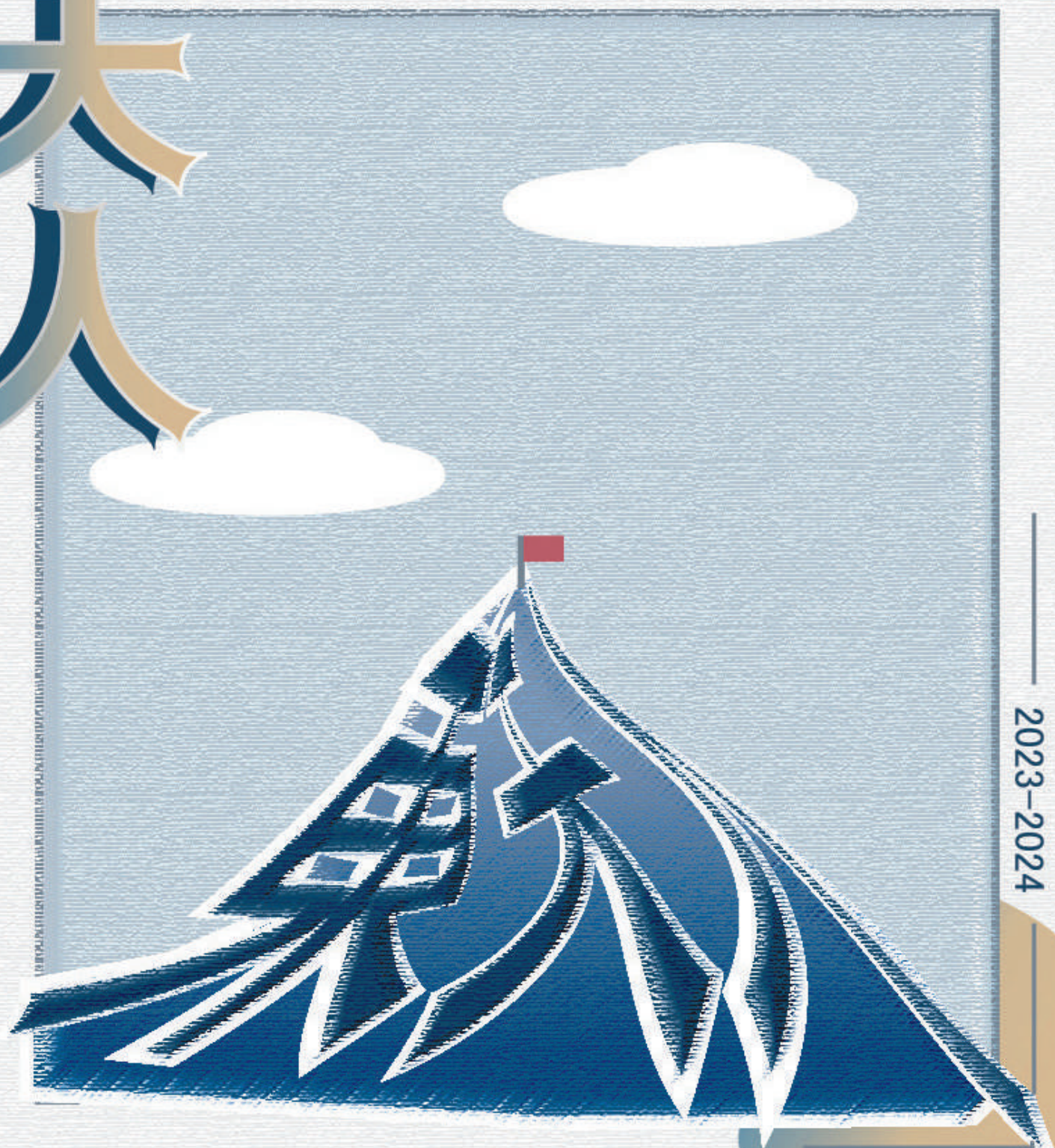


東 天 人



2023-2024



東涌天主教學校
Tung Chung Catholic School



目錄

引言：校長的話 03

新入職教師、社工介紹 04

學生分享：懷感恩 常惜福 07

校園活動 10

陸運會

環保回收活動

戶外學習日(中一至中六)

好書分享：作家介紹 23

作家潘步釗

作家胡燕青

上學期學生獎項 28

序言：校長的話

《東天人》是東涌天主教學校的寶貴創作平台，為學生們提供了一個展示才華和分享心得的園地。《東天人》不僅是一份學校刊物，它更是一個充滿活力和創意的綜合文化交流平台。

在這個時代，潮流和文化日新月異，年輕人扮演著引領時尚和潮流的角色。《東天人》正是捕捉這種靈感的地方，給予學生們展示自己的機會。透過專題文章，我們探索著潮流趨勢、時尚風格和文化現象，讓同學和其他讀者們能夠更深入地了解這個多元且不斷變化的世界。



然而，《東天人》不僅僅局限於時尚和潮流，我們還探索著各種不同的主題，包括藝術、音樂、旅遊、科技和社會議題等。透過學生們的筆觸，我們希望能夠啟發思考、激發創造力，並在這個資訊爆炸的時代中保持對真實、深度和意義的追尋。

《東天人》的每一頁都是學生的心血結晶，他們的熱情和才華為這份刊物注入了生命力。我們感謝每一位投稿者的努力和貢獻，也感謝每一位同學或讀者的支持和鼓勵。讓我們一起享受這個文化探索的旅程，並期待著《東天人》帶給我們的精彩故事。

PRINCIPAL

新入職教師及社工介紹

東涌天主教學校
中國語文閱讀報告工作紙
書名：《東天歷險記》
作者：吳佩如老師
出版社：東天人
所屬類別：童話

作者介紹：

吳佩如老師（1999 - ）

東涌天主教學校新入職教師，3A班班主任，
任教3A、3D班及S6非華語的中國語文科。



內容概要：

這本書講述了東天國裏埋藏了一份失落已久的中文大寶藏，主角小如和她的同學伙伴們受到國王所托，踏上這趟「尋寶之旅」。雖然途中意外叢生，但他們也結識了不少朋友，例如自己決定離開父母又十分後悔的小燕子、對成長既渴望又害怕的英子小朋友、浪漫自由的莊子先生、智勇兼備的藺相如相國、曾與大詩人李白一起共舞的月亮等等。最後，小如和她的朋友們成功取得了這份寶藏，得到了豐富的中文知識，並把這些知識分享給其他東天國的國民。

讀後感：

我覺得主角和她的朋友們都十分勇敢，他們的旅途也十分精彩，真想和小如一起踏上中文的冒險之旅呢！



謝穎老師



各位好！我是今年開始任教中一至中三視覺藝術科的謝穎老師，也是中一愛班的班主任。我很高興在東涌天主教學校任教。

初到這所學校僅僅一個月，我就感受到學校師生的活力。見到東天師生之間樂於互相幫助，我也深深體會到東天人的友愛精神。我是一個富好奇心的人，總對新事物感興趣，希望未來在學校的日子裏，能夠和同學一同學習新技能、新知識，和同學一同成長！

看到每一位學生除了專注於學業外，都積極參與不同的課外活動，身為一位視覺藝術老師，我也希望自己能帶領同學一同探索藝術的樂趣，使同學在這科中有卓越的表現！請多多指教！



楊敏馨老師

很高興來到「東天」這個大家庭，我是新加入的楊敏馨老師，任教數學和物理科。

因為喜歡數學，我在香港大學數學系畢業後就成為了教師，之後在工餘時間再到中文大學修讀了數學系的碩士課程。

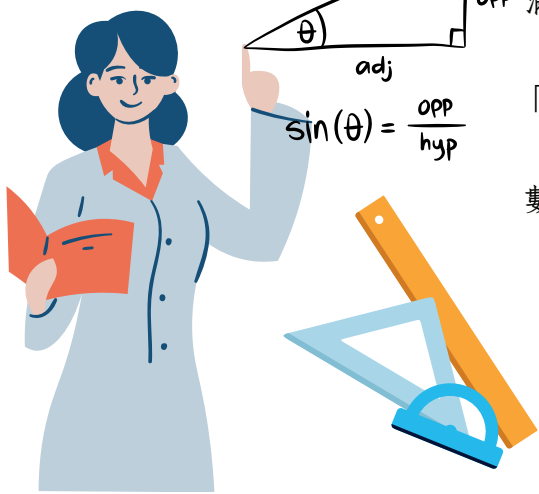
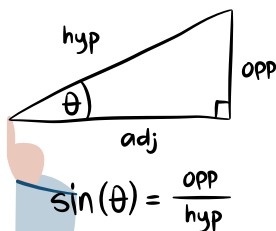
討厭數學的同學都問我：「數學又麻煩、又難理解，為甚麼妳會喜歡數學呢？」起初的原因很簡單，小學至初中的數學，不用花太多時間溫習，又不用背誦就可以獲得高分，是相當化算的科目。

而我真正被數學所吸引，是在中一級學習「三角形內角和等於180度」的時候。當時我覺得很神奇：為甚麼不同的三角形的內角和都是180度？課本只教了我們撕下三隻角可以連成一線，但這些都是發現，不是證明。於是，我回家後便畫了很多個三角形再撕下它的角去驗證，但這仍是無法解決我的疑問。這些疑問一直藏在我心裡，直至走進大學才一一解開，開始打開數學有趣、浪漫，且充滿神秘的大門。

現在，如果有人再問我為甚麼喜歡數學，我會回答：「因為數學是浪漫的！」

數學最浪漫的地方是「它一直都存在，只是你未發現」；數學最悲痛的地方是「只相差一線，卻相差千里」。

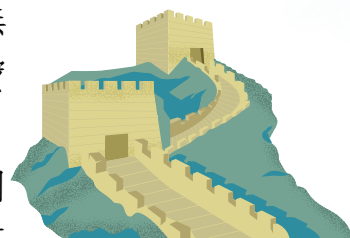
那麼「平行線」是最幸福的拍檔嗎？



黃卓玲老師：



大家好！我是黃卓玲老師，很高興可以加入「東天」這大家庭。本年度我任教中國歷史及生活與社會科，希望能為各位同學帶來歡樂而有所啟悟的課堂。我希望藉此機會勉勵各位同學，無論你們認為自己是一塊尚未打磨的寶石，還是一塊頑石，只要努力磨練自己，就必定能夠點石成金。歡迎各位同學隨時找黃老師「開」搞笑台或心事台！



社工 Theo：

大家好！我是學校社工 Theo Sir。很開心有機會重返「東天」這個溫暖的大家庭。在開學初的陸運會中，已感受到東天人的活力，亦讓我很快可以再次投入東天人的生活。不論以往你認識我與否，都歡迎你到316室找我談天說地，希望我可以與你分享和分擔不同的喜與悲。我是一個運動人，上山下海、跑步、打籃球也是我喜歡的項目，閒時可以多找我交流。最後，祝大家在新學年中一切順利，一同面對不同的新挑戰！



社工 Yoyo：



大家好！我是來自聖公會東涌綜合服務的黎卓瑤姑娘 Yoyo，很高興可以在學校中和大家見面！

平日我喜歡玩桌上遊戲，無論是「燒腦」的推理遊戲，或是放鬆的派對遊戲，我都有興趣！另外，我也很喜歡學烹飪，不過要強調是在「學」，因為我很容易就會炮製到無限創意的黑暗料理。

期待未來與大家見面！如果我們在路上碰到，請給我一首歌的時間，好讓我們互相認識吧！

多多指教！



懷感恩 常惜福

中四信 何鎧淇



以往常常聽老師們講「同理心」的重要性，總是一頭霧水，覺得無非就是「幫助他人」，如今我才真正懂得同理心的含義。

今年是最忙的一年。作為多個校內團體的成員，我每天小息、午膳和放學時都在忙著參與各社團的活動，很多時都顯得手忙腳亂。那天我正好在小息和午膳時要練習比賽，放學後又要補習到十一時，完全沒有時間寫翌日的活動宣傳稿，更別說完成作業了。

第二天放學就要比賽，我到底該不該放棄這最後的練習機會而去寫宣傳稿呢？如果我讓我的組員撰稿，這豈不是很不負責任嗎？他們真的會原諒我這自私的行為嗎？陷入兩難抉擇的我真是心亂如麻，最後決定先不去想。

放學時，我見到她們在課室外等著我。我過去一看，才知她們是要把已經寫好了的宣傳稿給我看。她們說：「我們知道妳很忙，所以不用擔心宣傳稿的事，我們已經寫好了。如果妳覺得不好意思，那就在下次其他組員也忙得透不過氣來時，也幫他們一把吧！」

我聽後十分感動，她們不僅很細心地看到了我的苦處，設身處地的為我著想，犧牲自己的時間來幫助我，還想到我會因此而感到內疚，主動告訴我「不用擔心」。在那一刻，我的腦中浮現了「同理心」三個字，過往老師所說的「設身處地為人著想」、「關心」，也一幕幕的閃過。我明白同理心不只是「幫助他人」，還要真正地「明白對方苦處」，並「體貼地幫助」他人。經過這件事後，我清晰地明白了同理心的含義，並且將其貫徹實踐於生活之中。



中六樂 黃博源



馬上就要畢業了，我站在校門口仰視著熟悉的校舍，此刻，過往經歷的煎熬與苦難彷彿已化成微塵飄揚到空中。那份對於老師的感恩，我始終銘記於心。

文憑試近在咫尺，我感受到那種使我命懸一線的窒息感，無法再坐以待斃。但那成千上萬的練習卷與考試卷，使我無法招架。我一次次看著我那不堪入目的分數，心中震悸不安。我一直被大學錄取分數線所困擾，追求的目標似乎遙不可及。但我心裡一直有一道聲音：既然我心有所向，我不願對命運屈服，亦不甘淪為平庸。

可是，懶惰不時襲擊我，將我推向困境；我的頭腦乾燥到無法流淌一滴墨水。但我表面上仍顯得充滿自信，把目標設得高在雲端，把佳績說成只要稍加努力就唾手可得，口氣大得被人嘲笑也充耳不聞。然而，班主任的一席訓話讓我感到羞愧難當。她目光銳利地對我說：「你只是在為自己將來的失敗找藉口。你真的曾為目標努力付出過嗎？」這句話讓我無言以對，同時也讓我意識到我一直以來只是虛度時光，以自信包裝心中的恐懼與軟弱。因此，我在心裡下定決心，要努力奮鬥，不再浪費有限的時間。

老師從未放棄或忽視那個曾經只會嘴上說說的我。當我自負盈盈、目空一切，只會虛誇吹噓而未確實付出過努力，她打破我眼前的迷障，訓示我努力前進；當我不再因挫折而退縮停留，她看到了我心底對理想的渴望和積極向上的決心，為我制定了學習時間表，不斷督促我。這讓我倍感觸動。原來即使道路崎嶇狹窄，充滿苦難和艱辛，也會有人在旁一直支持、鼓勵我前進。在這條往理想邁進的道路上，老師扮演了一個不可或缺的角色，她激發我的潛能，培育我成長。我的成績漸漸地進步，收穫與努力成了正比，這份成果不僅屬於我自己，也屬於那位老師。

如今，我緊隨計畫，每天與筆墨為伴，直面那厚實的卷子也不再畏懼。或許最終我並不會成功，或許我註定被人嘲笑和諷刺，但我的信念只會更加堅定。在我眼前展開的是浩瀚星辰和廣闊海洋，不再是茫然迷失的道途，我珍惜眼前所擁有的一切，嘲諷使我更加堅不可摧，鼓勵讓我堅信目標。

仰望校門，揮別過去，我會心微笑。我從未謙遜、踏實過，這些必定將是我這條求學之路上的障礙。但接下來的日子，即使仍將面對困難，我也不會再逃避，只會奮力向前，衝破這些命運的考驗。呼吸著這清新的空氣，我感受到一種幸福和滿足。正如柏拉圖所說：「有希望之處，痛苦也成歡樂。」我會珍惜眼前那些鼓勵和支持我的人，帶著感恩的心前進。





中六樂 林嘉欣



二零一七年，我第一次踏入這個我夢寐以求的校園，一眼就被藍白色的校服所吸引。這就是我中學生涯的開端，我時常感恩上天能讓我擁有如此快樂的校園生活。七年間，我深深體會到身邊的一切都來之不易，因此我時刻心存感激。

在我的學校裡，有許多有趣的地方，但我最喜歡的是我們的課室。一踏進課室，我就感到無比安心。朗朗的讀書聲從教室中響起，伴隨著陽光普照的天氣，我們顯得格外有活力。或許我們不是成績最出色的班級，但我們卻是最有活力的一群人。壁報上記錄著無數幸福滿溢的笑容，這些笑容屬於我們在學校度過的時光。

過去，我常期待時間能快些流逝，這樣我就可以快快長大，成為低年級的榜樣。然而多年過去了，我仍然是一個平凡無奇的學生，沒有創下什麼佳績，成績也一直在中下游。但是，老師們從未放棄我，他們一直支持、鼓勵，並耐心地教導我。他們溫和的眼神中透露出對我的信任和支持，讓我感覺到有一股力量在支撐著我前進。每當我因為學業而苦惱時，老師總是給予我堅定的眼神，讓我這隻小舟在波濤洶湧、無邊無際的大海中找到前進的方向。在校園裡，處處可見無私奉獻的身影。當我跌倒在地時，總有熱情的手伸出來扶我站起；當下雨時我沒帶雨傘，總有人把雨傘遞到我手中；當我因成績不好而垂頭喪氣時，一句句鼓勵的話語在我耳邊響起，讓我明白自己的存在價值。

仍記得一次早會上，一位老師站在臺上，分享感恩的重要性，向神和身邊的人表達由衷的謝意。隨著我學會感恩，我的性格變得更加平和。對我而言，感恩是自然而然的事，在各個幸福的時刻，我的心靈總會自然地湧出這種奇妙的感覺。我開始明白老師們為何能夠不停歇地講數小時的課，也明白了我們學校的走廊、教室和洗手間為何總是保持著整潔和乾淨？這一切都體現了老師和學校職工在背後默默的付出。在東天每天接受優秀的老師教導，與優秀的同學們相伴，讓我在校園生活中感到無比滿足與感恩。

學校讓我獲得了豐富的知識，同時也教會了我珍惜他人的付出。感恩自己有機會來到這所學校，認識了這麼多不同的朋友。雖然我們將要離開這個熟悉的地方，但我們曾經一同踏入這陌生的環境，曾共同歡笑、共同哭泣、共同努力，這些都是我人生中最珍貴的記憶。能在這麼美好的環境中成長，我感到非常幸運和感恩。





問題一：你們的主項是甚麼？
有甚麼突破自我的體驗？

我的主項是三級跳和跳遠。我從小四開始跳遠，因為教練覺得我有不錯的彈跳力和速度，所以教我跳遠。這一跳就跳到中六了。（記：你覺得跳遠最與眾不同的是甚麼？為甚麼它讓你如此著迷？）是在空中的那種感覺，或者是那些動作做得完美的感覺，讓我覺得成功。而我也是為了突破自己而努力練習的。

我的主項是一百米短跑和跳遠。在陸運會時，我想參加不同的項目，所以暫時轉去玩跨欄。之後應該會繼續練習跨欄。（記：是甚麼讓你願意嘗試新的項目？）一次練習中，我的教練叫我試試跨欄。一百米是直線跑，而跨欄有欄要跨，實際上更困難。學習跨欄需要一段時間才能掌握，不過我覺得相比其他項目，跨欄更適合我一些。



問題二：陸運會對你們來說有甚麼意義？



梁浩林：

陸運會每年只有一次，可是中二、中三連續取消了兩屆陸運會，原本預計中學生涯可參加六次陸運會，現在變成「四年一次」，讓我更加珍惜這個機會。對我來說，陸運會意義重大，不同於學界比賽，不僅是以自己得分為目標，更要為團體爭取積分。也就是說，得分會影響項目的選擇，你不會只選擇自己擅長的項目，因為你知道有其他對手比你強，選擇那個項目有機會得到較少的分數，所以會特別去篩選一些項目，以發揮自己在團隊中的作用。

楊寶儀：

對我來說，陸運會不僅僅是和他人比賽，更像是和朋友一起玩，一起經歷比賽。我覺得陸運會是一個可以让你嘗試不同事情的場合，不僅可以參加自己的主項比賽，還有很多不同項目可以嘗試。所以今年我也參加了不同的項目，我覺得大家在不同的項目都有各種潛力和發揮空間。

問題三：陸運會中，甚麼事讓你留下最深刻的印象？

梁浩林：

在中四和中五的時候，我都是全場總冠軍，但是愛社卻無法獲得總冠軍。到了最後一年，我看到我的師弟師妹們都非常努力為社爭取積分，愛社終於贏得了全場總冠軍，而且啦啦隊也獲得了冠軍，我非常開心！我看到社裡的每個人都非常努力，不僅是為了在競爭中獲勝而努力，更是為了實現自己的夢想和為了對社的熱愛而努力。我們克服了很多困難，通過團結合作和共同努力，最終贏得了冠軍，這就是讓我留下最深刻印象的事。

楊寶儀：

對我來說應該也是愛社取得全場總冠軍。其實在我所見到的愛社社員中，有很多人從未接觸過運動，或者說平日參與得比較少。然而，在陸運會當天，我看到他們非常努力地為社爭取分數。在比賽前，其實我並沒有設定特定的目標，我覺得獲得這個分數已經很不錯了。我很想鼓勵其他過往可能較少接觸運動的同學，在未來多參與在陸運會中的各項比賽，為社發光發熱！



伍樂文同學分享：



<主項>

- 我的主項是短跑，包括一百米和二百米。在這屆陸運會當中，很高興能彌補自己上年只取得亞軍的遺憾，奪得了這兩項賽事的冠軍，並取得全場總冠軍的殊榮，為我的中學生涯添上了濃厚的一筆色彩！

<為何跑田徑？>

- 「熱愛」便是我跑田徑的理由，我熱愛田徑，熱愛跑步。能在陸地上「乘風破浪」，將煩惱拋諸腦後，我很享受這種感覺，這種感覺使我堅持下去。堅持跑步不是為了贏得甚麼，也不是為了證明自己有多厲害，而是一路奔跑總比原地踏步強。只要從熱愛的事物中汲取力量，誰都能站上屬於自己的頒獎台！

<陸運會中最難忘的時刻>

- 這屆陸運會作為我中學生涯中的最後一次陸運會，每一刻對我而言都充滿意義。而令我最難忘的時刻便是為我們中六學生而設的「東天活力跑」，與全體中六同學一起在跑道上奔跑。雖然每個人的人生跑道各有不同，但在這一刻我們都朝著同一條終點線共同奮鬥。這是人生第一次，也是唯一一次的機會，令我銘記在心！

<如何平衡學業和運動？>

- 我能平衡學業和運動、「一心二用」的秘訣便是「一心一意」，即是做任何事都專心一致，訓練時努力訓練，學習時認真學習。做好時間管理，認真地對待時間，你便會發現時間也會善待你！



環保回收被重視？



回收·社會

近年香港政府推行各樣環保政策及措施，例如即將實施的垃圾徵費、膠袋徵費，街上也隨處可見垃圾分類回收箱，這些措施皆推動了社會各界更重視環保議題。而環保回收便是目前社會大眾響應環保的行動之一。



回收·校園

學校身為重要的教育平台，當然有責任推廣環保知識和資訊。我校與「綠在離島」合作，每年在一些特定日子舉行環保回收日，負責同學會在空閒時段當值，收集各位老師及同學們帶來的回收物，再進行分類，最後交給「綠在離島」進一步處理。



希望活動能夠提升學生的環保意識，帶動大家積極參與有關環保的活動，從而做到降低垃圾的數量，節省能源，減少消耗地球資源，為地球出一分力。

回收·所感一

今年我們有幸參與學校的環保回收活動，當看到有那麼多同學和老師積極踴躍地參與環保回收的時候，打破了我們心中認為環保回收不被重視的成見，也漸漸感受到身邊其實也有很多人在為環保出一份微小的力量。我們感到十分欣慰和高興。



但隨之而來的是對收集到極多回收廢品的驚訝。比起不斷回收廢品，其實減少使用一次性的用品更能做到源頭減廢。環保回收並非收集到愈多回收物愈好，而是希望大眾能將回收平日用完的生活必需品變成生活習慣，這樣才能真正地做到減少浪費。

回收·所感二

在環保回收的活動中，我們看到有老師把喝完的牛奶盒子洗乾淨再剪開來回收，感慨他們的細心，再想到我們平日因為懶得剪開盒子就直接扔了紙盒，我們不禁覺得很愧疚。明明我們在學校協助進行環保回收活動，可是自己在生活上卻也沒能真正做到環保回收。其實，這說到底也不過只是因為自身的懶惰，不夠在意和重視環保回收。



而這也間接反映了環保回收推廣的重要。如果大家都能有相同感悟，對環保回收有正確的認識的話，那麼將能帶動環保回收在這所學校、這個社會、甚至是整個香港的改變。希望更多人會因為環保推廣而嘗試去回收廢品。

回收·所感三



身為一個學生，我們明白環保回收的重要性，也知道只有一個團體或者一所學校去做是不足夠的。但是我相信「一傳十、十傳百」，只要我們堅持去支持源頭減廢，平日少用一次性筷子、塑膠袋等用品，同時努力做到環保回收、將身邊的垃圾分類，扔到回收箱內等等的生活小事，將這種精神帶到生活中，便能感染身邊的人，一起保護環境。

我相信環保回收的概念定會被進一步推廣，更被社會所重視。參與環保回收不只是在源頭減廢、保護地球，更是在帶動環保的風氣，使其流向社會各個角落。

2023-2024

戶外學習日



中一



中二



中三



中四



中五



中六

中一

在這一次的戶外學習日當中，我們玩了很多活動。譬如「迷離尋寶」，我們要在這一個陌生的環境裡面走遍每一個地方找英文字母，去找到相對應的地方，它不僅考驗了我們看地圖的能力，而且也考驗了我們團隊合作的精神。

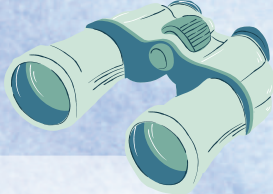
玩完了這個遊戲後，我們就去吃燒烤了。我們要自己生火，烤熟那些食物，這對我們也是一個很大的挑戰，因為我們都是第一次自己動手去烤、動手去生火，我們並不知道這些食物到底是熟了還是沒有熟。雖然我們遇到了很多困難，譬如這裡太大風，一直把火吹滅，但是在那過程中我們也是相當的享受。吃完後，我們有自由活動時間，我們可以自由去拍照，去做自己想做的事，大家也可以一直吃東西，或可以和別班的同學一起聊天玩耍。

這麼快樂的時光在不知不覺中過去，很快就到了該回校的時候。我們都懷著依依不捨的心情回到了學校。如果可以的話，真希望可以再去那地方玩一趟。

(1D 05 蔣雨欣)



中二



問：大家對這次戶外學習日有甚麼感想？

當中有甚麼開心事或者困難可以和大家分享？

這次的戶外學習日我覺得很開心，可以學到好多東西，例如：煮食、團體合作，當中比較深刻的活動就是第三天的高空挑戰。隊友是這次活動至關重要的一部份，如果你遇到困難，隊友就會幫助你。

我覺得這次宿營最大的困難是生火煮食、清洗器具，如果生不到火就煮不到晚飯，又要與其他組別爭先洗滌用具。我覺得這次煮得最好的是「鹽焗魚」。不過我覺得住宿情況不太理想，因為要「打地舖」，如果有人晚上要上洗手間，踩到地板就會吵醒大家。

(2C 11 許紫琦)

我覺得這次的戶外學習日很好呀！我覺得最開心的活動是「端水」，因為發揮了我們的團隊精神，在這個端水的活動裏，最大的困難是原來水是很容易被倒瀉的！而我在這次戶外學習日中也學會了煮食和遠足的技巧呢。

(2B 09 黃珮婷)



同學努力的成果





中三



今年的十一月十六至十七日，是學校一年一度的戶外學習日。我覺得很開心，在過程當中也學到很多東西，例如廣州那邊新城市的電力發展和酒店管理，在夜市可以見到他們已經發展得非常先進，甚至有比香港更先進的地方，在各種科技發展或服務態度上都很值得欣賞。我也了解到很多植物方面的資訊，他們介紹了很多植物和新型種植方法，在現代農場看到廣州、番禺等地各種各樣的特產、植物，連外來引進的品種都繁殖得十分好。

(3D 17 叶心由)

十一月十六至十七日，是學校一年一度的戶外學習日。出發當天對這個旅程很是期待，結果不出所料，我對這次旅程感到心滿意足。

旅程中認識了很多課外知識，最深刻的地方就是廣州地鐵博物館。在廣州地鐵博物館中讓我印象最深刻的是第一層和負一層，那是「廣州地質狀況及地鐵建設過程展示區」及「軌道交通行業及廣州地鐵發展歷程展示區」，這兩個展區也有特別的名字，分別是「飛躍區」及「穿越站」。我看到了廣州地鐵每一個爆發式增長的數據背後，展現的絕不僅是羊城地鐵成長步跡，更是廣州這座城市的無限潛力。在博物館導遊帶領下，我們深入地底的工程步梯，下到負一層便是「穿越站」，這個站的主題是圍繞地底挖掘而展開，展方將場館佈置成隧道施工乃至溶洞地底的模樣，令我大感震撼。相較於製造出光鮮亮麗的列車，在地質多樣情況複雜的地質順利開鑿隧道，鋪設路軌要付出的代價更為巨大，成本也高昂得多。而身形巨大的盾構機，無疑是這一站的頭牌明星，吸引了我們一眾同學的目光。總括而言，廣州地鐵博物館絕對是值得一看的。

(3E 17 李炫)



中四



4B 陳樂軒

我們今年去了海洋公園，我一直在玩過山車和海盜船，玩得很開心！

這次去了海洋公園後，我知道了原來世界上已經沒有那麼多鯊魚了，所以我們要減少吃魚翅，保護鯊魚。



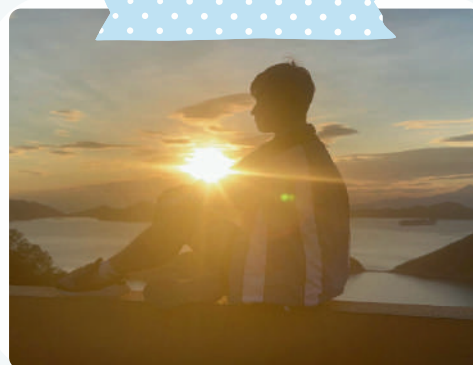
4C 趙孟持

每年我最期待的學校活動，都是戶外學習日。可是出發的時候卻又會感到疑惑，我到底為甚麼會喜歡這天？這次戶外學習日去了海洋公園，我終於明白了我喜歡這個日子的原因，就是可以在遊玩中學習到一些上課不會學到的事情。而這次我就學到了一些有關動物保育的知識。



4D 何尉銘

今年中四和中五同學就去了海洋公園，我們在纜車內唱歌、跳舞，很是誇張，哈哈！我們班同學去了威威天地，一起騎旋轉木馬，很是開心！



4D 羅冠丞

我們去了海洋公園，主要玩了機動遊戲，雖然和學習關係不大，但玩得很開心！我們班也有在海洋公園內組織班會活動，班主任陳奕珮老師帶我們去威威天地一起玩旋轉木馬，大家一起感受小朋友歡樂的氣氛，好像回到小朋友的時光一樣，那些回憶和感覺全都回來了！

中五

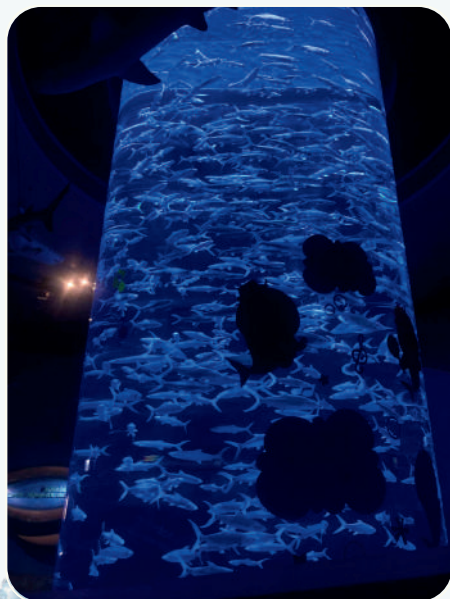
5D 王珮敏

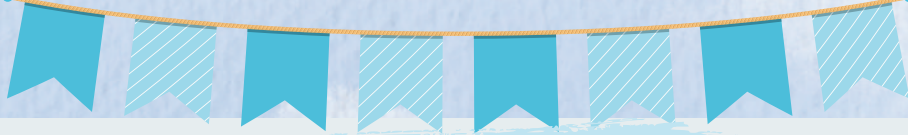
這一日真是過得很有意義，時隔幾年再去海洋公園，好像覺得環境也變了。一開始我就去了水族館，當然也看到有不同品種的魚。我也拍了很多很多照片，然後我又去了看小熊貓，真是覺得牠們很可愛，看到小熊貓，我的心都要融化啦！



在海洋公園乘搭了海洋列車，安靜地享受屬於自己美好的時光。在那天舒服的天氣中，真的無論走多久都不會覺得累！也覺得當日能看到精彩的表演真是幸運，能欣賞由海洋公園的表演人員表演舞蹈和技能。我看得很開心，很感謝他們這麼精彩有趣的表演。而且海洋公園和我想像中又有點不一樣，不知道是不是因為太久沒去的關係，以為海洋公園地方不大，很快就可以逛完了，但實際上原來比我想像中大，走完所有景點真的有點難。

所以很感謝學校舉辦這個戶外學習日，讓我們可以去海洋公園盡情玩樂，盡情放開自己！看到很多同學也玩得很開心，大家的笑聲、快樂的表情也感染到我。所以時隔幾年，還可以和老師、同學一起去海洋公園，真是很難得的一個機會，戶外學習日這一日成為了我美好的中學回憶之一。





中六

中六信 梁斯愉

我們出發去了位於西貢的麥理浩夫人渡假村進行了為期兩日一夜的6A camp。這兩日幸好有班會的準備，讓我們都玩得十分開心。我們進行了射箭和撕名牌的遊戲，相信這些活動將會成為我中六寶貴的回憶之一。

中六望 鍾嘉豪

這次是我們中學生涯的最後一次戶外學習日，我們去了西九文化區，在那兒的草地一起野餐。這次的活動對我來說是一個很難忘、很開心的回憶，能在中學最後的時光裏和一大群同學、朋友聚在一起談天、飲食，還玩了很多不同的小遊戲，例如「老師話」、「數字球」、「紅綠燈」等。雖然這些遊戲很普通，但是這個回憶很特別，是很難得的機會。在日落的時候我還和一大班朋友對著夕陽拍照，真是青春！

中六望 蔡宗憲

說到戶外學習日，想必大家都會聯想到宿營、主題公園、燒烤。而在眾多的選項中，我們選擇了野餐作為我們最後一年的戶外學習日活動。

野餐，這看似樸素、無聊，但在我們6B班心中，並非如此……至今我仍然念念不忘西九文化區附近的那片草地、那天的活動，那天大家都玩得非常盡興，這也是有賴兩位班會主席的精心策劃。回想起當天，我們分組進行了不同的活動，其中包括「松鼠搬家」、「二人三足」，更觀賞了那些輸了遊戲的同學的「才藝表演」。

分組遊戲過後，便來到午飯時間，大家拿出自己精心製作的食物，並開始分享起來，而令我最印象深刻的，是那個充滿奇怪材料的黑暗飯糰。

隨後的時間，我們更在草地玩起了六望班專屬的閃避球大賽，在整個過程中，大家都非常投入，兩組的競爭都很激烈，也是我參與得最開心的活動之一。除此之外，我們不僅欣賞了吳思諾同學的戶外演唱會，還欣賞了麥卓光老師所唱的《百年樹木》，坐在旁邊的我，耳朵非常享受。

在解散前，我們更玩起了「老師話」的小遊戲，以及拍照留念，從中想起，剩餘聽到「老師話」的時間其實已經不多……





中六望 黃亭熙

相信大家經歷過學校的戶外學習日後，都增進了同學間的感情。今年我們班決定在西九文化區的草地舉行活動，令我印象深刻的事有兩件。第一，同學做的飯糰裏放了芥末跟辣味魷魚片，我當時心想：「什麼鬼東西啦！」第二就是過了中午，我們進行了閃避球比賽。雖然只是玩了三個回合，但我每次都很快就被淘汰了。真的非常感謝各位班會成員為戶外學習日默默的付出。

中六愛 洪樂瑤

今天去了大美督BBQ嘉年華，最後一次的戶外學習日和同學玩得很開心，見到每個同學都很投入玩遊戲和一起燒烤，覺得整件事「好青春」。現在才發現原來中學的時光快要完結了。

中六禮 何穎琪

這次是我中學生涯中最後一次的戶外學習日，我們去了麥理浩夫人度假村玩了兩日一夜，在度假村玩了好多我未曾體驗過的活動，例如射箭、繩網等。這令我學會了很多不同的知識，激發了我的興趣。對於射箭，我本以為很簡單，但在實質操作上原來是很難的。

最快樂的時光莫過於夜晚和朋友一起圍爐燒烤。我覺得最深刻的是當日風很大，我們光是起爐也弄了整整半個小時，花了很長的時間才能燒烤食物。最開心的還是最後一次有機會和朋友一起睡覺，可以在夜晚玩、食宵夜、深夜聊天傾心事，增進了深厚的友誼，所以翌日便依依不捨了。因這是我中學生涯中最後一次的戶外學習日，我要好好保留這份美好的回憶。

中六樂 帥婕

我們在戶外學習日中去了大澳行山，我本來覺得爬山的過程很辛苦，完全不知道為了甚麼去行山，雖然知道山上風景可能很美，但還是覺得這樣辛苦沒有必要。直至登頂，發現風景真是很美，不單美麗，風也很大，吹走了走上來的辛苦，還吹走了生活、學業、交際各方面的煩惱。其實也分不太清楚是實際上還是心理上感覺風真的很大，那時風大得沒有辦法去想其他事，有些拋棄掉一切煩惱的感覺。



好書分享：作家介紹

高中作家講座嘉賓：潘步釗



作家簡介：

潘步釗

廣東梅縣人，生於香港。香港大學哲學博士及碩士，中山大學文學碩士，香港浸會大學文學士，曾任職裘錦秋中學校長。歷任課程發展議會中國語文教育委員會主席、考評局預科中國文學科目委員會主席等公職；以及中文文學創作獎、大學文學獎等比賽評審。

曾獲中文文學創作獎，數篇散文被收錄在香港文學作品選集及中學教科書。創作以散文和新詩為主，散見於各文學報刊。著有散文集《方寸之間》、《邯鄲記》、《傳家之寶》等。



作品試閱：〈不如去看一齣流行電影好了〉 潘步釗



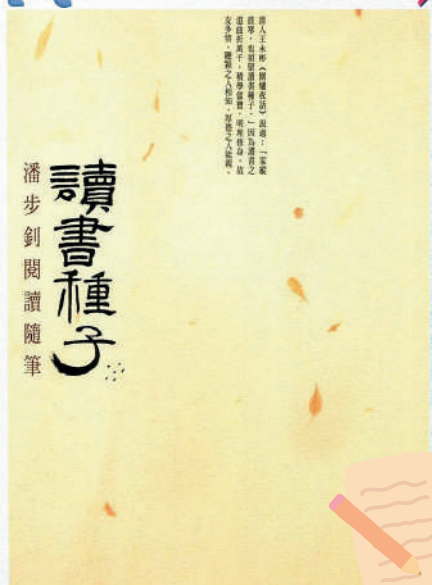
年青人，每個人的生命都是一種個性，如果在寫作路上，我還可以給你們什麼忠告，而你們又聽厭了多讀多寫多琢磨之類的說話，我就認真告訴你們：請用你的筆，寫你自己的喜怒哀樂。香港的中學生寫文章，最大毛病不是語文問題，因為這可以浸淫磨練；難於救藥的往往是思想感情的虛假貧乏。「濛濛夜雨中，他跟我說：我們分手吧！」「我每天坐在病床旁邊，和他說話，等待她甦醒。」「為了幫助我，他把自己的生命也放棄了。」觸目可見的是電影電視劇中的煽情橋段。我批改學生的寫作作業時，一邊苦笑，一邊搖頭。這是一個時代的沉重倒影！

世紀之交的香港，人間種種悲歡離合，都在現代文明的虛晃吶喊中被裝進真空罐頭，急凍冷藏，然後加一張標籤就可以投進市場。此時此地，我們原就視真情實感為一種奢侈，一種高風險投資。我們的傳媒、時代曲、ICQ、增值、學位遊戲、神祇式崇拜的資訊科技發展，哪一樣在教我們年青人要真誠，要他們精緻而具體誠摯地處理和玩味情感，然後涓涓滴滴滲向人間。抽象流濫、虛假疏離成為後科技文明的末世圖騰，橫蠻粗暴地掌握了現代社會一切的節奏和溫度。

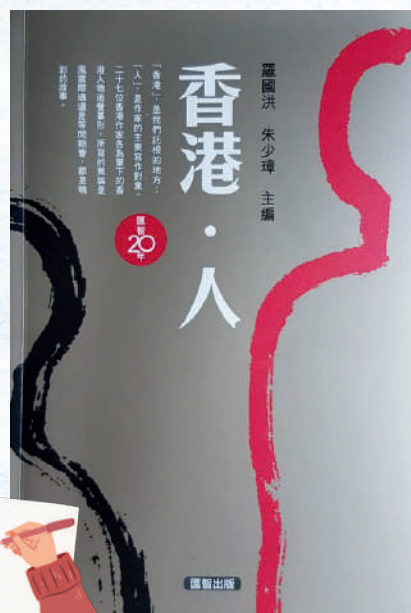
年青人，如果你問我怎樣才能把文章寫好，我會告訴你：只有當你感到寫文章能昇華你的情感，呼應著你生命的步伐和悲喜；寫作才開始進入你的生命。寫作和你建立了關係，每個人都有自己的喜怒哀樂、悲歡離合、誰也代替不了誰。因為這樣，寫作成為每個人情感抒發的私家路、玩味欣賞人生的私人後花園。



中學時代，我常渴望自己能寫得一手好文章。歲月流逝，生活中的歡樂頹唐，人際間的真誠虛偽，逐漸教我明白，一支綵筆，即使真能幻化萬千霞彩，卻仍然只能將一切愁苦嘆喟壓於腕底。文章，寫得再好，最終也只是一篇文章；生命的顛簸起伏，才最叫我欷歔。明代文人教人寫作要「獨抒性靈」，也就是寫你自己的感情懷抱，這種期許太好了。



年青人，如果你問我如何寫作，我會先問你為什麼要寫作，不因為你在電影電視劇和流行小說抄來的生死情義，反而只是因為你偶然看見爸爸下班回家倒坐沙發上的疲累背影、放學時一頭在你身旁苦苦聞臭嗅的流浪犬、鄰座同學在小息時慷慨借你五元的情義……



年青人，寫作要談的問題太多了，一時說不清，但你首先要明白：寫作是你個人的事，用別人的感情和語言來完成，那不如……去看一齣搬弄因義情仇的流行電影好了。

[本文收錄於作者《邯鄲記》(2003)一書，獲作者授權傳閱。]

作品介紹：



《美哉少年》 撰稿：中五信班 黃詩敏

《美哉少年》是一本散文集，講述作者日常生活的點滴與對生活的感悟，當中也談及一些社會議題，發表了他的看法。作者的文筆精湛細緻，維妙維肖，能使讀者沉浸所述議題之中，引發更深沉的思考。

其中令我最印象深刻的一篇散文便是〈美哉少年〉。作者以「美哉少年」一詞來讚嘆小孩子的童真與未經世事的純粹。散文記述作者在書局挑書時，忽然間被一個兩、三歲的小孩子「碰瓷」，那小孩跌坐在作者面前嚎啕大哭。忽然小孩子的婆婆聞聲而來，邊走邊說是小孩自己摔的，作者不是故意的，小孩子卻說不是的，是叔叔弄跌他的。作者一時無語，只能在一旁束手無策，小孩子卻站起來，慢慢的止了哭聲，走到了他哥哥身邊，兄弟兩人笑著挨著肩看書，仿佛剛才發生過的事一下子消失了。所以說小孩子沒有真正的恩仇，也沒有永遠的謀算，叫人喜愛他們的天真。

《脂粉與顏色》 撰稿：中五信班 施睿彬

《脂粉與顏色》是介紹散文寫作技巧的書，討論散文的刻畫和表達。寫散文最重要的是清晰地表達深意和感情，而這些「主幹」需要修辭與比喻的渲染，而這些渲染便是「脂粉與顏色」。

脂粉的添加使「臉部」更加有顏色，更加「艷麗」。散文的表達一般比較含蓄，修辭與比喻的運用就最能將讀者帶入情景。大部分人閱讀散文的時候，通常不會用太多時間去理解每字每句的含義，只會簡單快速過目一遍「短散文」，因此文句的第一形象就很重要。



無論是「濃妝艷抹」還是「清新自然」的妝容，都能令人眼前一亮，更對這篇散文的內容與想抒發的感情有了印象，那便是悟得了這篇散文的精髓。我認為閱讀這本書簡直就是如獲珍寶，既教導了我寫散文的技巧，更以一些文章的例子加以分析令我更加易懂，最重要的是我明白到修辭與比喻對散文是非常要緊的。我在這本書中學習到的技巧定會應用在寫作上，以提升我的作文水平與能力。此書為我帶來了新改變，為我的作文添上新色彩。

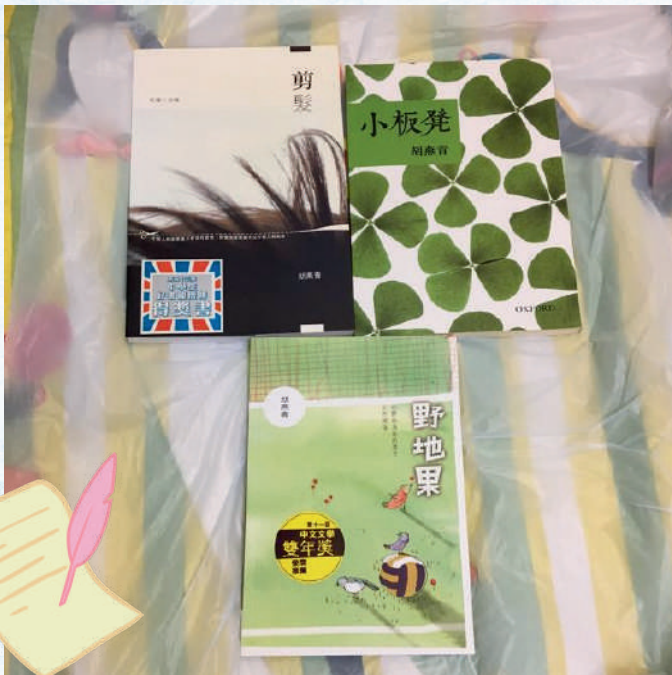
初中作家講座嘉賓：胡燕青



作家簡介：

胡燕青

原籍廣東中山，1954年在廣州出生，八歲時遷居香港。1978年畢業於香港大學英文系，其後再取得中文科哲學碩士學位，多年任職於香港浸會大學語文中心。作品曾獲得市政局中文文學獎詩組第一名、市政局中文文學創作獎散文組冠軍等獎項，著有詩集《驚蟄》、《日出行》、《我把禱告留在窗台上》；散文集《彩店》、《心頁開敞》等。另外，多篇文章收錄為中學教科書課文。



作品介紹：

《過程》 撰稿：中三禮班 林嘉慧

這本書講述了幾個很貼切現實的小說故事。故事主角大多都是年輕人，因經歷某事情而有所領會，讀者也可藉此深思自身情況。

看了這本書，我認識到青年人會面對很多成長的變化，我們需要勇敢地面對。其中〈義肢〉和〈箱子〉這兩篇的情節，讀來令人入迷，激動人心，因為它們有「反轉」的故事情節。



而〈筆順〉則講述一個五、六十歲的大叔教一個中一的孩子寫書法，希望傳承書法這文化遺產，而這個孩子是大叔生命中最後一個有意義的人。這篇小說寫來比較平靜，我喜歡書法，因此也喜歡這故事。

總結而言，《過程》內容豐富，有悲傷，也有救贖。讀故事主角的遭遇和反應，可教我們反省處事態度和方式。

《小板凳》 撰稿：中三禮班 鮑皚凌



《小板凳》這本書，收錄了很多極短篇小說，故事圍繞生活、社會、家庭。

書中作者所寫和我們的生活息息相關，例如第十五篇〈筷子〉，提及我們中國人無論是吃飯、吃麵都會用到筷子，但外國人慣用叉子，可能奇怪我們為什麼不用叉子，其實我們也會問為什麼他們與我們不同。這就是人與人之間的區別，箇中牽涉習慣的學問。

這本書所述與我們的生活息息相關，平實有趣，連不大喜歡看書的我也禁不住細讀。



粵語散文集誦 冠軍 中五朗誦隊

第七十五屆 香港校際朗誦節 得獎項目

本屆校際朗誦節中，東天人屢創佳績，分別奪得一項冠軍、一項季軍，十人獲優良獎狀、三人獲良好獎狀，恭喜各位得獎同學。



普通話散文女子獨誦 季軍 中六樂班 帥婕



獨誦優良獎狀



獨誦良好獎狀

2023-2024 年度 STEAM & IT 比賽 得獎項目及學生成就



考獲 Microsoft Azure 人工智能基礎知識國際專業認證

5A 梁漢傑 4B 鍾慧欣 5A 施宗翔 5A 林嘉皓



Minecraft 創建校園計劃 2023 季軍

6A 梁斯愉 5A 施宗翔 5A 李晞瓏
6B 譚逸朗 6B 陳家熙 6A 譚詠葦



香港理工大學「工程項目比賽 2023」- Merit Award

5A 姚廣城 5B 廖灝林 5B 潘銘浩 5A 宏灝銘



台灣機關王世界賽

4C 林芝鈺 4B 盧柏峰 4A 陳舒濤 4A 吳欣

香港中文大學「香港少年工程挑戰賽 2023-2024」

-聯賽以第三名分數成績完成

-取得 VEX 機械人錦標賽評判推薦獎

VEX 亞洲機器人聯盟香港區挑戰賽—蔡章閣盃2023

-金牌、銀牌和設計獎

沙角盃 VEX IQ 機械人挑戰賽 - 聯賽亞軍和設計獎

香港聯校科技機械人挑戰賽

-AMAZE AWARD, ENERGY AWARD & 最受歡迎機械人獎

CREATE HONG KONG VEX 機械人挑戰賽

-ENERGY AWARD

VEX 機械人挑戰賽一港少盃 - 技能賽冠軍

3F 陳可宇 3F 彭浩晉 2F 黃詒惠 1F 彭浩迅

3E 馮卓君 3F 謝欣桐 1E 張諾怡 2D 黃鏡儀



5B 潘銘浩

5A 施宗翔



2023 年第四屆中國移動 OneNET 創科比賽

「5G 綠色科技與可持續發展」(香港賽區)

- 香港區優秀隊伍

聯校網絡安全比賽 2023 - Medallion Award

5A 姚廣城 5B 潘銘浩 5A 林嘉皓



Microsoft Office Specialist Championship HK 2023

香港聯校音樂大賽



聯校音樂大賽為香港學界大型音樂賽事，每年逾百間學校報名參與。經過同學積極籌備比賽，及善用天主賜予的「塔冷通」，終在聯校大賽中的不同項目中獲得殊榮。



香港聯校音樂大賽 銀獎 東天混聲合唱團



香港聯校音樂大賽 銀獎 東天手鐘隊



香港聯校音樂大賽 銀獎 東天室樂合唱團

其他得獎項目及 學生成就

Rev. Joseph Carra Education Fund
Annual Awards Presentation Ceremony
祁良神父教育基金頒獎典禮

祁良神父教育基金獎 中五望班 陳志倫



2022-2023 優秀女童軍隊伍



2023年「晨跑」

2023-2024年度

主編及負責老師：黃浩詩老師 黃翠玲老師

美術指導：謝穎老師

採訪及編輯小組：（校園小記編成員）

梁敏思 李芷澄 范嘉寶 陳祉聰 林嘉慧 魏若衍 鮑皚凌

出版：對外聯繫組出版

地址：新界大嶼山東涌逸東街8號逸東（二）邨

電話：2121 0884

傳真：2109 4803

電郵地址：email@tccs.edu.hk

網址：<http://www.tccs.edu.hk>

出版日期：2024年2月



東涌天主教學校
TUNG CHUNG CATHOLIC SCHOOL