



保良局第一張永慶中學

PO LEUNG KUK NO.1 W.H. CHEUNG COLLEGE

173 Po Kong Village Road, Tsz Wan Shan, Kowloon

Tel: 2321 2167

Fax: 2328 4301

Website: <http://www.plkno1.edu.hk>

E-mail: plkno1@eservices.hkedcity.net

校訊

二零二二年十二月

校長的話

本屆香港中學文憑考試於七月二十日放榜，本校學生不但考獲優異的成績，在某些科目的表現，更破歷年文憑試的紀錄。其中十四位同學獲頒保良局獎學金，包括考獲七科5**#及一科5的鍾佩熹同學、四科5**，兩科5*及兩科5#的張恩耀同學、四科5**，兩科5*及一科5的陳愷桐同學、三科5**，兩科5*及兩科5的盧嘉穎同學、三科5**，兩科5*#及兩科5的梁敬軒同學、三科5**#，兩科5*及一科5的唐普霖同學、兩科5**及五科5**#的鄭崇哲



應屆中學文憑考試成績優異的同學與家長出席保良局獎學金頒獎典禮。

同學、兩科5**，四科5*及一科5的林采穎同學、兩科5**，四科5*及一科5的林穎怡同學、兩科5**，三科5*#及一科5的賴鉅昌同學、兩科5**，三科5*及一科5的鄭鈺然同學、兩科5**#，三科5*及一科5的陳日峰同學、兩科5**，兩科5*及兩科5的郭綺嵐同學和兩科5**及兩科5*的高智昱同學。學生整體考獲5**/5*/5的科目百分率為37%，另於四個核心科目（中文、英文、數學及通識教育）考獲「3322」級或更佳成績的百分率為89.7%，遠超全港水平。本屆學生成績彪炳，共有十一位同學升讀香港大學／香港中文大學的牙醫學士或內外全科醫學士課程。在疫情反覆的今年裡，本校少不了要進行網上授課，上述佳績，除證明了學生好學不倦、奮力求進的精神，也印證了本校能提供一個關愛的學習環境，讓老師培育學生為能幹的學習者。

#包括數學中的延伸部分

隨著香港回歸祖國二十五周年及新一屆特區政府成立，本校校友前商務及經濟發展局局長邱騰華先生，GBS, JP及前環境局局長黃錦星先生，GBS, JP榮休，但也有不少校友繼續於政府各部門服務，其中包括廉政專員胡英明先生，SBS, CSDSM、政制及內地事務局常任秘書長傅小慧女士，JP、香港金融管理局副總裁阮國恒先生，JP、地政總署署長黎志華先生，JP、政府新聞處處長陳偉偉先生，JP、廉政公署執行處首長兼副廉政專員丘樹春先生、運輸及物流局副秘書長葉李杏怡女士，JP及懲教署副署長（行動及策略發展）吳超覺先生。

除於政府各部門服務外，本校的退休教師及校友，包括梁顯堂老師、曾超泰先生、梁烈科先生、陳國玲女士、李志恒先生、蘇彥威先生及李健先生等，一直積極回饋學校，分別成立不同的獎助學金，以鼓勵成績優異及家境清貧的學生。

在這個學年裡，雖然疫情對課外活動帶來不少影響，但本校仍能為同學提供多元化活動，不少同學在活動裡亦表現出色（詳情可參閱本校訊頁七至頁八）。當中尤其值得嘉許的是嚴泳桁同學獲金紫荊青少年書法大賽特等獎、周焯瑤同學獲「香港回歸祖國25周年」

標語創作比賽中學組冠軍及溫嘉琪同學獲南華早報主辦之Student of the Year-Linguist (Cantonese)。

展望未來，本校將繼續致力發展已訂下的兩個關注事項：「在關愛的學習環境中培育學生為能幹的學習者」和「加強與學校各持份者的緊密合作」。期望在校監郭浩泉先生和各法團校董會成員的領導，以及各教職員的努力下，學校在培育學生方面的成果能再創佳績。



嚴泳桁獲書法特等獎，與保良局主席兼屬校總校監陳正欣博士，MH（左）及陳黎惠蓮副主席（右）合照。



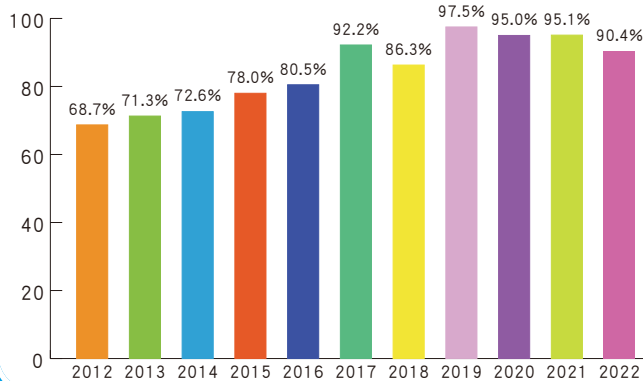
Student of the Year 溫嘉琪



本校五位同學獲頒發「黃大仙文志獎學金」，其中林穎怡（左二）、陳愷桐（中）及張恩耀（右二）與主禮嘉賓民政事務總署署長張趙凱滄女士，JP（左一）及黃大仙民政事務專員黃智華先生，JP（右一）合照。

學業成就

自香港中學文憑考試以來，本校中六學生經大學聯招辦法升讀本地大學情況令人滿意。



本校考生於應屆中學文憑考試取得4級及5級或以上的科目百分比分別為72.2%及37%，遠超全港水平。

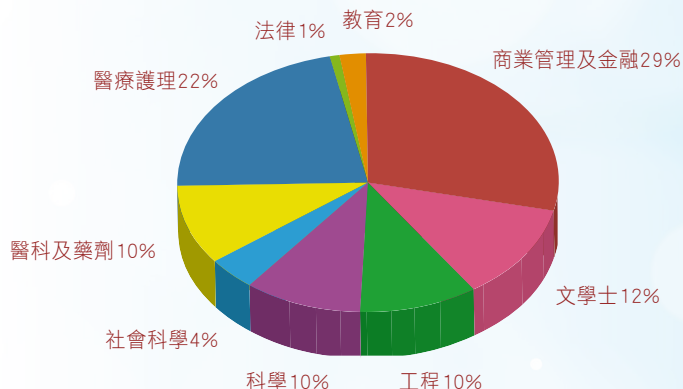
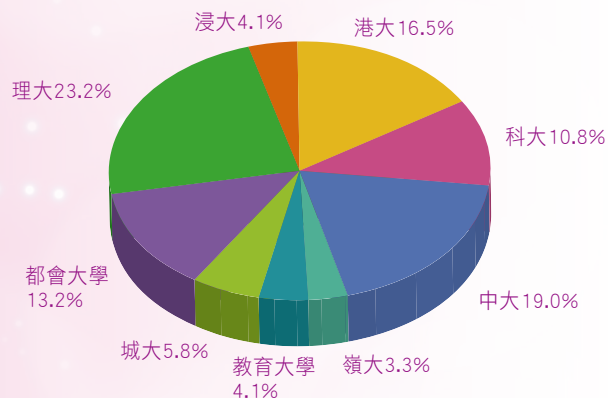
項目	本校考生 (%)	全港考生 (%)
四個核心科目（中文、英文、數學及通識教育）取得「3322」級或更佳成績	89.7	36.9
四個核心科目（中文、英文、數學及通識教育）取得4級至5**級成績	72.9	32.9
在應考科目中，取得2級或以上成績	99.1	85.4
在應考科目中，取得4級至5**級成績	72.2	36.6
在應考科目中，取得5級至5**級成績	37.0	13.6

科目	本校考生 (%)	全港考生 (%)	
	(5/5*/5**級)	(5/5*/5**級)	
英國語文	37.0	10.0	
中國語文	23.3	9.5	
數學	必修部分	42.5	14.9
	延伸部分 (代數與微積分)	77.3	35.1
通識教育	21.9	9.3	
歷史	87.5	13.9	
物理	52.8	27.4	
化學	47.8	26.9	
生物	44.2	20.0	
地理	41.7	12.6	
企業、會計與財務概論 (會計)	40.9	15.0	
經濟	36.4	17.0	
中國歷史	27.3	12.8	
資訊及通訊科技	23.1	10.4	
日語 (C級或以上)	100	89.2	

科目	本校考生 (%)	全港考生 (%)	
	(4級至5**級)	(4級至5**級)	
英國語文	74.7	26.3	
中國語文	63.0	31.0	
數學	必修部分	85.6	39.0
	延伸部分 (代數與微積分)	81.8	57.7
通識教育	68.5	35.6	
歷史	100	46.1	
企業、會計與財務概論 (會計)	79.5	43.8	
生物	75.3	44.8	
中國歷史	72.7	37.5	
化學	72.5	52.2	
經濟	69.7	45.3	
物理	65.3	49.3	
資訊及通訊科技	53.8	28.7	
地理	50.0	37.3	
日語 (C級或以上)	100	89.2	

註：除中國語文、中國歷史及中國文學外，所有科目均以英文應考。

應屆中六同學獲本地資助大學取錄者達90.4%，其中46.3%的學生入讀香港大學、香港中文大學及香港科技大學。



本校中六學生經大學聯招辦法入讀學位選修課程統計圖

保良精神	願景	使命	價值觀
相互尊重 團結合力 延展愛心 行善助人 感恩知德 造福社群的奉獻精神	幼有所育，少有所學， 壯有所為，老有所依， 貧寡孤困殘病者皆有所望	成為最傑出、最具承擔的慈善公益機構， 發揮保良精神，以善心建善業， 致力保赤安良，護老扶弱，助貧健診， 培德育才，揚康樂眾，實踐環保， 承傳文化，造福社群	秉承傳統 與時並進 以人為本 關愛感恩 優良管治 務實創新 廉潔奉公 安不忘危 善用資源 注重本益 專業團隊 愛心服務

摘星星同學分享

鍾佩熹同學

7 (5**)#, 1 (5)

入讀香港科技大學工程學—延伸主修人工智能課程



鍾佩熹(左三)與陳正欣主席、MH(右一)、顏肇臻總理(右二)及校長(左一)合照

在這六年中學生涯中，保一的老師總是不厭其煩地糾正我們的錯誤，一針見血地指出我們的錯處，又給予我們很高的自主性，讓我們自己規劃分配時間，在課堂以外，又為我們提供生涯規劃和升學輔導，讓我們充分了解到自己未來可以選擇的路徑以及發展的方向，給予我們信任和關懷。另外，在保一的這六年裏，同學之間一直互相勉勵，互相鞭策，鼓勵對方不斷進步，向着各自的目標奮鬥，激發出彼此的最大潛力，令我獲益良多。

陳愷桐同學

4 (5**), 2 (5*), 1 (5) 入讀香港大學牙醫學士課程

每天要溫習多久才足夠？相信這是很多人心中的疑問，而我認為有效的溫習應該是重質不重量。各科目都不乏需要背誦的內容，學習過程中難免會遇到溫習過後又遺忘的困擾，我認為可以每天抽半小時到一小時去定期複習這些內容，有助於提高記憶力。另外，豐富的學習資源亦能提高學習效率，學校於這方面一向有十分充足的支援，不論是精簡的筆記，還是操練題目，老師都十分樂意提供給同學，也會於課堂上分析一些歷屆試題，協助同學進一步提升考試技巧。除了學習外，學校每年也會舉辦不同的校內活動，例如聖誕聯歡綜藝節目、社際比賽等，也會鼓勵同學參加一些校外比賽，累積經驗。升學路向方面，自中六起，學校會發放一些相關的資料，同學透過閱讀不同課程的資料，尋找自己有興趣的科目，繼而選擇自己未來想要發展的方向。



陳愷桐(右)

梁敬軒同學

3 (5**), 2 (5*)#, 2 (5), 1 (4)

入讀香港大學理學士(計量金融)課程



梁敬軒

在老師的指導下，我能夠掌握到有效率的讀書方法。在課堂上，老師首先讓我們汲取和消化盡可能多的新知識，如此一來，下課回家後只需花少量時間，已能把新學的知識牢記，節省大量的溫習時間，然後我會徹底了解課文內容，抄寫並整合重點，繼而通過做練習和試題實踐，釐清及鞏固學習概念，有助對知識的理解和吸收。除此以外，學校推行全人教育，通過各學科課程，培養我的正面價值觀和學習態度。學校更幫助我們在成長的不同階段，遇上難題的時候，懂得辨識當中的價值觀，作出客觀分析和合理的判斷，並付諸實踐，讓我能面對未來生活上種種的挑戰。我很慶幸在中學六年中都遇到非常用心，不辭勞苦地教導我的老師，我有幸得到各位師長的指教和同學的照顧，實在是不勝感激！

鄺崇哲同學

2 (5**), 5 (5*)#, 1 (4) 入讀香港中文大學內外全科醫學士課程

還記得最後一場考試的鐘聲，記錄了文憑試的結束，同時象徵着六年中學生涯，竟在不知不覺中就迎來了終點。社會經常向我們這屆考生報以憐憫之情，的確，疫情的出現令本來陡峭的前路更加難走，的確，我可以選擇怨天尤人，選擇以此為藉口，選擇斷言放棄。然而，受打擊的又豈止應屆考生呢？感恩能夠加入保一這個大家庭，當我感覺越是無奈，越會發現路上不是孤軍作戰，慶幸沿途還有老師的循循善誘、同學的互相扶持、家人的無私奉獻，是這些充滿溫度的支持和鼓勵，給予我重新振作的動力。一路走來，三年高中生活似長又短，當大部分活動被迫取消，作為學生的只好把時間和心力轉到學業。學習的方式固然有所轉變，例如需要花更多時間製作自己的筆記，但體會最深，而且自覺最關鍵的莫過於「堅持」二字：堅持朝着目標奮鬥、堅持為自己留下喘息的空間、堅持不輕言放棄。只有堅定不移的信念，才讓我們不至失焦；走對軌道，至少我們仍有路可依。學習如此，成長亦然。與其介懷過去失去了多少，不如放眼未來獲得的一切；突如其來的事情，或許我們無法改變，能控制的，或許只剩下心態。如果早些撒下種子，再多的風雨飄搖，都無阻它們茁壯成長，因為它們早就有能力抵抗一切。希望大家都能憑着身邊各位的支持，堅持自己的信念，讓最後清澈的鐘聲，成就最完美的結局。



鄺崇哲(右)與校長(左)合照

張恩耀同學

4 (5**), 2 (5*), 2 (5)# 入讀香港中文大學內外全科醫學士課程

在疫情肆虐，面授課堂時而暫停下，今年文憑試實屬艱辛。能順獲佳績，實要感激師長的循循善誘和同學之間的相互支持，方能砥礪前行，走到這漫漫長跑的終點。

要讀得好，勤奮固是重要。在同學身邊，其實蘊藏不少學習資源。無論是圖書館內琳琅滿目的歷屆試題，還是遇事必答的各科老師，只要同學多做多問，自然能藉此找到學習上的不足，加以改進。此外，以自己文字概括重點製作筆記，及記下錯處以作檢討等方法，亦能令學習事半功倍。

可是，再強大的人也有其極限，跑步如是，學習亦是如此。適當的休息，方能令自己走得更遠。於保一，同學能遇到相互扶持的莫逆之交，亦能認識和藹可親的師兄師姐，在疲累之時，彼此之間若能互訴心聲，互相幫助，自能在學業中尋得喘息的空間，為繼續奮鬥做好準備。

讀書就像一場馬拉松，只要同學認清目標，並做到勞逸結合，便能邁進終點，迎接屬於自己的勝利。望各位同學能考獲佳績，搏盡無悔！



張恩耀(右)

盧嘉穎同學

3 (5**), 2 (5*), 2 (5) 入讀香港大學牙醫學士課程



盧嘉穎(左)

高中三年的校園時光幾乎都被疫情偷走，但我說這也是難得的機會學習自律。少了課堂時間，那不妨自訂溫習時間表，保持溫習進度。在家可先預習，重溫課題，上學時便把握機會問老師，從而提升效率。溫習應質量兼備，而不是一味追求溫習時數。多思考多發問，才能訓練思維。

迷失的時候，我慶幸有好友扶持，平時也分享筆記和資源，交流切磋。而且老師也十分樂意解答問題，甚至幫忙批改額外作文和試題。雖然少了見面的機會，但大家也一起奮鬥，才令這段路不至孤獨難行。

備戰考試是一個漫長的過程，唯有調節好自己身心，保持健康，才能一直走下去。這一關，教會你的，相信不會比課本的內容少。氣餒時，請咬緊牙關堅持下去，不要讓日後的自己後悔，加油！

唐普霖同學

3 (5**)#, 2 (5*), 1 (5), 2 (4)

入讀香港大學內外全科醫學士課程

時光轉眼即逝，實在難以相信，自己已經度過了六年的中學生涯。收到文憑試成績當天，可謂百感交集。雖然十分慶幸自己能在數學必修及延伸部分皆考取滿意的成績，可惜於化學及生物科連5**的成績也未能取得，實在辜負兩位教師對我的期望。來年必定重考化學科，奪回5**。

今次有幸於文憑試考取滿意成績，讓我能有望修讀心儀的科目，有賴學校提供一個具競爭性的學習環境，為文憑試作好準備。談到讀書心得，我認為找到自己感興趣的科目，再專注於這些科目，是一個不錯的應試策略。除了能減輕學業帶來的沉悶，減少壓力，更是一個能輕易提升文憑試總分的好方法。這次文憑試的經驗讓我體會到 it's never too late 這句話。中學六年中，從來沒有溫習過中文。當初中文的預計成績只有2，考中文科前的半個月才開始去請教老師，最終竟然取得4。因此，不要覺得自己的努力已經太遲而放棄。只要還未到應戰的剋刻，你還沒有輸！



唐普霖

林采穎同學

2 (5**), 4 (5*), 1 (5)

入讀香港大學牙醫學士課程

在疫情肆虐下，我們一眾中六學生由中四下學期開始了漫長的網課，實體課堂的日子少之又少。儘管如此，「有危便有機」，疫情在家上課給予我們更多時間溫習、做歷屆試題等，為文憑試做好準備。我平日上課會抄下書本沒有提及的重點和考試技巧，下課後並會重溫課堂內容，確保跟上學習進度。比起抄寫我更喜歡以朗讀、定期考問自己的方法溫習，確保書本內容能成為長期記憶。師弟妹都不妨多嘗試不同方法，從中找到最適合自己的一套溫書方法！

做歷屆試題更是重中之重，幸有我校一眾老師準備齊全的試題集，方便我不停就着不熟悉的課題重溫。我亦習慣利用錯題簿記錄做錯的題目，方便考試前重溫，防止在考試中重蹈覆轍。除此之外，老師們在網課進行期間仍然不辭勞苦地回答我們的疑難，令我以最佳狀態迎戰。相信各位師弟妹都能一同戰勝疫情中學習的障礙！共勉之！



林采穎(中)

林穎怡同學

2 (5**), 4 (5*), 1 (5) 入讀香港大學牙醫學士課程



林穎怡(右)

高中三年幾乎都在疫情下渡過，確實考驗我們在居家學習時的自律性和時間規劃的能力。平日在課堂時可記下重點筆記，多發問，溫習時亦可整理錯題簿，有助我們溫故知新，鞏固知識。在面對考試時，計劃時間表列明每星期和每天的溫習目標，同時讓自己有適當的休息和娛樂，抒發情緒及紓緩壓力，便能更有效率地學習。當然，在考試前有充足睡眠也是至關重要的，足夠的休息有助我們在考試時把思考能力和水準發揮極致。另一方面，在準備文憑試期間，我亦要感謝老師們犧牲休息時間回答問題，以及批改額外的作業。我們遇到難題時可向老師尋求協助，並與朋友交換作文或溫習心得，互相學習，取長補短，這些也是學習中重要的一環。相信各位師弟妹定能「疫」流而上，加油！

賴鉅昌同學

2 (5**), 3 (5*)#, 1 (5), 2 (4) 入讀香港大學內外全科醫學士課程



賴鉅昌(左二)

雖然在疫情肆虐的高中三年不能和同學上面授課，但這卻讓我和老師、朋友們的聯繫更緊密。在網上授課期間，我和同學會在whatsapp群組中交流，互相解答各自的難題，攜手並進，亦會一起向老師發電郵釐清重點，以小組形式學習，竟有意外收穫。在準備文憑試期間，我和同學會輪流到對方的家中溫習，文科溫累了就溫理科，化學溫累了就溫英文，常常在不知不覺間過了一天，最後在公開試中獲得了不錯的成績。

我十分感謝母校對我的培養。在整個中學生涯中，我參加了多次數學和機械人比賽並獲獎，除此之外，學校老師也十分鼓勵我參加各種的課外活動，如物理和生物奧林匹克，小童群益會舉辦的少年財政師等，這些活動都讓我獲益良多，在讀書外也學會了不少東西。

六年時光一轉而逝，但我不會忘記保一為我帶來的美好回憶。

鄺鈺然同學

2 (5**), 3 (5*), 1 (5), 1 (4) 入讀香港大學牙醫學士課程



鄺鈺然

春風化雨育英才，六年中學生活轉眼即逝，我很感恩能在保一渡過充實的校園生活。六年的中學生活，校園內的一草一木都在我頭留下了難以忘懷的回憶。回顧六年，全賴師長悉心栽培和教導，才使我們茁壯成長。最後能在文憑試獲得心儀分數，老師們功不可沒。

於學術上，感謝老師耐心回答課後提問，犧牲個人時間及時解答問題，真正做到「解惑」。而在成長路上難免有迷惘及質疑，老師們於心靈層面亦為我們提供了許多鼓勵和支持，亦感謝生涯規劃組老師於放榜時的支援和幫助，令我可以發掘到自己興趣所在，從而選擇相關學科。

最後，再次衷心感謝老師的循循善誘、不辭勞苦的教導。我會緊記老師們的教誨，勇往直前，在人生路留下一個個堅定的腳印。

陳日峰同學

2 (5**)#, 3 (5*), 1 (5), 2 (4) 入讀香港大學牙醫學士課程

六年的時間轉瞬即逝，在不知不覺間我已經通過了文憑試的考驗，有幸得到各位同學與師長的指導和照顧，尤其是感激。

在準備文憑試的過程中實在是令人感到煎熬，尤其在疫情影響下我感到的壓力更是倍增。在學習時，我會選擇準備每一科的筆記，記錄每一個課題的重點，以便溫習。同時勤做歷屆試題和模擬試卷，並將試題形式和自己犯下的錯誤記下，便能在溫習時釐清自己不清楚的知識。在學習之餘，休息也是非常重要的，分配好自己娛樂和讀書的時間，亦能提升讀書效率。

而在應付文憑試的過程中師長和同學的幫助也是必須的。非常感謝各科老師為我們精心準備的練習和筆記，令我在溫習過程中能事半功倍，亦感激同學和老師們的鼓勵，令我能更有信心面對人生中的一大難關。最後謹祝各位能在未來勇奪佳績，入讀心儀科系。



陳日峰(左)

郭綺嵐同學

2 (5**), 2 (5*), 2 (5), 1 (4)

入讀香港中文大學計量金融學課程



郭綺嵐(右三)

文憑試放榜，有人歡喜有人愁，若然想成為歡喜的一員，我想大概勤勞是關鍵條件之一。「天道酬勤」，想必大家都對此句耳熟能詳。回憶自己中六的日常生活，大概離不開埋首苦讀，做完一份又一份試卷、鑽研更深入、更詳盡的概念內容，一切都很大，但每逢想起內心的夢想，那微弱的希望總能化作動力把一切的苦澀嚥下。

在學習路上，也許有人會踽踽獨行，我有幸在學校中遇到良師益友。在成功時互相祝賀，在失落時互相扶持。當我遇到學習上的疑難時，都會跟朋友一起討論，集思廣益，提出不同角度的意見，並參考朋友的建議，令自己對不同科目有更深入的了解。

文憑試放榜，我和摯友都幸運地取得理想的成績。這不但肯定了我們三年內為備考付出的努力，更令我們向夢想邁進一步，揭開人生路上新的一章，慢慢成為心目中理想的自己。

高智昱同學

2 (5**), 2 (5*), 2 (4)

入讀香港科技大學理學士(風險管理及商業智能學)課程



高智昱(右)

每日上完共八小時的課後，拖着疲累的身體到補習社，然後回家溫習，再做功課至凌晨，卻依然進步緩慢、成績滯不前、希望渺茫——這就是我中學生涯前三年的寫照。也許，我這個曾經成績瀕臨留級邊緣的學生，可以帶給你一些啟發。

你現在大概聽了不少的學習方法，更在網上聽到不少「狀元」的學習心得。然而，在如今資訊氾濫的時代，網上的資訊有些確實是美酒，但更多的是糟粕。網上的資訊，有些只是普通學生在偶然中想出來的方法，沒有任何證據支持，更有些只是狀元們隨便總結的方法，未必適用於所有人。事實上，假如你想尋找一種學習方法，我認為最好的辦法是在一個休閒的午後，使用數個小時尋找資料，並仔細研究他們的邏輯，再親自實驗，將不適用於自己的學習方法排除。久而久之，成績自然進步。

「莫忘少年凌雲志，曾許天下第一流」——現在的你，也許深感挫折、對自己的成績感到絕望，但我相信只要你們能相信學校的資源、相信老師、相信自己，一定能持續進步。畢竟，當一個人絕對全然投入的那一刻，天意也必然隨之而動。

梁靖彤同學

1 (5**), 4 (5*), 2 (5)

入讀香港中文大學內外全科醫學士課程



梁靖彤

中六的同學，距離背水一戰的文憑試到底還剩下多少時間？在這二百多天的旅程中，不論是力挽狂瀾，還是搏盡無悔，為的到底是什麼？你有曾停下細心一想嗎？

在日後的歲月中，在你準備享受所嚮往的大學生活之際，你不會忘記這段奮鬥的時光。隨著時間的推移，我彷彿慢慢遺忘在收到成績那一刻的喜悅、激動與無奈，反而備試間的苦與樂在腦海中久久不散去。我不清楚你的回憶到底是苦是甜，是喜是悲，但無論是怎樣，都是全憑現在與過去的你一手構建，在還有得改變的時刻，你又會怎樣選擇？

還有一點你會忽略的，就是文憑試不止於那兩個多小時，而是你高中三年埋頭苦幹的時間，它們會無形地成為你答案的一部分。所以只要記得，現在只要專心一致做好準備，看看自己能走多遠的路，或崎嶇或平坦，都是屬於你的路途，請好好享受一切。

而我在中大山城的角落靜候大家，共勉之。

精彩的保一校園生活

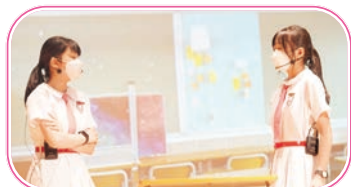
☆ 輔導組「學生大使計劃」

學生於2021年11月至12月參加了由教育局推行的「學生大使計劃」，透過各項培訓及體驗活動，學生學會建立積極的人生觀，尊重及愛惜生命。導師帶領學生完成不同的任務，當中可強化同學的解難能力。



☆ 香港學校戲劇節（英語組）

本校於4月參加2021-2022香港學校戲劇節（英語組），比賽中榮獲多個獎項，包括傑出劇本獎、傑出導演獎、傑出演員獎及傑出合作獎，滿載而歸。



☆ Physics Toysrus（玩轉物理）

6月30日舉辦了一個名為玩轉物理活動。通過此次活動，讓同學探索玩具中的物理定律，並從一個輕鬆且生活化的角度體驗物理帶來的無限樂趣。



☆ 第五十八屆學校舞蹈節錄影模式比賽

舞蹈學會於2022年7月至8月參加了第五十八屆學校舞蹈節錄影模式比賽，今年獲得乙級獎，望同學再接再厲。



☆ Fun Day繽紛Fun

2021年11月23日在寒風凜冽下舉辦了保一首個Fun Day。當天舉行不同組別的跳繩比賽及畢業班閃避球賽，同學投入地參與活動，令現場氣氛更熱鬧。



☆ 保良慶回歸One 2 3舞團

本校四名中一同學於6月參加了保良局One 2 3共融舞團活動。通過導師的專業指導及一連串的排練，共同演繹一輯以實踐關愛共融為題的舞蹈劇，該劇並於保良局屬下小學畢業禮演出。



☆ 小龍馬設計活動

劉依漫同學及施靜陶同學於7月共同參與「小龍馬」設計活動，她們於大會現場即時繪製作品，兩人在濃厚的藝術氣氛下完成創作。



☆ 瓷磚壁畫翻新

賴華揚同學、劉依漫同學及洪靜娟同學一同為校園的瓷磚壁畫翻新，令作品重現生氣。



☆ 學生會歌唱比賽

同學在試後盡情發揮歌唱潛能，達到人歌合一的境界。



☆ 試後壓軸活動：老師舞蹈表演

本校老師在台上載歌載舞，通過舞蹈活動讓同學明白求學跟跳舞一樣，重視耕耘，不只問收穫的道理。



☆ 紙飛機大賽

8月4日同學投入地參加紙飛機大賽，他們嘗試用不同方法使紙飛機飛得更遠，並明白科學與生活息息相關的道理。



☆ 「真正的友誼」戲劇表演

本校14名學生於8月9日在禮堂內演出名為「真正的友誼」的戲劇表演，同學精湛的演技贏得全場的熱烈掌聲。



☆ 輔導組Ukulele夏威夷小結他

中一同學於考試後通過參加夏威夷小結他班，藉以擴闊生活體驗及培養不同的興趣。



☆ 領袖生同遊迪士尼樂園

本校45名領袖生於8月5日同遊迪士尼樂園，既可獎勵領袖生一年來的辛勤工作，又可增加同學對領袖生團隊的歸屬感，一舉兩得。



☆ 輔導組扭扭氣球班

透過扭扭氣球班的活動，發展學生的多元智能，也幫助學生紓緩學業的壓力。



☆ 保良局賣旗日

本校學生於8月17日積極參與保良局賣旗日，為有需要的人募捐。



☆ 海洋公園旅行日

11月4日為本校一年一度的旅行日，大家浩浩蕩蕩地向海洋公園進發。



挑戰自我 盡展所長

為達致全人教育，本校一向積極鼓勵學生參與不同的比賽和活動，從實踐中學習，年來獲獎情況撮錄如下：

日期	主辦單位	項目名稱	獲獎成績
2021年10月	深水埗文藝協會文化委員會	第十九屆「文藝盃」硬筆·毛筆書法大賽 毛筆書法：中學組	冠軍：譚寧逸 冠軍：黃綺盈
	香港大學專業進修學院、通善壇、中西區民政事務處、香港大學職員協會、香港區家長教師會聯合會、中西區校長聯會	慶祝「中華人民共和國成立七十二周年」活動——全港青少年書畫比賽：西畫中學組	
	GNET STAR	第十屆I Love Summer兒童創作大賽2021——環保袋設計	少年組冠軍：張皓揚
2021年11月	教育局、香港資優教育學苑	國際生物奧林匹克——香港區比賽2021	銅獎：江玠廷
	香港大公文匯傳媒集團、中國書法家協會	第五屆香港青少年書法大獎賽 毛筆組 硬筆組	優異獎：譚寧逸 優異獎：彭泳霆
2021年12月	第一教育集團	WMI世界數學邀請賽2022 香港賽區初賽：全港首十名 中一組 中二組 中三組 中四組 中五組 校際獎項	吳子顯 金獎：姚芷彤 銀獎：陳璋瑜、鍾斯婷、郭青霖、謝宸明 銅獎：趙浩言、黃靖淇、王翌丞、丘逸朗 金獎：吳子顯、胡凱戈 銀獎：張創祺、郭楚雄、黃逸峰 銅獎：朱俊熹、黎沛揚 銀獎：陳凱衡、謝裕天 銀獎：蔡元培、施珈貝、鄧宇軒 銅獎：林曉彤、李芷欣、莫欣寧、溫嘉琪 銅獎：張洛玟 中學校隊組冠軍、最積極推動數學中學（九龍區）
	奧冠教育集團、粵港澳大灣區推廣協會、大灣區組委會、奧冠教育中心	粵港澳大灣區數學競賽預選賽2022（香港賽區） 中二級 中三級	三等獎：李栩鋒 二等獎：鄭君禮
	旺角區文娛康樂體育會	新春書法比賽2022——毛筆書法	高中組亞軍：譚寧逸
	教育工作人員總工會、香港硬筆書法家協會	第一屆香港中小學中英文硬筆書法比賽——中文硬筆書法	中學高級組卓越獎：譚寧逸
	泰國數學學會	泰國國際數學競賽2021-2022（香港賽區） 初賽：中一級 中二級 中三級 高中組 晉級賽：中一級 中三級	銀獎：王翌丞 銅獎：張煒婷、曾培鈺 銀獎：李栩鋒 銀獎：鄭君禮 銅獎：黃煥軒 優異獎：張煒婷 銅獎：鄭君禮
2022年1月	香港紅十字會青年及義工事務部	傑出紅十字青年會員選舉2021	歐陽凱儀
	工業傷亡權益會、黃大仙區議會	「健康飲食及運動」職安健繪畫比賽2021-22	個人組優異獎：鄭好
2022年2月	香港學校音樂及朗誦協會	第七十三屆香港學校朗誦節 中文朗誦：中一級詩詞獨誦（粵語） 中一級詩詞獨誦（普通話） 中一級散文獨誦（普通話） 中三級散文獨誦（粵語） 中四級二人朗誦（粵語） 中四級詩詞獨誦（普通話） 英文朗誦：中一級詩詞獨誦 中二級詩詞獨誦 中三級詩詞獨誦 中四級詩詞獨誦 中五級詩詞獨誦	亞軍：王麗思 季軍：魏靈珊 亞軍：戴欣婷 季軍：姚榮傑 冠軍：郭啟銘、溫嘉琪 亞軍：溫嘉琪、溫俊祥 亞軍：魏靈珊、溫俊祥 冠軍：梁悅鈴 亞軍：朱俊熹 冠軍：周焯謙 亞軍：陳芍瑩、陳寧明、莫欣寧 季軍：鄭曉淳
	亞洲藝術研究會	「夢想繽紛世界」亞洲兒童繪畫比賽2021	少年組季軍：張皓揚
	開心社區服務有限公司	「開心孩子·快樂家庭」 同創SEN友善社區四格漫畫創作比賽	初級組（中一至中三）優異獎：曾悅寧 高級組（中四至中六）優異獎：張燕妮
2022年3月	香港兒童文化藝術協會	香港青少年兒童中英文硬筆書法大賽2021 中學高級組：英文硬筆書法組 中文硬筆書法組	冠軍：溫嘉琪 亞軍：陳依鈴 金獎：施珈貝 銀獎：郭潮月、林佑芯 銅獎：周嘉欣、蔡欣靜、方倩、黎詠浚 銀獎：譚寧逸
2022年4月	艾斯爾國際文化交流（香港）	第十三屆ICEHK 2022「勇闖新天地」國際繪畫比賽——青年組	二等獎：唐樂潼 三等獎：梁樂恩 優異獎：韓芷凝、陸有霖、茹靖珈
	亞美斯藝術交流	樂在畫中——兒童及青少年繪畫大賽2022	少年高級組金獎：胡楚雯
	港灣社	「千帆競發」徵文比賽 初中組 高中組	二等獎：郭楚雄 三等獎：陳雪可 一等獎：何美嫻 二等獎：陳慧妍 優異獎：劉善惟、倪業雄、蕭思浩
2022年5月	教育局	2021-22 香港學校戲劇節——英語組	傑出劇本獎：吳子顯、葉海平 傑出導演獎：吳子顯、葉海平 傑出演員獎：陳靖兒、高雪澄、高雪穎、古庭澤、郭啟銘、梁樂恩 傑出合作獎 學校獎項：傑出整體演出獎
	香港藝術交流協會	「童心·童想」 第三屆亞洲青少年兒童繪畫大賽2022——13-15歲組別	銅獎：吳其葵
2022年5月	教育局	第八屆《基本法》暨慶祝香港特別行政區成立二十五周年全港校際問答比賽	中學組十八區優秀學校獎
	香港城市大學人文社會科學院	2 nd COVID Writing Competition For Secondary School Students: "Recovery"-DSE Stream, Senior: Personal Reflection	Outstanding Writing Award: 江玠廷
	香港大學精神醫學系YMH Consortium團隊 香港教育大學人文學院、中國語言學系、宗教教育與心靈教育中心	「抒發字療」書法比賽——中學生組 第三屆粵港澳大灣區生命教育徵文比賽 初中組 高中組	冠軍：譚寧逸 優秀作品獎：陳琬晴 二等獎：嚴泳桁 優秀作品獎：陳君沂、李進熙
2022年6月	香港競技評核總會	「華文盃」全港書法大賽2022——硬筆書法組	中學高級組銅獎：陳依鈴、鄭樂誼、容穎敏
	Global Olympiads Academy、香港數學奧林匹克協會	全球少年數學能力測試2022 中一級 中二級 中三級	金獎：陳璋瑜 銅獎：謝宸明 金獎：黃逸峰 銀獎：張創祺、曾梓樂 銅獎：鄭君禮
2022年6月	奧冠教育集團、香港國際數學競賽比賽籌委會、奧冠教育中心	香港國際數學競賽2022（香港賽區） 初賽：中學一年級組 中學二年級組 中學三年級組 高中組 晉級賽：中學二年級組 高中組	銀獎：鍾斯婷、王翌丞 金獎：張創祺、林亮 銀獎：朱俊熹、郭楚雄 銅獎：李栩鋒 金獎：謝裕天 銅獎：鄭君禮 銀獎：蘇梓俊、鄧宇軒 銅獎：莫欣寧 季軍及金獎：林亮 銀獎：蘇梓俊
	香港學校音樂及朗誦協會	第七十四屆香港學校音樂節 分級鋼琴獨奏：四級 爭獨奏：中級組 笛獨奏：中學深造組	第二名：杜俊樺 第三名：彭泳霆 冠軍：茹靖珈 冠軍：郭啟銘



I LOVE SUMMER兒童創作大賽
冠軍張皓揚作品



勇闖新天地國際繪畫比賽
二等獎唐樂潼作品



香港學校戲劇節英語組，傑出整體演出獎



童心·童想繪畫大賽
銅獎吳其葵作品

日期	主辦單位	項目名稱	獲獎成績
2022年6月	中國語文教育研究學會 東九龍青年社	中國語文菁英計劃2021-22——中學組 第十五屆黃大仙區傑出學生選舉 初中組 高中組	菁英銀獎：林曉婷 優秀學生：游卓霖 傑出學生：溫嘉琪、胡臻緻
	香港學界體育聯合會	中學校際水運會 女子甲組50米背泳 女子甲組100米自由泳 女子乙組50米背泳 男子丙組50米胸泳	冠軍：胡臻緻 冠軍：霍子欣 季軍：周愷玲 季軍：林楚恒
	夫子會	第六屆頌和平徵文比賽 初中組 高中組	優異獎：黃灝正 優異獎：陳寧朗 特等獎：嚴泳桁 一等獎：譚寧逸 二等獎：賴華揚、劉建麟、彭泳靈 三等獎：黃愷楠 Linguist-Cantonese：溫嘉琪 金獎：陳璋榆、吳子穎、黃逸峰、姚芷彤
2022年7月	金紫荊藝術研究院	金紫荊青少年書法大賽——慶祝香港特別行政區回歸25週年 Student of the Year 2021-22	特等獎：嚴泳桁 一等獎：譚寧逸 二等獎：賴華揚、劉建麟、彭泳靈 三等獎：黃愷楠 Linguist-Cantonese：溫嘉琪 金獎：陳璋榆、吳子穎、黃逸峰、姚芷彤
	South China Morning Post 教育局、香港教育工作者聯會	第十二屆香港中學 數學創意解難比賽	冠軍：周焯瑤 優異獎：陳璋榆、陳穎祺、陳裕安、江子岳、林曉彤、劉懷碧、呂承宗、黃嘉盈、甄海程、嚴泳桁
2022年8月	民建聯黃大仙支部	慶祝「香港回歸祖國25週年」 標語創作比賽——中學組	冠軍：周焯瑤 優異獎：陳璋榆、陳穎祺、陳裕安、江子岳、林曉彤、劉懷碧、呂承宗、黃嘉盈、甄海程、嚴泳桁
	全港青年學藝比賽大會、九龍樂善堂 香港教育圖書有限公司、 Athens Education	全港青年書法比賽（2021-22年度）——中學毛筆組 第33屆中學生閱讀報告比賽 ——主題閱讀：「香港精神」（高級組）	季軍：譚寧逸 優異獎：杜展峰
	亞洲國際數學奧林匹克聯合會、 香港數學奧林匹克協會	2022亞洲國際數學奧林匹克公開賽(AIMO OPEN) 晉級賽：中學一年級組 中學二年級組 中學三年級組 中學高中組 總決賽：中學一年級組 中學二年級組 中學三年級組 中學高中組	銀獎：陳璋榆、謝宸朗、姚芷彤 銅獎：馬衍筠、吳雨澤 金獎：吳子穎、黃逸峰、胡凱戈 銀獎：許英峰、劉逸曦 銅獎：林炫廷 銀獎：林曉彤、蘇梓俊、溫嘉琪 銅獎：莫欣寧 金獎：陳璋榆 銅獎：趙浩言、馬衍筠、謝宸朗 優異獎：吳雨澤 金獎：胡凱戈 銀獎：黃逸峰 優異獎：曾梓樂 銅獎：林炫廷、劉逸曦 優異獎：許英峰 銅獎：溫嘉琪 優異獎：林曉彤、莫欣寧
2022年8月	香港中華文化發展聯合會	《學生作家培育計劃及徵文比賽》2021-22學年 ——「學生作家徵文比賽」（高中組）	一等獎：容穎敏 二等獎：陳寧朗 優異獎：黃愷楠
	教育局課程發展處、 香港教育大學數學與資訊科技學系 中國青少年語言文化學會	第三十九屆香港數學競賽(HKMO) (2021-22)——個人項目卷一	二等榮譽獎狀：陳潤勳 三等榮譽獎狀：鄭力榮、范錦濤
	香港機械人學院	2021-2022年全國青少年語文知識大賽「菁英盃」作文比賽 現場作文初賽 現場作文決賽 全國現場作文總決賽	二等獎：曾梓樂 三等獎：關有朋 一等獎：關有朋 二等獎：曾梓樂 三等獎：曾梓樂
	香港數學奧林匹克協會	2022-23 ROBOFEST機械人大賽香港區選拔賽 ——BottleSumo機械相撲比賽（高級C組）	亞軍：陳寧朗、楊卓諾、余煒稀 金獎：張洛珩、吳東霖、袁喬駿、陳韻名、鄭成俊、葉雋軒
	香港城市大學電腦科學系	數學無疆界國際賽決賽（香港及澳門）	中一級銀獎：謝宸朗 中三級銅獎：鄭君禮
	康樂及文化事務署、香港科學館、 創意動力教育協會	全港中學編程挑戰賽2022 ——LEGO EV3組 / 中學組	銅獎：陳星銘 最佳挑戰精神獎：陳寧朗、楊卓諾、余煒稀、張洛珩、吳東霖、袁喬駿
	全港青年學藝比賽大會、香港西區扶輪社	全港青年中文故事創作比賽（2021-22年度）	高中組優異獎：黃鈺淇
	「環亞大杯」國際數學組委會、 香港科創（國際交流）協會、 香港資優教育學會、 澳門數學奧林匹克學會	2022環亞大杯國際數學邀請賽 初賽：中學一年級組 中學二年級組 中學三年級組 進階賽（粵港）：中學一年級組 中學二年級組 總決賽：初中組	一等獎：姚芷彤、陳璋榆 二等獎：趙浩言、鍾斯婷、郭青霖、黃靖淇、王翌丞 一等獎：郭楚雄、黃逸峰、胡凱戈 一等獎：謝裕天 二等獎：陳凱衡 特等獎：陳璋榆 一等獎：姚芷彤 二等獎：王翌丞 三等獎：趙浩言、黃靖淇 特等獎：胡凱戈 一等獎：黃逸峰 金獎：陳璋榆 銀獎：黃逸峰 優異獎：王翌丞
	中國書協香港分會 黃大仙文志基金、黃大仙工商聯會、 黃大仙區學校聯絡委員會	慶祝香港回歸廿五周年「文聯盃」全港中小學書法比賽——高中組 黃大仙文志獎學金	冠軍：譚寧逸 鍾佩霖、張恩耀、陳愷桐、林穎怡、盧嘉穎
	香港學校音樂及朗誦協會 香港數學奧林匹克協會	第七十四屆香港學校音樂節——中國樂器項目（笛） 「華夏盃」全國數學奧林匹克邀請賽2022 晉級賽（華南賽區）：中學一年級組 中學二年級組 中學三年級組 全國總決賽：中學一年級組 中學二年級組 海外交流賽：中學二年級組 中學三年級組	葛曼洪音樂獎：郭啟銘 一等獎：陳璋榆 二等獎：趙浩言、馬衍筠、謝宸朗、黃靖淇、王翌丞、姚芷彤 三等獎：鄧雅馨 特等獎：吳子穎、黃逸峰 一等獎：張創祺 二等獎：曾梓樂 二等獎：郭秉豐、黎沛揚 一等獎：謝裕天 二等獎：許英峰 三等獎：鄭君禮、林炫廷 二等獎：陳璋榆、謝宸朗 三等獎：馬衍筠、王翌丞 一等獎：黃逸峰 二等獎：吳子穎 二等獎：黃逸峰 三等獎：鄭君禮、霍家樂 冠軍：陳鑫 殿軍：鄧雅馨
2022年9月	香港兒童數學協會	2022香港數學及奧數公開賽 ——中二數學組	金獎：李柏霖 金獎：李柏霖 銀獎
	香港聯校音樂協會	聯校音樂大賽2022 中學音樂創作：個人古典組 中學（鋼琴）獨奏：高級組 中學合唱小組	亞太機械人聯盟競賽 EV3自動相撲冠軍及優秀獎
	世界奧林匹克機械人競賽香港區組委會、 香港青少年機械人教育協會	香港機械人「夏季」挑戰賽2022「極速循線」智能機械人挑戰賽 最佳程式設計 金樂高獎	張洛珩、吳志燦、吳東霖、袁喬駿 張洛珩、吳志燦、吳東霖、袁喬駿、陳寧朗、楊卓諾、葉雋軒、余煒稀 冠軍：陳寧朗、楊卓諾、余煒稀 優秀獎：盧翹、吳志燦、吳東霖 亞獎：禰楚雯、施珈貝 銅獎：梁詠斯 亞軍：陳穎琛 三等獎：林曉婷、林曉彤、容穎敏
2022年10月	九龍地域校長聯會、香港青年協進會 夫子盃教育發展信託基金 香港中文大學語文教育課程系會 教育局、香港資優教育學苑、 香港數理教育學會 泰國數學學會	第十四屆九龍地域傑出學生選舉 第七屆夫子盃演講比賽——高中組粵語 二零二二年教師節「全港高中生徵文比賽」 國際初中科學奧林匹克2023 ——香港選拔賽 泰國國際數學競賽2022-2023（香港賽區） 初賽：中一級 中二級	高中組傑出學生：溫嘉琪、胡臻緻 一等獎：郭啟銘 冠軍：蔡佳滢 二等獎：郭楚雄、郭秉豐、羅俊熙、黃逸峰 銀獎：黃奕誠 銀獎：王翌丞 男子丙組50米胸泳亞軍：林楚恒 三等獎：何睿寧 優異獎：李若谷 三等獎：陳詠欣 優異獎：洪珊珊 初中組優異獎：趙芷瑩
	香港學界體育聯合會 香港資優教育學苑、教育局、香港科技大學 中國文化協會 香港青年旅舍協會	中學校際水運會 2022香港物理奧林匹克 文協盃徵文比賽2022——高中組 2021-22「兩代情」徵文比賽	男子丙組50米胸泳亞軍：林楚恒 三等獎：何睿寧 優異獎：李若谷 三等獎：陳詠欣 優異獎：洪珊珊 初中組優異獎：趙芷瑩



第十五屆黃大仙區傑出學生選舉頒獎典禮



金紫荊青少年書法大賽獲獎同學與校長（左三）合照



文聯盃全港中小學書法比賽冠軍譚寧逸



香港數學及奧數公開賽冠軍陳鑫



亞太機械人聯盟競賽EV3自動相撲冠軍及優秀獎



九龍地域傑出學生溫嘉琪



九龍地域傑出學生胡臻緻