



元朗天主教中學

Yuen Long Catholic Secondary School

2024-25 年度

元天人

第一期

生活中實踐校訓

「地鹽世光」



本學年，宗教培育及事務組為同學們精心策劃了多元化的宗教及心靈培育活動，旨在讓同學們透過親身體驗，在生活中實踐校訓「地鹽世光」。活動內容豐富多彩，包括宗教禮儀、宗教周、明愛賣物會及天主教同學會，讓學生深入了解不同宗教的文化及儀式。

中四及中五參加不同的長者義工服務，鼓勵同學們以實際行動學習「仁愛·孝親」的校園培育主題，增進個人責任感。學校還舉辦了貞潔週和五感福傳活動，這些活動引導同學反思生命的意義，培養正面價值觀，並建立健康的人生態度。



最 Cute 班相設計



本學年班相拍攝日，特別設立了 " 最 Cute 班相設計 " 活動，鼓勵各班同學自由發揮創意，設計出可愛的班相造型。活動不僅讓同學度過了歡樂的拍攝日，也進一步增強了班級的凝聚力和歸屬感，讓我們一起欣賞部分溫馨的作品吧！



學生交職禮

學生交職禮旨在表彰各學生團體的貢獻，提升學生的歸屬感和使命感。今年的交職禮共有11個團體參與，包括學生會、四社、領袖生、學長、活動風紀、英語大使、升學及就業推廣大使、天主教同學會、元天升旗隊、元天領唱員及圖書館管理員，充分展現了學校的多元化和活力。交職禮不僅表彰了學生團體的努力，也激勵了同學們在未來的學校生活中繼續服務與貢獻，促進了校園的正向氛圍。



秋季齊旅行

學校旅行能促進學生的團隊合作精神和增進師生之間的關係。在每年的旅行日，學生們會走出課堂，參觀不同的景點，體驗多元文化和自然環境。這不僅是學生放鬆心情的好機會，也是培養他們社交能力和獨立思考的良好平台。我們也讓高中同學選擇旅行地點，這有助於加強班級凝聚力，讓同學在互動中建立友誼。



科學周

本年度科學周活動主題是「變幻在『元』理」，活動是精心策劃，豐富多彩，充分發揮了科學對學生的吸引力。從物理、化學、生物等不同學科領域的精彩演示，到親手製作實驗產品的動手實踐，城市大學化學系教授到校，講解如何在環境搜尋犯罪證據等等，學生們可以全方位地感受到科學的魅力和在日常生活中的應用。



國教周



今學年「國教周」活動豐富多彩，目的在加深學生對中華文化及國家歷史的理解。活動包括以禮及孝親為主題的「詩詞佳句大挑戰」和傳統文化的「足毬介紹及體驗」。此外，還設置了「祖國昌盛 歡慶滿城」的中華人民共和國成立 75 周年巡迴展覽及問答遊戲，向同學們介紹國家的誕生、國旗、國徽和國歌，回顧過去 75 年的重大國事。

「國民及公民教育組」邀請了政協委員及律師舉辦講座，主題涵蓋國家扶貧政策、社會民生及香港國安法。透過這些活動，同學們增強了法律意識與公民素養，深化了對國家的認識。



紀律周

訓輔組舉辦紀律周活動，主題為「自律自愛 遠離禍害」，旨在提升學生的自律意識及建立健康的生活模式，特別針對煙酒毒品的禍害進行宣傳。活動響應培育委員會的關注事項，並配合禁毒處的「元途綻放 健康校園計劃」。從不同類型的活動中，強化學生對自律守規的重要性，同時也提升他們的自信心和對學校歸屬感。



科技周

科技周的活動目標在提升學生對科技的認識及應用能力。本年度活動融合了中華文化與現代科技，設計了多樣化的體驗式學習活動。無人機模擬自動化蟲害管理體驗吸引了參與學生，展現了科技的實用性與趣味性。此外，在家政科的雜果藍莓芝士杯工作坊中，並感受到製作美食的成就感。設計與應用科技科的模擬飛行訓練，讓學生學習航空智識，學生們積極參與，展現了對科技的熱情。



多元學習日

本校在十一月舉辦連續這三天「多元學習日」，目的不僅讓學生們獲得了知識和技能，還增進了他們的團隊合作能力和社交技巧。讓我們重溫每級的精彩活動片段吧！

中一級：和諧共融成長教育營

中一的學生參加了「和諧共融」成長教育營，這個活動旨在培養同學的社交技巧，促進合作精神，並培養包容和互相尊重的心態。通過各種互動活動，學生們不僅提升了社交及情緒管理的能力，還為創造和諧的校園氛圍奠定了基礎。活動地點選擇了保良局大棠渡假村，讓同學們在大自然中學習和成長。



中二級：律己自理生活教育營

中二級同學於保良局營地及曹公潭參加了為期三天兩夜的「律己自理」成長訓練營。該訓練營旨在通過團體訓練及歷奇活動，提升學生的自我管理能力和團隊協作精神及責任意識。學生們在這裡提升了生活技能和自主性，為未來的個人發展打下了良好的基礎。



中三級：肇慶研學團

中三級肇慶研學團的活動能豐富學生的學習經歷，深入了解內地的歷史文化、風俗特色、城鄉建設、經濟發展、科技及自然保育，進而提升國民身份認同。

在活動中，同學們參觀了肇慶博物館新館和宋城牆，這些景點讓他們對國家的歷史有了更深刻的認識。鼎湖山的自然風景也令學生們感受到自然保育的重要性。此外，與肇慶學院的交流活動中，同學們分享了各自的學習經驗，增進了彼此之間的友誼，並加深了對內地學校的了解。這次研學團不僅拓展了學生的視野，還促進了文化交流，讓他們對中華文化有了更深的認識。



中四級：「突破自我·生涯規劃」

中四級學生參加了以「突破自我·生涯規劃」為主題的精彩活動，目標是探索個人潛能，培養自信心與決策能力。同學們前往突破青年村，參加了突破自我日營。通過閃避球和攀岩等挑戰，他們克服恐懼，增強了自信心和團隊合作能力。學生們體驗到團隊精神的重要性，並在輕鬆的氛圍中建立了深厚的友誼。

另外，在 JA 理財工作坊、社工情緒講座和 DISC 職業性向測試。學生們學習了理財知識，了解自己的職業性向，並參觀葵芳青年學院，體驗不同的課程特色，啟發了他們對未來職業方向的思考，有助未來的規劃。



中五級：「探索龍華 體驗中華」

為了讓中五學生深入了解國情及國家最新科技發展，提升國民身份認同，國民及公民教育組與學生培育組於多元學習日共同舉辦了「探索龍華 體驗中華」交流團。在為期三天的行程中，同學們遊覽了觀瀾古墟、觀瀾版畫村和甘坑客家小鎮，深入體驗深圳本土的客家文化。

學生們還參觀了錦繡中華民俗文化村，感受中華 56 個民族的多樣風情。此外，他們也參觀了「大潮起珠江——廣東改革開放 40 周年展覽館」，親身體驗廣東改革開放四十年的壯闊歷程與輝煌成就。透過這次交流團，同學們擴闊了視野，對中華文化及深圳龍華的發展有了更深刻的理解，增強了對國家的認同感。



中六級：生涯規劃及課程增潤活動

中六同學參加了生涯規劃及課程增潤活動，包括專題講座和學習技巧提升課程。他們參觀了聖方濟各大學和 VTC，這些活動不僅幫助學生探索個人潛能，還促進了他們的自信心和人際關係的發展。



湖南文化交流團



「國民及公民教育組」及中文科舉辦了「湖南文化交流團」，旨在讓同學們透過觀覽人文景觀，親身感受祖國的山河之美。在為期五天的行程中，學生們參觀了湖南省博物館、嶽麓書院及簡牘博物館，深刻反思傳統文化的重要性。

同學們還遊覽了黃興路步行街、張家界、袁家界、十里畫廊、天子山、沈從文故居、沱江跳岩及鳳凰古城等名勝。在驚嘆自然的鬼斧神工時，他們也了解了祖國在文化保育方面的努力。此外，元天同學特別參訪了「長沙市弘益高級中學」，與當地學生共同上語文及化學課，並進行課後交流。弘益的同學們熱情好客，積極投入的學習態度給元天同學留下了深刻的印象。這次交流不僅增進了對湖南文化的理解，也加深了學校之間的友誼。



「吾生·悟死」生死探索之旅

為了讓學生深入了解死亡的意義及珍惜生命的價值觀，中文科舉辦「吾生·悟死」生死探索之旅。活動中學生參加殮殯葬導賞團，實地參觀墓地與棺木專門店，了解本地殮殯葬的實況。學生也參加體驗式學習活動，在馬灣挪亞方舟感受別離的震撼，啟導他們從死亡的角度反思生命，體會生命中的喜悅。此次活動旨在拓展學生的視野，深化對生命的理解與珍惜。



化驗師初探



二十多名高中化學科的學生前往香港都會大學的實驗室，參加了一次深入的實驗學習。在大學教授的指導下，他們掌握了多項實驗技能，增強了實踐經驗。學生們不但學使用比色計測量藥物中的鐵含量，他們還學習使用先進儀器檢測電器發出的輻射量、測量玩具是否符合國際安全標準及了解如何檢測食物中的重金屬含量。這次實地學習不僅提高了學生的科學素養，也激發了他們對化學研究的濃厚興趣。



聖誕滿歡欣



聖誕節慶祝活動中，內容包括聖誕祈禱會及班級聯歡。透過問答遊戲，學生再次認識主耶穌的降生喜訊，並獲得獎品激勵參與。兩場聖誕祈禱會成功塑造了校內的宗教氛圍，學生們表現出積極參與和尊重的態度。葉神父分享了與學生生活經驗相結合的故事，學生們專心聆聽，深受啟發。學生們的歌聲動人，增添了節日的歡樂氣氛。整體活動不僅強化了學生的宗教信仰，也促進了同學間的互動和欣賞。



藝術在午間



在藝術週期間，午膳時間舉辦了音樂表演，為校園生活增添了活力與藝術氣息。學生在歌唱、樂器演奏和舞蹈等藝術領域的才華得以顯示，讓大家在輕鬆的氛圍中欣賞到同學們的精彩表現。活動中，學生們以充沛的熱情和才華，將各種藝術形式融入表演中，贏得了全場師生的熱烈掌聲。



校園生活多姿彩



本校為促進學生的多元學習及全面發展，特別安排「聯課活動」，活動於每週三課後進行，全年共 16 節，涵蓋多種不同的興趣和技能，讓學生在學習之外，探索個人興趣，培養團隊合作精神。聯課活動包括 19 項不同選擇，從運動如男子足球班和飛盤興趣班，到藝術如流行舞蹈班和攝影學會，甚至還有科技相關的 STEM 學會和創意藝術工作坊。每個活動都有專業導師指導，確保學生在安全且充實的環境中學習。

另外，學校有多項體育校隊，例如飛鏢、籃球、田徑、乒乓球等等，同學在校隊中有定期訓練，表現良好的學生，更有機會代表學校出外比賽。

吉林冰雪之旅



今年初，我校舉辦了為期六天的吉林研學團，讓同學們深入了解吉林的文化、科技和自然美景。此次活動涵蓋了多個精彩的參觀與體驗，增強了同學們的實踐能力與國際視野。

交流團的第一站是長光衛星航空城，同學們親身參觀了航空尖端科技的發展，對國家航空技術有了更深入的了解。跟著，他們參觀了長影舊址博物館，回顧了中國電影的百年歷史，增進了對中國文化的認識。

在體驗 54 路文旅專列時，同學們享受了沿途的美麗風景與豐富的文化故事。隨後，來到了長春禮物概念店，了解當地的手工藝品與特色商品。在淨月潭，同學們在專業教練的指導下學習滑雪，體驗了冬季運動的樂趣。他們參觀了長春蓮花島影視文化園，體驗了東北民俗文化。吉林市博物館及滿族博物館的參觀，讓同學感受到了豐富的非遺文化，尤其是吉林烏拉滿族剪紙的精美技藝。最後，還參訪了吉林市第一中學，進行冬季運動交流，並享用了校園午餐，讓同學對內地校園生活有親身的體驗。