



屯門天主教中學

會址：新界屯門建生

■ 網址：www.tmcss.edu.hk ■ 電話：2463 2082 ■ 傳真：2467 6036

主席的話

2013 年 7 月
28 期

2012-2013 學年快將完結，第十六屆「家長教師會」所舉辦的活動亦已經完成，期間家長和老師分工合作，同心協力，並積極支援各項活動，還得到學校的種種支持，充份體現了「家校合作」的精神，在此衷心感謝賀妙珍校長、楊嘉儀副校長、王妙菁副校長、各位老師、各位常委、各位家長義工的幫忙和協助。

於 2012 年 9 月份開學前，本人很榮幸能夠出席中一級紀律訓練營的頒獎禮，見證了所有剛剛加入屯天的中一同學，接受兩天的紀律訓練後，得到各位導師和家長的讚賞和鼓勵。在 12 月舉行的學校資訊日裡，家長除了親手預備了多款美味的食物外，還協助分發美食給到來參觀的學生，讓參觀者感受到屯天的關懷和愛心。為了增加與家長的接觸，常委都抽空出席家長日與家長交流，還藉此推動校服回收及轉贈的服務。在 6 月初，藉著「家長也敬師」活動，我們一班家長送上心意卡和水果，感謝老師一直以來教學不倦的精神，並多謝老師教導同學積極向前走的正能量。

家長教師會 年均舉辦不同類型的活動，為了增進家長與學校及家長之間的溝通和聯繫，我們舉辦了「親子旅行」和「水仙花栽種班」，家長、子女和老師一起遊憩一天，親近大自然，讓大家彼此認識。栽種班中，家長互相協助處理水仙頭，期間還分享了對栽培子女的心得。校運會當日由於天雨關係，我們取消了校運會的「親子競技比賽」，但無損各家長參與活動的心情，寄望下年度舉辦的活動能夠順利完成。在校運會上，家長獲邀頒發個別比賽之獎項，從中一起感受比賽的氣氛。

一如以往，春節期間家教會舉辦「春節聯歡晚會」，當晚出席人數眾多，幸好得到各委員、家長義工及老師分擔不同的工作，有的設計遊戲，有的安排美食、預備獎品、製作食物，還有擔任司儀的工作，各人都為活動作出充分準備，活動當晚，老師、校友、家長和同學還分別為晚會作出表演，令大家享受一個又開心又溫馨的晚上。

今年「家長茶聚」的主題「推拿按摩療法及養生湯水」，首先由常委馮轉屏女士介紹養生湯水功效，我們更預備了合時養生湯水、水果和小吃給各家長在講解中一起品嚐，之後再講授推拿按摩的理論，並由專業保健員李德恩先生為各位家長示範教導，各人輕輕鬆鬆地增加相關的知識。

如何協助子女提高閱讀的興趣？今年的家長課程（一），家教會邀請了教協有為圖書坊創辦人范建梅女士分享閱讀的好處，還提及閱讀怎樣能提升子女的學習能力，並介紹了包含人生智慧和不同題材的書籍，增加了家長從閱讀中尋找到的優點和趣味。還有，我們時常面對目標清晰，但事與願違的事情，當中一些不能控制的元素，便成了我們面對事情的障礙，在家長課程（二）裡，家教會找來註冊社工馬學駿先生，用輕鬆活潑的方法為家長分享怎樣培養子女堅毅的性格，從而教導子女如何面對人生的逆境。

在獎勵計劃方面，為推動學生品格和鼓勵同學之間互相支持，我們舉辦了「好人好事獎」及「學生活動及服務獎勵計劃」，讓同學從獎勵中領略幫助別人的喜悅，以及從活動中發揮自己的潛能。

最後，本人謹代表家長教師會感謝各人的協助、所有支持我們的人士，更加多謝歷屆為家教會作出貢獻的各位家長，期望下年度的家教會活動有您的參與和支持。祝各位身體健康、生活愉快。謝謝！

家長教師會第十六屆主席 麥文安



培育具「愛」「度」「高」的領袖學生 ——「與成功有約」

校 長 的 話

各位親愛的家長：

校長深信每個家長愛子心切，望子成龍。身為校長視學生為「代子女」，同樣希望他們成為具愛關愛別人、度以積極正面態度、高提高多元智能的成功領袖。

今學年一開始，校長希望藉着著名作家柯維 Stephen R. Covey 的《與成功有約》一書中提及追求圓滿成功的七大習慣，幫助同學邁向成功目標，故此已連續六個早會分享這些習慣。因為「思想決定行動，行動決定習慣，習慣決定品德，品德決定命運」。

第一個習慣是「主動積極」。我們身為長輩應先主動積極改變自己的負面情緒，如「我已無能為力」改為「試試有沒有其他可能性」，鼓勵子女主動積極學習，改善待人接物的態度，承擔責任及關顧別人。

第二個習慣是「以終為始」。一位成功企業家，曾分享他父母親從小鼓勵他努力讀書提升自己智慧，以毅力克服困難，心懷慈悲對待別人。父母從不出面為他向別人問責投訴，因為他們明白孩子懂得在人生逆境時仍散發正能量，日後自能心中無怨無悔，心懷慈悲，對人生自有安全感。

第三個習慣是「要事第一」。我們身為長輩也得身體力行，讓同學們明白時間管理的重要性，教導他們何事重要及緊急，讀書還是打機？如何平衡學習與生活，如適當分配功課、溫習及運動的時間，每天每週及每年應有一個詳細的時間表，助同學們善用光陰，「一寸光陰一寸金，寸金難買寸光陰」。

第四個習慣是「雙贏思維」，即利己利人。有兩兄弟各自拿着一筐穀物到市集賣，他們左右手交替，走得一會兒便要停下來休息。兄長後來想出一個利人利己的方法，亦體驗其崇高品格，先自我犧牲，他為了減輕弟弟的苦辛，取來一根扁擔，一力擔起兩筐穀物。後來弟弟提出協議，每跑半個小時就輪到另一個人背負穀物，這是公平制度，整個運送過程，變成一份兄友弟恭的愉快旅程。各位家長，同學在學習的生活上，經常須與同學合作，我們應教導他們尊重各人的意見，不要斤斤計較，與同學作出協議，以合理機制進行合作。

第五個習慣是「知彼解己」，即聆聽別人的需要。根據古希臘人認為，人生應善用自身的高貴品行去感化別人；情感寬容的基礎是對人的信任和愛，相信人有求善的願望，最終發揮團結和諧的博大胸懷。

我們聆聽要像「聽」字一樣，即一耳王：留心聆聽理解性；二十四：十足眼力，感性理解事情感性；三一心：以正面高尚品格，用心聆聽品格。上述三者：理性、感性及品格皆是知彼解己之元素，希望我們在日常生活中多加利用。

第六個習慣是「統合綜效」，即集思廣益、溝通、尊重差異、化阻力為助力。同學在學習生活上、小組合作正訓練他們這種統合綜效，希望同學在合作中，可善用彼此不同能力，尊重彼此意見，作有效溝通，集思廣益。因現今社會已是講求團隊工作，而不是單打獨鬥。各位家長隨着時代的轉變，香港社會已轉型為商業服務都市，講求團隊合作，人際交流，謙恭積極正面的人生，才能懂得與別人互相溝通，尊重差異及集思益廣。

第七個習慣是「不斷更新」。人生最高明的投資策略，莫過於在身體、心智、精神及待人處事方面。讓我們一同嚴格要求自己，因為從日積月累的進境中，不但可拓展自我成長空間，也協助我們同學成長。今年的陸運會，校長、教師與中六畢業班同學一起在二百米起跑線上奔向終點，正要大家體驗擁有健康身體，心神康泰才可面對挑戰，邁向成功。

各位家長，讓我們懷着喜樂感恩之心，一起努力幫助我們孩子實踐這七個習慣，讓他們日後成為真正的成功人士。

你們要常常喜樂，事事感恩。」得前 5:16

賀妙珍校長



和諧家庭由我做起

養兒育女雖說是天職，但我們均不是天生便懂得如何做父母。「養兒」大概不是每位父母最感困難的事，反而是「培育子女」，有時真教我們筋疲力竭，特別是當子女進入青少年期，又要私穩自主，又要獨立空間，就連最成功的父母偶然也不禁嘆句「很累」！

話得說回來，我們也是過來人，也是這樣從嬰兒至少年到今天成為父母，易地而處，子女要求尊重、獨立自主等，也不過是成長過程中必經的階段。只要我們本著開放、尊重、坦誠的態度與子女相處，了解青少年成長上的需要，加上一份耐性及愛心，必定可以幫我們克服各種親子相處的難關。既然我們不是與生俱來便懂得做父母，也就只能靠多方嘗試，從各種成功失敗的體驗中，探索一條既適合自己又可行的教導子女的方法



明愛學校社工 周錦端姑娘

要……

- 1 弄清楚自己要處理什麼問題 / 話題，切忌把不同問題混為一談；
- 2 說出自己的不滿感受及背後原因，而非作沒有建設性的指責；
- 3 快快的想，慢慢的說；
- 4 以實際行動作為緩衝（如：喝杯水，離開現場等）；
- 5 宜處理情況（如：是次夜歸不致電的表現），長遠的期望／表現（整體的交友態度）則較適宜在沒有眼前衝突的情況下處理。
- 6 當子女透露其心事時，父母要用同理心聆聽，並要口頭簡單覆述子女所說的事情，特別有關情緒 / 感受的描述；

愛心靚湯

現送上
愛心湯水

材料：愛心 10 錢，耐心 12 錢
尊重 10 錢，互相包容 10 錢

大家一起抽時間，享受這個煮食過程，我們著重過程，也關注這湯水的味道，千萬小心煮“過火”

以下提供一些社會服務資訊給大家，供各位參考：
社會福利署家庭教育資料中心 電話：28352412
明愛向晴熱線 電話：18288
香港青年協會關心一線 電話：2778899

文章部份取錄於社會福利署家庭教育資料中心
——教子可 Take Two 小冊子
歡迎大家可以與本人聯絡，領取小冊子或一同探討管教事宜

不要……

1 比較

當見到子女行為不當時，心裡不自覺地希望他／她如某君般乖巧，便自然地說出希望子女能學習某君的好行為，以此帶出正面榜樣及期望；可是，這會對子女產生負面刺激，感覺父母不公平地把自己與他人比較，是對自己不接納及不尊重的表現，遂更激起不滿情緒，對衝突處理實有害無益

2 挖瘡疤

人在氣憤之下，很容易舊事重提，作為理據支持一己的論點或向對方作出指責，但這只會引起對方尷尬及羞憤的情緒，子女不但聽不進這些所謂例證，反感覺父母人身攻擊，蠻不講理，把無關係的事也拉進來罵，是極之無理取鬧的行為。

3 大罵洩憤

父母見子女行為不當時，難免怒氣難忍，在得理不饒人的情況下，便大罵大鬧，以發洩不滿情緒。雖然這是人之常情，但這對衝突處理及糾正子女不當行為不但毫無幫助，反會激起子女憤怒反抗情緒，更不願與父母合作，違協協商尋求改善辦法。

注意……自己的說話技巧

- 1 注意自己與子女當下的情緒及立場，了解當中對立的原因；
- 2 宜「冷靜」應付分歧，勿「火上加油」；
- 3 切忌「食口爽」，說刺痛要害的話（如：藉此挖瘡疤）；此際或不是理性討論的時機；如未能平伏對峙局面，也宜盡快結束衝突，但表示會跟進。

明白……

- 1 認可子女的情緒問題是一個親近及教導的機會；亦接受子女會有情緒化的表現；
- 2 願意進入子女的思想感情世界，積極嘗試以子女的角度看事情；
- 3 相信子女的負面情緒表達，只是由於她／他不懂得宣洩情緒，而非有意傷害父母；接納子女不足之處，願意循循善誘；
- 4 體諒青春期子女因體內荷爾蒙分泌的影響，容易引起情緒起伏不定；
- 5 當子女逐步剖白自己的傷痛事件後，父母要口頭表達他們完全接納子女的想法（雖未必認同），並且表達父母明白他們的感受；
- 6 可給予子女安靜的時間；鼓勵子女面對問題；
- 7 最後，父母必須用欣賞的說話肯定子女在他們心中的地位，並鼓勵子女用多點時間認識自己，包括特徵、才能、優點及其他各樣可欣賞的事，建議父母更可用具體的說話指出子女的強項

活動剪影

2012-13

家長教師會會員大會

第 16 屆會員大會

家長教師會於 2012 年 10 月 26 日晚上 7 時 30 分在學校禮堂舉行會員大會，133 名會員出席盛事。首先由賀妙珍校長致歡迎辭，接著由去屆主席麥文安先生與副主席袁麗紅女士報告會務和財政狀況，其後新一屆候選幹事發表競選抱負，並進行投票，最後由賀妙珍校長致謝辭。新一屆幹事會以 127 票贊成當選。常委會除校方委任的代表外，其他職位經由互選產生，結果如下：

主席：麥文安先生 副主席：袁麗紅女士、鄭美儀老師
 文書：冼鳳賢女士、王佩珊老師
 財政：趙淑蓮女士、黃龍璋老師
 康樂：梁玉燕女士、鍾玉玲女士
 （義務核數師：黃衛武女士）
 總務：陳美屏女士、馮轉屏女士、
 葉凱詩女士、胡彩美女士、黃麗貞女士
 當然委員：賀妙珍校長、王妙菁副校長

親子戶外活動

家長教師會於 2012 年 12 月 16 日舉辦「親子之旅」——「香港建造業資訊中心、有機農莊、美味棧、韓式自助燒烤餐一天遊」親子戶外活動，家長老師踴躍出席，包括賀妙珍校長、王妙菁副校長、楊嘉儀副校長和家教會副主席鄭美儀老師。兩輛旅遊車於上午 9 時 30 分出發，在家教會主席麥文安先生和副主席袁麗紅女士帶領下，上午參觀香港建造業資訊中心，中心內設有 9 個專題展區，展現香港富有歷史及現代化的建築物；中午在旺角漢陽苑餐館享用豐富午餐，席間還設有大抽獎，下午遊覽有機農莊及到「美味棧」參觀，活動約於下午 5 時結束。

水仙花栽種班

家長教師會為了慶祝春節來臨，舉辦水仙花栽種班，栽種班於 2012 年 1 月 13 日上午在學校舉行，由家長擔任義務導師，教授家長栽種水仙花的方法。

家長教師會春節聚餐

家長教師會於 2013 年 2 月 1 日晚上 7:00 在學校禮堂舉行一年一度的春節聚餐，參加的老師、家長和學生約 150 人。聚餐的節目豐富，分組遊戲包括：「貨如輪轉」、「萬『字』如意」及「聚寶盆」，更邀請了黃信洲校友小提琴演奏，5C 蘇梓宏鋼琴伴奏、家長與學生表演「騎馬舞」，還有賀校長與老師一同合唱賀歲歌曲，自助餐進行期間，還舉行大抽獎，參加者盡興而歸。

家長茶聚

活動於 2013 年 4 月 19 日晚上 7:30 於本校活動室舉行，由合資格的保健推拿員李德恩先生及家長常委馮轉屏女士擔任主講，講題為「推拿按摩療法及養生湯水」，講授基本的技能與理論知識，提供示範教導，令家長獲益不少。家長教師會特別準備了滋潤湯水，與會員一同品嚐。

家長也敬師運動

家長為了表示對老師的謝意，也讓同學學習感恩的精神和態度，特意於 2013 年 6 月 3 日早會時間，向老師致送心意卡和果籃。家教會主席麥文安先生和副主席袁麗紅女士、多名委員和義工出席活動，心意卡和果籃由 4 位教師代表接受。

家長教師會屯天學生活動及服務獎勵計劃 2012-2013

今年接獲不少組別申請，反應熱烈，獲批核組別名單如下

獲批核組別

活動獎勵計劃

中一領袖訓練、中一活動日、數學組、公益少年團

服務獎勵計劃

聯社活動、戲劇學會、街頭舞班、公益少年團、領袖生、校園攝製隊、圖書館領袖生

家長親子課程

活動於 2013 年 5 月 24 日及 31 日晚上 7:30 於本校活動室舉行，主題分別為由范建梅女士（教協有為圖書坊創辦人）主講「如何協助子女提高閱讀的興趣」、馬學駿先生（註冊社工）主講「如何協助子女面對逆境」，兩項課程均有數位家長出席，盡情投入課題，大家得益不少。

屯門天主教中學家長教師會財務報告

結算時段：2012 年 8 月 25 日至 2012 年 5 月 23 日

	收入：(\$)	支出：(\$)	結餘：(\$)
承上餘款			29950.45
會費			
親子旅行資助		4,702.70	
春節聚餐		329.00	
水仙花盆餘			
家長茶聚		746.7	
利息	1.35		
八達通手續費		276.80	
家長聚餐資助		1,280	
家長冼鳳賢女士將車馬費捐贈	40		
雜項		96	
總結餘：			42040.60

2012-2013 好人好事點滴

好人 1A 趙婉婷

當我因成績欠佳而不開心時，她會第一個來安慰和鼓勵我；又當我被同學欺負或取笑時，她也是會第一個來幫助我；最後，當我在功課上有困難，她會在我身邊一直耐心地教導我或幫助我向老師請教疑難，因此我認為她是我們班中的一位好人。

提名：1A 馮紫喬

好人 2A 廖亮

當同學不懂做功課，他就會伸出援手，教導別人。有一次我不懂做某科功課，便請教他，他耐心地一一為我解答問題，更與我一起深入探討問題。

提名：2A 蔡皓宏

好人 2D 湯德龍

那次做有關尖沙咀的專題報告，因為我沒有勇氣跟外國人討論，湯德龍便在旁邊鼓勵我，當我有時候不懂說一些英文生字時，他都會教我。

提名：2D 周永峰

好人 3C 高嘉璐

高同學十分關愛同學，她為人正直。有一次，我不明白數學功課，所以向高嘉璐請教，她十分有耐性地教我，我覺得她十分友善。

提名：3C 劉子源

好人 1B 邱希文

記得有一次，我遇到一個很大的困難，希文看見我好像不開心，她就走來慰問我，我與她分享這個困難，她給我一個很好的解決方法，當時我心裡很開心，因為有一個人可以耐心聆聽我的困難，又給了一個正確的解決方法，她最後還給了我一個很大的支柱和關懷，我的困難已解決了。

提名：1B 蔡杞昕

好人 1D 林卓思

我沒有文具時，她借給我；我不會做功課時，她教我；當我不開心時，她會安慰我；同學需要幫助時，她會全力以赴，她會耐心地幫助我們。

提名：1D 葉雅鳳

好人 2C 黃樂希

他是一個沉默的好人。在你遇到困難的時候，他會在你的身邊默默地幫助你；在你氣餒的時候，他會在你的身邊默默地支持你；在你成功的時候，他會在你的身邊默默地聽你分享喜悅。黃樂希，就是這樣的一個人。

提名：2C 陳逍遙

好人 1C 李曉彤

因為有一次我扭傷了腳，走得很慢，她扶著我走，又等我。有時我有錯誤和不好的地方，她告訴我聽，使我知道自己的不足。我在功課上遇到困難，她會提點我。唐太宗曾經說：「用人來做鏡子，可以看到自己的對錯。」我認為李曉彤就是那塊鏡子，我十分感激她。

提名：1C 鍾穎欣

好人 2B 陳國政

記得有一次分組活動，我被編到和他一組，他會給予很多有用的意見，並收集不同的材料。要製作作品當天，因為他有別的工作不能留在學校製作，可是我只有那天有空，所以他就放棄那天的工作，來和我一起完成作品，他做事也很盡責，不會因為時間緊逼而馬虎了事。

提名：2B 吳詠雯

好人 3D 李思敏

她在我功課上有困難時，會幫助我；當我有不明白的地方，她也會用心地解答我的問題；而且當我有憤怒或不開心也會安慰我。她是一個讀書成績好，運動表現也好的人，而且她為人很好，待人禮貌，常幫助同學，所以我藉此機會想感謝她。

提名：3D 曹秀敏

好人 3A 唐賢耀

有一次，我要做一個報告時，我家中的電腦壞了，只好改以手寫報告；然而唐賢耀同學見狀後，就對我說他可以幫我把我的手寫報告用電腦打印出來，而且還可以幫我列印出來，真的很感激他。

提名：3A 盧俊熙

好人 3B 薛凱琦

在朋友有困難的時候，她會用心聆聽然後再想出任何有可能解決問題的辦法。記得有一次，我因為家庭問題而不開心，她看到我的表情好像有點不開心，她馬上放下手上的工作，然後問我發生甚麼事，我把整件事都告訴她，說了接近二十分鐘，在這二十分鐘，她都很用心聆聽，然後就馬上想出很多不同的解決辦法，我覺得她是一個很重視朋友的人。

提名：3B 黎雪霏

好人 4A 熊彥偉

有一天我病倒了，無法上學，所以致電給熊同學，向他查詢當天老師教授的內容，但事後卻收到一個驚喜。他在放學後不但把當天的功課像郵差叔叔般送到我家，還要十分仔細地向我講解當中的內容，真是十分難得。我和他相識不足一年，也不太相熟，但他的行為就正正反映出他十分關懷和支持同學，令我對他留下深刻的印象。

提名：4A 鍾國駿

好人 5A 嚴淑婷

那次體育課要在良田體育館上，由於我並不是居住在良景邨，所以不熟悉前往體育館的路，當我詢問她時，她盡量詳細地告訴我，她甚至給我一張由她親自繪製的路線圖，十分詳盡，讓我「有路可尋」，多謝。

提名：5A 莫思捷

好人 5B 李文傑

一天早上，我如常上學，但我竟然乘坐了不經學校的 614P 輕鐵。但之前車站的電子顯示屏上顯示列車是往學校的 505 輕鐵，來的卻是 614P 輕鐵，所以我才會上錯車。幸好 614P 輕鐵開出前，李同學跑上車告訴我，我才及時下車，沒有遲到回校。

提名：5B 梁希藍

好人 4C 張菊璇

主動幫助同學解決數學科上的困難及功課上的問題，樂意借文具給同學，提醒同學各種事項，例如：轉換課室的地點、何時測驗，經常協助有需要幫助的同學。

提名：4C 馮倩盈

好人 4D 肖棟天

他是我班的總務，他每次工作都盡心盡責，把教室打掃得很乾淨。掃地、搬桌子這類既髒且累、大家都不願意做的事，只有他不計較，認真地做好這些事。他為人低調，為大家作出貢獻後也不刻意告訴別人，從不邀功，很沉默，他這種無私的品德值得我們學習。

提名：4D 何彥尼

好人 5D 朱曉嵐

在班際歌唱比賽中，她帶領全班同學練習，不持勞苦地訓練我們，讓我們取得勝利。在班會活動中，她處理不少行政工作，上至計劃活動，下至聯絡同學也一手包辦，為班上貢獻不少。在英語天才表演中，她自動請纓擔當無人願意做的角色，令我們的演出更順利。

提名：5D 趙卓謙

好人 5E 楊笙昉

楊同學非常熱心，他經常幫手解決教室內的 IT 問題，例如：調整音量、處理投影器，幫了我們班的同學和老師不少。此外，他為我班策劃英語天才表演，廢寢忘食，日以計夜地完成，更取得良好表演獎，多謝你。

提名：5E 李勇毅

好人 3E 葉穎婷

我是一個粗心大意的人，相反葉同學是個做事細心的同學。在數學課時，我經常有不明白或「計錯數」的情況出現。當我很苦惱，不懂解答時，我便會找她幫助。還記得有一次計數，她一看便發現原來我把「十」寫成「一」才會不懂解答。從我各種粗心大意的事情，更能體會到葉同學的細心，即使是一件小事，她也願意為同學解決。

提名：3E 黎潔鏢

好人 4B 陳頌臨

感謝你經常幫助我，有一天，天公不造美，放學時下起大雨，我沒有帶雨傘，正準備放棄雨傘跑到輕鐵站，但你拉住我，阻止我做此等蠢事，你用你那小小的紫色雨傘為我擋雨，直到輕鐵站，讓我不用淋濕身子。臨離開時，還不忘叮囑我記得帶雨傘，Thank you!

提名：4B 鄭淑兒

好人 4E 李綺婷

她是我同一修選修科的同學，記得在第一次考試前，視覺藝術科要買一個畫袋，她沒有想過那個畫袋的重量，便替我從旺角買回來，再為了方便我在第二天視藝科時用，她拿著那個沉重的畫袋和她的自己的畫袋上學，真的很感激她。

提名：4E 陳桂蘭

好人 5C 梁曉琳

我的英文差，她坐我隔鄰，她主動跟我說她教我英文，於是她每天都會在報章上找五個英文生字給我背，幫我學習英文。

提名：5C 伍淑芳

好人好事獎 2012-2013 得獎名單					
1A	趙婉婷	葉子健	2A	廖亮	馬璟謙
1C		唐耀豐	2B		陳國政
1B		邱希文	2C		黃樂希
1D		范偉玉	2D		余雅絲
3A	馮嘉寶	唐賢耀	4A		陳樂汶
3B	林允雯	李曉文	4B	張嘉穎	張麗欣
	楊斯雅	葉汪庭			
3C		高嘉璐	4C		梁芷晴
3D		黃泰華	4D		張炎深
3E	唐綺婷	譚銘彥	4E		林家詠
5A		呂德浩	6A		陳一智
5B		郭鍵釗	6B		陳健豪
5C		伍淑芳	6C	黃曉靜	陳樂賢
5D	朱曉嵐	伍霏汶	6D		陳子熙
		彭寶瑩			
5E		楊笙昉	6E		楊婉儀

以上同學可獲得獎狀乙張；每班最高票數者獲得書券 \$50，若每班最高票數多於一位同學，則各得書券 \$30。
全校最高票數者 (***) 獲贈書券 \$100，以作鼓勵。

2012-2013 學生參與課外活動得獎名單

3E 張寧殷	教育局公益少年團 屯門區 2012/13- 尊師重道好少年	初中獎
5D 彭寶瑩	教育局公益少年團 屯門區 2012/13- 尊師重道好少年	高中獎
5A 簡泳妍	2012–2013「屈臣氏集團香港學生運動員獎」	香港學生運動員獎
5A 簡泳妍	2012 年仁愛堂跆拳道大賽女子青少年搏擊組	冠軍
5D 周嘉華	2012 年仁愛堂跆拳道大賽男子成人搏擊組	亞軍
3E 陳朗雄	2012 年仁愛堂跆拳道大賽男子青少年搏擊組	季軍
5A 簡泳妍	2012 國慶盃跆拳道套拳大賽色帶組	冠軍
3B 黃寶熹	全國業餘錦標賽及 2012 年粵港澳擊劍公開賽女子青年組團體賽	冠軍
3B 黃寶熹	全國業餘錦標賽及 2012 年粵港澳擊劍公開賽女子少年組團體賽	亞軍
3B 黃寶熹	全港中、小學聯校劍擊邀請賽女子甲組	冠軍
3B 黃寶熹	屯門仁愛堂劍擊比賽 2013 女子乙組個人花劍	冠軍
5A 蔡育承	張震興伉儷書院劍擊邀請賽 2013 成人組	冠軍
1C 王祉澄	香港學界體育聯會屯門區中學分會 2012–2013 年度校際游泳比賽女子丙組 50 米蛙式	季軍
1C 郭政勤	屯門區分齡田徑比賽男子 E 組 60 米	亞軍
1C 郭政勤	屯門區分齡田徑比賽男子 E 組 100 米	季軍
3E 唐綺婷	屯門區分齡田徑比賽女子 D 組 400 米	季軍
3E 唐綺婷	屯門區中學校際田徑比賽女子甲組 400 米	季軍
2A 馮智傑	屯門區中學校際田徑比賽男子丙組 4x100 米接力	季軍
2B 陳祖貽		
1A 駱永輝		
2C 鍾曉穎		
2C 鍾曉穎	屯門區中學校際田徑比賽男子丙組跳高	亞軍
屯天排球隊	2012–2013 年度校際排球比賽女子甲組	亞軍
5D 高淑洁	2012 年徐悲鴻盃國際青少年兒童美術比賽	二等獎
3D 賴彥如	「社」、「情」基建勵志卡創作比賽初級組	亞軍
4C 梁芷晴	「社」、「情」基建勵志卡創作比賽初級組	季軍
3B 葉汪庭	「中國歷史人物」書籤設計比賽初級組	冠軍
3C 黃栢恩	「中國歷史人物」書籤設計比賽初級組	亞軍
3B 楊斯雅	「中國歷史人物」書籤設計比賽初級組	季軍
4C 羅進	『你影我又影』攝影比賽中學初級組	季軍
6A 陳灝榮	Australian Mathematics Competition	Distinction
6A 謝啟賢		
6A 王浩文		
6A 楊健昕		
6B 蔡雅		
1C 朱珀言	第五屆香港中學數學創意解難比賽 2012/13	團體銅獎
1C 唐耀豐		
2C 郭華基		
2C 黃智豪		
2C 郭華基	第五屆香港中學數學創意解難比賽 2012/13	團體銅獎
2C 黃智豪		
2A 廖亮	「華夏盃」全國數學奧林匹克邀請賽 2013（香港賽區）	一等獎
1B 羅毅匡	「華夏盃」全國數學奧林匹克邀請賽 2013（香港賽區）	三等獎
2B 陳梓鋒		
2C 郭華基		
2C 陳逍遙		
2C 郭華基	「華夏盃」全國數學奧林匹克邀請賽 2013（香港賽區）	三等獎
2C 陳逍遙		
1C 朱珀言	第五屆香港中學數學創意解難比賽 2012/13	銅獎（團體）
1C 唐耀豐		
2C 郭華基		
2C 黃智豪		
3E 李樂軒	第十五屆香港青少年數學精英選拔賽	三等獎
3E 李樂軒	2012–2013 年度第十屆香港解難奧林匹克	銅獎
3E 李樂軒	港澳數學奧林匹克公開賽《港澳盃》	銀獎
5A 蔡育承		
5A 江子豪		
5A 楊助橋		
1C 袁偉浩	港澳數學奧林匹克公開賽《港澳盃》	銅獎
1D 鍾維敏		
2A 廖 亮		
2B 陳梓鋒		
2C 郭華基		
3B 黃卓豪		
3D 陳懿文		
3D 麥永強		
3E 黃澤		
5A 陳義賢		
5A 李偉麟		
1B 羅毅匡	「華夏盃」全國數學奧林匹克邀請賽 2013（華南賽區）	晉級賽優秀獎
2C 黃智豪		
1B 梁信諾	「華夏盃」全國數學奧林匹克邀請賽 2013（香港賽區）	三等獎
2C 黃智豪	「華夏盃」全國數學奧林匹克邀請賽 2013（香港賽區）	二等獎
2C 郭華基	2013 年亞洲國際數學奧林匹克公開賽（AIMO OPEN）	晉級賽銅獎
3E 李樂軒		

2C 郭華基	第三屆「智趣無限－智力玩具嘉年華壁	三等獎
3E 李樂軒	全港中小學『T 字之謎』大賽」	一等獎
6B 李泳雯	2012 第一屆全港中學生時事評論大賽	殿軍
6B 梁逸峰	第 37 屆全港青年學藝比賽－全港青年演講比賽	粵語高中組亞軍
5A 呂德浩	2012 年全港學界辯論賽	最佳辯論員
5D 趙卓謙	「愛·每天」標語創作比賽	優秀作品獎
5D 周惠欣	「香港安全標誌急口令創作比賽」	季軍
2A 余嘉敏	「傑師盃」2013 全港慈善徵文比賽	優異文學獎
2C 陳宗金		
4A 胡秀瀛	第十五屆全港中小學普通話演講比賽 2013	銀獎
5B 高倩盈	聯校創意旅遊企業訓練計劃－旅遊展板設計比賽	最佳團隊
5B 高倩藍		合作季軍
5B 李浩田		最佳團隊
5E 張穎琪		展板設計
5C 黃景榮		季軍
3A 范詩詠	公益少年團攝影比賽 2013	冠軍
4B 湯曉昕		
4B 姚南		
1A 黃宇德	友共情 Forever 義工計劃之	融樂定向比賽冠軍
1B 陳衍鈞	環區健步賽暨影照友誼情	
3B 黃卓豪		
3E 張寧殷		
5B 張鳳怡		
4B 湯曉昕	友共情 Forever 義工計劃之	冠軍
4B 姚南	環區健步賽暨影照友誼情比賽	亞軍
3A 范詩詠	教育局公益少年團屯門區 2012/13 周年頒獎禮「自勉樂助護老	冠軍
4B 湯曉昕	幼 珍惜資源為社群」主題活動－中學組攝影比賽	
4B 姚南		

64rd Hong Kong Schools Speech Festival		
6B Cheng Cheuk Min	Solo-Verse Speaking (Secondary 6 Girls)	1st
4E Chung Yuk Lin	Solo-Verse Speaking (Secondary 4 Girls)	1st
6B Fung Cheuk Him Chage, 6B Chung Ho Yee	Dramatic Duologue (Secondary 6)	1st
6B Lee Mei Sze	Solo-Verse Speaking (Secondary 6 Girls)	2nd
5C Chan Ting Yan	Solo-Verse Speaking (Secondary 5 Girls)	2nd
4D Ho Yin Ni	Solo-Verse Speaking (Secondary 4 Girls)	2nd
4A Chan Wing Yan	Solo-Verse Speaking (Secondary 4 Girls)	2nd
2C Yeung Sin Man	Solo-Verse Speaking (Secondary 2 Girls)	2nd
2A Fung Chi Kit Ian Ryan	Solo-Verse Speaking (Secondary 2 Boys)	2nd
6B Cheng Cheuk Min	Secondary Prose Reading (Secondary 6 Girls)	2nd
5D Pang Po Ying	Solo-Verse Speaking (Secondary 5 Girls)	3rd
2C Chan Yee Ching 2C Tsu Tsz Yuet 2C Yeung Sin Man 2C Lau Chun Lam 2C Chow Wang Hin 2D Chan Hin Yee 2D Szeto Yan 2D Gurung Stanton 2D Tsang Ka Sin 2D Chau Ho Hin	Rehearsed Original Scene	3rd

第 64 屆校際朗誦節（中文）		
5E 梁麗雯	302 中五女粵詩詞	冠軍
6B 陳鈺成	413 中六男粵散文	冠軍
4D 何彥妮	327 中三四女普詩詞	冠軍
1D 鍾維敏	318 中一男粵詩詞	冠軍
2A 蔡皓宏	317 中二男粵詩詞	冠軍
1D 黃鵠楹	306 中一女粵詩詞	冠軍
6B 梁逸峰	313 中六男粵詩詞	冠軍
3C 陳玉鳳	304 中三女粵詩詞	冠軍
2C 陳綺晴	305 中二女粵詩詞	冠軍
6D 丘嘉麗	301 中六女粵詩詞	亞軍
5B 陳彥廷	302 中五女粵詩詞	亞軍
5D 彭寶瑩	302 中五女粵詩詞	亞軍
5E 陳伊翹	302 中五女粵詩詞	亞軍
4A 余芷慧	303 中四女粵詩詞	亞軍
3A 馮綺彤	304 中三女粵詩詞	亞軍
1D 董盈盈	306 中一女粵詩詞	亞軍
5B 葉子軒	314 中五男粵詩詞	亞軍
4D 許錦輝	315 中四男粵詩詞	亞軍
1C 唐耀豐	318 中一男粵詩詞	亞軍
5B 熊偉靖	326 中五六女普詩詞	亞軍
6D 老家玲	401 中六女粵散文	亞軍
4A 胡秀瀛	427 中三四女普散文	亞軍
6B 李美詩	461 中五六基督教	亞軍
5A 陳翠珊	302 中五女粵詩詞	季軍
5B 陳愷澄	302 中五女粵詩詞	季軍

4D 梁麗瑩	303 中四女粵詩詞	季軍
1C 曾喧炯	306 中一女粵詩詞	季軍
1D 陶熾冰	306 中一女粵詩詞	季軍
3D 林灝	316 中三男粵詩詞	季軍
2D 黎梓維	317 中二男粵詩詞	季軍
5D 盧詩茵	326 中五六女普詩詞	季軍
5E 黃凱欣	402 中五女粵散文	季軍
4B 關詠欣	403 中四女粵散文	季軍

第 65 屆香港學校音樂節		
2C 馮允樂	箏獨奏－高級組	冠軍
2D 胡秀誠	笛獨奏－初級組	冠軍
5B 張鳳怡	高音木笛獨奏－中學－19 歲或以下	亞軍
2A 馮智傑	木笛二重奏－中學－14 歲或以下	亞軍
2A 孔令軒		
2B 陳國政	木笛小組合奏－中學組	季軍
4B 廖敏妍		
4B 鄭曉純		
5A 張鳳怡		
5B 鄭穎欣		
5B 陸柔柔		
5E 董欣怡		
5E 凌倩瑩		