5月16日及5月30日出席兩節華服走秀訓練及簡介會，學習華服的流變及特點，並試穿華服，學生表現興奮雀躍，亦認真學習和備稿，期待他們精彩的表演！



## 毛筆書法班

為提高學生寫毛筆書法的興趣及能力，並弘揚中國書法藝術，本校於三月份舉辦了毛筆書法班。同學在課堂上學習書法基本知識，並透過實踐，練習執筆、坐立姿勢、筆劃、文字基本結構等書法技巧，從中培養對中華文化的興趣，陶冶性情。所有同學均同意課程增加其對毛筆書法的認識和興趣，超過九成同學表示有興趣參與其他不同類型的書法班。



書寫校訓



同學用心練習



大合照

# 寫作比賽

## 2024-2025年全國青少年 語文知識大賽「菁英盃」 (香港賽區) 現場作文比賽

本校同學積極參加由中國青少年語言文化學會舉辦的「菁英盃」現場作文比賽，整個賽程橫跨上下學期，參賽同學都能透過比賽提升了寫作的能力及信心。4D 李賜賢及賴沛初於決賽分別獲得二等獎及三等獎，並於5月18日舉行的總決賽分別獲得三等獎及二等獎。

## 第十三屆大學文學獎

6D 王培智憑藉新詩作品於香港浸會大學語文中心舉辦的第十三屆大學文學獎中榮獲少年作家獎。



## 致二十五年後的我。 寫出SDG未來

今年四月，中文科與品德及生命教育組安排同學參與由學友社主辦「『致二十五年後的我·寫出SDG未來』同創SDG世界紀錄活動」。活動讓學生通過給未來的自己書寫一封信，加深對聯合國所倡議的「可持續發展目標」(Sustainable Development Goals (SDG)) 及其理念的認識。學生能在寫作活動中反思自己作為全球公民在改善人類生活、促進和平與繁榮，以及實現可持續發展的角色，從中建立了正確的價值觀和以積極的態度迎向未來。

## 第四屆國際青少年 中文寫作比賽

本校學生經老師推薦參加國際化和雙語學校教育家協會、國際雙語專家教育管理(IBE)聯合舉辦的第四屆國際青少年中文寫作比賽，其中6B 趙裕貞及4D 李賜賢榮獲港澳台賽區高中組亞軍，5A 曾靜雅、4D 鄧鎧齡及3D 王靜瑜亦獲得優異獎。

## 中國語文科與 德育及生命教育組 合辦健康生活 徵文比賽頒獎



## 暑期課業比賽頒獎



## 朗誦比賽

第七十六屆香港  
校際朗誦節(2024)  
——中文朗誦優勝者表演  
——2A 李聆怡



# 辯論比賽

## 中三級班際辯論比賽

為提高學生的慎思明辨能力、協作能力及說話能力，本校於5月30日班主任課舉辦中三級班際辯論比賽，中三級四班各派出兩位學生代表，組成正反雙方：正方為3A及3C班，反方為3B及3D班。是次辯論比賽題目為「港鐵應增設女性專用車廂」，參賽同學都認真準備，賽況激烈，特別是自由辯論環節，

對賽雙方詞鋒銳利，台下同學都專心聆聽。最後3A及3C班組成的正方略勝一籌，以555分對547分勝出比賽，反方3D班張頌悠同學獲得最佳辯論員殊榮。



中三各班辯論員及中文科老師大合照



# 第六屆臥龍盃官立中學多角辯論賽2025



第一副辯龍子晴發言

與何文田官立中學、九龍工業學校及元朗公立中學論證「就香港目前情況，要育成未來所需人才，最應受重視的範疇是完善其他學習經歷」此一立場。過程中，各校同學善用通訊群組及視像會議交流，一起分享資料和商討論點，共同進步。

本年5月17日，2C 龍子晴代表本校出戰第六屆臥龍盃官立中學多角辯論賽2025，榮獲季軍。本校

與何文田官立中學、九龍工業學校及元朗公立中學論證「就香港目前情況，要育成未來所需人才，最應受重視的範疇是完善其他學習經歷」此一立場。過程中，各校同學善用通訊群組及視像會議交流，一起分享資料和商討論點，共同進步。



參賽辯員



參賽代表及辯論學會教練



臥龍盃得獎者合照

## 跨科組協作活動

中文科與品德及生命教育組於本學年合作，推薦同學參加不同單位主辦的活動與比賽，使同學有機會嘗試不同的挑戰，以探索自我興趣及潛能，並從中拓展視野、增強自信及培養正面的價值觀。活動包括校內健康生活徵文比賽、校內成語書法比賽、「向老師致敬2024——中文標語創作比賽」、「『尊重·負責·關愛·包容』標語創作大賽」、「第二十九屆全港學界對聯創作比賽」暨「第五屆國際對聯創作比賽」、「第八屆《小嘴巴·大世界——電台小主持培訓計畫》」、「『香港國安法——守護與希望』社交媒體帖文創作比賽」、「致二十五年後的我·寫出SDG未來」、「推廣肝臟健康計劃2024——全港中小學中文硬筆書法比賽」、「智能生活·未來探索原子筆中文書法比賽」、「第四屆『金筆獎』中文硬筆書法比賽」、「新界西北區毛筆書法比賽2024/25」、「第三屆校訓思源書法比賽」、「蘭亭勝會新界區毛筆書法比賽」、「魯迅青少年文學獎」等。



5C 劉曦金筆獎得獎作品



6C 蘇泓儒榮獲新界西北區毛筆書法比賽2024-25高中組亞軍



2D 吳勝宇榮獲新界西北區毛筆書法比賽2024-25初中組亞軍



2D 吳勝宇榮獲蘭亭勝會新界區毛筆書法比賽第一名

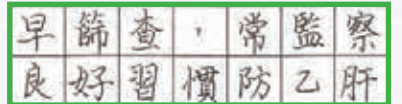
於「新界西北區毛筆書法比賽2024/25」，6C 蘇泓儒榮獲高中組亞軍、2D 吳勝宇榮獲初中組亞軍。在5月18日舉行的蘭亭勝會新界區毛筆書法比賽，本校派出五位同學參賽，最終由2D 吳勝宇勇奪第一名、2C 孫怡樂榮獲第三名、1C 陳靜茹、3C 鄭欣怡及3D 陳子悅獲優異獎，成績令人鼓舞。



蘭亭勝會新界區毛筆書法比賽得獎同學合照



成語書法比賽得獎者合照



6C 蘇泓儒推廣肝臟健康計劃2024——全港中小學中文硬筆書法比賽得獎作品

## 「香港國安法——守護與希望」 社交媒體帖文創作比賽

《香港國安法》實施五周年，《維護國家安全條例》亦已於2024年3月刊憲生效，在這別具意義的時刻，律政司聯同保安局特別舉辦社交媒體帖文創作比賽。本校分別派出初中組及高中組同學參賽，同學積極寫作劇本、拍攝影片、進行後期製作，以生動及富創意的方式傳遞法治精神，最終獲得高中組亞軍及最佳導師獎。



## 肇慶自然地貌及保育考察

地理科與境外交流及學習組於 2024 年 12 月 17 日至 18 日舉辦了「中三級同根同心——肇慶自然地貌及保育考察」，中三全級學生前往肇慶，進行為期兩天的考察，深入了解當地的歷史文化、風俗特色以及自然保育。

這次考察的核心是認識國家的自然地貌保育。學生參觀了七星岩、蝴蝶谷和鼎湖山三個景區，通過接觸大自然，舒展身心，並了解肇慶的天然資源，學生認識到這裡多樣化的動植物、瀕危及受國家保護的物種，以及原始森林景觀和喀斯特地貌的特徵。在參觀過程中，他們也關注到各景區的旅遊設施及開發情況，思考開發自然地貌為風景區對環境、當地經濟和居民生活的影響。

在文化歷史方面，學生參觀了肇慶市博物館，透過觀察古跡建築，深入了解肇慶的文化歷史。此外，他們還認識了肇慶著名的端硯製作工藝，了解從硯石的開採到雕刻的整個過程，這些作品將實用性與美感完美結合，反映了端硯工匠對美和功能的堅持，展現了肇慶獨有的民間藝術。

屯官學生在考察團中加深了對肇慶歷史與人文的認識，還認識到當地天然資源的價值，以及肇慶市政府在自然保育方面面臨的挑戰。學生亦能反思環境保護的重要性，並意識到維護國家資源與生態安全的必要性。



大家走到蝴蝶谷的溪澗山谷拍照



來到鼎湖山，學生也試試拋許願球到銅鼎內



### 3A 黃翹熙

在鼎湖山中有許多我不認識的小動物，有漂亮的山和水，讓我感受到大自然的奧秘。蝴蝶谷就像世外桃源，那裡的景色讓我下定決心去保護這孕育了不同生物的大自然。

### 3C 張浩銳

參觀七星岩的過程中，我了解到非常獨特的喀斯特地貌是如何形成的，也認識到溶洞、地下河、石筍、石柱等景觀的特點和演化過程。



鼎湖山景區內有現時世界上最大的鼎，稱為九龍寶鼎

### 3B 陳紫玲

肇慶市博物館裡陳列了很多稀有的礦石及具有歷史價值的展品，令我大開眼界，也了解到一些肇慶的自然地貌，增加我對中史和地理的興趣。

### 3D 陳頌希

鼎湖山的地勢非常獨特，擁有豐富的生物多樣性。我還注意到當地積極平衡旅遊發展與自然保育之間的關係呢！



學生在肇慶市博物館新館聆聽導遊講解肇慶的歷史發展



學生在七星岩景區內留影



七星岩景區內有嶺南地區保存得最多的摩崖石刻群

# 心繫家國

## 科學科

# 中醫學寶庫探究專題研習 「後下薄荷之最佳浸泡時間」



本學年我們參加了「心繫家國」中醫學寶庫探究——專題研習比賽，豐富了我們的中醫藥知識。我們以「後下」——一種煎藥方法進行研究。「後下」是中醫藥學中一種特殊的煎藥方法，指在其他藥材快要煎好時，再加入某些有揮發性成分的藥材。是次研究目的主要探討薄荷葉「後下」的煎藥方法，以蒸餾法模擬真實煎煮中藥的情況，當水煮至沸騰（100°C）的溫度下，加入薄荷葉，每兩分鐘記錄從薄荷葉所得的精油分量，研究薄荷葉在十五分鐘內，哪一段時間內釋出最多精油，從而發揮最大的藥用價值。這次的中藥研究，我們深刻地學習到中醫藥的技術，例如：四診的技巧和原理。我們亦在研究過程中學習到如何組裝實驗設備等，獲益良多。



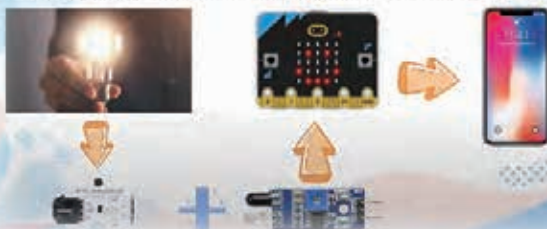
# 香港創科展 2024-2025 優異作品：「智能藥物箱」

2C 黃睿翹設計了一個提醒老人家吃藥的藥物箱，減輕照顧者的負擔。黃同學的設計是針對現時藥箱的設計缺點改善為：

1. 容量較大。
2. 具鬧鐘功能，用家人的聲音提示吃藥時間，令長者感到親切。
3. 可放液體藥物。
4. 加了竹炭和樟木球，能夠吸濕及淨化空氣，可防水和防潮。
5. 採用不透明物料製成，不被太陽直射，令藥物的保質期變長。
6. 為了令長者知道何時要更換樟木球及竹炭，特別加設多一個 micro:bit 及濕度感應器，讓長者隨時查看藥箱內的濕度及溫度。
7. 藥物箱額外安裝了視訊鏡頭，當鏡頭偵測到有人打開藥盒時，就會發放訊息給特定人士如家人，讓他們掌握長者吃藥的時間及吃藥的情形，可以有效地減低長者忘記吃藥和吃錯藥的風險。

這個作品亦運用了 **scratch** 編程和 **Micro-bit**

在藥盒上放置光感應器和移動感應器，來檢測用者是否打開藥盒。食藥光感應器和移動感應器就會連接 **Micro-bit**，再連接到手機或電腦



2C 黃睿翹和她的智能藥物箱

# STEAM

## 「協同創新」 無人機 產業園參訪



2025年1月18日，本校與姊妹學校深圳市福田中學一起參加了

「協同創新」無人機產業園參訪交流團。我們一起參觀了位於深圳市的高科技企業「高巨創新」，了解祖國近年在科技及人工智能的發展，我們更進行了無人機及機械人競賽。當天兩校學生相處融洽愉快，本校學生亦加深了對姊妹學校的認識，增進了與姊妹學校同學的情誼。



## STEAM 課程

本校成功向政府數字政策辦公室的「中學IT創新實驗室」計劃申請撥款，於2025年2月至6月舉辦「鐳射切割及三維打印人工智能物聯網應用課程」及「AI發

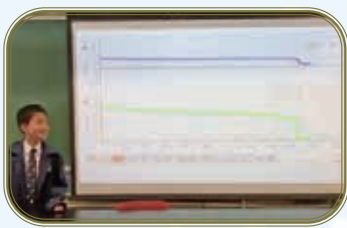


明家課程」，訓練學生運用數理科技等範疇的知識，激發創意思維及培養STEAM素養，以解決日常生活的難題。



## 香港數理學會數碼科學短片製作比賽 「究竟 AA 鹼性電池有幾『命硬』？」

香港數理學會在本年度舉辦「數碼科學」短片製作比賽，主題為「檢測科學——電池」。本校學生以短片「究竟 AA 鹼性電池有幾『命硬』？」參賽，展現了他們在科學和數理領域的專業能力及實踐素養。比賽中，參賽者進行了對電池性能的檢測和分析，這不僅提升了他們的實驗技能，也增強了他們對電池技術的理解。本校學生對科學的認真和熱情獲主辦方嘉許，榮獲優異獎。



## 法證科學講座



# 健康管理與社會關懷科

## 走進「真人圖書館」： 與復元人士對話，共建關懷社區

本校中五級健康管理與社會關懷科學生在3月17日前往屯門湖景邨，參加新生精神康復會「安泰軒」的「復元計劃」活動。活動以「真人圖書館」形式進行，由曾經患上抑鬱症或思覺失調的復元人士主持，親身分享她們的生命故事，讓學生透過真實對話，深入理解精神健康議題，並反思社區共融的重要性。「真人圖書館」的概念旨在透過對話消除歧視。學生在活動中不僅是聽眾，更能提問互動，從中認識到精神復元是一個漫長而充滿希望的過程。這種互動模式比課本教學更生動，讓學生深刻體會到「每個人都有自己的故事」，並學會尊重差異，以同理心看待精神健康問題。復元人士講述自己的經歷，例如因家人離世而陷入情緒困擾；由發現患病到接受治療，如何在家人和社會服務的支援下，逐漸走向康復的歷程。學生們感受到精神疾病並非遙不可及，反思自己作為社區一分子，能透過關懷與接納，幫助復元人士重新融入社會，履行公民社會責任，攜手共建包容、友善的社區。



新生精神康復會復元計劃



履行社會責任，建立共融社區

## 「親歷·思·覺」工作坊



為了讓學生更深入理解學科知識，並結合 STEAM 教育理念，本校於2月27日邀請新生精神康復會到校，為修讀健康管理與社會關懷科學生進行「親歷·思·覺」工作坊。

在工作坊中，活動運用虛擬實境（VR）技術，學生戴上裝置，以VR模擬思覺失調患者的視角，以沉浸式體驗走進思覺失調患者的世界，親身感受「幻聽」和「幻覺」所帶來的困擾，親歷患者在日常生活中出現的混亂感知。透過小組討論及分享，引導學生反思社會對精神疾病標籤化的問題，從而培養同理心，認識到消除歧視的重要性，有助共建和諧社區。



以虛擬實境技術體驗思覺失調患者的視角



了解思覺失調的病徵

# 輔導組

## 中六級「為你打打氣」活動

輔導組於 2025 年 2 月 21 日舉辦了中六級「為你打打氣」活動，透過師生共同參與不同類型的活動，如純銀黏土飾物製作、簇絨工作坊、藍牙喇叭製作、皮革手工作坊、攻防箭活動，以及「給自己的信」。多元化的活動切合了不同學生的需要，不僅讓學生在緊張的學業生活中得以放鬆，也發展了學生的多元智能。師生共同參與促進了師生之間及同學之間的聯繫與交流，使學生能夠與朋輩及師長建立聯繫感，學習紓解壓力的方法，並了解到精神健康的重要性。

活動中的「給自己的信」環節，讓學生給未來的自己寫信，回顧過去自我的變化，為未來可能遇到的困難及挑戰做好準備，並提供安慰與鼓勵的話語，讓現在的自己成為未來的支持者。



皮革手工作坊



設計銀戒指



「攻防箭」



簇絨工作坊



你攻我守的室內箭藝



量度戒指尺寸



藍牙擴音器



純銀黏土飾物製作



與老師一起製作



簇絨氈成品

## 「校園·好精神」

### 加強推廣校園精神健康的措施 SOUL Keeper 精神健康守護者計劃

本校一直以學生的福祉和精神健康為先，並積極推動相關活動以促進學生與教師的精神健康。今年，輔導組充分利用「校園·好精神」一筆過津貼，與童軍知友社舉辦了一系列創新活動，這些活動巧妙地融合了 STEAM 元素。



以有趣的方式強化學習記憶

在教師發展日中，全體教師學習了 SOUL Keeper 技巧，旨在早期辨識並支援青少年情緒危機，營造全面促進精神健康的校園環境。19 位朋輩輔導員在 2024 年 8 月參加了「友善社區 -SOUL Keeper」證書課程 (Lv1)。該課程涵蓋六種基本情緒識別及使用心靈互動畫冊和表達藝術工具來掌握滋養心靈的方法，並將 SOUL Keeper 原則應用於朋輩輔導工作，幫助學生及早辨識自己及同學的情緒需求，共同創造一個關愛的校園氛圍，為成為同儕的情緒守護者做好準備。

此外，中四級學生在 2025 年 2 月參與了「SeeU·SOUL」AR 體驗活動，利用創新技術認識基本情緒及 SOUL 四個滋養心靈的基本元素，學習如何更好地關顧自己與他人。此活動通過擴展實境 (AR) 和虛擬實境 (VR) 技術，提升學生對學習 SOUL Keeper 概念及技巧的想像力、互動性和融入感。這種沉浸式學習方法使學生能在模擬環境中，以有趣的方式強化學習記憶，進一步增強他們的情緒管理和支持能力。



擴展實境  
沉浸體驗

### 2024友善社區-SOUL Keeper 證書課程學生

3A	鄒嘉樂	3D	李殷嵐
3A	鄭頌蕎	5A	鄭梓旋
3A	朱睿妍	5A	鄭瑤
3A	陳雅妍	5C	林子茵
3A	丘翹銘	5B	羅梓穎
3B	陳凱婷	5B	湯愷蕎
3B	林穎嘉	5B	謝優賢
3C	劉凱晴	5D	劉栢柔
3C	吳學鳴	5D	徐子心
3D	陳沛因		



自我關顧體驗工作坊

# 校友成長分享會

輔導組在 2025 年 2 月邀請了 2020 年畢業生范愷蓉校友向中六同學分享她離開屯門官立中學以後的種種挑戰，包括她面對聯合招生（JUPAS）錄取結果的心路歷程，在接受學士還是副學士之間的選擇；亦分享了就讀大專與中學截然不同的學習體會，為即將升讀大學的師弟妹傳授心得。她選擇從香港專上學院（HKCC）副學士起步，並以目標為導向，努力將平均積點（GPA）維持在最高分數，最終以優等（Distinction）成績成功轉讀香港城市大學工商管理學士（市場營銷）課程。入讀城大期間，她持續奮鬥，最終以一級榮譽畢業並榮登院長嘉許名單，其畢業報告更榮獲了城市大學「傑出學生市場顧問獎」冠軍。在分享會中，她特別提到回校分享的目的是「感謝母校在其成長過程中提供無限支持」，這幫助她從消極思維轉變為成長型思維，使她在面對挑戰和失敗時能夠視之為成長的機會。她寄語在座同學，要感謝生命中所有不愉快的經歷，因為這些經歷讓大家變得更加堅強。

中六同學的問卷結果顯示，他們認為學姐的分享別具意義，是中六生涯最後的美好回憶。這次分享不僅鼓勵他們面對逆境時振作，還增強他們備戰 DSE 考試的信心。



校友分享成長經歷，  
勉勵準畢業生

## 甜甜加油站

二月的時候，校園響起悅耳又熟悉的《藍色多瑙河》音樂——原來是輔導組安排的軟雪糕派發活動。同學的臉上洋溢著笑容，與友伴快樂地享受香甜可口的雪糕，為美好的校園回憶增添新的一頁。

輔導組舉辦此次活動，不僅為學生帶來甜蜜的驚喜，也期望同學能夠適時休息（Rest）與放鬆（Relaxation），關注自身的精神健康，實踐自我關懷。本組將持續以不同方式營造關愛和諧的環境，讓老師與學生感到被愛及關懷，增強彼此之間的情感連結及對學校的歸屬感。



快樂的校園時光



分享是雙倍的快樂



為我們打打氣



師長的支持甜在心頭

## 卡卡頌比賽

輔導組透過桌上遊戲的形式鼓勵學生進行正面溝通，並訓練他們的互動思維，啟發他們的另類學習模式與潛能。在 2025 年 1 月 17 日，由 HKBGEA 香港桌上遊戲教育學苑、香港創新智力運動協會、Capstone Boardgame Co. 及聖愛德華天主教小學舉辦的聖愛德華卡卡頌精英挑戰賽中，我校同學表現出色，獲得了多項獎項，展現了他們在桌上遊戲中的智慧與創意。此類型活動讓學生不僅能提升自身的思考能力和溝通技巧，還能在競爭中磨練意志，培養團隊合作精神。



團體亞軍



團體冠軍



社工郭Sir積極發展學生潛能

### 獲獎名單

項目	班別	姓名	獎項
聖愛德華卡卡頌精英挑戰賽個人賽	1A	陳子亮	金獎
	2A	田浩然	金獎
	2A	徐浩庭	銀獎
	2A	戴迪生	銀獎
	2B	陳峻安	銀獎
聖愛德華卡卡頌精英挑戰賽團體賽	1B	陸正航	銅獎
	1C	陳鈺釗	冠軍
	2A	戴迪生	
	2A	田浩然	
	2A	徐浩庭	亞軍
	1A	陳子亮	
	1B	陸正航	
1B	邱景輝		
2B	陳峻安		

# 清新校園計劃

## 製作及贈送紀念品予中六同學

為祝福中六級同學應考 DSE 取得佳績，前程錦繡，全體清新大使合力製作超過 100 個蝶古巴特筆袋，並在中六級最後集會親手贈送給中六級同學，由中六各班代表領取。



## 攤位遊戲

本校清新大使在負責老師和童軍知友社社工的帶領下準備攤位遊戲，以遊戲的形式向校內同學宣傳禁毒、運動健康和心理健康的資訊。學生在籌備活動時表現積極認真，富責任感，參與遊戲的學生反應踴躍投入，中六級同學亦藉玩攤位遊戲減低學習壓力，而陳校長更親身支持，並與全體清新大使合照。



## 名人講堂

本校於 5 月 30 日中四級班主任課邀請了香港滑板學院創辦人張恒達先生到校分享個人經歷，勉勵學生自強，以積極正面的態度面對挫折和逆境。學生深受啟發，積極發問，反應熱烈。講座之後，4A 班同學更參與了滑板體驗活動。



## 參觀明愛容圃中心

清新大使於 2 月 24 日參觀位於屯門大興邨的明愛容圃中心，當日學生在講座中認識了毒品的禍害、香港協助戒毒者的機構和相關法例，亦透過 VR 遊戲和戒毒者的親身分享，深切明白到毒品的禍害。



## 清新大使分享會及頒獎禮

本學年本校 12 位清新大使在一系列的訓練及活動中表現優秀，積極投入活動，陳校長於 5 月 28 日早會頒發嘉許狀給全體清新大使。



## 清新大使感想

### 3A 梁詩琪

這次清新大使的活動讓我收穫滿滿，在活動中我們做了各種手工、聊天和玩遊戲，也舉辦了兩次攤位遊戲，每一次創作、聊天都十分快樂。十分感謝老師的悉心指導，也感謝同學的陪伴與幫助，讓清新大使變成了難忘的回憶。我亦學會了享受當下，靜心感受每件事帶來的幸福，繼續讓雙手創造美好回憶。

### 3D 溫雋威

我十分感恩可以參加是次計劃，成為清新大使的其中一員。首先，我由衷地感謝黃老師和張姑娘，想方設法地讓我們享受活動的過程，同時也學習不同方面的技巧和知識，例如和諧粉彩、禁毒知識等等。這次活動為我的中三學年添上了色彩，在努力讀書的同時，亦能夠放鬆身心，緩解學習帶來的壓力。

## 校園講座：拒絕毒品誘惑

鑑於近日吸食毒品太空油的人數上升，造成極大的禍害，本校邀請了童軍知友社社工張姑娘於 5 月 2 日中五級班主任課為同學講解太空油對身心的傷害，並向同學講解如何拒絕毒品的誘惑。



# 學生全人發展組

## 「毒品太空油禍害」講座

全人發展組及訓導組邀請「明愛容園中心」為全校（中一至中五級）學生舉行「毒品太空油禍害」講座。



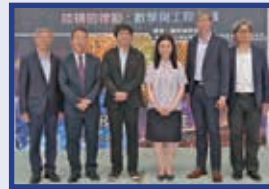
## 「數學在 STEAM 世界中的應用」傑出學人講座系列 —— 「結構的律動：數學與工程共舞」

教育局在 5 月 9 日於本校舉辦講座，主題為「數學在 STEAM 世界中的應用」傑出學人講座系列 —— 「結構的律動：數學與工程共舞」；講座由香港科技大學副學務長及工程教育創新中心副主任陳銳斌教授主講。陳教授致力研究建築材料力學、橋樑動力學、科技驅動的教學方法、核心設計、創造力及創新能力發展、工程身份建構及國際化等。

在講座中，陳教授講解了數學與土木工程之間的奇妙聯繫，特別是在建築物設計和安全方面的關聯。他透過深入講解相關的數學概念，闡釋這些概念在確保建築物能夠抵禦颶風和地震等強大自然力量時所起的關鍵作用。

除了本校學生，還有校外嘉賓及友校同學約三百多人蒞臨出席。透過傑出學人的分享，讓學生探索充滿趣味的工程世界，並加強對工程科技的認識及開拓個人視野，從而裝備自己，為面對未來種種機遇作好準備。

是次活動非常難得，學生積極參與，爭取機會向陳教授發問，氣氛熱烈。



## 英語戲劇欣賞活動： 探臥龍 (Rousing the Dragon)



## 香港馬戲表演： 「水晶球大環雜耍示範」



## 粵目賞心活動： 「粵目賞心 —— 茶館劇場教育專場」

4A 李芷瑤

在這次活動中，我欣賞了不同粵劇選曲表演。其中《騎馬》的粵劇表演令我最難忘，表演者沒有以語言表達，但清楚、生動地表演出騎馬的過程。從開始的佩戴馬鞍、騎馬過程、下馬等等，一一地展現出來，令我嘆為觀止。我見證了中國音樂的博大精深，原來中



樂除了能彈奏歌曲外，也能模仿各種聲音如小鳥叫聲、馬車聲、嬰兒哭聲！在「粵目賞心」的活動，我了解到更多關於中國傳統粵劇的知識，更知悉了背後的歷史故事，獲益良多。

## 環保署及本校環境教育組： 參觀轉廢為能設施 T·PARK

5D 鄭藝晴

今天到訪T·Park後，我了解到這是一座大型的污泥回收廠，追求轉廢為能 (Waste to energy)。巨型焚化爐採用了「活動爐排」焚化技術，T·Park內的食水、電力都是在廠房產生，焚化爐釋放的熱

能會轉化成蒸氣，每個小時產生大概 14 兆瓦電。污泥其實也可以有很多的用處，不只是固體廢物。我在這次的活動中獲益良多，明白環保的重要性。



## 國際十字路會： 「環球X體驗活動：掙扎求存」

本校全人發展組參加了國際十字路會主辦的〈環球X體驗活動：掙扎求存〉體驗活動，讓學生感受生活在貧窮線下的苦況，擴闊他們的視野，豐富他們的人生經驗，藉此培養他們感恩惜福的美德，並建立他們的正面價值觀。



## 大灣區學校講座： 「透視粵港澳大灣區跨境電商」

5D 陳俊百

這次大灣區發展講座令我們獲益良多，對於我個人而言，這讓我明白到大灣區的發展趨勢和香港融入大灣區的必然性。香港在大灣區的發展地位非常重要，大灣區的發展可以為香港創造更多的發展空間和職位，而香港也可以令大灣區的發展更為迅速，二者其實是互助的。這次的講座同樣也讓我明白到大灣區提供的工作機會繁多，增加了我日後工作的選擇。



## 感恩活動

### 藉着小息「多謝您」



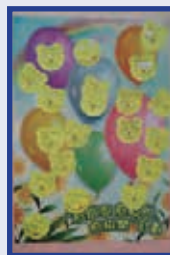
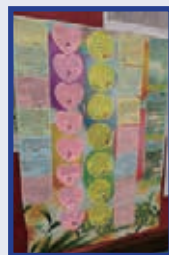
為了讓同學更欣賞身邊的人和事，常存感恩的心。全人發展組於三月至五月期間的小息時段，安排每班派兩至三位同學，透過中央廣播系統，向不同持分者（校

長、副校長、班主任、科任老師、其他老師、父母、工友、其他教職員、同學）致謝，並選一首歌點播給感激的對象。同學也分享了校園生活點滴和趣事。



### 每天「感謝您」一些

各班同學在「感謝海報」上貼上感謝字句，表達對不同持分者感激之情。



# 生涯規劃教育組「生涯有共識」家長教育計劃

本校與東華三院何玉清教育心理服務中心合辦「生涯有共識」家長教育計劃。透過八節課堂，協助家長認識自己、提升家長與子女的溝通技巧及支援子女探索職涯發展的信心及能力。



家長投入小組活動



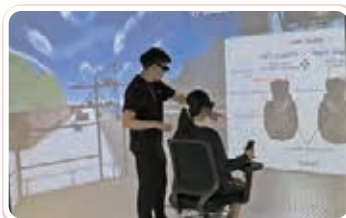
陳校長向機構代表頒發紀念旗

## 參觀香港理工大學

本校生涯規劃教育組於4月29日帶領中五學生參觀香港理工大學，目的是讓學生了解香港理工大學的學士學位課程資訊及參觀學與教設施。

### 5C 謝俊寶

我們首先參觀了深切治療部 (ICU) 的護理工作，了解到護理員要時時刻刻留意病人的情況，不能有一點鬆懈，並且要比照顧普通病人更加用心。在視光學的體驗活動中，我們亦通過醫院無處不在的無障礙通道和其他專用設施明白到「為他人設想」，亦了解更多隱藏在日常生活背後的知識，讓我對未來的職業路向有更多的了解。



### 5C 顏穎心

我於是次活動參觀了香港理工大學的商學院。我明白到看似簡單的航運當中其實牽涉很多專業的知識，我亦透過 VR 活動體驗了在貨櫃碼頭搬運貨櫃，令我明白到這個職業對眼界的準繩度及專業度也有相當高的要求，令我更有興趣去了解不同大學商學院的特色，希望能夠找到最適合自己的升學就業計劃。



### 5C 孟錦澄

這次活動大大地增加了我對大學聯合招生辦法 (JUPAS) 和大學學士學位的了解，有助我提前裝備自己，也讓我明白到自己與理想之間的差距。除了加強自我認知，亦成為我學習的動力。總括而言，是次參觀活動能掃清我對升學過程的疑慮，讓我在迷霧重重的未來中看清前路。



# 教育局「商校合作計劃」工作體驗計劃

## 6B 莫曼琪 廣博中醫治療中心 (5/2025)

今次的體驗活動讓我對中醫業有更多的了解。在這三天中，我每天都有不同的活動體驗，分別是：跟診、配藥以及針灸。令我印象最深刻的是配藥。藥物所用的量因人而異，需要很小心量度不同藥物的劑量，以免令病人有不良反應。而且配藥需要全日站在該崗位，不單考驗自己的專心程度，更加考驗體力。在跟診方面，我亦學習不少。透過觀察教授看病的過程，我了解不少病症的症狀。透過這次親身體驗，我對中醫這一行業的工作和未來發展趨勢有更宏觀的了解，堅定我將來選擇選讀中醫的信心。



度，更加考驗體力。在跟診方面，我亦學習不少。透過觀察教授看病的過程，我了解不少病症的症狀。透過這次親身體驗，我對中醫這一行業的工作和未來發展趨勢有更宏觀的了解，堅定我將來選擇選讀中醫的信心。

## 5A 史翠琦 深水埗區議會保良局石硤尾社區服務中心 (4/2025)

社區服務中心的業務主要分為三方面，分別是託管服務、有營飯堂及興趣班。兩天的工作體驗中，我主要負責在託管室中照顧小朋友，亦有參與午餐時段有營飯堂的派籌工作。看管兒童比想像中更具挑戰性，亦令我最難忘。我認識了社區服務行業的多元化，亦讓我確立自己對未來升學就業的方向。活動完結之後，我想參與更多類似的工作體驗計劃，多認識不同行業的真實一面。



## 樓宇安全學生大使計劃

「探索宜居社區——短片創作比賽」網上投票最受歡迎獎

### 4C 陳沛因、劉浚軒、姚雨晴

在 2024 年暑假，我們參與由屋宇署舉辦的「樓宇安全學生大使計劃」，當中的活動包括「樓宇安全網上講座」、「職業導向分享日」、「主播體驗工作坊」以及「探索宜居社區——短片創作比賽」，我們獲益良多。

從樓宇安全網上講座中，我們認識到樓宇滲水的知識，強制驗樓及驗窗計劃的詳情，還有一般室內改動、加建工程和常見的僭建物，讓我們了解樓宇安全普及的重要性。

在主播體驗工作坊裏，我們有幸參與前新聞主播伍家謙先生的課堂，伍先生跟我們分享他的主播經驗以及心得。我們明瞭到成為主播的條件，學到蒐集資料、報導和採訪的技巧，令我們於短片比賽當中能學以致用，最終突圍而出。

至於職業導向分享日，我們分別前往建築師、測量師以及工程師公司，了解不同行業所做的事情。原來一座樓宇能建成是要有賴不同單位合作，他們的工作包括設計、監督、建築、檢查等等，就好像一個社會需要很多人去組成。



我們透過以上活動所學到的技巧，運用於短片創作比賽中，例如用訪問形式，向屯門區議員陳文偉先生以及林的徽先生探討有關屯門的房屋及設施的問題，從而研究屯門是否一個宜居的社區。

總括而言，是次活動讓我們更認清自己的生涯規劃，知道行業的入行標準，令我們為將來做好準備。活動亦令我們在住、行方面理解社區情況，加強社區歸屬感。



# 學生支援組

樂趣，令學生得以放慢腳步，輕鬆減壓。首席守護大使於早會分享是次活動，向全校推廣精神健康的資訊，更有中一級學生分享參與活動後的心得。

此外，學生支援組於本學年再次帶領學生參加由學友社舉辦的「V-STAR 正向青年·齊起動」計劃，透過參與運動、學習及社區服務的活動，培養及提升學生的正向思維。學生於5月10日參與沙頭角禁區考察活動，進一步了解新界過去被租借至回歸祖國的歷史，從而建立守法意識及國民身份認同。學生也參加了獅藝活動。舞獅是中華民族歷代流傳的傳統民俗活動，學生透過學習獅藝技巧，加深對中國文化的認識。

## 學生感想

### 多肉植物心靈療癒課



這次活動令我獲益良多，在活動過程中，令我印象深刻的是導師提到多肉植物就和我們一樣，有著不同的特性，所以我們要學會包容身邊的人。導師亦提到，要多肉植物生長得更茂盛，平日就要多稱讚它，給予它更多正能量；反之如果經常向它展露負面情緒，會令它更容易枯萎。就像我們一樣，得到鼓勵會令我們變得自信，經常受到批評會令我們變得內向膽小。除了學到種植技巧外，這次活動更令我學習到如何和他人相處。衷心希望學校往後能舉辦更多類似的活動，令我們能學習更多。

1C 陳昕翹

參加這個獅藝活動讓我受益匪淺。獅舞是一種充滿活力與文化內涵的表演藝術，每一個動作都展現著勇氣與力量。在活動中，觀察到同學們的默契和合作，讓我深深感受到團隊合作的精神。學習獅舞的過程不僅是對技巧的掌握，更是對傳統文化的理解與尊重。我明白了獅藝不僅是一種藝術形式，更是連結我們每個人的橋樑，讓我感受到這份藝術的延續性。我希望未來能夠將這份熱情與獅藝的魅力傳遞給更多的人，讓這項美麗的傳統在未來繼續閃耀光芒。



獅藝

2C 布曉澄

到沙頭角參觀令我獲益良多。當天，我們參觀了多個地方，其中令我印象最深刻的是舊沙頭角消防局和沙頭角故事館。舊沙頭角消防局展示了許多過去的歷史資料，讓我了解到過去消防員的工作情況，室內的小型展覽也展出了當時的工具，令我對消防歷史有更深刻認識。沙頭角故事館則陳列了各種舊時工具，讓我認識到昔日的生活方式。這次參觀讓



參觀沙頭角

我對沙頭角的文化及歷史有了更全面的了解，希望將來有更多機會深入認識香港的歷史。

2C 潘恩諾

# 環保教育組

本校環境教育組一直致力推動校內環境教育，組織中二至中五級學生擔任環境教育大使，積極參加校外培訓之餘，亦協助舉辦校內環保活動，宣揚環保訊息。過去一年，十位環保大使參加由香港海洋公園保育基金主辦的「中學生保育淡水龜及生態教育大使」計劃。他們在參加連續的培訓活動如河溪考察及淡水龜護理工作坊後，在校內舉辦了一系列教育活動以推廣保育淡水龜的信息。教育活動包括以保育主題的開放日攤位、早會分享、劇本殺、環保周及淡水生境小課堂，每項活動均充分展現環保大使的創意及合作精神。好像劇本殺的劇本是由學生構思創作，以兇殺案為主線，加入淡水生態及原生與外來物種元素知識為破案線索，令學生在參與討論中增長知識，充滿趣味。環保周則設有關淡水龜及淡水生態為主題的攤位、配合循環經濟概念的遊戲，讓同學多了解最新的環境議題。環保大使更因應參加環保周攤位的學生與開放日受眾年紀有別而把問題重新調整，設計淡水龜知識小科普投球、問答遊戲及自創急口令比賽。校長、副校長及老師即場參與攤位遊戲，並盛讚活動甚有意義。師生興奮投入的氣氛令籌辦活動的大使深感鼓舞！

環保大使 5B 羅梓穎因著出色的表現、對環境保育的熱誠及投入，在今學年榮獲環境運動委員會、環境及生態局、環境保護署及教育局所舉辦的「香港環境卓越大獎（學校界別）」的「卓越學生環境保護大使獎」。同學的努力得到主辦方的嘉許，榮獲活動分享會及結業禮的冠軍。本組來年會繼續努力，讓更多屯官學生一齊參與推動環境保育的工作。

本校環境教育組一直致力推動校內環境教育，組織中二至中五級學生擔任環境教育大使，積極參加校外培訓之餘，亦協助舉辦校內環保活動，宣揚環保訊息。

過去一年，十位環保大使參加由香港海洋公園保育基金主辦的「中學生保育淡水



# 社會服務組

本校社會服務組一直致力培養同學關愛、尊重他人、服務社會的精神。本年度九位中三至中四級學生參加賽馬會眾心行善——義工推廣校園夥伴計劃的義工領袖計劃，通過導師的帶領，同學可以從活動設計和規劃中，反思社會不同群眾的需要，了解不同有需要人士在社區生活時所面對的困難，繼而設計義工活動給社區有需要人士。

同學決定服務對象及對義工活動有大概的印象後，通過真人圖書館和視障人士的對話，了解他們的生活習慣和日常生活面對的困難，亦學會如何在日常生活與他們相處，如利用領路法讓新失明人士知道身處地方的障礙，令到他們可以順利到達目的地。最後，同學決定活動內容為與視障人士到長洲一日遊，通過他們的帶領，克服對到達陌生地方的困難，讓視障人士可以有更多機會接觸不同的事物。

同學於五月二十一日帶領五位失明人士從中環出發到長洲遊歷，同學利用學會的領路法及口述影像的方式，把長洲的歷史文化呈現給視障人士。同學當天與視障人士共進午餐後，帶領他們參觀長洲戲院、北帝廟及遊歷長洲的大街小巷，讓視障人士能夠認識長洲的文化，更能通過同學的帶領，學習在陌生地方辨別方向的方法。



同學介紹長洲戲院歷史



同學引領視障人士到地鐵站



同學引領視障人士參觀北帝廟

## 學生感言

經過半年多的籌備，我們終於和五名視障人士一起遊歷長洲。我們以口述的方式向他們介紹長洲戲院和北帝廟的裝潢和歷史。當中我們運用領路法帶領他們遊走長洲，通過我們的提示，視障人士走過凹凸不平的道路及避開路上的障礙物。我們很高興能夠與他們一同探索他們或許從未踏足的地方。他們即使看不清眼前一切事物，仍然活力十足，並沒有因此氣餒。這令我們反思自己在面對逆境時的態度和解決方法。

3C 周芷攸 劉倩希

這次的活動讓我獲益良多，不單讓我認識到視障人士平日會遇到的困難，還增添了不少關於長洲歷史背景的知識。我們在地鐵站出閘口等待視障人士集合時，出站的人一批又一批，想在衆多的人中找到他們並不是一件簡單的事。你可能想，看到拿著杖的不就是視障人士嗎，但需要從拿著雨傘和拐杖的人群中，找到參加活動的視障人士卻是一件困難的事，這段小插曲令我稍稍擔憂其後的行程。但之後的行程卻是出乎我的預期，我們之間並沒有隔閡，一同參觀長洲不同的景點，與他們相處的歡樂時光，已成為我腦海中難忘的回憶。

4D 甘曉樂

我曾在一個體驗館中，進入一個看不見的世界，沒有任何光線，我十分無助，並完全失去方向感，這次體驗令我毫不猶豫地參加了這個活動，也是我為什麼想幫助視障人士分辨方向的原因。在活動前我們討論了許多方案，最終選擇了去長洲。在過程中我們有各種的意見，令我明白到溝通的重要性和要聆聽每個人的想法。在活動過程中，口述影像沒有我想像中的簡單，要仔細描述每一件物品的外觀、顏色、背景，讓他們可以更清楚了解每一件事或物品的含意。是次活動也訓練了我的表達能力，在扶着他們走過的每一步路，我都感到格外有意義。

4D 賴沛初



同學體驗不同身體殘障人士的困難



義工合照



真人圖書館

# 公民與國民教育組

## 智慧城市

中四學生鄭筱玫、鄭頌蕎、鄒嘉樂在上學年參加了由教育局舉辦「智慧城市專題研習計劃 2023/24」，透過搜集及善用社會上可靠和真實數據，以推動香港發展成為智慧城市為前提，設計一項為公眾改善生活的發明。學生經過不懈努力，最終以為視障人士設計的「室內避障系統」，獲得了「優秀智慧城市專題研習獎」。

學生在討論研習主題時，希望幫助弱勢社群。經過資料搜集，他們發現香港視障人士人數眾多，而導盲犬數量卻嚴重不足；在評估可行性後，決定以「視障人士」為是次研習的受助對象。

學生聯絡香港失明人協進會，邀請視障人士進行訪談，得知視障人士於出行時主要有兩項困難，首先是上落樓梯時不能夠判斷梯級高度，其次是視障人士看不清楚玻璃門，因而容易撞向玻璃而受傷。根據這些困難，學生使用 Microbit 和編程設計了避障系統的雛型，他們還邀請其他同學蒙上眼睛試用這個系統，並根據反饋不斷優化改進，最終研發出了一套室內避障系統。

透過這次比賽，學生提升了數據處理、溝通、協作、解決問題的共通能力；在資料搜集過程中，他們對這個被大眾忽略的群體有了更深入的了解，並培養了人文關懷的精神，這種精神的價值遠超其他一切財富。



陳校長、王副校長與得獎學生在展覽攤位內留影



室內避障系統組件



智慧城市室內避障系統



向其他學校的學生介紹室內避障系統

智慧城市 2023/24  
專題研習計劃頒獎典禮  
Smart City Project Programme Prize-presentation Ceremony  
27 November 2024



智慧城市專題研習計劃頒獎典禮

# 課外活動組

## 「香港青年協會 The Hong Kong Federation of Youth Groups 『Seek Our Ways 社創計劃 2025』」

本校課外活動組推薦 2D 何晴欣、黎壁瑜、顏樂怡和曾曉諭在本學年參加由青協領袖學院主辦的《Seek Our Ways 社創計劃》。計劃帶領青年探索三大社會主題：「環境與可持續發展」、「推廣全民運動」及「樂齡健康」。透過一系列社會創新體驗，包括與各界社會領袖對談、到訪社企及初創公司認識營商新思維、參加訓練營接受資深導師全方位指導，藉此激發參加者無限創意，構想創新點子，解決社會不同議題。本校學生均表示計劃拓闊了她們的眼界，更在認識社企中了解他人的需要，實在獲益不淺。

### 參觀總決賽暨頒獎典禮



### 訪問長者



### 參加啟動開幕禮



### 到訪社企



本校升旗隊自 2004 年成立，是學校的重要代表，在每周的升旗禮中，升旗隊隊員負責主持升旗儀式，展現出莊嚴和自豪。在學年中的重要日子，如開學禮、國家憲法日、陸運會、國家安全教育日和結業禮等，升旗隊也承擔著升旗的重任，為活動增添了不少莊嚴氣氛。本校升旗隊隊員由校方每學年選拔，受導師培訓的校友教導隊員升旗步驟，確保每位隊員都能熟練掌握儀式流程。此外，升旗隊還積極參加各類比賽，如少年警訊升旗比賽和官立中學升旗比賽，展現隊員們的專業素養和團隊精神。透過這些活動，升旗隊不僅提升了自身的技能，也讓全校師生感受到愛國的精神。

# 升旗隊





### 4C 江裕虹

我有幸參加了 2024 年底舉行的廣州交流三天團，這次旅程讓我明白，青年既要擁抱科技創新，也要傳承文化底蘊。在這個偉大的時代，我們更應勇於承擔使命，用智慧與行動為國家發展貢獻力量。廣州之行不僅開闊了我的眼界，更堅定了我奮鬥的信念。

### 4C 李悅曦

廣州交流團讓我見證了科技與文化的交融，更讓我對未來的發展有了新的思考。在參觀比亞迪雲巴前，我甚至還不知有如此創新且前沿的技術，無人駕駛技術的精準調度讓我驚嘆中國製造的智慧。而廣州大麥的 AI 虛擬直播技術，則讓我深刻體會到數字經濟如何重塑商業模式。漫步沙面島時，歷史建築與現代藝術的碰撞，讓我感受到廣州作為千年商都的包容與創新。

### 4D 陳思妍

本次 JPC 廣州交流團行程充實，將科技與文化巧妙融合，讓我獲益良多。我們體驗比亞迪雲巴無人駕駛的便捷，探秘控制室智能調度技術；在廣州大麥公司，我們聆聽了 AI 重塑行業的前沿理念，於潮玩館挑戰射箭、高空繩索等項目，激發團隊活力。我們最後漫步沙面古建築群，感受歐陸風情與歷史韻味。這次旅程我既開拓了科技視野，又領略了人文魅力，深化了團隊協作，是一段難忘的經歷。

## 香港青年獎勵計劃 —— 銀章結業禮 2025

### 獲獎學生心聲

#### 4C 李悅曦



我參加了少年警訊兩年，這兩年獲得的經驗十分寶貴。參加活動增強了我與人相處、自理能力和溝通方法等等。而這些都能用 IDEAS 代表：當中 I 代表 Innovation (創新思維)、D 代表 Discipline (守法自律)、E 代表 Exposure (多元視野)、A 代表 Adventure (歷奇鍛鍊)、而 S 代表 Synergy (協作共創)。我在以上五個方面參加了不少少年警訊活動，已拿到銅章和銀章了。參與活動之後，讓我面對困難的時候，變得更加有毅力，也不會輕言放棄。我明白作為新時代的青年，我們既要緊跟科技發展的步伐，也要紮根文化的深厚土壤。未來，我將以更積極的姿態迎接挑戰，為社會貢獻自己的力量。

#### 4C 江裕虹

我在 2021 年加入少年警訊，三年來在訓練和活動中不斷成長，終在去年獲得銀章，心中充滿感恩。這段旅程讓我學到的不只是警務知識，更是團隊合作和服務社會的精神。從體能訓練到社區探訪，每一次任務都考驗著我的應變能力和責任感。銀章是榮譽，也是新的起點。未來我會以金章為目標，繼續提升自己，並將所學回饋社區。少年警訊讓我知曉：「榮耀歸於堅持，成功來自付出。」這份信念將指引我繼續前行。



## AYP- 香港青年獎勵計劃訓練活動剪影



### 3A 陳小柔

此計劃是一個非常難得的體驗。計劃令我身心健康，舒緩學習壓力，投入美麗的大自然，感受柔風送上的青草味。最初，當我背起那二十升的背包時，我認為沒有可能完成，但是經過導師及同伴的鼓勵後，我不斷挑戰自我，三天走四十二公里的山路！這令我不再害怕體育課的九分鐘耐力跑了，在活動過程中，我更學會如何組織同學一起制定計劃書，也學會很多野外鍛鍊的求生技巧。



# 音樂科

## 聯校音樂大賽 2025

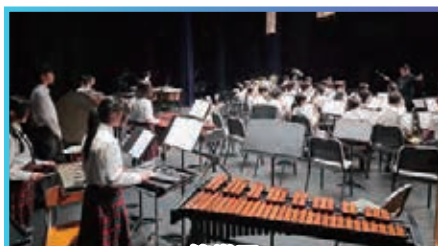
本校弦樂團、管樂團、合唱團及中樂團於 2025 年 3 月至 5 月期間參加「聯校音樂大賽 2025」，同學在繁忙的課業與密集的賽程中展現專業水準與團隊精神，五支音樂團隊均憑藉優異表現榮獲銀獎。

此次佳績肯定了參賽同學在三個月賽期內的持續努力，以及指導老師們的專業指導。各音樂團隊的表現不僅展現個人音樂造詣，更彰顯團隊協作成果。

期待各音樂團隊繼續追求卓越，傳承「樂韻悠揚滿校園·音樂文化植屯官」的精神。



中樂團



管樂團



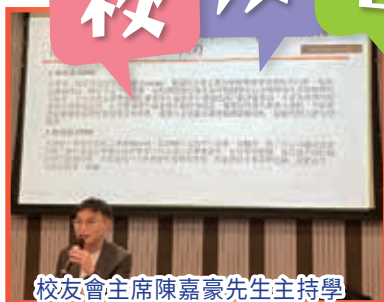
合唱團



弦樂團



# 校友會



校友會主席陳嘉豪先生主持學校管理委員會校友代表選舉



校友會負責導師梁佩麗老師與一眾校友喜相逢



校友許銘軒先生作自我介紹



點算選票



親臨母校的校友即場投票



校友趙浩鋒先生作自我介紹

校友會於五月二十四日（星期六）上午，假學校演講廳舉行周年會議。歷屆校友除親臨母校，校友會亦準備網上連結，讓需要照顧家庭或身處海外的校友同步參與會議及選舉。

周年大會上，先後由校友會主席陳嘉豪先生報告會務及司庫張競莊女士作財務報告，並進行 25/26 及 26/27 年度校友會幹事選舉及學校管理委員會校友代表選舉。

投票過程順利，參選校友會幹事選舉及學校管

理委員會校友代表選舉的校友，悉數以超過七十票當選。

一直以來，校友為學校的重要持份者。本校衷心感謝校友陳嘉豪先生聯同一眾校友會幹事，連續兩屆籌辦校友活動，特別是四十周年校慶盆菜晚宴及闊別多年、於 2024 年重辦的校友盃三人籃球賽，成功凝聚校友，亦有助加強歷屆校友與母校的連繫。我們深信，新一任校友會幹事將會團結一致，承傳「屯官人、屯官情」的精神，繼續為校友和母校貢獻力量，為各位校友創造更多精彩回憶。

# 學生榮譽

## External Award

Events	Prizes/Awards	Awardees
香港青年獎勵計劃 (第103屆)	銀獎	5A 霍清雅 5A 玉環瑤 5A 張建君 5A 鄧瑤 5B 陳曉儀 5B 陳凱盈 5B 陳志鴻 5B 謝明卓 5C 蔡焯佳 5D 陳俊百 5D 王孜嫻
2024-2025 尤德爵士紀念基金 2024-25 柏立基爵士信託基金 哈佛大學香港校友會 教育基金會 屯門區中學校長會	高中學生獎 傑出學生資助 (非學術範疇) 2025 哈佛圖書獎 卓越學生獎2024-2025	6A 陳朗廷 6A 勞偉怡 4B 吳靖謙 2B 梁承希 5A 黃承翰 5A 李浩民 5A 玉環瑤 5A 唐梓隆 3D 溫雋威
The Island School Trust- Award of the Nicola and Kenneth Bursary 屯門青年協會 領展學生獎學金	Nicola and Kenneth Bursary 24/25 屯門區傑出學生選舉2025 (40強) 領展二十周年傑出學生獎學金 (100強)	5A Li Ho Man 3D 溫雋威 4D 鄧嘉樂

## Language

Events	Prizes/Awards	Awardees
76 <sup>th</sup> Hong Kong Schools Speech Festival	Public Speaking Solo – First	2D Wong Lok Tung
	Public Speaking Solo – Second	5D Sung Cheuk Ting
	Solo Prose Reading – Second	3C Mak Chun Kei
	Solo Verse Speaking – Second	2D Ho Ching Yan
	Solo Verse Speaking – Third	4C Li Yuet Hei
News Feature Presentation – Third		4D Yu Lap Hang
		3D Yeung Ching Wang
		3C Mak Chun Kei
Unesco SDGs Debating Competition	Dramatic Duologue – Third	3D Wan Chun Wai
	EMI F.6 Division – Best Speaker Award	5D Sung Cheuk Ting
	EMI F.5 Division – 2nd Runners-up	5A Tong Tsz Lung 5B Yeung Ho Wang 4C Yung Tsz Ching 3B Li Wang King
	EMI F.4 Division – 2nd Runners-up	3D Kwok Si Yi 3D Wan Chun Wai 3C Lin John
	EMI F.3 Division – 2nd Runners-up	3C Mak Chun Kei 3C Tsz Hin Sen
14 <sup>th</sup> Inter-Government English Debating Competition	Best Debater Award (Preliminary Round/Quarter-Finals)	5D Sung Cheuk Ting
	2 <sup>nd</sup> Runners-up	5B Kwan Kit Sing 5D Sung Cheuk Ting 4C Yung Tsz Ching
第十三屆大學文學獎	少年作家獎	6D 王培智
大灣區寶傑創意微文比賽2025(春季)	星中之星	2B 張瑞彬
	金獎	3C 張皓晴
第五屆香港青少年及兒童微文大賽	中學組 冠軍	2B 張瑞彬
	中學組 亞軍	3C 錢啟騰
第四屆國際青少年中文寫作大賽 (港澳台賽區)	中學組 季軍	3C 賀競逸
	高中組亞軍	6B 趙裕貞 4D 李鳴賢
2025 AI 中文故事「繪」故事創作與AI圖像生成挑戰賽	高中組優異獎	5A 曾靜雅 4D 鄧韶齡
	初中組優異獎	3D 王靜瑜
2024-2025年「菁英盃」現場作文決賽	中學組優異獎	4C 江裕虹 4C 李悅熾
	積極參與學校獎	屯門官立中學
第十屆「文裕盃」全港校際微文大賽2025	二等獎	4D 李鳴賢
	三等獎	4D 賴沛初
第六屆臥龍盃官立中學多角辯論賽2025	季軍	4C 江裕虹
	季軍	2C 龍子晴
2024-2025年「菁英盃」現場作文總決賽	二等獎	4D 賴沛初
	三等獎	4D 李鳴賢

## Mathematics and Science

Events	Prizes/Awards	Awardees
Guardians of the Dataverse	Merit Award	6B Chan Chun Lai 6B Ho Ka Hou 6B Or Wan Tik
	個人賽 金獎	6D Cheung Keith Byron
	個人賽 銀獎	2A 田浩然 1A 陳子亮 2A 戴迪生 2A 徐浩庭
	個人賽 銅獎	2B 陳峻安
	團體賽 冠軍	1B 陸正航 2A 戴迪生 2A 田浩然 2A 徐浩庭 1C 陳鈺鈺 2B 陳峻安 1A 陳子亮 1B 陸正航 1B 丘景輝 4C 陳玥月 4C 劉浚軒 4C 李悅熾 4D 陳思妍
「製作自動氣象儀」工作坊校內微氣候計劃書設計比賽	優異獎	4D 羅浩傑
	個人優異獎	4C 陳啓銘 4D 羅浩傑 4D 丘翹銘 4D 鄧筱汶 3C 劉倩彤 3D 王靜瑜
第42屆香港數學競賽初賽	團體優異獎	2C 黃睿翹
「心繫家國」中醫學寶庫探究專題研習報告比賽	優異獎	2D 黎聖瑜 2D 顏樂怡 2D 曾曉瑜
香港數理協會「數碼科學」短片製作比賽	優異獎	1A 陳浴冰 1A 姜建輝 1A 劉凱琳
Poly U Science Young Talents Competition 2025	Certificate of Participation	5A Huang Cheng Han 5A Li Ho Man 5A Li Tsz Yi 5A Yu King Kwan 5A Fok Sze To 5A Sze Chui Kei
	Silver Award	5A Ng Ngo Yi 5A Liu Ching Hin 5A Chung Ka Hei
Hong Kong Economics Olympiad 2025	Bronze Award	

## Physical Development

Events	Prizes/Awards	Awardees
Hong Kong International Dance	Second - HK Inter Solo Latin U16 3-D(CCC, RU, JI) Third - HK Inter Solo Latin U21 3-D(CCC, SA, JI)	4B Ng Ching Yiu
	5 <sup>th</sup> Place - HK Inter Solo Latin U16 5-D 6 <sup>th</sup> Place - HK Inter Solo Latin U21 5-D	
	2 <sup>nd</sup> runner-up- Girls B 300M	
	2 <sup>nd</sup> runner-up- Girls C 1500M	
Inter-School Athletics Championships 2024-2025 (Tuen Mun District)	Excellent Prize- Girls A Shot Put	3D Lee San San 2A Lee Pui Yi
	Excellent Prize- Girls B High Jump	6A Ho Ying Ki 4B Ng Ching Yiu
	Excellent Prize- Girls B Shot Put	3C He Jing Yi
	Excellent Prize- Boys C Shot Put	2D Wong Lok Tung

Events	Prizes/Awards	Awardees
Inter-School Volleyball Competition 2024-2025 (Tuen Mun District)	3 <sup>rd</sup> runner up - U15 Girls	3A Leung Ching Yin 3B Kwok Ella Wai Man Galang 3C He Jing Yi 3C Lau Sin Tung 3D Lee San San 3D Ng Ka Lam 2A Lee Pui Yi 2B Lee Wing Yau Vinci
Inter-School Volleyball Competition 2024-2025 (Tuen Mun District)	3 <sup>rd</sup> runner up - U15 Girls	2C Gu Yu Miu 2C Ng Yee Tung 2C Wong Yui Kiu 1C Lai Cheuk Kiu 1D Leung Wing Yan 1D Yang Kelly 4C Chan Nga Yin 4C So Hei Tung 4C Zhu Yui Yin 4D Lee Yan Laam Yanna 4D Leung Pui Man 3C Lau Sin Tung 3C Zheng Tiffany 2B Tang Yuk Lam
Inter-School Badminton Competition 2024-2025 (Tuen Mun District)	Excellent Prize - Girls B	5A 賴凱文 冠軍- 劍術 冠軍- 刀術 冠軍- 五形拳 亞軍- 刀術 亞軍- 棍術 亞軍- 劍術 季軍- 劍術 季軍- 刀術
屈臣氏集團香港學生運動員獎	屈臣氏集團香港學生運動員獎	5A 霍清雅 5A 鄧瑤 5D 陳俊百 5A 鄧瑤
五學並舉之文藝校園計劃 2025 慶回歸28周年 「包容盃」校際文藝操大賽	亞軍- 刀術	5A 張建君
	亞軍- 棍術	5A 鄧瑤 5D 陳俊百
	季軍- 劍術	5A 鄧梓旋 5A 張建君
	季軍- 刀術	5A 霍清雅
2025年粵港澳大灣區(中山) 輪滑公開賽	冠軍- 100米計時賽少年男子甲組決賽 季軍- 500米計時賽少年男子甲組決賽	2B 梁承希
灣仔區分齡游泳比賽2024 友校4x100米 男女混合接力賽	亞軍- 女子青少年F組 100米自由泳	4D 趙穎芊 2B 楊俊傑 2D 梁雅曼 1B 楊浩麟 1B 楊雅婷
2024香港標準舞及拉丁舞大賽暨青少年種子大賽	季軍- 青少年雙項組 (12歲以上) 單人拉丁舞組	4B 吳靖謙

## Aesthetic Development

Events	Prizes/Awards	Awardees
7 <sup>th</sup> Inter-government Secondary Schools Drama Festival 2024/25	Award for Outstanding Cooperation	Tuen Mun Government Secondary School
	Award for Outstanding Stage Effect	
	Award for Commendable Overall Performance Adjudicator's Award	4B Yuen Chak Sum 4D Li Hau Kiu 3C Mak Chun Kei 3C Chan Wing Sum 3C Luk Cheuk Lo 3C Mak Chun Kei
	Award for Outstanding Director	3D Yeung Ching Wang 4B Yuen Chak Sum 3C Mak Chun Kei
	Award for Outstanding Script	
Hong Kong School Drama Festival 2024/25	Award for Outstanding Cooperation	Tuen Mun Government Secondary School
	Award for Outstanding Performer	4D Li Hau Kiu
The Monet International Art Prix	Gold Award	4B Lam Wing Ka
第53屆全港公開舞蹈比賽	金獎 (中國舞 公開組)	5A 卓巧盈 5A 鄧雨桐 5B 高芷桐 5B 黃婷恩 4A 李正瑤 4C 莊心悠 3A 梁鈺敏 2B 高正晴 2B 蕭康妍 2C 吳嘉唯 2C 邱紫晴 1A 鄭仲恩 1A 李恩澄 1A 司徒永羨 1A 鍾昕好 1D 黃千穎 2B 周映彤
全港青少年及兒童藝術繪畫大賽 藝術光譜——第二屆當代藝術及文化協會畫展及比賽	中學組金獎	2D 何晴欣
	少年組冠軍	2D 吳勝宇 2C 陳怡樂 3C 鄭欣怡 3D 陳子悅 1C 陳靜茹
蘭亭勝會 新界區毛筆書法比賽	優異獎	屯門官立中學音樂團 屯門官立中學弦樂團 屯門官立中學手鈴隊 屯門官立中學合唱團 屯門官立中學樂團
聯校音樂大賽	銀獎	
新界西北區毛筆書法比賽	高中組亞軍	6C 蘇泓儒
	初中組亞軍	2D 吳勝宇
第六屆J3-J18全港幼童大賞繪畫比賽 (J13-J15, 西洋畫組) x神戶展 全港青少年及兒童夏季繪畫比賽2025 第四屆肖像畫繪畫比賽暨作品展覽 2025亞太區文化藝術創作比賽 推廣肝臟健康計劃2024—— 全港中小學中文硬筆書法比賽	銀獎	4B 林穎嘉
	中學組銀獎	2B 周映彤
	銀獎	2D 何晴欣
	中學組 - 繪畫 季軍	2B 周映彤
	優異獎	6C 蘇泓儒
第六十一屆學校舞蹈節	優等獎 (中國舞 群舞)	5A 卓巧盈 5A 鄧雨桐 5B 高芷桐 5B 黃婷恩 4A 李正瑤 4C 莊心悠 3A 梁鈺敏 2B 高正晴 2B 蕭康妍 2C 吳嘉唯 2C 邱紫晴 1A 鄭仲恩 1A 李恩澄 1A 司徒永羨 1A 鍾昕好 1D 黃千穎 5C 劉熾
第四屆「金筆獎」中文硬筆書法比賽	優異獎	4A 鄧皓哲 4B 袁澤深 4D 李巧聰 2A 關淑伶 2A 譚向愷
第11屆「阿爸、阿媽，食飯喇！」校際戲劇比賽	優異整體演出獎 最佳導演獎	4D 李巧聰 2A 譚向愷
	優異配角獎	4D 李巧聰
余寄梅盃全港書法公開賽	優異獎	2D 吳勝宇
第五屆「中華翰墨情」佛港澳臺僑中小學生書法比賽	佳作獎	6C 蘇泓儒
文匯盃書法比賽	入圍決賽	2C 吳不 6C 蘇泓儒 2D 吳勝宇