



筲箕灣東官立中學

Shau Kei Wan East Government Secondary School



二零二三年
二月號



地址：香港柴灣道40號 電話：2560 2677 傳真：2568 9865

網址：<https://www.skwegss.edu.hk>



新到任校長

5A王焱鈺、5C黃桐桐、5C郭藝嫻、5C黎詠妍

問：翁校長到任筭東三個月，有甚麼感受？對筭東的同學有甚麼印象？

答：在剛到筭東這三個月，已有許多事務需要處理，例如籌備周年頒獎典禮和六十周年校慶啟動禮的事宜。慶幸去年在賴校長的帶領下已經有活動的框架，令我們能更順利籌辦典禮。另外，在籌辦許多大型活動時，我看到老師和同學都非常有效率 and 熱誠。筭東同學給我的印象是非常主動和活潑，而且同學們都很健談，更會主動向我打招呼和我聊天，令人印象深刻。

問：為甚麼選擇投身教育界？

答：做老師是我從小夢想。小時候我會模仿做老師，認為做老師很有威嚴。從小到大我接觸的老師都很出色，而且很愛學生，所以大學畢業後就選擇做老師。

問：校長以前任教甚麼科目？當中有甚麼趣事可以分享？

答：除了中國語文科和中國歷史科外，我亦曾任教會考時代的旅遊科，即是現在的旅遊與款待科。在任教這三個科目當中，發生過許多有趣的事情。有一次午膳後我準備入課室點名，發覺有位男同學想用塑膠蟑螂嚇怕我，但不成功。過了一會兒，我在地上發現透明的四腳蛇，初時以為這也是該同學的惡作劇，於是便吩咐他把四腳蛇送出課室外。他戰戰兢兢把四腳蛇送走後，我才發現這是一條活生生的四腳蛇，令人哭笑不得。

問：校長通常要處理學校哪些事務？工作壓力大嗎？

答：我平時主要處理文件工作，包括審閱考試卷、時間表、通告等。然而，在這崗位上溝通更為重要。我比較喜歡跟老師和同學溝通，有時同事給我一些文件簽閱，我便藉此和他們聊起相關的事



情。我認為溝通很重要，如果缺乏溝通，便錯過了某些細節。雖然溝通需時，但我認為這是值得的，相對處理文件，我更樂意跟同學和同事溝通。而在壓力方面，我認為因人而異。例如我瞭解到自己的個性比較心急，總是很想趕快完成事情，自然為自己帶來更大壓力。如果我放慢步伐，壓力可能會小一點。因此我覺得壓力和個性是有關係的。

問：哪個人物的說話對你影響最深？為甚麼？

答：清朝翁同龢其中的一句對聯：「每臨大事有正氣，不信今時無古賢」對我影響甚深。這句意思指當面臨驚天動地的大事、險事，應該心靜如水，處變不驚，從容應對。我認為這句對聯適合不同年齡階段的人，人生路上我們難免遇到不同困難。每當需要作決定時，都要提醒自己謹慎，經過重重考慮，才能令自己減少錯誤。



翁校長於閱讀分享會上致辭

問：校長對筲東有甚麼期望？

答：除了推展六十周年校慶的工作外，我來到筲東最大的任務便是要執行校舍重置計劃。我很希望可以將筲東的強項傳承下去，例如設計與應用科技、科技與生活這些特色課程，可以配合新校舍設計繼續發光發亮。我也希望筲東在自己的帶領下可以變得更加優秀。

問：校長對筲東學生有甚麼寄語？

答：剛才那一節課我在禮堂參與閱讀分享會。郭偉雄老師最後所說的話與我的想法不謀而合。我覺得同學需要學會感恩，以及珍惜現時自己所擁有的，認真活好每一天。過往還是老師的時候，我會趁着乘車回家的時間反思當日的課堂，如有不足便想想辦法改善。現在我也會思考今天的工作是否順利完成，以便規劃明天的工作。希望同學都能養成反思的好習慣。



學生代表歡迎筲東首位女校長到任



本校於《基本法》學生校園大使培訓計劃獲獎。翁校長親身出席嘉許禮，推動學生認識《憲法》及《基本法》

周年頒獎典禮暨六十周年校慶啟動禮

5C郭蕙嫻

第五十五屆周年頒獎典禮暨六十周年校慶啟動禮在2022年11月25日（星期五）順利舉行，本年邀得醫院管理局總部總行政經理（質素及標準）劉家獻醫生擔任主禮嘉賓。劉醫生為本校校友，精心從事，熱誠奉獻。

頒獎典禮開始，進行升國旗儀式後，由主禮嘉賓劉醫生、學校管理委員會主席羅潔玲女士、家長教師會主席韓雲女士、學校管理委員會校友委員及獎學金捐贈人陳大枝先生、舊生會會長梁笑群女士及香港北區扶輪社候任社長鄭君賢先生頒發獎項予得獎生，肯定同學在各方面的努力。



劉醫生在頒獎典禮上致訓勉辭，向同學分享他人生三個階段的經歷，並以三個英文字代表三個階段，勉勵同學在遇到困難和挑戰時應迎難而上。三個英文字的首個字母正好組成「SES」，與本校同學息息相關，正是本校的英文簡稱。這個「SES」由以下元素組成：

Seed種子：人需要適應不同環境，需要改變和習慣。莎士比亞的名言：「每一粒厄運的種子，卻包孕著未來豐盛的果實。」

我們就像種子一樣，即使在惡劣環境下仍生存，爭取天時地利發芽生長。

Empathy同理心：我們需要培養同理心，當我們體會別人的感受時，才能明白他人。體會別人可以幫助我們反省自身，並使人與人之間的相處變融洽，它能使我們做事事半功倍。

Self自我：我們要找到自我，才能決定自己的方向。邱吉爾：「風箏是迎著風高飛，而不是順著風。」我們需要逆風而行，迎難而上，堅定不移，等待時機。另外，如果我們隨波逐流，便會走不出逆境。我們需要將壓力化為動力，人在完全沒有壓力的情況下會死亡，可見一定的壓力對我們來說很重要。因此，我們要認識自己，將潛力發揮出來。

劉醫生的一席話鼓勵在座每一位同學，十分感謝他的微言大義。





博學親仁六十載

六十周年校慶

翱翔展翅更精彩

本校自1963年創立至今，屹立柴灣道六十載，多年來經歷不少挑戰及蛻變，更在1998年由「筲箕灣官立工業中學」更名為「筲箕灣東官立中學」。學校以多元豐富的學習活動，帶領學生發展潛能，積極裝備自己，以當大任，齊家治國，造福社群。在過去近一個甲子的歲月裏，學校與時並進，向社會各個領域和層面輸送大量人才，實踐「積善成德，聖心備矣」的美好人生理想。本年度筲東迎來鑽禧六十周年校慶的大日子，籌辦多項活動，期盼全體師生、家長和校友踴躍參與，共同分享校慶的喜悅，記取這個極具意義的時刻！承前啟後，再創輝煌。

六十周年校慶標誌及標語創作比賽結果已在去年11月公佈。標誌設計比賽最佳設計金獎得獎者為5D鍾曉穎；標語創作比賽最佳設計金獎得獎者為5B翁佩賢。此外，為紀念這個別具意義的時刻，製作了幾款別具意義和特色的校慶紀念品，包括：印有校舍外形的環保袋、校慶標誌襟章、「柴灣道40號」匙扣、全彩色校慶文件夾，以及紀念原子筆等。



氣球蛋糕



校慶紀念品



輔導學長領袖訓練

日期：2022年9月2至3日（星期五至六）及9月9日（星期五）

地點：本校校園

主辦科組：輔導組

活動簡介：輔導學長的主要職責是協助輔導中一學弟妹成長。是次訓練幫助未來新一年的輔導學長學習如何幫助學弟妹融入筲東校園生活，掌握帶領活動的基本態度和技巧，從而提高溝通技巧及與人合作的能力。

負責老師：盧頌欣老師、黃家俊老師、呂寶蓮老師、周嘉宜老師



中秋節燈籠工作坊

日期：2022年9月7至8日（星期三至四）

地點：有蓋操場

合辦科組：非華語學生支援組、中國語文科

活動簡介：是次中秋節燈籠製作活動，旨在讓非華語學生認識中國傳統文化，讓非華語學生感受中秋節節日氣氛，及促進非華語學生及華語學生文化交流。師生運用各種材料，並發揮「小宇宙」，製作出色彩鮮艷、款式新穎的燈籠，共同慶祝中秋佳節，樂也融融。

負責老師：周嘉宜老師、方穎音老師



回歸二十五周年 《香港珍藏大展》

日期：2022年9月29日（星期四）

地點：香港中央圖書館展覽館

合辦科組：德育及公民教育組、旅遊與款待科

活動簡介：《香港珍藏大展》匯集眾多知名藏家的藏品。這些藏家對中華文藝傳承富有使命感，多年來在世界各地搜索流失海外的國寶級文物，這些文物隨著香港回歸正式回到祖國懷抱。本次活動，提升了學生對中華文化的歸屬感及增加國民身份認同。學生在展覽中認識中華傳統文化遺產，並瞭解珍貴文物在推動香港發展文化產業上的作用。

負責老師：黃泰來老師、錢皓文老師



香港故宮文化博物館之旅

日期：2022年10月21日（星期五）

地點：香港故宮文化博物館

合辦科組：家長教師會、德育及公民教育組

活動簡介：為慶祝香港回歸祖國25周年，本校家長教師會、德育及公民教育組協辦「香港故宮文化博物館」親子學習活動。博物館展示900多件來自故宮博物院的珍貴文物，讓大家更瞭解中華文化及國家歷史，增強國民身份認同。在結合藝術與科技進行創作和實驗性的學習環境下，學生從新視角觀察文化遺產，提升自我研習能力。

負責老師：黃泰來老師、錢皓文老師、馮靜文老師



Halloween Celebration

Date: Late October 2022

Venue: Covered playground

Organizer: English Society

Summary: The Halloween Celebration embraces the chilling spirit of the holiday. A display board is specially designed to help enhance students' vocabulary learning. There are fun activities for all to enjoy. They are so delighted when joining the activities.

Teacher in-charge: Ms Chan Sze Wing



林地考察活動

日期：2022年11月12日（星期六）

地點：大埔滘

主辦科組：地理科

活動簡介：為配合高中地理課程，地理科組織同學參加大埔滘林地考察活動，讓同學透過實地考察，瞭解香港的林地環境和現況。

負責老師：賴錦儀老師、劉思敏老師



參觀香港地質公園

日期：2022年11月18日（星期五）

地點：西貢糧船灣萬宜水庫東壩

合辦科組：德育及公民教育組、地理科、旅遊與款待科

活動簡介：香港聯合國教科文組織世界地質公園距離市中心只需一小時的車程，被譽為獨一無二的「城市中的地質公園」。是次活動學生參觀地質公園的西貢火山岩園區，區內的六角形岩柱分布廣泛，具有國際地質重要性。地質公園展示多元化的生態和文化，學生在活動中認識香港的地質歷史，提升對自然保育的意識，及瞭解香港生態旅遊的發展情況。

負責老師：黃泰來老師、賴錦儀老師



海岸清潔日

日期：2022年12月3日（星期六）

地點：瀑布灣

合辦科組：環境教育組、地理學會、社會服務團

活動簡介：環保協進會舉辦「海岸先鋒計劃（香港南）海岸清潔日」，讓學生到瀑布灣進行海岸清潔活動，身體力行實踐環保，更在活動中學習香港海岸的地理知識。

負責老師：高家浩老師、劉思敏老師、盧惠燕老師



扶輪傷健共融校際無人機比賽

日期：2022年12月3日（星期六）

地點：將軍澳香島中學

參與科組：設計與應用科技科

活動簡介：比賽由九龍西區扶輪社主辦。五位中二同學組隊參加無人機編程、速度及外型設計三個組別比賽，最後獲得優異獎。

負責老師：張仲偉老師

中學校際乒乓球比賽2022-2023

日期：2022年12月5日（星期一）

地點：士美非路體育館

主辦科組：體育科

活動簡介：本校乒乓球校隊於男子甲組賽事獲得冠軍，成績驕人。

負責老師：呂文妃老師



國家憲法日活動周

「粵港澳大灣區」專題講座

日期：2022年12月6日（星期二）

地點：本校禮堂

主辦科組：德育及公民教育組

活動簡介：為配合國家憲法教育，本校邀請團結香港基金的研究員為學生主持專題講座，分享有關「粵港澳大灣區」的發展藍圖及近況。

負責老師：黃泰來老師



終審法院學校導賞活動

日期：2022年12月8日（星期四）

地點：終審法院（前立法會大樓）

主辦科組：德育及公民教育組

活動簡介：配合國家憲法日活動周，本校組織和帶領學生實地參訪認識本港司法機構——終審法院的歷史、運作及建築特色。

負責老師：黃泰來老師



學界觀鳥比賽

日期：2022年12月10日（星期六）

地點：香港濕地公園

主辦科組：生物科

活動簡介：「學界觀鳥比賽」是一項為普及觀鳥、讓學生認識鳥類和牠們不同生境以及訓練學生觀察能力的活動。活動不但讓學生掌握鳥類辨識的技巧，更鍛煉團體合作精神。

負責老師：高家浩老師



環保為公益——慈善花卉義賣

日期：2022年12月12日（星期一）

地點：有蓋操場

主辦科組：公益少年團

活動簡介：活動配合美化環境、培養學生對種植盆栽的興趣，並透過栽種花卉體現生命，讓學生學習尊重、珍惜和關愛生命的價值觀。本校公益少年團團員售賣矮牽牛，並向同學分享打理盆栽的心得。善款全數捐贈「香港公益金」。

負責老師：林德武老師



創科博覽2022

日期：2022年12月19日（星期一）

地點：香港會議展覽中心

主辦科組：設計與應用科技科

活動簡介：「創科博覽2022」展示出國家「十三五」科技創新成就，提升學生身份認同感及民族自豪感，並引起學生對創新科技的興趣。學生從展覽會中回顧香港科研成果，認知科學發展。

負責老師：張仲偉老師



全方位學習日

中一及中二級

主題：領袖訓練日營

地點：突破青年村



中三級

主題：歷奇活動體驗日營

地點：香港青年協會賽馬會

西貢戶外訓練營



中四級

主題：大澳水鄉一天團

地點：大澳



中五級

主題：綠色旅程 ——

馬屎洲地質特別區

地點：馬屎洲、大美督



6A 吳卓霖



畢業的日子臨近，在六年的中學生活中，我們經過了很多大大小小的事。由於中三那年開始疫情肆虐，令我們很多活動都不能舉辦，直到今年終於能夠有所放寬，漸漸復常。

我們最後一次的全方位學習日，亦是我們的畢業旅行。我們期待已久，終於可以全班一起到迪士尼去。我們做了旅行的「例行公事」——拍照，每次拍照都記錄了我們珍貴的回憶。

轉眼間已六年，以前的我一直覺得距離畢業還有幾年是一個十分漫長的時間，一直都很想快點畢業，因為覺得每日都要早起乘車上學很累，所以便想快點畢業，但現在感覺時間並沒有想像中的慢，唯有更珍惜早起的時光和上學途中的風景。

這一年，我們一起做了很多難忘的事，例如在迪士尼內全班同學一起玩機動遊戲；在旅遊巴上一起唱歌；在聖誕聯歡會聯班舉行歌唱比賽，這些事都會成為難忘的回憶。我們即將各散東西，尋找屬於各自的生活，天下無不散之筵席，相信我們還會在其他地方再見。最後祝各位前程似錦，找到適合自己的道路！

6B 楊婉倩

2022年12月20日（星期二）是本校的全方位學習日，亦是我們中六各班的最後一次全方位學習日。當天我們懷着興奮的心情回校乘坐旅遊巴前往迪士尼樂園。到達後我們便在迪士尼樂園的大門拍照留念，包括最後一年的班相。在拍攝班相的時候，我回想起我們在這三年高中的經歷。

第一站我們來到「美國小鎮大街」，大街的兩側都是以美國風情設計的建築，氣派不凡。園內各種機動遊戲，我們都暢玩一番，玩得不亦樂乎，留下美好的中六回憶。我們欣賞到各個園區的主要特色，在這童話般的世界裏，我們珍惜彼此的友誼。中午的時候，我們來到城堡前觀看表演，現場歡呼聲不斷，十分熱鬧。


夜幕低垂，我們參加聖誕樹的亮燈儀式，雪花徐徐飄落，充滿聖誕氣氛。末段的煙花匯演非常精彩，令人回憶起中學六年來的精彩時刻，回味無窮。是次全方位學習日令我感到非常不捨，令人感慨時光飛逝。迪士尼創造了屬於我們的奇妙時刻；筲東也創造了屬於我們的珍貴回憶！



6C 冼韻晴

時光飛逝，轉眼間竟是我們最後一次的全方位學習日，意味着我們快將畢業，離開筲東的懷抱。想到這樣，腦海裏思緒萬千，每每下筆亦無從入手。

回想起以前中一至五時，總是萬分期待外出活動，現時竟有幾分不捨和後悔，心中帶着矛盾，既想留下回憶，又不想時間到來。



所幸，當日的我們沉醉在迪士尼樂園，走進夢幻的國度，無一不當上了「王子和公主」。伴隨着音樂跑跑跳跳到達小鎮大街，宏偉的城堡映入眼簾，那刻才有幾分真實感，先前的煩惱無疑是庸人自擾。我們玩遍所有機動遊戲，暢遊所有景色，享受所有快樂。遊玩「飛越太空山」時，我們隨着加速一同呼叫；進入「小小世界」時，我們隨着音樂一同歌唱；觀看《獅子王》劇場時，我們隨着舞蹈一同律動。這刻的我們，相伴一生的密友，共享着無窮無盡的歡樂，許下一個又一個的諾言。

晚上的煙火匯演，為我們奇妙的旅程畫上完美的句號。煙火緩緩上升，心中的不捨亦跟隨湧上心頭，想何時能相聚？想何時能見面？想何時有機會？種種的「想」都源自六年間的相處，不多不少的甜酸苦辣，交織起我們在筲東的故事，有人提早離場，有人中途加入，亦有人一直都在。佛語有云：「赴前世的約定，今生來相遇。」我慶幸自己能和大家相遇，無比珍惜這些牽絆。

不久後就是文憑試的到來，祝願所有同學取得佳績，亦感謝所有老師的諄諄教誨。

6D 馮美倩

一個充滿幻想和夢幻的地方——迪士尼樂園，這就是我在這所學校最後一年進行全方位學習日的地方。

那天有一整天的時間讓我們自由活動，班中各人按照自己的喜好與朋友玩樂，而我亦不例外。最後一年學校旅行雖然未能與全班同學一起遊玩，但大家各自在樂園中的每一個角落遊玩，也令人感到歡愉。在遊玩過程中，我們少不免相遇，在歡樂氣氛的渲染下，就算平日說不上兩句話的同學亦能暢談一番。我因眾多的同學和朋友的陪伴和鼓勵，初次克服恐懼，嘗試了我一直不敢接觸的機動遊戲。原來一直害怕的事情，當自己願意踏出第一步，卻沒有想像中那麼難，反而讓我樂在其中，最重要是同輩們的鼓勵。

活動最後以迪士尼璀璨的煙花和浪漫的飄雪匯演作結。燦爛的煙花象徵着我們六年中學生涯的美好回憶與快樂，飄雪匯演就像是中學生涯中經歷過的浮沉和夢幻，甜酸苦辣的歷程讓我們得以成長。中學六年生活轉瞬即逝，相對於知識，我更多的是學會如何待人接物，修身立德，為未來裝備自己。我深信中學時期每一段的回憶都會經得起時間考驗，烙印在每一位同學的心中。希望大家可以活用六年所學，在未來展翅高飛，像燦爛的煙火，發出耀眼光芒；像滿天的飛雪，讓夢想肆意飄揚。



平易近人的馮嘉雯老師

3A 林穎芳、3D 梁晉喬、5A 王焱鈺

今年新加入筲東的馮嘉雯老師任教中國歷史科及中國語文科。馮老師平易近人，無論在課內課外也和同學們相處融洽。問到馮老師對本校同學的印象，她笑言同學們非常活潑，上課十分踴躍回答問題。課堂間的互動拉近了她和同學的距離，也成為師生之間相處輕鬆的原因。

每當有學生詢問她應不應該修讀中史時，她總會反問：「你對自己的手速有信心嗎？」因為修讀中史的同學除了需要強大的腦容量，也需要在短時間內寫很多字。馮老師又表示修讀中史並不容易，因此對此科有興趣的同學必須有心理準備。

最後，馮老師想對每位筲東的同學說：「無論世界怎樣改變，只有自己不會背叛自己。」她相信每個人都有發光點，亦勉勵同學要相信自己是獨一無二的人！就如馮老師所說，希望每位同學都能找到自己的發光點，也希望馮老師在筲東這個大家庭裏繼續發光發熱！

動靜皆宜的張佩兒老師

3D 蘇宇軒、4D 李軍銳、4D 麥穎欣

張佩兒老師在本年度加入筲東大家庭，任教中國語文科、中國歷史科及生活與社會科。問及對筲東同學的印象，張老師認為同學們既活潑亦乖巧，人品不錯，卻較少思考人生目標。

張老師喜歡游泳和打羽毛球，也愛到處遊山玩水。論及學習心得，張老師鼓勵同學們應先訂立學習目標，然後為目標付出努力，用心學習。面對沉重的工作壓力，張老師如何舒緩壓力呢？原來她會透過品嚐美食及打掃家居來減壓。

張老師向我們分享了一句對她影響深遠的名言：「悟以往之不諫，知來者之可追。實迷途其未遠，覺今是而昨非。」（陶淵明《歸去來辭》）。她勸勉同學即使在過去曾虛度光陰，但只要積極面對目前，絕對可以改寫「未來」。張老師又和我們分享，升讀中四那年她差點兒留級，竟在中四學年結束時，各科總成績提升了20多分，並考獲「全級最進步獎」，其後更成功實現當老師的夢想！筲東的同學力求上進，成功是遲早的事。

和藹親切的陳小敏老師

3C 王恩晞、3C 陳榮烽、5C 郭藝姍



初到筲東，陳小敏老師認為同學們活潑開朗，大家都很願意付出，喜歡互相幫助，友好相處。

陳老師任教中三及中六級英文科。她一向喜歡英語，認為英語是優美的語言。她希望把這份喜愛分享給同學們，讓大家都感受英語的美好。她認為英語是一門重要的工具科，能夠為大家打開一扇窗，透過這扇窗看到世界各地的事物，接觸不同的文化與知識。

近年大家都在疫情中渡過，陳老師因此常去香港各地郊遊，遠離煩囂。陳老師尤其喜歡在風和日麗的時候到西貢遊山玩水，欣賞西貢的風景，感受大自然的神奇之處。

陳老師很喜歡一句話：「count the blessings」。她認為同學們來到筲東，有機會受到教育，可以認識不同老師和同學，每一天都有美好的事情發生，每一天都值得感恩和珍惜。陳老師藉着這句話勉勵學生不要為了不開心的事情而耿耿於懷，應該記住開心快樂的事情。

樂觀積極的鄧淑芬老師

3B 楊雅茜、4D 李軍銳、4D 麥穎欣



新學年，筲東迎來了一位個性溫和、熱愛英語的新成員——鄧淑芬老師。

鄧老師擅長英語，出於她從小便喜歡說英文。由於對世界充滿好奇，英語又能成為與外界聯繫的途徑，所以她也將自己融入英語環境之中。觀賞音樂劇、聆聽英文流行曲、閱讀書籍皆是鄧老師的嗜好。其中，她喜歡莎士比亞的文學作品。

問及身為老師工作壓力是否很大，鄧老師坦然回答說是。同時，她也認為人沒有壓力便沒有成長。鄧老師的減壓方法是選擇先給予自己冷靜及休息的時間，之後再面對眼前的問題。

鄧老師初到筲東，認為同學個性乖巧，願意守規。她勉勵同學積極投入學習、勇敢發問。鄧老師認為有好奇心的人都很容易快樂，希望同學都能積極追逐自己感興趣的事，擁抱理想未來。

熱心教學的林旭峰老師

3C 王恩晞、3C 陳榮烽、5C 郭藝姍



林老師主要任教英文科。初來筲東，他覺得同學們活潑、有趣，認為同學的表現總會為人帶來驚喜。

對林老師影響最深的就是他中六及中七的班主任兼英文老師，在課堂上他的班主任不會跟學生說中文，這讓林老師意識到英文是一門很重要的語言。

林老師選擇任教英文科是因為興趣使然，中學時期他最喜歡的是英文和地理科，而在當年的考試中，英文科的成績比地理科略高一點，因此選擇任教英文科。林老師認為愛和熱誠很重要，學習最重要的是喜歡自己讀的科目，一個人如果對一件事沒有愛和熱誠，做事便難以取得成功。

除了熱情，林老師認為勤奮的態度對學習也很重要：「勤有功，戲無益」，「工作時專注工作，就像玩遊戲的時候也不會去想工作」。學習也是同樣的道理。林老師借「世上無難事，只怕有心人」勉勵各位同學，只要堅持便能成功。

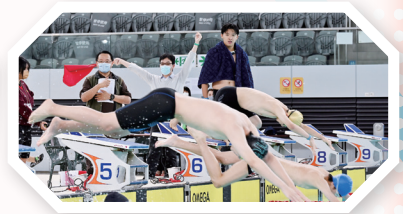
大型活動

第五十九屆周年水運會

5A 王淼鈺

本校第五十九屆周年水運會於2022年12月2日（星期五）在維多利亞公園室內游泳池舉行，闊別兩年的周年水運會無減各位健兒的熱情，他們發揮自己，展現光芒。當天寒流襲港，但仍沒有阻擋健兒們投入賽事，為社爭光，本屆參加游泳比賽的同學仍有增加。

雖然因疫情本屆水運會不設社際啦啦隊比賽，令各社未能透過社際啦啦隊比賽為社爭光，以及為參賽選手加油打氣，但各社同學仍十分落力在看台上為健兒們高聲歡呼喝采。本屆水運會得以順利舉行，有賴各位工作人員的全力協助，以及各位同學的熱烈參與。希望來年各位健兒再創佳績！



校園體驗日

欣逢60周年校慶，為共享喜悅，並感謝各位家長對學校的支持和信任，家校合作，共同營造良好的學習氛圍，本校特於2022年11月26日（星期六）舉行「校園體驗日」，讓各持份者親身感受筲東這個大家庭內多姿多彩的校園生活，加深家長對學校的認識。是次體驗日亦邀得本校學生所讀小學的師生及家長出席，通過欣賞節目表演及參加小型工作坊，加強中、小學的聯繫交流。



校友專訪——

校友專訪

吳澤毅老師

5A 王焱鈺、5C 黎詠妍



問：吳老師，再次回到母校，你的身份由學生變成老師，有甚麼感受？

答：我覺得很特別，因為以前是被老師教導的學生，但是現在轉換身份，和老師一起工作，大家的相處模式不同了。以前作為學生，只覺得每天專心讀書便足夠，但成為老師後發現老師需要很多時間備課。另一方面，我也發覺學校的設施提升了許多，令同學有更多不同的學習機會。



問：在眾多體育運動中最喜愛哪一種？

答：當然是籃球，因為這項運動是我接觸得最長久的項目。當年自己亦有參加田徑和室內賽艇，但相比起個人運動，我更喜歡團體運動。因為團體運動講求與別人合作溝通，有時個人能力雖強，但是假如和隊友默契不足，也不會在比賽中獲勝甚或提升至更高層次。

問：體育科並不是一般的學術科目，你覺得體育課令你有所收穫？

答：參與運動令我成長不少，單單在體育這一科已令我面對很多失敗。運動項目通常都有競賽元素，無論是勝利還是敗北，其中的經驗都十分寶貴，可讓我們改善自己，檢討過失和不足之處，一步一步成長，這些都是書本上沒有的。我希望可以將體育課教會我的堅毅精神教導學生，令他們都感受到箇中樂趣。



問：為甚麼你會選擇教體育科？

答：以前覺得教體育這一科只需要動動身體就可以，自己比較擅長運動，所以就選教體育。但是修讀體育教育課程後，我才發現這科也涵蓋很多實用的理論知識，並非如我起初所想。我希望以梁達仁老師為榜樣，教導學生更加多運動方面的知識。

問：對筲東同學有什麼期望？

答：我希望筲東同學對運動更加有熱誠。學校的設施及教學資源都比以前好，可讓同學發掘潛能。如果同學對某些運動項目有興趣，就應該更加堅定地發展下去。同學不應輕易埋怨客觀環境不足，我們的路途不一定平坦，但只要堅持不懈，就有機會成功，希望大家加油！

學界籃球決賽

5C 黎詠妍

香港島中學校際籃球賽D2甲組決賽於2022年12月8日（星期四）在柴灣體育館進行。本校男子籃球隊狀態大勇，由校友張子洛先生帶領下晉身決賽。決賽當天，過百名筲東師生校友到場支持，為球員加油打氣，氣氛非常熱烈。雖然筲東籃球隊最終不敵對手西島中學，屈居亞軍，但球員在比賽中盡力奮進的精神卻令人難忘，雖敗猶榮。勝敗乃兵家常事，希望來年筲東再創佳績。



舊生會周年晚會聚餐

5C 黃桐桐、5C 郭藝姍

闊別兩年的舊生會周年晚會聚餐於2022年12月3日（星期六）在灣仔薈軒酒樓舉行。

當晚氣氛熱鬧，各位舊生聚首一堂有說有笑，享用當晚美食的同時，聊起彼此的過往與現在，他們更與昔日的老師拍照留念。晚會上除了會務報告，還拍賣了一幅舊生創作的畫，亦設抽獎環節，場面歡樂。以下有幾位與會者的感想。



家長教師會主席 韓雲女士

我覺得本次舊生會晚宴氣氛良好，很開心。希望各位同學努力讀書，祝願中六文憑試應屆考生考試順利；各位家長、老師、同學身體健康。

學校管理委員會家長委員 姚杞然先生

我第一次參與舊生會晚宴，今晚的氣氛良好。我看見舊生、退休老師以及校長相處融洽，他們與昔日的老師重聚，回憶起以前多姿多彩的校園生活。我剛剛也出席過周年水運會以及周年頒獎典禮，看見同學表現雀躍、師生關係融洽。我希望重置後的新校舍能提供更好的環境予學生學習。

舊生呂燕玲女士

今晚能與昔日的同窗相遇，感到很開心。而我亦希望筓東的同學可以在讀書以外找到自己喜歡的事情。另外，「變幻原是永恆，今生與你懷抱着永恆」。現在學生的世界跟以往不同，作為上一代應該要接受新的事物。

舊生葉巧瑜女士

我第一次參與舊生會晚宴。晚宴上重逢舊同學，發現有一位中學同學與我的大學同學相識，覺得世界真細小。筓東即將搬遷，學校將來有更大發展空間，希望各位繼續努力。六十年不長不短，是一個里程碑，即使學校搬遷，校名也可能會再次改變，但不影響學校不斷進步。

《東嶽》編輯團隊

顧問：翁翠華校長、楊昌俊副校長

編輯：方穎音老師、錢皓文老師

校園記者：

中五級 5A 王焱鈺、5C 黃桐桐、5C 郭藝姍、5C 黎詠妍

中四級 4D 李軍銳、4D 麥穎欣

中三級 3A 林穎芳、3B 楊雅茜、3C 王恩晞、3C 陳榮烽、3D 梁晉喬、3D 蘇宇軒