

寶覺中學

PO KOK SECONDARY SCHOOL

地址：新界將軍澳彩明苑彩明街 9 號
網址：http://www.pokok.edu.hk

電話：2702 2863 傳真：2702 2337
電郵：pokok@pokok.edu.hk



不棄小善

陳淑雯校長



「先生 / 小姐，買支旗好嗎？」周六早上，時常看到不同年齡的善心義工笑臉迎人，背著旗袋站在通衢要道為不同機構賣旗籌款，這具特色的活動，構成香港街頭一幅美麗圖畫。2021 年 9 月 11 日周六早上，百多名寶覺中四同學加入行列，成為拼砌這圖畫的其中一小塊拼圖。

出發前，社會服務組老師安排這次賣旗日的機構幹事到校講解，讓同學了解機構背景及籌款對象。原來香港傷殘青年協會（簡稱傷青會）雖獲政府資助，但每年需要自行籌募超過四分之三的營運經費，賣旗籌款就是其中一個主要收入來源。這兩年因新冠疫情肆虐，學校改為線上教學，機構安排員工在家工作，政府限制人群聚集而取消街上賣旗活動，令機構的收入大減。這次得來不易的賣旗機會，籌得善款將用作營運「動力學堂」，目的在推動殘疾人士普及運動發展，讓香港成為一個身心靈健康和傷健共融的社會。

出發了！原以為天公造美，沒有天氣預告的雷雨交加，但受颱風燄都外圍下沉氣流影響，將軍澳錄得 35 度高溫，悶熱天氣令同學不消一陣子已汗流浹背。又為

了避免百多名同學擠在一處，可接觸更多市民，除四慈、四博同學被安排在學校附近的彩明苑、健明邨和尚德邨外，四善和四愛同學要步行至君傲灣、維景灣畔和將軍澳海旁，結果看似輕鬆的賣旗變成步行萬多步的遠足活動。

兩小時過後，同學回到學校交還旗袋，雖然疲累，但仍不忘七嘴八舌分享所見所得。有同學說今天上了特別的說話課，學習到鼓起勇氣向陌生人開口說話，無論被拒絕被讚揚都要有禮貌地回應，還有回答途人形形色色的問題也鍛煉了口才。有同學學到學校沒教的心理課，在跌跌撞撞的過程，漸漸觀察到哪處是人流最多的有利位置，如何分辨熱情和冷漠的途人，最後提升了賣旗成功率，拿著沉甸甸的旗袋凱旋歸來。

更重要的是同學都上了珍貴的生命教育課。有同學說以前遇到賣旗義工會不瞅不睬，日後即使沒有零錢也會有禮貌地回應；又或是以前因不想花零錢而刻意閃避，日後會不吝零錢主動買旗；更有同學希望進一步參與不同的義工服務，關懷和幫助社會上有需要的人。

因此，有天走在路上，假如看見一些滿有誠意地學習著賣旗的學生，不妨主動對他們說：「同學，今天是哪個機構賣旗？我幫你買支旗，好嗎？」不棄小善，開啟一天滿滿的正能量，這不就是慈悲博愛？



熱心街坊向同學買旗



校長買旗支持活動

校友重聚日 齊來賀校慶

為慶祝九十周年校慶及加強校友與學校的聯繫，本校辦學團體東蓮覺苑聯同寶覺校友會、寶覺小學校友會及元朗寶覺小學校友會，舉辦「東蓮覺苑辦學九十周年校友重聚日」。活動在7月10日假跑馬地山光道寶覺小學舉行，該處亦是本校前身寶覺女子中學的校舍所在，當天共有近二百位校友及榮休或離職老師參與活動，既有早在1960年代畢業的校友，也有剛在去年畢業的，大家聚首一堂，暢敘當年情和分享生活近況，樂也融融。



校友共聚，薪火相傳。



三校校友話當年

生活 藝術 攝影禪

本校積極推行校本課程設計，為同學提供度身訂造、適合其興趣及學習需要的課程，由佛學、中文及視覺藝術科合作的中三級「攝影禪」正是本校別具特色的校本課程之一。在六月試後活動期間，同學參與一系列「禪影禪」活動，包括：禪修體驗、手機攝影技巧課、中文寫作課、校園拍攝、撰寫相片感想、作品分享等。我們期望以攝影作為引發點，鼓勵同學投入生活，捕捉感動的瞬間，並且反思拍攝歷程，抒寫個人感悟。同學們均積極投入活動，獲益良多。



用心攝影



作品分享

「戲說文言」文言文戲劇教育計劃

本校高中同學在上學年參加賽馬會「戲說文言」文言文戲劇教育計劃。該計劃通過戲劇的形式，提升同學閱讀文言文篇章的能力，並舉辦「文言說書大使」工作坊，教導同學以說書演繹經典篇章，然後在課堂及校內表演。在七月初，本校的文言說書大使參與該計劃的跨校進階培訓日營，與友校同學進行互動學習，交流切磋，進一步提升閱讀文言文的能力和說書技巧。通過這些活動，同學的語文能力、表演技巧都有所提升，也加深對中國傳統文化的認識。



與友校同學合作說書

中上環文化之旅 貫徹全方位學習

自香港開埠以來，中、上環即蓬勃發展，故該區既有新型樓宇，也保留不少極具歷史價值的建築物。有見及此，本校推出中二級「中、上環文化之旅」計劃，同學首先在校內學習地圖閱讀、規劃路線和觀察訪問等技能，然後在六月下旬前往中、上環進行實地考察和訪問，搜集第一手資料，最後在成果展示會進行匯報。同學都積極投入活動，除了加深對香港歷史文化的認識，其協作溝通能力、資訊素養、匯報技巧及自信心都有明顯提升，成果令人鼓舞。



規劃考察路線



到中、上環考察



積極參與



熱烈討論



認真匯報

中一新生銜接課程

在七月中旬及八月下旬，我們為中一新同學舉辦兩階段的「中一新生銜接課程」。其中學術課程由中一級中、英、數及科學科老師執教，以「合作學習」模式上課，並設「學習技巧課程」，由陳淑雯校長教授「自主學習」的技巧，讓同學體驗本校的學習環境和上課模式，培養良好的學習習慣，增進學習效能。此外，課程設有班主任時間、社工活動、訓輔組活動、圖書館閱讀講座、靜觀禪修等多元化活動，同學也可按興趣選擇STEM、康體、音樂或視藝體驗活動，貫徹本校「啟發潛能教育」的目標。在8月28日，我們舉行「中一新生家長日」，與家長分享同學在銜接課程的學習成果。



非洲鼓體驗活動



齊來學習空手道

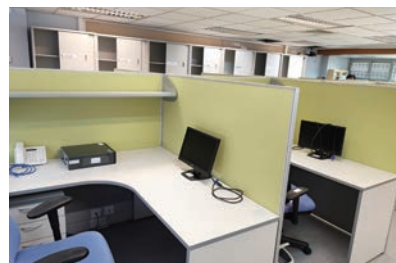


中一新生家長日

學校設施 持續優化

暑假過後，同學回校上課，都會發現校園有不少不同之處，例如：

- 學校正門安裝了固定的擋雨簷篷，取代以往下雨時使用的臨時擋雨帳篷；
 - 禮堂舞台更換了優質原木地板，既典雅美觀，亦方便進行各項活動表演；
 - 5樓小操場更換了色彩明亮的地氈，為同學打造更優美的休閒活動空間；
 - 7樓教員室進行了裝修工程，並優化各項設施，有助老師提升工作效能。
- 這些小改變為同學和老師提供更佳的學與教環境，令校園生活更加美好。在本學年，我們會持續優化設施，例如多個教室將會進行改善工程及添置設施，以推行校本課程設計及學生支援措施，敬請期待！



小改變，大改善。



校史室獲優質教育基金資助建設，於十二月開幕。

中一家長之夜 促進家校合作

為讓中一家長了解子女在升讀中學後的學習情況，本校每年均舉辦「中一家長之夜」。今年活動在10月22日舉行，校長、班主任及科任老師分別與家長面談，並由教育心理學家何庭欣女士以「如何協助子女迎接升中的學習挑戰」為題進行短講。當晚家長踴躍參與，與校長、老師深入交流討論，家校通力合作，為同學營造更理想的學習環境。



教育心理學家講座



家長、老師熱烈傾談



春風伴我行

大家好，我是本年度的新老師，高競笙老師。我是中一的班主任，主要任教中一、中二級的視覺藝術科，也是本屆中六視藝選修科的科任老師。教學以外，我喜歡觀賞電影、閱讀及學習中文書法。電影方面，我尤其喜歡奇幻、懸疑及抒情的類型，也會欣賞視覺、美術畫面用心的電影。閱讀方面，我最喜愛的作品是三毛的散文及任明信的詩集，往往可以一讀再讀。本年度有幸成為慧社社監，期望疫情淡去後能陪伴同學們盡情投入學校活動，在九十周年校慶的興高采烈氣氛之下享受精彩的校園生活。

大家好，我是吳卓樺老師 (Wilson)，現任教中一數學科，擔任民安隊及社會服務組，好榮幸能夠加入寶覺，成為一份子，出一分力。我很喜歡旅行，這既可以提升個人素養，又可以增廣見聞，並了解世界各地的文化，因此旅行已經成為我生活中的一部分。



雖受疫情影響，這兩三年來一直留在香港，但我依然期盼有一天通關到世界各地見識，滿足我尋覓大地的心。各位同學有興趣可以找我了解各地文化。最後希望各位寶覺同學學習愉快，在寶覺找到自己的一片天。

大家好，我是今年新入職的姚雍傑老師，很榮幸可以加入寶覺中學。我任教初中電腦科和數學科，同時也是中一的班主任，所以相信大部分的初中同學都會認識我。我空閒時喜歡打籃球。曾經有段日子，我每天都會做運動，有時更會從早打到晚。但自從開始工作，我感覺到這團火快要熄滅了，一星期也未必可以運動一次，故我希望在未來日子，如時間許可，可與同學一起，回到球場，重拾初心。



Hi there! This is Miss Leung Wing Yi, the English teacher of classes 1D and 2B. This year, I had the privilege to become part of PKSS, where I've met a bunch of dedicated and self-directed students.

Growing up, I've always enjoyed learning English. As a kid, I'd observe the English signage on the streets, which greatly added to my English vocabulary. See? Learning a language is WAY beyond our books. Now, look around, what English words do you see?

Speaking of hobbies, travelling is an indispensable part of my life. My favourite city is Edinburgh, Scotland, whose fascinating views left me in awe. I believe a trip to far-away lands gives us a break from routine, and eventually we'll come back stronger. Plus, I love learning foreign languages (Fun fact: I speak a little bit of Spanish!).

As your teacher, I look forward to taking on a journey where we'll walk and grow together. Let's thrive and shine!



各位寶覺同學你們好，我是賴建旺老師。學校裏，我除了是中一、二和五年級的中國歷史科科任老師外，亦是明社社監。重回母校擔任老師，對我而言是非常重要的成就解鎖，我亦非常感恩能夠有機會回饋母校。工作以外，我喜歡與家人朋友聚會聯誼，更愛遊走大小街巷探索香港；偶爾閱讀感興趣的歷史書和懸疑小說，閒時則跑跑步，行行山，盡力保持 BMI 指數正常。



大家好，我是今年的中文科助教黃千真老師，我負責中四級的中文增潤課程，很高興加入寶覺這個大家庭！我平時喜歡畫畫、跑步和看動漫，相信與各位同學會有不少的共同話題！疫情底下，很多時我和同學們只能透過網課教學，期待日後我們能在實體課見面，也一起參與更多學校活動！很感恩學校給予了我這個機會，能與各位老師成為同事、跟同學一起學習，這確是珍貴的緣份。希望新的一年多多指教，共同進步！

Hello there, I am Miss Cynthia Tsui, the English teacher of 3C and 6B. It is my pleasure to have joined PKSS this year.

When I was a student, English was one of the most challenging and tedious subjects for me. My appreciation of the language started in Secondary 3, when I finally discovered my interest in a movie series (Hint: It has 8 episodes in total). I watched the series for many times and began imitating the dialogues to learn how the characters speak. I had never thought that English is more than tedious grammar and countless advanced vocabulary. Now, as a teacher who is also a language learner (of English and Korean), I believe that learning interest is what truly drives you in learning a second language. Therefore, no matter what it is, I hope all of you can figure out your interest in learning English. As your English teacher, I hope to participate in and assist you in your learning journey.





大家好，我是本年度的新老師，楊琬蓉老師。大學時期我於台灣求學，修讀中國文學系。四年間經常跟隨當地同學到處採風，對台灣社會文化及美食有著濃厚的興趣。閒時我亦喜歡研究各類型手作，如：針織、烘焙、雕刻圖章等等，藉此增強自己的集中力和創意。

適逢寶覺中學九十周年校慶，能在這個特別的時刻加入，實屬榮幸，亦很感謝學校給予我重返校園回饋母校的機會。

大家好，我是呂俊明，任職本校實驗室技術員，主要負責化學、物理等科學室的實驗安排，以及確保學生進行各類型實驗時的安全。先前，我一直在第三方實驗室工作，所以這次在學校工作對我來說是一個全新的挑戰。在工餘時間，我喜歡打羽毛球和看電影，尤其是偵探類電影，一方面可以享受電影帶來撲朔迷離的情節，另一方面可以動動腦筋作推理。最後因疫情緣故，許多實驗無法以分組形式進行，希望疫情的陰霾盡快散去，可以與學生體驗科學實驗的趣味。



各位同學大家好，我是凌溢康，現擔任學校行政助理一職。我是寶覺 2010 年中七畢業生，回想起畢業至今已十多年了，真的感到榮幸能夠返回母校工作。此外，我還負責學生支援組的工作，這項工作對我來說是一個新的嘗試。我之前也是從事學校行政工作，現在能夠返回母校工作，並沒有陌生的感覺，因為我與很多老師也相識了很長的時間，他們也陪伴着我成長，令我倍感親切。我閒時的興趣是閱讀和打排球，有機會可以與同學們一同切磋球技，日後也請各位多多指教。



大家好，我是 2015 年的舊生，亦是前女子籃球隊成員之一，陳慧嫻。離開母校 6 年，我對學校的人和事依然有一種熟悉的感覺。當年只會打籃球的我，亦從中學會了堅持及正面面對成功與失敗，這一直應用在我人生中，無論是學業、工作還是創業。

現在重返這個大家庭成為教學助理，老師對我的關懷及照顧依舊不減，我亦有幸以這個身份繼續扶持及陪伴學弟學妹成長。

希望同學們可以好好善用學校的資源，多嘗試不同活動，發掘自己的興趣及所長。

衷心祝福母校多育英才，永創輝煌！



家長教師會活動匯報

2021 年 10 月 30 日，本校家教會舉辦第 21 次會員大會暨第 20 屆執行委員就職禮，共 70 位家長、同學、校長和全體老師出席。我們先進行寶覺家長義工獎勵計劃嘉許禮，以表揚家長積極參與家長義工服務。

隨後，香港家庭福利會專業社工協辦「心靈拼貼」親子教育活動。心靈拼貼® 源自美國，創辦人席那女士 (Seena B. Frost) 是心理諮商師，累積多年的團體諮商經驗，並受到榮格心理學與原型療法的靈感，誕生了一套簡單有趣的拼貼方法。一把剪刀、一支漿糊筆，加上一些圖片，透過創意拼貼與角色扮演，順從自己的直覺與想像力，就能與自己的內心對話，覺察與發現自己心深處的智慧，成為面對生活種種的啟示。通過本活動，社工帶領家長和子女一起探索家庭幸福的不同元素，增進親子間的溝通和了解，共建幸福家庭。



寶覺家長義工接受感謝狀



親子合作，心靈拼貼。



第 20 屆執行委員就職禮大合照

學生成就



同學到新城電台進行廣播劇錄音

校外

香港藝士民間主辦 香港遊樂場協會、香港翱翔龍舟體育會協辦 三項「拉」機挑戰賽

- | | | | |
|----------------|-----|----------------------|-----|
| 女子 12-18 歲 個人賽 | 第一名 | 五善 | 鄒紫欣 |
| 男子 12-18 歲 個人賽 | 第四名 | 六博 | 劉致謙 |
| 男子 12-18 歲 個人賽 | 第七名 | 三愛 | 陳煒楠 |
| 男子 12-18 歲 團體賽 | 第三名 | 二善 許喬顯 三愛 陳煒楠 六博 劉致謙 | |
| 混合團體賽 | 第三名 | 三愛 陳煒楠 五善 鄒紫欣 六博 劉致謙 | |

香港中華文化發展聯合會主辦 小嘴巴·說大道理 —— 普通話電台四大名著廣播劇比賽

- | | |
|------|---------------------------------|
| 入圍決賽 | 二慈 李兆灃 朱展橋 三善 岳居易 四慈 戴穗興 四愛 唐嘉傑 |
|------|---------------------------------|

2020-2021 中國中學生作文大賽 「旭日文學之星」

- | | |
|-------|--------|
| 高中組銀獎 | 六愛 袁梓銳 |
|-------|--------|



三項「拉」機挑戰賽獲獎同學



Canadian English Writing Competition 2021 (Arch Cup)

- | | |
|---------------------------------------------------------------|-----------------|
| Preliminary and Semi-final (Bronze Award); Final (Gold Award) | S.4A Ng Chun To |
|---------------------------------------------------------------|-----------------|



袁梓銳同學在頒獎禮會場留影

香港聯校音樂協會主辦 聯校音樂大賽 2021

- | | |
|-------------|----|
| 中學合唱團 (挑戰組) | 銀獎 |
| 中學口琴小組合奏 | 銅獎 |

香港學校音樂及朗誦協會主辦 第七十三屆香港學校音樂節

- | | | | |
|---------|----|----|-----|
| 古箏獨奏高級組 | 金獎 | 四博 | 羅錦晴 |
| 柳琴獨奏中級組 | 銀獎 | 三善 | 張子健 |
| 古箏獨奏中級組 | 銅獎 | 二慈 | 麥耀紋 |
| 小提琴獨奏三級 | 銅獎 | 二博 | 羅詠榛 |
| 鋼琴獨奏五級 | 銅獎 | 二愛 | 陳貴和 |

香港青年兒童文藝協會主辦 香港學界音樂大賽 2021

- | | | |
|------|----|--------|
| 長笛三級 | 銅獎 | 四愛 施鈺瑜 |
|------|----|--------|

守禮堂 (香港) 網上空手道套拳 及組手挑戰賽 2021

- | | | | |
|-----------|-----|----|-----|
| 女子搏擊挑戰賽 | 總冠軍 | 四慈 | 黃瑤 |
| 男子少年高級組套拳 | 冠軍 | 三善 | 曾栢賢 |
| 女子少年套拳 | 亞軍 | 四愛 | 梁凱溶 |
| 女子少年套拳 | 季軍 | 四愛 | 曾溶榕 |



表現出色



空手道小將的英姿

2021 年全港空手道青少年大賽

- | | | | |
|---------------|----|----|-----|
| 初級組男童 12-13 歲 | 季軍 | 三善 | 曾栢賢 |
| 自由組女童 14-15 歲 | 季軍 | 四慈 | 黃瑤 |
| 高級組女童 14-15 歲 | 季軍 | 四愛 | 曾溶榕 |

愛閱讀行動協會主辦 LRCA 閱讀分享獎勵計劃

- | | |
|----|------------------------------|
| 金獎 | 一慈 李曉霞 一博 施枚利 一愛 林盈慧 |
| 銀獎 | 一慈 鄧汝高 一慈 張芮辰希 一善 陳海晴 一善 陳曉婷 |
| 銅獎 | 中一級共 43 位同學 |

校內

「向老師致敬」徵文比賽 德育及公民教育組主辦

優勝者

- | | |
|--------|--------|
| 初中組 | 高中組 |
| 二慈 蕭以喬 | 五慈 石向欣 |
| 二慈 葉敏盈 | 五愛 胡子昂 |
| 三慈 林嘉浩 | 五愛 江彥穎 |
| 三慈 蘇嘉怡 | 五愛 戴旻卓 |
| 三慈 王浩僑 | 五愛 蔡曉珀 |
| 三善 岳居易 | |

「九十周年校慶：感恩與珍惜」班際壁報設計比賽



初中組冠軍：一善班主題壁報



高中組冠軍：六愛班主題壁報

畢業生獎學金

陳佩顏女士獎學金

(最佳 5 科成績優異，
各獲獎學金 8,000 - 10,000 元。)
江靜妍 張寶怡 戚少豪 何寶兒
江斯儀 劉偉明 李榮

杜連璧居士獎學金

(中文科成績獲第 5 級或以上，
獲獎學金 800 元。)
江靜妍

何洪奇芬女士獎學金

(選修科目成績獲第 5 級或以上，
各獲獎學金 400 - 1,200 元。)
植思渝 雷傑楠 何寶兒
黃梓旻 羅柏樺



陳佩顏女士獎學金

(數學科成績獲第 5 級或以上，
獲獎學金 400 元。)
吳冠陶

王學仁居士獎學金

(英文科成績獲第 5 級或以上，
獲獎學金 400 元。)
張寶怡

東蓮覺苑獎學金

(通識科成績獲第 5 級或以上，
獲獎學金 400 元。)
李榮

法雨遍灑運動員獎學金

(公開考試成績優異的運動員，
獲獎學金 5,000 元。)
甘昕熒

畢業生感言

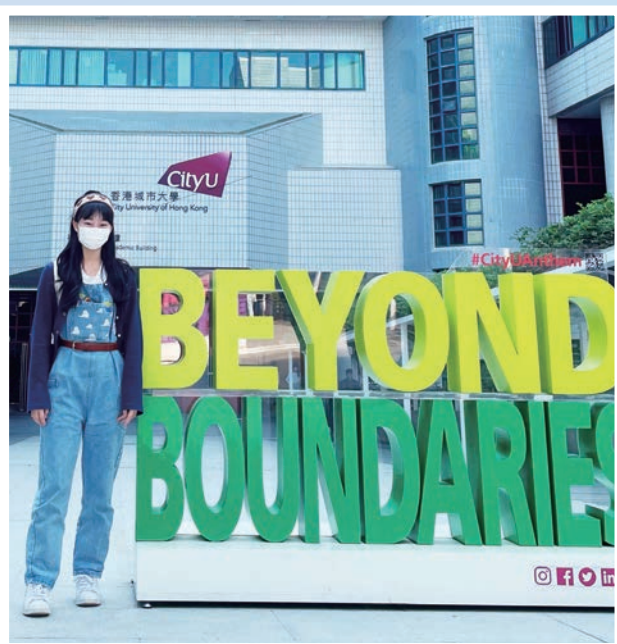
短短數月，我從中六應屆畢業生過渡成為大學新生，初時有一點不習慣，因為未能適應大學生活、課堂節奏，人與人之間的相處亦有別於中學，大學就如一個小小的社會縮影。不過，大學環境給我一個跳出舒適圈的機會，我在大學認識了來自五湖四海的朋友，有來自中國內地不同省份，也有來自墨西哥、哈薩克等不同國家的同學。透過與他們接觸和交流，我了解到不同地方的文化，擴闊自身的眼界。此外，透過互相包容，了解各國不同的價值觀，彼此更建立了深厚的友誼。

我能夠在大學選修喜歡的科目，例如關於文化遺產和可持續發展的課程，令我了解文化遺產的保育狀況和局限性，提升自身關於保育文化遺產的意識。希望自己能夠渡過充實和快樂的大學生活，並提升個人競爭力！



植思渝

現就讀嶺南大學文化研究學士學位課程



張寶怡

現就讀香港城市大學翻譯及語言學系學士學位課程

不知不覺，大學生的身份已伴隨我兩個多月，我只想讚嘆一句：大學生活真好！

我就讀的城市大學有很多學會供我們選擇，而我就參加了社會服務團。大學開學前有很多迎新活動，也就是所謂的「O-Day」、「O-Camp」等。在迎新活動中，我認識了一群很熱情的同學，大家會相約一起吃「開sem飯」，組爸組媽也會派「開sem利是」給我們這些新生。這些大學的傳統活動，真是令我大開眼界！

學習方面，我們不但可以自行安排時間表，還可以與不同年級的同學一起上課。雖然有數之不盡的小組課業，但是藉此機會也能認識到不同學科的同學，也是一個很好的學習經歷。

ENGLISH LEARNING OUTSIDE SCHOOL

Knowledge of languages is the doorway to wisdom and Po Kok is a lovely place where we learn with joy and laughter. Yet, language learning should never be limited to a classroom. For many years, our students have joined different English learning activities outside school. This time, four students went to RTHK for a broadcasting programme. They had a firsthand experience of radio broadcasting, which was a real eye-opener to them. Students found the programme fruitful and they highly recommended other students to join it.



OUR NEW NET TEACHER – ADAM



A different language is a different vision of life. Po Kok has long strived to provide different learning experiences to our students. This year, Mr. Adam from the UK has joined our family in Po Kok. Let's see what Mr. Adam wants to tell us.

'My name is Mr. Adam and I am from London, in the United Kingdom. It is great to be working with you at Po Kok Secondary School. In my spare time, I like to travel, play the saxophone and play sports. My favourite sports are football, softball and table tennis, and I play softball for a team in Hong Kong.'

'I wanted to travel but the pandemic made it difficult. When I was given the opportunity to come to Hong Kong, and it was too good an opportunity to turn down. I have always wanted to work overseas, and Hong Kong has so much to offer. My favourite place in Hong Kong is Cheung Chau Beach. The journey there can take a couple of hours but it is well worth it. Cheung Chau has a diverse range of food and drink available, ranging from McDonald's to fresh fish.'

'Po Kok's students are very enthusiastic to learn and fun to teach. They are very active and enjoy sport. If they want to improve their English, they can watch English TV programmes and listen to English music. I would also recommend reading or watching the news in English.'

Mr. Adam, Ms. Horne, and other English teachers in Po Kok will organize different English activities including Halloween Day, Easter activity day, etc. Through different interactive learning experiences, it is hoped that students in Po Kok will enjoy learning English.



Mr. Adam and his English Department colleagues organized Halloween activities for students.