



聖保羅書院 ST. PAUL'S COLLEGE

# 多元學習經歷

## 培育孩子素養 裝備孩子能力

## 駕馭未來挑戰



時代日新月異，世界不斷進步，亦迎來無限挑戰。如何培育、裝備孩子迎接未來的挑戰，是我們一直關注的。我們相信培育孩子的**人生素養**，並裝備孩子於**社會生活的能力**，就是給予孩子迎接廿一世紀新時代的好方法。

### 人生素養

待人接物、人生態度、人生品質。

### 社會生活的能力

決策、應急、組織、領導、解難及創意。

以上元素，我們相信孩子可以從多元學習經歷中汲取。



### 多元學習經歷

### 體驗式學習



## 「新鮮人」新體驗 中一歷奇突破營

為提升中一學生的自理能力、自律性，並培養他們的自信心及團隊精神等，學校每年均為他們舉行歷奇突破營。



在原野烹飪中學會煮飯，能吃到自己煮的東西，非常高興。以後可以幫媽媽煮飯、洗碗，讓她不用那麼辛苦。

陳弘恩



製作「羅馬炮台」時，我負責將氣球裝滿水，但我不懂在氣球口綁「死結」，別組的同學竟然主動幫忙，讓我感受到人性美麗的一面。原來助人是無分國界、友敵的，只要有一顆真誠的心，敵人也可成為知己。回到學校，在小組報告中，如果其他組別遇上難題，我也一定會盡力協助。

張家寶

三天的活動中，我學會更多的關心和諒解，並且要聆聽別人的意見，也要勇於分享。將來，我想從領袖方向發展所長。

陳雋諾



在「沿繩上升」的活動中，我是首批參與的學生。當我上升一級時，便開始害怕。最終，我鼓起勇氣升到最高一級。活動讓我發現，我們做任何事都要有堅毅的精神，因為若果我們半途而廢，便很難有進步。

陳凱進





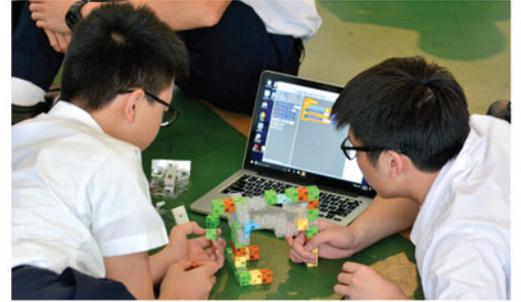
## 特設體驗式學習周 照顧孩子的多樣性

體驗式學習周內，全體中一至中四學生能跳出課室，自由參加共八十多項活動，包括生活體驗、文化藝術、康樂體育及創科活動等，提供更佳機會讓學生按照個人的能力、興趣，習技能、長知識、培育良好價值觀，並學以致用。

### 學習創科知識 更領悟做人態度

我們利用「Studuino」編程去製作一台起重機。過程中遇到了無數的困難，最驚險的一關，是起重機引擎反方向轉動！我們立刻開啟電腦控制程式，並跟著導師指示，循序漸進去修正。這次活動，不僅令我們對電腦編程奠下基礎認識，還啟發了我們學習處事的態度。在人生路上，必會遇上困難和挫折，只要我們不斷請教和改正，最終也會成功。

中二 呂卓霖



### 探訪寮屋區 體會到社會的另一面

乘車到達粉嶺寮屋區，滿目都是簡陋的鐵皮屋，心情頓時向下沉，香港還有這樣的居住環境嗎？此刻深切明白「身在福中不知福」這句話的含義。

中一 聶善衡

進入屋中，馬上察覺到環境與自己家中的不同，居所是臨時搭建的，客廳和睡房只簡陋地由幾塊紙皮隔開，空調設備更不要想了，這些景象讓我大吃一驚！

中一 鍾栢灝



### 學習心肺復甦法 救人於危急時

消防處人員先講解急救的步驟，之後我們分組，在消防處人員深入說明下，我們在假人道具上嘗試進行心肺復甦法。這次的學習很實用，萬一將來真的遇到有人暈倒，我也可盡一分力，幫忙拯救生命。

中三 伍敦文

### 惜食堂「粒粒皆辛館」 體會惜食與關愛

我們透過虛擬實境、互動遊戲、影片等去了解珍惜食物的重要性。活動讓我對貧窮線下的長者生活有進一步的了解，他們大多不能住得暖、吃得飽。我們還齊心協力從食肆不要的蔬菜中找出質量較好的一批，並剪掉較差的部分，然後交給惜食堂製作成盒飯，送給有需要的人。希望我們這小小的行動，能讓受助者感到被關懷和重視。

中三 韓恩樂



## 海洋奇觀水族館 學習海洋生態及保育知識

導師有豐富的海洋知識，她帶領我們從不同的角度去欣賞海洋生物，跟平日我們自行遊覽十分不同。

中二 葉卓臻



## 「黑暗中對話」體驗館 從視障感悟不放棄的哲理

有視力障礙無疑是一件噩耗，一件應該感到傷心、困擾的事。儘管如此，這次活動中我接觸到的視障人士都似乎沒有這種想法。他們依然是那麼開朗、那麼喜歡生活。當然，也許我還沒有真正瞭解到他們背後的苦楚，但我卻認為，視力「障礙」無疑是人生路上的一件障礙物，但是不論是什麼人，都有着他們的障礙。儘管障礙會帶來困難，但我相信只要鑿而不捨，沒有什麼障礙是跨不過的。而我們真正最大的障礙，不就是那想放棄、想半途而廢的心態嗎？

中三 鄭昕皓



## 中四級五日四夜「保羅挑戰」 野外求生技能訓練

讓慣於安舒的孩子，接受日以繼夜的意志與體能的挑戰，重新認識自己的生命特質，從經歷正向中突破成長。



## 海外學習團 足跡涉世界各地

體驗式學習周內，學生足跡遍佈全港各區，以至世界各地，包括紐西蘭、台北、越南、上海、日本九州及廣東佛山，活動多姿多采。以下是各個海外學習團的主題：

紐西蘭	歷奇活動	上海	多聽多說普通話
台北	體驗文化氛圍，漫遊字裡行間，鍛鍊寫作。	日本九州	走進博物館及地質公園，研習當地近代歷史文化及生態環境。
越南	探索環保議題	廣東佛山	嶺南文化之旅



## 發掘創科夢想 關愛社區打破「不可能」

我們是一班熱愛科研、會動手做及關心社會的聖保羅學生，於去年一起參加「Dream Starter計劃」，進行一些有趣、具學習價值且望能貢獻社會的科研活動。我們共分為六個團隊，每隊由5-7位同學組成，全年跟隨一位擔當協調者(Facilitator)的老師一起學習，共同商討一個夢想主題，並探究如何將夢想成真。在此，我們會為大家介紹其中兩個團隊的夢想主題及科研歷程。



源校長親臨啟動禮，為各位「小小夢想家」打氣。

## 探索主題：「巴巴在哪兒？」——小巴「實時到站」及「留位系統」App

成員：中四霍展晴、何卓謙、劉卓斌、陳希俊、陳炯同、鄭弼熙；中三 周禹衡  
 協調老師：顏碩聲老師

### 解決甚麼社會問題

小巴沒有固定的班次，在沒有時間預算及等候需時下，致令約會遲到。又有時在小巴站排隊良久，卻來了一輛客滿的小巴，結果白等一場。

### 設計理念

我們研發的應用程式，依靠小巴司機手機上的全球定位系統(GPS)，以獲取小巴的實際位置，從而估算出等候時間。程式並增設小巴留座功能，只要用戶開設帳號，登入後便可以按鍵選擇留座。程式能結合小巴上和留座者人數，讓乘客自己選擇是否等候乘坐該小巴。

### 探索歷程

- ✓ 經科技大學黃岳永教授的安排，到科技大學參加GOGO VAN創辦人林凱源先生分享創業經驗的講座。
- ✓ 參加「社職」義工教授的編寫應用程式課程。
- ✓ 拜訪立法會議員劉國勳先生，獲得一些研發上的建議，例如要考慮小巴公司接受計劃的誘因及相關法律問題的詳情。
- ✓ 多次到小巴士詢問司機對程式的意見，亦關注排隊候車者會否因程式使用者「遲來先上車」而不滿。
- ✓ 接受香港電台訪問，闡述創作理念，希望得到大眾的認同和支持。

### 團隊反思

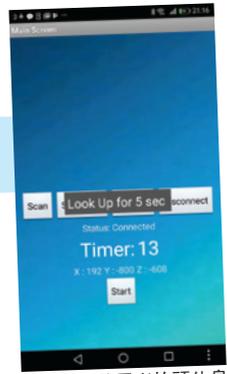
- ✓ 經歷失敗和在奮鬥過程中汲取到的經驗，會慢慢將我們造就成為一個更完整、更全面的人。
- ✓ 希望能成功創造一個試用版本，令小巴公司可以更了解我們實際的理念。



團隊拜訪立法會議員劉國勳先生(中間者)，讓我們對小巴業界有更深的認識。

## 探索主題：「抬頭吧！低頭族！」—— 智能耳機App

成員：中五 陳晉熙；中三 李以正、馬蔚然、邱樂晞、羅博賢；中二 林洛謙、陳建同  
協調老師：陳炳耀老師



程式提示使用者抬頭休息

### 解決甚麼社會問題

不論男女老幼都愛低頭看手機，不少新聞報道指出，長期低頭看手機會令眼睛及頸椎受傷，甚至身體癱瘓。我們便有了幫助「低頭族」的想法，希望喚醒大家對此潛在問題的關注。

### 設計理念

把一塊藏有陀螺儀的微型電腦板安裝在一個頭戴耳機（Headphone）上，從而收集使用者的低頭幅度和時間數據。開發手機程式記錄數據，並上載雲端及分析。使用者長時間低頭及幅度超過六十度，手機程式便會發出提示訊息「Look Up for 5 sec」，提醒使用者暫停使用手機，稍作休息。

### 探索歷程

- ✓ 蒐集低頭時間過長對身體造成影響的資料。
- ✓ 參觀手機遊戲開發公司取經。
- ✓ 發現在智能耳機中加入遊戲元素，指導使用者做紓頸操是不可行的。因為我們用智能電話玩紓頸操遊戲時，自然會低頭，這違背了我們的初衷。
- ✓ 經過很多次的嘗試、失敗和檢討，最終修正了我們的理念及製作出產品的雛型。
- ✓ 獲香港電台「Harry哥哥好鄰居」節目邀請，介紹智能耳機App的設計理念，並尋找合作夥伴。

### 團隊反思

- ✓ 產品的雛型是將微型電腦板安裝在頭戴耳機（Headphone）上，但這會令耳筒體積過大，使用時不方便。因此，團隊希望把陀螺儀縮小，並安裝在一個較小的耳機中，令使用時更方便。
- ✓ 要吸引大眾使用，手機應用程式必須有趣和實用。因此，我們需要學習更專業、更高階的電子技術，改善現時的手機應用程式。



團隊於電視節目介紹我們的發明

## 保羅贈綠農莊 (Paul's Organic Farm) 開心共享豐盛收成

### 探索主題：在寸金尺土的校舍內能否建立小農莊？

成員：中三 李以正、邱彥霖、梁凱熙  
協調老師：王偉僑老師、袁詠欣老師



### 探索歷程



- ✓ 我們決定以行動進行探索，於是想好了農莊的名字、買了種植工具、招募了十多位「小農夫」，「保羅贈綠農莊」漸見雛型！
- ✓ 「小農夫」花了很多心機和時間，一手一腳搭建盆子、播種、施肥、澆水。
- ✓ 耕種期間，我們發現農作物有被蟲咬過的痕跡，經過多方觀察，加上請教農務導師，「小農夫」根據菜蟲的糞便位置來估計它們的出沒處。我們花了數個小時，將有保護色的菜蟲逐一檢走。
- ✓ 為防再有菜蟲，我們用膠樽盛載辣椒、蒜頭等自製的有機農藥，驅走害蟲。

### 團隊反思

- ✓ 到收成的大日子，大家興高采烈地將收成的白菜、生菜等收割、煮熟，還請來烹飪學會的「小廚師」包蔬菜餃子，讓師生們大飽口福。「小農夫」覺得，雖然我們種的蔬菜並不是特別大株或漂亮，但不知為什麼，吃下的時候總覺得特別香甜！
- ✓ 獨樂樂不如眾樂樂，我們沒有獨享收成，而是跟同區的長者分享。看著長者收割蔬菜時的笑容，拿著一袋袋蔬菜的興奮，「小農夫」心裏也感到一陣溫暖。



師生共享有機蔬菜宴

與長者分享收成



我們不時鼓勵學生參與本地和海外的比賽，開拓學生的潛能及視野，學生不但積極參與，更於多項比賽中獲得美滿成果。

### 「星島第三十三屆全港校際辯論比賽」中文辯論組冠軍

主辦：星島新聞集團及教育局  
上場辯員：中五 黃瀚賢、謝雅熙、周正賢

逾百師生及校友打氣團在賽後拍大合照，各人都為中辯隊奪冠而情緒高漲。



#### 得獎感言：

我校辯論隊經過六輪淘汰賽，過五關斬六將，脫穎而出，晉身決賽，過程可不算輕鬆。一路過關斬將，要感謝不辭勞苦的中文辯論隊顧問謝承屹老師、諸位現任、歷任教練及一班中辯隊兄弟的支持。

主辯 黃瀚賢

辯論著迷之處在於每場比賽也是由零開始，我們和教練，每晚一起商討不同立論及反駁思路。辯論隊亦安排多場模擬賽，嘗試理解對方思路以及探明自身主綫漏洞。五年來辯論路上有太多太多的回憶，我會永遠銘刻於心中。

第一副辯 謝雅熙

捧盃一刻，感受到那份重量，心中充滿喜悅和感激。喜悅的是我們的努力終於得到回報，也證明我們一直堅持的道路沒有走錯。感激的是我有台上兩位戰友的陪伴，可以互相扶持，以及謝承屹老師和教練們的無私付出，也感謝每一位陪伴我們走過這段路的師兄弟！

第二副辯 周正賢



我校中辯隊從一百四十隊參賽隊伍中脫穎而出，獲政務司司長張建宗頒發冠軍獎盃。



星島日報大篇幅報導本校中辯隊奪冠消息。

### 十大傑出少年

主辦：香港遊樂場協會

### 十大傑出中學生領袖

主辦：學友社

得獎學生：中五 周祉延



#### 得獎感言：

選舉中有幸能和來自數百間中學的精英學生一起比拼，從他們身上我學到不同的領導特質，比賽亦幫助我更了解自己的長處和短處。其實校方一直都為同學們提供不少鍛鍊自己的機會，只要同學好好把握機會，說不準，下一個傑出中學生領袖就是你！最後，特別鳴謝源校長的支持及王偉僑老師、黃雅琪老師的提名，令我得以參加這兩個難忘的選舉。

周祉延於兩個頒獎禮上分別與政務司司長張建宗(左圖)及傑出青年協會主席余燻女士(右圖)合照。

# “Stories on Stage” Drama Competition 2018 初級英文戲劇組比賽冠軍、最佳劇本獎及最佳演員獎

主辦：教育局

得獎學生：中二 陳柏陶、袁子卓、葉卓臻、黃俊天、袁政希；中五 蔡智弘

## 得獎感言：

雖然我演的角色不是主角，但我認為只要充分投入每一次演出的角色，要在台上發揮自己並不是一件很難的事。在這次比賽中，我最想感謝的是Mrs. McInnes和勞展霖老師，他們都給予劇組很多寶貴的意見。  
**陳柏陶 (最佳演員獎)**

這一次有幸得獎，不僅獲得一份榮譽，同時也戰勝了自己——我那內向、膽怯，缺乏自信的性格。  
**袁子卓**

這個比賽特別之處是要求劇組撰寫劇本。在選取題材時，我們各有意見，最後我們透過溝通而達成共識，並以投票的方法成功選了題材。因此，這個比賽讓我學會了不少與人合作的技巧。此外，我也學會了做事要盡早做好準備呢！  
**葉卓臻**



我校參賽隊伍共囊括三個獎項，成果美滿。

## 香港科學節2018 — 創科「究」未來比賽冠軍

主辦：香港浸會大學理學院

## 「青年科技專才展覽及比賽」2018 (YPEC 2018) 冠軍

主辦：國際工程技術學會 (The Institution of Engineering and Technology)

得獎學生：中一 朱梓維、林灝澄；中三 邱樂晞、羅博賢；中五 陳晉熙



香港科學節2018 — 創科「究」未來比賽，期盼青少年將創意發明造福社區。

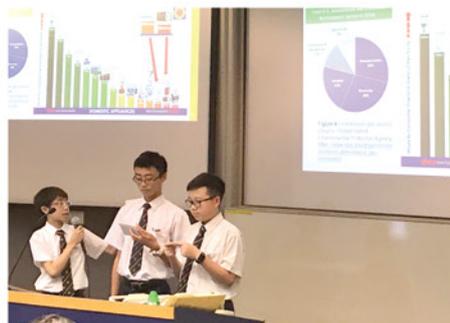


「青年科技專才展覽及比賽」2018有超過70隊來自5個組別（中學、專上教育、學士、研究生及公開組）、合共超過250名的青年專才積極參與，我校同學獲獎實與有榮焉。

## 得獎感言：

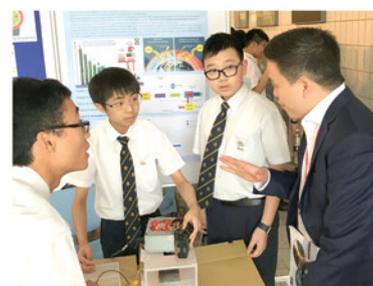
這兩個比賽的宗旨是希望學生能夠運用創意，並結合科技的運用去創作一件有助保護環境的作品。「YPEC」更希望學生能夠以攤位形式展出作品，並透過向嘉賓和評判作出介紹，而有像企業家一樣的機會去推廣自己的製作。

**邱樂晞**



參賽同學於比賽前做足資料研究，並於比賽上信心滿滿地向評判講解。

精通電路的兩位STEM隊中一成員朱梓維和林灝澄將熱電效應之一的帕爾帖效應 (Peltier effect) 運用在冷氣機上，設計出省電的冷氣機模式。一般的冷氣機會直接把熱力排出室外，使室外溫度提升，但是我們這個冷氣機把排出的熱力引進水中，而被加熱的水會被泵進儲水器中，用家可以運用這些熱水來洗碗碟或洗澡，這樣使用熱水爐的次數相對減少而節省用電量，令到能源效益更加提升。因此，這個冷氣機便比一般冷氣機更加環保。



於「YPEC 2018」上，來賓向我校學生提問所研發的省電冷氣機的運作原理。

**陳晉熙**

當我們得悉在兩個比賽均能獲取佳績時，都感到十分高興。因為我們的付出受到評判的肯定和大家的認同。在此，我希望感謝指導我們的陳炳耀老師和學校給予我們的支持。兩個比賽獲獎給予我們更大的動力去創作；比賽中其他參賽隊伍的作品，亦能啟發我們發明出更好的保護環境的產品。

**羅博賢**



**李尚哲**

**香港中文大學・理論物理精研學系一年級**

聖保羅教懂我的，不單是書本上的學問，還有人生的智慧，因為聖保羅的老師注重的不僅是我們的學業成績，還有的是我們的為人。聖保羅亦給了我們很多機會參加不同活動，例如在初中時我參加了田徑和越野長跑校隊，高中時則加入了中文學會和歷史學會，又有幸能在學校165周年的展覽日和嘉年華當值，這些經歷都讓我有所成長，學到書本上沒有的知識。我很感恩能在聖保羅遇到許多良師益友，他們在我成長的路上一直給我支持與鼓勵，給了我不少快樂的回憶。多謝母校對我六年來的栽培，教懂了我要做個有責任感的人。



**陳樂軒**

**香港大學・理學士(言語及聽覺科學)一年級**

離別在即，回首細看在聖保羅的歲月，我不禁問自己：「聖保羅予我何物？」畢業證書？學科知識？固然有之，但絕非僅止於此。我很感激聖保羅給我的每一個機會，讓我在適切的指導下嘗試擔任不同的崗位，從中學會做一個有責任感，懂尊重的人。

六年的保羅生活，最令我感動的是準備文憑試期間的一點一滴。同輩之間的互助，當我在課業上遇到難題時，明明同學也忙於溫習，但他們總不吝給予援手；各位老師在我們離校後仍然替我們複習，解答疑難，嘘寒問暖，當中的關切之情實非筆墨所能形容；相熟師兄也為我講解了應考文憑試時須注意的事項和分享自身經歷，大大紓緩了我對文憑試的不安和憂慮。這些都讓我體會到即使身不在聖保羅，但兄弟、師生情誼仍然牢牢地維繫著，感受著聖保羅這個大家庭的溫暖。



**尹奕希**

**香港大學・工商管理學士  
(國際商業及環球管理)一年級**

聖保羅無疑給了我豐富的知識以應付文憑試。可是，聖保羅對我而言不單止是備戰文憑試的地方，而是我生命中必不可缺的一環。在這裏得到的不單是學識，更是校歌中「人人為我，我為人人」的精神。在我有困難時，同學或老師之間的幫忙，甚至只是一句鼓勵，都促使我有衝破所有障礙的決心。遇到同學有困難時，我亦會嘗試去幫助他們。這一份精神，就是我从聖保羅學習到而一生受用的大道理。因此，在聖保羅這六年的中學生涯之中，我感到最快樂的，並不是任何學術成就或成績，而是校內眾多老師、同學對我的信任和幫忙。這是我在中學生涯中拼搏的最大原動力。因此，我由衷地感謝母校對我的悉心栽培。



**吳泓昊**

**香港中文大學・內外全科醫學系一年級**

作為聖保羅學生，最慶幸的是學校給予學生的自我探索空間，我們可因應自己的步伐、能力和喜好發掘自我潛能。猶記得中六最後的一堂課，老師除了預祝同學考試成功外，更重要的是再三強調責任感、廉正等美德的重要性。畢竟聖保羅不只是傳達知識的地方，更是培育學生成為紳士的寶地。我永遠不會忘記母校給予我的教導，不會忘記這六年的快樂校園時光，更不會忘記同學之間的兄弟情！



**徐承匡**

**香港大學・內外全科醫學士一年級**

在聖保羅這個家的六年來，每一段相遇都彌足珍貴。我認識了很多好老師、好同學、好兄弟，是你們共我灑著血與汗去奮鬥、蛻變、成長。感謝您，聖保羅，給予我各種機會去發揮所長，讓我參與學校的大小崗位與事務，如當上了《弘道》編輯、通識學會副會長等等。聖保羅，您給予我這一切的一切實在太多，而我所能回饋您的，委實不多。且願在未來日子裏，我能盡我所能貢獻社會，好待我能在回家的路上自豪的喊出「我是保羅人」，不負您的名。



**黃鵠鴻**

**香港大學・工商管理學士(法學)及  
法學士(雙學位課程)一年級**

聖保羅把我從一個不懂事而任性的小孩，塑造成一個幹練而有衝勁的年青人。無論是在求生訓練營中與同學們攀山涉水、在班際足球比賽和接力賽跑中與朋友們並肩作戰、還是簡簡單單的每天上學與兄弟們相處，我都能真切地感受到這個大家庭的「聖保羅精神」。這種感覺無以名之，但正因為有你們在身邊，我的日子才能過得充實，才能感受到被愛和支持的美好。因此，在聖保羅的日子會深深地烙印在我們的腦海，陪伴我們走往未來的路，迎接面前出現的挑戰。

前美國總統富蘭克林·德拉諾·羅斯福 (Franklin D. Roosevelt) :  
「我們不能把未來準備好給年青人，我們卻可以準備好青年人以  
建構未來。」 (We cannot always build the future for our youth, but  
we can build our youth for the future.)

我們通過多元學習經歷，培育學生素養，裝備學生能力，以駕馭未來挑戰。  
新世紀既充滿挑戰，也帶來無限機遇。

