



基督教聖約教會堅樂中學

THE MISSION COVENANT CHURCH HOLM GLAD COLLEGE

地址：九龍觀塘曉明街26號
電郵：contact@holmglad.edu.hk

電話：2727 4311 傳真：2347 3916
網址：http://www.holmglad.edu.hk

學校通訊

2017-2018 年度 第3期

校長的話

李立中

感謝同行者

轉眼又到學年的完結，同學快要結束一個學年的學習，踏入暑假，迎接新階段。

本學年結束時，有兩位老師會為她們的教學生涯劃上句號——周淑英老師（馬太）退休、李玉蓮老師（戴太）提早退休。她們在堅樂服務至今已分別有37年及33年。多年來，兩位老師忠於教育使命，以學生的成長為己任，努力教導學生，用心指導後輩。

馬太及戴太是我的前輩，在我剛加入堅樂中學時，在不同層面給予意見，協助我適應當一位老師，幫助我投入堅樂的團隊。我加入堅樂的第一年任教科學科，戴太是科主任，我至今還記得她觀課後給我的意見，她對課堂教學的認真及仔細跟進學生學習的態度，是我們的好榜樣。

我與兩位前輩在堅樂同行已超過四分之一世紀，縱然彼此處事方法不盡相同，有時會各有堅持，但人家總可以真誠溝通。我十分欣賞人家總是以學生的成長及學習為重，不會隨便了事。我們曾一起面對困難，同心商議解決方法。近年有一次與馬太一同處理難題，她主動承擔、肩負責任的態度，令我欣賞。能夠與兩位前輩共事，是我的榮幸。在此，我祝願兩位前輩退休後生活愉快，身體健康！

同學們，在過去的日子，也有很多人與你同行，包括同學、朋友、老師、家人……等。在每天的相處裡，有快樂，亦會有磨擦。但我相信這些人當中，必定有不少人是關心、緊張你的。他們用愛護你的心與你同行，你有察覺嗎？他們期望你長進，用不同的方式鼓勵、指導、鞭策你，你有留意到嗎？在學年結束的時候，盼望大家心懷感恩，向這些關心你的人說聲多謝，並繼續努力前行。

「我們既有這許多的見證人，如同雲彩圍着我們，就當放下各樣的重擔，脫去容易纏累我們的罪，存心忍耐，奔那擺在我們前頭的路程，仰望為我們信心創始成終的耶穌。」

〈希伯來書12:1-2〉



校長初入職時與戴太合照



校長初入職時與馬太合照



戴太、校長及馬太近照



戴太與馬太

探訪山西博愛學校



視像交流組見面



早會分享



大合照

2018年4月2日至6日，堅樂中學李校長和堅樂第二小學蕭校長，率領兩校45位師生，一同拜訪山西博愛學校；彼此交流。兩位校長在集會上分享，並帶領堅樂師生獻唱「讓愛傳出去」，憑歌寄意。該校是一所寄宿制小學及初中學校，我們也在校內住宿，與當地學生一起作息、交流和學習，各人都滿載而歸。以下是同學的分享：



專業交流



開心玩

4C 張茵儀同學

這兩日的交流，真的令我大開眼界，最令我深刻的是走進他們課堂裏觀課。當我們心裏想為甚麼老師還未到教室時，但其實原來還未響鐘，同學已放齊所有要用的物品自己預習等候老師。而當地的同學也很熱情，一見到我們就打招呼 and 笑容滿面地對我們。



藝術創作活動

4E 陳勵瑩同學

令我最深刻的是上山探訪村民的活動，當天只有2度，上山的過程特別辛苦，要走的路也很長，但在這艱辛的過程中卻讓我看見了很多，原來在山西中仍然有很貧乏的地方，路崎嶇不易走，而天氣長期處於十分寒冷，居民生活不容易，讓我反思應好好珍惜現有的環境。

5D 黃芷諾同學

在香港，自己擁有着豐富的資源，卻不懂得珍惜學習的機會。猶想起陳女士的話，叫我們好好努力學習，長大要回饋社會。聽後心中更是有所反思。離別在即，看着眼前每一位孩子對我的祝福與鼓勵，心中更是感動不已。

5D 許好穎同學

博愛學校的學生需打掃校園，讓地方整潔，他們十分專心上課、認真做筆記也是我們值得學習的。雖然相處時間不多，但彼此珍惜相聚時刻，他們的體貼關懷，我們暖在心窩，我要感謝參與山西之旅的師生帶給我既難忘又美好的回憶。

5E 葉彤同學

旅程中令我印象深刻的的不單是山西悠長的歷史文化，更是山西人吃苦耐勞的精神。從博愛的同學們身上，我看到了他們的熱誠求學和無私服務，或積極備課，或分組打掃校園衛生、清洗餐具……我們應向他們學習：珍惜機會，承擔責任。



集體遊戲



校園午膳



在學校操場活動

探訪村莊

羽毛球隊東莞集訓暨考察

復活節期間，師生與教練一行十一人赴廣州東莞的尚峰文體中心進行四日三夜的集訓。活動期間，駐場國家級教練為同學進行技術指導及體能訓練。除此以外，校隊隊員與內地球員比賽切磋球技。

六節「地獄式」訓練，校隊隊員除了見識到內地刻苦的練習外，透過比賽亦明瞭自己不足之處，冀盼各隊員回港後仍能保持堅毅刻苦的精神，投入練習，以提升個人技術水平。

訓練過後，校隊隊員到東莞虎門的鴉片戰爭博物館參觀、海戰博物館及威遠炮台參觀，進行林則徐虎門銷煙與鴉片戰爭之歷史考察。藉著立體地接觸展品與參觀遺址，隊員清楚了解銷煙過程與多場相關戰爭的進展與結果。



每次練習後的檢討與總結時間



參加接待體育會的開業典禮



東莞十炮台遺址——威遠炮台



校隊與國家級教練合照



進行步法練習

1E 莊東陽

我們在這次去虎門時，參觀了虎門林則徐紀念館，就是當年林則徐銷毀鴉片時的地方，內裏有三個池，池的附近有很多引水道，因為當年林則徐就是利用石灰，和水來到銷毀鴉片。所以那引水道是引渡海水流入池內，石灰會產生化學作用，發出熱力銷毀鴉片。另一展館記載了當時中國的經濟情況，還有中國人為什麼會吸食鴉片，和銷毀鴉片的詳細過程等等。還有當時銷毀鴉片用的工具都有在裏面展示出來。

我認為虎門林則徐紀念館，是非常值得我們去參觀的。因為這一個地方不但記載着中國的歷史發展，中國曾經的政治腐敗，也是到了中國最後成功拯救人民，銷毀鴉片，也令到我們知道害人不淺的鴉片的製作方法，如何運送過來中國，也知道了鴉片是如何影響中國的前途。我認為這裏用活動形式把歷史告訴下一代，不會過分沉悶，也不會過分浮誇，我非常喜歡這個地方。

1E 鄒卓延

在羽毛球訓練的最後一日，我們到虎門林則徐紀念館參觀。那裏有很多歷史悠久的大砲，是為鴉片戰爭虎門人民抗英而起的。

這個旅程令我最深刻的是威遠炮台。那裏的炮台雖然很大，但是卻要花數十分鐘才能射出一個炮彈，而且發射後還要人工冷卻，要不是就爆炸，非常危險。而當時英國人的炮台就可以兩分鐘發出一個炮彈。後來，經過中國人堅持不斷改良和付出，最後都成功加強抵禦。



林則徐銷煙遺舊址



集訓大合照

佛山辯論交流

本校辯論隊於五月廿日至廿一日參與由香港基本法推介聯席會議及佛山市禪城區教育局主辦的第十七屆基本法多面體全港中學生辯論賽(基本法杯)佛山辯論交流團交流比賽。

我校與九龍塘學校(中學部)合組香港聯隊(乙方)與佛山市第四中學(甲方)對賽，辯題為：甲方. 粵港澳大灣區發展應更注重社會融合 乙方. 粵港澳大灣區發展應更注重經濟增長。香港聯隊最後以三比零勝出比賽。



香港聯隊勝出



主辯出場

5E 吳籽欣

感恩今次有機會與香港三所中學一同到佛山，與佛山市兩所中學進行辯論交流比賽。在當中，榮幸能以辯論比賽的方式，與中國內地學生交流，並在午宴中進一步了解他們在內地的學習生活。之後，我們到佛山市的著名旅遊景點-嶺南新天地參觀，讓我更了解佛山的當地文化。加上，令我感受最深刻的是，能夠以粵語與佛山市學生進行辯論比賽，以及有機會與九龍塘學校(中學部)組成聯隊。總括而言，我認為這個交流活動是一個寶貴的學習經驗，讓我們能夠擴闊視野，瞭解兩地文化，獲益良多。



基建模型比賽



獲獎隊伍



第一隊參賽同學



大合照



三隊同學在初賽中順利晉級

2E 顧家璋

我參加這次比賽是因為看到師兄師姐之前製作的木橋，覺得好奇妙。他們用限定的木條擺放在不同的位置就組成了一條木橋，因此我抱著好奇的心態去嘗試，希望自己可以做到一樣優秀的木橋。我從過程中學習到溝通的能力，因為比賽裏面需要一起合作解決困難，因此，溝通顯得特別重要，我們需要溝通去製作、去設計。另一方面，王Sir和林老師的專業知識，令我學習到製作木橋的技巧和物理的基本知識。在遇到困難時，我們互相溝通，達成共識，經過一次、兩次，甚至四次的修改，最後定下一個方案，我們要力臻完美。

5A 廖嘉謙

我很慶幸今年可以再次參加這個比賽！在預備的時候，發現預備的時間十分少，只有兩個星期的時間，但不幸地我們都有幾天因補課或課外活動而無法試橋，使本來少少的時間變得更少了，但全靠同學們的努力，可以在自定時限內完成，並可以得知這個設計的缺點和漏洞。比賽當日，我們在建橋中遇上不少困難，例如要同時完成橋墩和橋身，因為失誤而浪費木條，不過最後問題都迎刃而解。在初賽時，看見有很多十分強勁的對手，但我們仍是順利地進入決賽，當時我覺得十分高興。在決賽的時候，我們差點就可以得獎，但與冠軍只差3 kg，未能獲獎，十分可惜。在這次比賽中，我學會了領導能力，帶領着團隊可以在有效時間內完成工作。

3C 溫恩賜

經過這一次的中學基建模型比賽，我學會了不少物理和設計與科技的知識，例如物理方面，木橋的不同的支撐點也應用了物理的知識，比方說增加接觸點就可以將負荷的應力分散，這就可以令木橋更堅固。另外在設計與科技方面，我學會了用模具來製造出預製組件，之後再組合，可以大大節省時間，又例如以大磨機一次磨過大量的木條，這可以令木條的長度相同又可以節省時間。

在分工合作方面，我們分組製作橋的正面和側面，這樣分工可以更有效率地完成作品。

在這次比賽中我感到既可惜又開心，因為我們差一點就可以拿下冠軍，但在這一次比賽中我亦能拿到亞軍，又學了不少知識，所以也感到很滿足。

如果下一年有幸可以參加這個比賽，我仍會積極參與，並將橋的小三角支撐點造成一式一樣的以加強橋的負重。

最後我很感謝教導我的兩位老師，王Sir和林老師，期望我們在下一次比賽中努力，勇奪全場總冠軍。

參賽同學：

第一隊

- 2E 顧家璋 (隊長)
- 2C 溫景峰 2C 張懋偉
- 2D 楊諾烽 2E 馮敬

第二隊

- 5A 廖嘉謙 (隊長)
- 5A 賴志聰 5A 巫雅淇
- 5A 羅諾希 5E 李詩韻

第三隊

- 3C 溫恩賜 (隊長)
- 3C 何羽峰 3C 杜肇熙
- 3C 黃俊傑

榮獲最高荷載獎亞軍及最佳承托效益獎亞軍

我校十四位中四及中五同學日前參加了由香港專業教育學院工程學科、香港大學工程學院和香港建造商會主辦的2018第十五屆中學基建模型創作比賽，並在是次比賽中獲得佳績。

在2月10日橋樑製作日，181隊來自港澳75間學校的參賽隊伍須在限時內利用大會提供的25條木條製作一條長1.1 m的橋樑，以參加初賽的靜力荷載測試。在3月10日，60隊參賽隊伍順利通過初賽測試，而我校三隊同學均順利晉級決賽。決賽在3月24日假荃灣荃新天地舉行，我校與其他晉級隊伍的作品須進行行車荷載測試，以爭奪「最高荷載獎」和「最佳承托效益獎」。同時，大會評審團會在60份入圍作品中選出「最佳設計獎」。

在一番備戰工作和幾回比賽中，我校同學均表現出色，並奪得「最高荷載獎亞軍」和「最佳承托效益獎亞軍」，特此恭賀。盼望經過是次比賽，同學對工程學能夠有初步的體會和實踐，並繼續發揮反覆研究、不怕失敗和勇於創新的精神。

本校學生於2018年5月參加第二十屆“飛向北京——飛向太空”全國青少年航空航天模型教育競賽香港區比賽，大放異彩，奪得一項亞軍、兩項季軍及多個獎項，成績令人鼓舞。其中高樂怡(3C)更獲大會推薦，將於2018年代表香港赴海南參加全國賽，與全國各省市精英比賽切磋。

紅雀橡筋動力飛機競時賽中學男子組：
3C何世楠 季軍

紅雀橡筋動力飛機競時賽中學女子組：
3C高樂怡 優勝獎

40米水火箭定點打靶賽(中學男子組)：
2B葉承毅 亞軍
3C何世楠 二等獎
2E顧家璋和3C溫恩賜 三等獎

40米水火箭定點打靶賽(中學女子組)：
3C高樂怡 季軍
2C容婉芳 優勝獎



“飛向北京——飛向太空” 全國青少年航空航太模型教育競賽 奪香港區亞軍及兩項季軍



3、2、1發射



奪一亞兩季



比賽時齊齊做火箭



獲獎同學合照



高樂怡成為香港代表隊



高樂怡晉級全國賽，感謝譚老師的培訓

本校有12位同學於3月3日參加機械人大賽香港區選拔賽BottleSumo機械人相撲比賽。比賽中，同學需要組裝機械人及編寫程式，將水樽及其他機械人推出場地之外。雖然最後未能獲得獎項，同學在準備比賽的過程中學習到不少知識及經驗。以下為參賽同學感想：

ROBOFEST 機械人相撲比賽

2C 陳明政

這次比賽中，雖然我們失敗了，但失敗不等於我們輸了，只代表我們找到了一條行不通的路，人家愛迪生經過上千的失敗，都沒有放棄，我們要更努力去找出自己的弱點，我相信自己可以做得更好，例如開始時偷懶，我會去改善，並且我在測試機械車的程式方面也沒有盡善盡美，數據沒有全記錄下來。不過經過這次的比賽後，我獲益良多，不但在物理（例如：如何把機械車撞擊力提升更高）或應用在編程方面，並且我對如何使用機械車和機械車比賽更熟悉，相信下次能有更好的成績。



在比賽場地測試



王老師指導同學加裝裝備



組裝機械車

3C 溫恩賜

經過這一次的比賽，我學會了不少有關機械人的知識，例如機械人的設計，如何更有效率地寫程式等等。

雖然最後未能成功贏得比賽，但還是獲益良多。若果將機械人的頭部改成錐，就可以把對方鏟起，這可以減低對方的車輪與地面的摩擦力，更容易推倒的對方。在寫程式方面，由於我們並非很熟悉編程軟件，未能完成隱藏任務，從而輸掉比賽。

在下次比賽中，我們要熟悉編程軟件才去比賽，讓我們能贏得比賽，一雪前恥。



準備就緒，開始比賽

「組裝合成」建築法 (MiC) 中學生機械人大賽

本校有9位同學於2018年5月12日參加由香港建造學院主辦的「組裝合成」建築法 (MiC) 中學生機械人大賽，我校3C何世楠和3B鄭梓聰同學的隊伍在初中組奪得「極速完成工程獎」銀牌和「最快成建築物大獎」季軍。特此恭賀！

參賽同學名單：

- 1D李鍵濠 1D陳添
- 2E顧家瑋 2E馮敬 2D郭子滔
- 3A張籽恩 3A何世洛
- 3C何世楠 3B鄭梓聰

比賽時間為10分鐘，參賽者需要在2米乘2米的比賽場地中，控制機械人去建構預製組件，即「HKIC」字樣的建築物。

參賽同學控制自己製作的機械人在限時內完成任務，因此每一個動作都要非常精準，不容有失！是次比賽學生初步認識「組裝合成」建築法「先裝後嵌」的概念，MiC可縮短施工時間，提高施工安全性及工程質量。參賽學生增加了對科學機械的興趣，又體會到團隊合作，是非常難得的經驗。



奪得銀牌和季軍



訓練認真



得獎學生與校長合照



學生在限時10分鐘內完成任務



比賽中學生控制自己組裝的機械人



學生控制機械人在2米x2米的比賽場地中搭建指定建築物。



A school trip to KFBG

On 21st May, a group of English Ambassadors from our school visited Kadoorie Farm and Botanic Garden. We were also joined by Mr Ilnur and Mr Lo.

During this trip, we were given a chance to observe some characteristics of the wildlife in Hong Kong. The Farm also serves as a rescue centre for injured wild animals. On Kadoorie Farm, these animals can not only get the cures they need, but can also enjoy a realistic enclosed space similar to their own habitat. In addition to all of this, we received a talk about snakes and had the chance to see a snake from Africa right in front of our eyes, and we even touched its last-lost skin.

What I have learned during this trip is that it is very crucial nowadays to protect the environment and conserve flora and fauna. KFBG's three core programmes - Nature Conservation, Holistic Education and Sustainable Living - are constantly evolving as they address different aspects of the challenge to live in harmony with nature.

Federica Tortone, 4A



Have you thought of helping the elderly in Hong Kong?

Some S.3 students designed some gadgets to ease the worries and problems of the elderly. Let's take a look and enchant with their surprising inventions.

Walking cane

by Nicole, Kenny, Andy, Tyronne and Tony

As most elderly can't see clearly when it's dark, they may have accidents and their family are not aware of it.

Our walking cane has a ring that can make huge noise to notify their family or people nearby. There is a torch that can light up the way when it is dark.

Materials used: a torch, a ring and a walking cane



Magic Clamp

by Vicky, Alfa, Jacky and Zoe

We find that most elderly have spinal problems and they can't bend down to pick up rubbish at home. They may even be very worried when they are alone at home, feeling helpless when doing housework.

The Magic Clamp can help the elderly pick up rubbish or items on the floor easily. It is convenient for them to clean their home. Not only can it help to do housework, but it can also reach things from far corners. Apart from that, it is simple to use and very useful. The elderly just need to pull the rod and get things done.

Materials used: an old clamp, magazine papers, pieces of cloth, a plastic bottle, iron wire



Cleaning Shoes

by Bella, Anson, Chianta, Alice and Yuki

Since the elderly cannot bend down and clean the floor easily, the gadget can help the elderly clean the floor easily. The 'Cleaning Shoes' are convenient to use and the elderly can do exercise at the same time.

Materials used: cardboard, Velcro, straps, duster papers



Scrubber

by Jenny, Yam Yam, Valeria and Rachel

As most elderly find it hard to reach and wash their back, we designed a "Scrubber" for them.

This gadget has a long stick and a sponge which is used to wash their back when the elderly are bathing.

Materials used: sponge, wooden stick



Chopspoon

by Ricardo, Markus, Sam, Carmen and Mandy

We find that most elderly have problems with eating. Therefore we invented this gadget to help them use chopsticks, forks and spoons more easily. The Chopspoon is two-sided, one of its side is just a simple pair of chopsticks and the other side is a spoon. It is easy to switch the tool and it helps to train their hand muscles.

Materials used: a pair of chopsticks, a spoon and a plastic bottle stopper

