



Tsuen Wan Public Ho Chuen Yiu Memorial College

荃灣公立何傳耀紀念中學

學

校

概

覽



目錄



◆ 目錄	2
◆ 學校簡介	3
◆ 校長專訪	4-7
◆ 學與教	8-10
◆ 全人發展	11-13
◆ 正向教育	14-15
◆ 傑出校友	16-17
◆ 校外獎項	18
◆ 中一收生詳情	19

辦學宗旨

本校的教育目標是「智育」的灌輸，使同學在公開考試獲得優異的成績，有良好的語文基礎，具自學的精神，繼而提倡「德育」，讓學生接受中國傳統文化的薰陶，愛護社會，服務社會，盡公民的義務，再向五育均衡發展。

校訓

止 於 至 善 Rest In The Highest Excellence

語出《大學》：「大學之道，在明明德，在親民，在止於至善。」以邁向美善為目標，處於最完美的境界。

師資

教員擁有的學歷	持認可教育文憑	學士學位	碩士學位	博士學位
佔全校教學人員數目的百分比	92.8%	100%	55.4%	3.6%
年資	0 至 4 年	5 至 9 年	10 年或以上	
佔全校教學人員數目的百分比	17.9%	10.7%	71.4%	
專業訓練 / 職務	已接受專業師資培訓	已接受特殊教育培訓	外籍英語教師	
教學人員數目	52	20	1	

班級結構

年度	2021-22	2022-23
級別		
中一至中三	4 班	4 班
中四至中六	4 班 5 組	4 班 5 組

2022-2023 中一開設的學科

以英文為教學語言的科目	英國語文、英國語文藝術、數學、地理、生活與社會、歷史、科學、普通電腦科、體育、圖書館課
以中文為教學語言的科目	中國語文、中國歷史、音樂、視藝、普通話、生命教育

2022-2023 高中中四開設的學科

以英文為教學語言的科目	英國語文、數學（必修部分）、數學（延伸部分單元二：代數與微積分）、物理、化學、生物、地理、經濟、歷史、企業會計與財務概論、體育、資訊及通訊科技
以中文為教學語言的科目	中國語文、公民與社會發展、中國歷史、中國文學、普通話、生命教育、音樂、視藝

2022-2023 高中中四級科目組合

科目組合及修讀組別	4A	4B	4C	4D	4E
英國語文、中國語文、數學（必修部分）、公民與社會發展	核心科目				
中國歷史、經濟、地理、化學、物理、生物、視覺藝術、企業會計與財務概論、數學（延伸部分單元二）、中國文學、歷史、資訊及通訊科技	可於左列選修科目 / 延伸部分中選修最少三科				
音樂、普通話、體育、視覺藝術、生命教育	其他學習經歷				

校長專訪

多元經歷 展現自學精神

裝備學生踏上青雲路

荃灣公立何傳耀紀念中學秉承有教無類的精神，讓每一位學生都能夠接受優質的全人教育。不論在學術上或是課外活動範疇中，學生夠發展自身的潛能。劉瑞儀校長重視學生語文能力的培養，藉着為學生打造良好的語文基礎，從而帶動他們自發自學的精神。



劉瑞儀校長



「學生就讀初中時，老師的角色是裝備學生各種學習能力；及至高中，老師給予學生動力，讓學生自我控制個人的學習進度。」

裝備學生自主學習 疫情中摘星無難度

即使上學年的疫情反覆無常，香港中學文憑考試的安排不斷作出變更，荃灣公立何傳耀紀念中學的學生依然取得非常亮眼的成績：有兩位學生取得三科「5**」，四位學生取得兩科「5**」，近九成學生在「2021 大學聯合招生辦法」中獲得正式遴選取錄資格。當中，更有 90.1% 學生獲派首三志願，包括港大內外全科醫學士、港大精算學、中大藥劑學、中大環球經濟與金融跨學科主修課程等。

「無奈受困於疫情，我們不得已減少面授課的時間，但我們增加網上授課時間。學生結束了半天的面授課後，回到家依然有下午時段的網課。」劉校長表示，學校早在疫情前，已經從初年級開始推行自攜流動電腦裝置（BYOD）計劃。即使因為疫情而轉以網上授課，學生很快便能適應網上授課的節奏及電子平台的使用，使學習進度不受影響。透過裝備學生運用資訊科技的能力，教導他們善用網絡資源，帶動自主學習能力。

另一方面，劉校長認為能夠成功推行網課學習，除了老師們努力推展外，亦有賴學生自律性強，懂得自我控制學習進度。為了培育學生的自主學習精神，學校為初中學生安排學習工作坊，裝備不同的學習技巧，如筆記技巧、腦圖、綜合資料等，提供理想的助力，促進學生有效的自主學習。





着重語文能力 讓英語無處不在

「語文能力好比汽車燃料，帶動學生學習不同的學科。畢竟，若語文能力不足，他們很難開啟自主學習。」為了進一步照顧學生的英語能力，學校由中一級開始安排小班教學，按照學生能力分組學習。此外，更為中一新生提供暑期英語銜接課程，令他們英語學習早點起動，幫助適應英語學習環境。在課程上，學校為初年級學生加設英語藝術課（Language Arts），讓學生接觸不同體裁的文本，包括故事、詩詞、話劇等，培養欣賞文學的眼光。「我們希望學生能夠從中找到學習英語的樂趣，所以英語藝術課不設總結性評測，採用持續性評估，如一些小組課業、簡報介紹，令學生放下測考的包袱，享受英語學習。」

除了在日常課程中培育學生的英語能力，學校亦十分強調語境的營造。學校在每間課室都設置英文圖書角，更設有 English Café，由外籍英語老師及擔任英語大使的高年級學生，與初年級學生交談互動，進行遊戲。在日常輕鬆的環境下，鼓勵學生運用英語。劉校長直言：「語言最大的作用，就是與他人進行交流，因此我們非常鼓勵孩子不僅要『多聽』，更要『多說』。」為了讓學生有更多時間接觸英語，學校除了每年一次的英語週，特別於每星期設有一天英語日，鼓勵師生與生生間以英語溝通，讓英語成為日常生活的一部份。難怪，何中學生的英國語文科成績在文憑試當中，一直都成果斐然，2019 年至 2021 年英國語文科考獲第 3 級或以上的比率高達 94.2%。





參與國際生物科技大賽 助學生邁向科研夢

除了英語能力的培養，學校亦重點發展學生的科學知識，尤其是生物科技。生物科技產業的發展是全球大勢所趨，本地不少大學都紛紛開辦生物醫學課程，世界各地對生物科技專才的渴求更是與日俱增，何中同樣十分重視學生在生物科技方面的發展。2018年，在校友、熱心人士的捐助下，何中17名學生遠赴波士頓，參與國際遺傳工程機器設計競賽（iGEM）世界級的合成生物學競賽，並勇奪中學組銅獎；即使2020年受疫情所限，學生依然參與網上研討，並奪得銅獎。「學生在比賽中需要進行大量科學研究，當中涉及大量中學階段未教授的生物科技知識，需要他們自行去搜集資料。比賽除了帶給學生更多不同的學習體驗，拓闊其國際視野，更能提升自主學習性。」

「我們首次參與 iGEM 比賽時，沒有相關儀器讓孩子進行實驗研習，需要特意借用將軍澳保良局羅氏基金中學的儀器，亦需要尋求就讀香港大學的舊生幫忙，十分不便，尤其是他們需要攜帶着 DNA 由學校到將軍澳。」看到學生研習生物科技的熱情，當時作為生物科科主任的劉校長認為：要長遠發展學生的科研精神，學校提供足夠的硬件設備，才能夠持續發展。為此，學校申請了兩次的優質教育基金，成立了荃葵青首個研究級「生物科技實驗室」，

支持學生繼續參與國際生物研究活動，培養未來的本地生物科技人材。

在提供專業的儀器後，配合精心設計的課程，才能培養學生對科研的興趣。劉校長一直堅持「Education for All」的精神，因此學校安排所有中一級學生參加科學鑑證工作坊。簡單的認識 DNA，激發他們對科學的好奇心和探究精神。由初年級開始，裝備學生生物科技的知識。「香港大部份小學都沒有恆常性的生物課程，因此我們有責任為學生打開這方面的大門，讓他們認識，從而發掘自己在生物方面的興趣和才能。」正因為學校在數理方面的細緻安排，學生於文憑試的數理科目成績一向都表現突出。

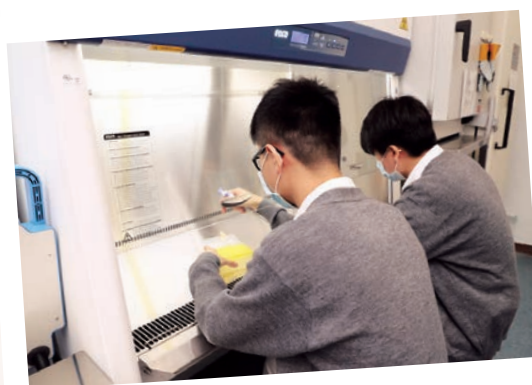




「兩文三語」政策： 英語環境及語文活動

本校以英語為主要教學語言，「跨學科課程英語組」致力提升學生在各學科運用英語的能力，內容為本的學科輔以英語教材及支援，發展學生的語文技能，讓身處不同學習階段和需要的學生，皆有信心及能力運用英語。本校營造良好的英語環境，致力落實「兩文三語」政策：

- 提供英語話劇、英語辯論訓練，參與校際比賽
- 每日小息、午膳時間開放「英語茶座」(English Café)。
- 每周均設英語廣播及「英語日」。
- 逢周一早會或周三宣布，各級學生輪流作英語公開演講。
- 高中、初中英國語文課，均按學生能力分組學習；中一英文課以小班教學。
- 逢星期二、四設早讀課，增加學生閱讀及分享心得的機會。
- 中一至中三設校本「英國語文藝術」課程。
- 各班教室設置圖書角，鼓勵學生課外閱讀，學生亦可借用電子書閱讀器回家，以培養閱讀的習慣，從閱讀中學習。
- 「閱讀推廣委員會」致力推動閱讀及寫作風氣，舉辦閱讀寫作工作坊、散文創作坊及作家講座。
- 中一級正規課程設圖書館課，圖書館定期進行好書推介、書展、講座及主題活動。
- 舉辦多個與語文有關的課外活動：辯論學會、英文學會、中文學會、Youth Leadership Training Programme。
- 推行中、英文閱讀獎勵計劃。
- 參加粵語、英語及普通話朗誦比賽。
- 中一級至中五級均推行校本普通話課程。



培養專材的 STEAM 教育 (科學、技術、工程、數學 及視覺藝術)

荃葵青首個研究級「生物科技實驗室」助學生邁向科研夢。本校積極發展校本生物科技課程，兩度成功申請「優質教育基金」，建立荃葵青區首個研究級「生物科技實驗室」，除滿足日常教學需要外，更希望達至以下目的：

- 支援課外學習和研究計劃。
- 與其他中學和大專院校持續合作，推動校本資優課程。
- 支持學生參與國際生物研究活動，培養未來的生物科技人材。



STEAM 旨在培養學生科學、技術、工程、數學及視覺藝術能力，鼓勵學生多元學習，裝備自我。學習活動包括：

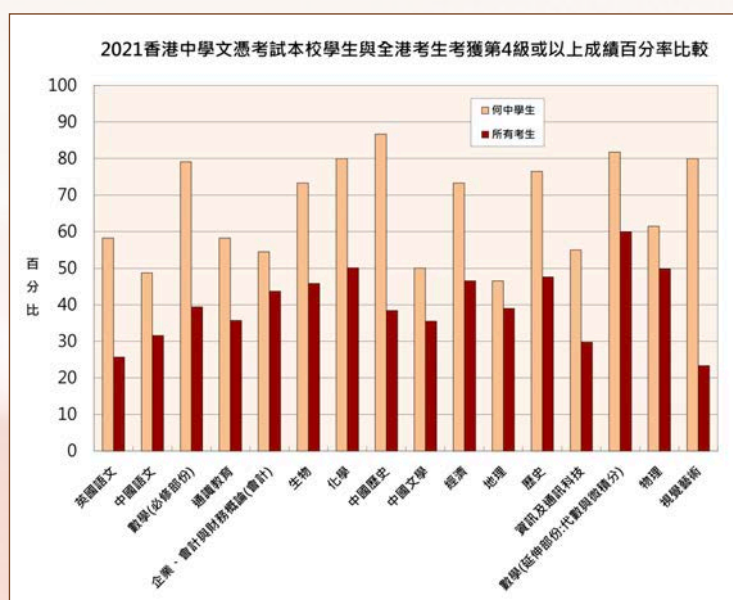
數理周	透過遊戲、社際數學問答比賽及班際科學比賽，提高學生學習數學及科學的興趣。
「中一鑑識科學工作坊」(Forensic Science)	學生透過血液、骨頭及指紋鑑證活動，提升觀察力、分析力及綜合科學和數學應用解難，並學習不同方法搜證破案，增加對科學的興趣，提升滿足感和成就感。
STEAM 學會活動	mBot 機械人配合 mBlock 編程軟件課程，讓學生在玩樂中學習 STEM；控制無人機活動；設計及製造油壓式升降台。
跨科專題研習活動	中四投石器製作、中三自熱咖啡杯設計、中二攪伴機械人設計、中一 stop-motion 短片設計，學生可以整合所學投入生活化的設計，令學習更添趣味。



2021 年香港中學文憑考試成績

本校 115 名學生報考 2021 年香港中學文憑考試中 16 科，共考獲 458 第 4 級或以上成績（包括數學延伸部分單元二）。在各科考獲優異成績的同學如下：

學生班別、姓名	個人最佳成績				最佳 6 科
	5**	5*	5	4	
6B 黃樂衡	3	4	1		39
6D 陳庭晉	3	4			39
6D 陳廷軒	2	3	2	1	37
6E 李俊彥	2	3		2	36
6B 謝熹樂	2	2	1	2	35
6D 李梓傑	1	3	2	2	35
6C 莫筱翎	2	1	2	2	34
6D 徐昊賢	1	2	2	3	33
6E 林豈樂		4	1	3	33
6B 林瑩瑩		3	3	1	33
6B 鄭敬宏	1	1	3	1	32
6D 彭景賢		3	2	1	32
6D 瞿羽軒		2	3	2	31
6D 陳智康		1	3	2	31
6D 黃文軒	1		3	3	30
6D 葛鎔騏		2	2	2	30
6E 趙胤程		1	4	1	30
6D 張雲峰			6	1	30



推廣閱讀風氣

圖書館

除了中文、英文課程活動外，同學可透過不同途徑得到閱讀資源，無論面對面授課或網上授課，同學都可以享受閱讀的樂趣。

- 直接借閱實體書籍；
- 借閱電子書 (Kindle Book，每本電子書包含數十本中文 / 英文書籍)；
- 從英文科 Book Bug 平台閱讀英文電子書；
- 從香港教育城平台閱讀中文及英文電子書。

為鼓勵同學擴闊眼界，提升閱讀和寫作的層次，圖書館配合學校不同活動，如中國文化周、數理周，舉行相關書籍展覽活動。此

外，本校參與「香港文學館」活動。當中，到校閱讀寫作坊，邀請知名作家指導同學進行文學創作。另外，亦邀得著名作家到校演講，借詩歌、散文引導同學賞析文學作品。



圖書館展出小思作品

閱讀推廣委員會活動

名人雋語
課室圖書閣
Kindle 電子書推廣
閱讀推廣壁報
閱讀報告分享
圖書館書展
文學講座
閱讀寫作坊



許鞍華導演、何杏楓教授及眾師生線上對談

協助中一新生適應中學生活

由升中一的暑期至整個學年，本校舉辦一系列活動，協助中一新生適應中學生活：

- 每年 7 月中一迎新日、8 月中下旬英語及數學銜接課程及中一迎新活動，幫助新生及家長了解校情，令新生更易投入校園生活。
- 中一新生可以透過「師兄師姐計劃」一系列活動和聚會，盡快適應中學的新生活。師兄姐亦會組織午餐或課後小聚，協助師弟妹解決問題，增加同學對學校的歸屬感。
- 於上學期 9 月至 10 月，為中一級學生安排學習工作坊，以鞏固學生學習的技巧，培養學生獨立地學習的能力，成為終身學習者。
- 教學助理於放學後在溫習室輪流當值，幫助功課上有困難的學生。
- 開辦學業增潤班及學業加強班，以鞏固學生學習和提供額外學生支援，費用全免。



全人發展

課外活動

本校的學會活動主要分為學術、興趣、服務、音樂及體育五類，連同校內的服務團隊及學校代表隊，共有接近 80 個組織供學生選擇。中一級學生每年須參加最少兩項學會活動，其中一項必須為服務、音樂或體育類別。透過參與及策劃活動，學生可善用餘暇，發展潛能，豐富學習經歷，以達致全人發展的目標。

其他學生活動包括：全方位學習日、學生會活動、中國文化周、英語周、數理周、輔導周、社會服務周、體適能課程、校園 busking、乘風航、旅行、運動會、交流團、水上活動、歌唱比賽及班際比賽等。



學會活動類別

類別	活動
學術	生物學會、中文學會、英文學會、地理學會、日語學會、數學學會、物理學會
興趣	美術學會、棋藝學會、舞蹈學會、英文話劇隊、電影會、園藝學會、歷史及文化學會、STEAM 學會
服務	香港青年獎勵計劃、公益少年團、女童軍、國際少年服務團、少年警訊、童軍
音樂	西樂團、無伴奏合唱班、小提琴班、大提琴班、低音大提琴班、結他班
體育	田徑隊、羽毛球隊、籃球隊、越野隊、跳繩隊、游泳隊、乒乓球隊、排球隊、男子足球隊

社際活動

學生分別隸屬仁、雅、忠、信四社，進行社際活動，包括各項球類運動比賽，如籃球、足球、乒乓球、田徑，以及較靜態的中國文化問答比賽、英文問答比賽、數學問答比賽、科學問答比賽等，培養學生團體合群的精神。



領袖訓練

學校是學生成長的階梯，凝聚各級學生的重要平台。本校一直致力發展學生領袖訓練：發展學生之領導才能，增強他們的組織能力和責任感。

學生領袖首先參加一系列的歷奇活動，令同學成功突破自我。其中游繩下降環節，令同學成功突破自我，留下深刻的回憶；直立板證書課程讓同學體驗水上活動的樂趣，豐富學習經歷。他們從工作坊及其他活動，學習領袖應有的態度、知識和技能，認識有效團隊的實務。這計劃不但有助推動校內活動，加強學生領袖和其他同學對學校的歸屬感，對其個人成長有莫大裨益。此外，學生領袖參加不同機構舉辦的義工活動，如世界宣明會——香港學界饑饉大使、香港特殊奧運會等，回饋社會。

領袖訓練計劃歷程

初中 (F.1-3) 普及訓練

高中 (F.4-5) 重點校內訓練

校外訓練

校外實踐 / 服務

海外實踐





其他學習經歷

社會服務

為擴闊學生的視野，發展多元智能，讓學生達至德、智、體、群、美五育的全人發展，培養正面的價值觀和態度。本校為學生提供多項「其他學習經歷」，鼓勵學生在課堂學習以外，參與不同範疇的活動。本校重點舉行的社會服務有兩項：其一是「OLE 社會服務周（攤位義賣活動）」，其二是中四社會服務日，接待區內共 100 位長者。

工作體驗

此外，本校每年均參加由香港迪士尼樂園舉辦的「青少年團體活動計劃——工作體驗坊」，讓同學明白要為理想的職業裝備好自己，提升競爭力。



義工服務小組 (student-LED)

由 2020–2021 學年開始，設有全新的義工服務小組 (student-LED)，讓學生自行設計義工服務內容，並在社群中實踐所學。義工服務小組曾於荃灣青協—荃灣青年空間活動室舉行「童·紛 FUN 聖誕 PARTY」，為小童於疫情肆虐下籌辦聯歡活動。為向所屬社區表達心意，安排不同的義工服務組織同學包裝禮物包，送往耆康會香港西北區扶輪社長者鄰舍中心，表達對長者的關懷。

交流學習

本校為學生組織不同的跨境交流學習活動，到訪國內外不同城市，提升學生對祖國的認識，同時鼓勵學生接觸不同地方的風土文化，以求全面提升學生的學習成效，當中包括：中四全級的交流學習活動，以及到北京、馬來西亞、泰國、南韓、日本等地交流。

鄉事委員會獎學金

學校設立荃灣鄉事委員會獎學金年度學生獎，鼓勵學生在學術以外的五個不同範疇發展。五個獎項分別為：學生領袖獎、傑出社區貢獻獎、傑出運動員獎、傑出視覺藝術家獎及傑出表演藝術家獎，表揚對社區有傑出貢獻及在不同範疇表現傑出的學生。

升學及就業輔導

中六升學資訊日及升學講座

升學及就業輔導組為中六級學生和家長舉辦「中六生升學資訊日」，讓家長和學校有更良好溝通，並了解文憑試考生的出路和前途。

升學及就業輔導活動

為讓學生及家長了解生涯規劃，配合生命教育課程，升學及就業輔導組為各級學生安排不同的活動，內容如下：

類別	講座 / 參觀 / 工作坊
中六	資產增值講座
	非聯招升學講座
	校友分享
中五	My Interview 工作坊
	真人圖書館
中四	My CV 工作坊
	生涯規劃講座
中三	選科講座
	選科工作坊
中二	自我認識工作坊
	認識工作的世界工作坊
中一	目標訂立工作坊



正向教育



生命教育：健康、積極及關愛的校園文化

本校生命教育課主要涵蓋德育、公民教育、健康教育、生涯規劃教育及環境教育等範疇。除課堂活動外，生命教育課還會以工作坊、講座、服務及參觀等多元化形式進行。

本校實施「健康及關愛校園政策」，營造健康、積極及關愛的校園文化，讓學生在健康及關愛的環境下成長，培養自律守規、積極主動及勇於承擔的「何中人」特質。

- 重視學生品格，透過「生命教育課」培養正面價值觀，讓學生明白其國民身份，愛己愛人。
- 鼓勵老師及同學策劃和參與不同與生命教育或價值教育有關的活動，藉以建立正面價值觀。
- 舉辦不同範疇的領袖訓練活動，提升解難能力、自信心及團隊精神，培養學生成為負責任、具國際視野及關心世界的良好公民，達致全人發展。
- 重視社會服務，培養同學的同理心，學習關心別人，關心社會。
- 善用校外資源擴闊同學眼界，提供多元化課外活動，啟發他們建立及追尋人生目標。
- 中一至中三級的班別，均有兩位班主任；增加中四至中六級的師生比例，加強對學生的關顧。



訓導

訓導老師及領袖生

本校訓導工作由訓導組推動，領袖生協助日常訓導工作。訓導組為領袖生舉辦領袖訓練活動，以提升他們的自信心，改善與人相處的技巧，加強團隊精神，當中包括破冰遊戲、團隊遊戲和講解校規。領袖生除了協助維持學校紀律外，亦指導中一級同學，讓他們認識校規，適應新環境等。

獎項鼓勵

訓導組設立多個獎項，鼓勵同學守規，表揚優秀學生。各獎項如下：

- **操行獎：**操行獎旨在表揚各級操行最佳表現的同學。老師從各被評為操行甲等的同學中，投票選出每級最優異的同學，獲頒操行獎。
- **嘉許計劃：**嘉許計劃的目的是透過老師對同學的讚揚，鼓勵同學培養良好的品格。嘉許計劃全年共分兩期評審。
- **「功課之星」獎勵計劃：**訓導組推行「功課之星」獎勵計劃，以協助中一及中二級同學適應中學繁重的功課考驗，培養同學的責任感。
- **模範班：**模範班由各班任教老師投票選出，獲獎班別為全校表現最優異的班別。
- **熱心服務獎：**由全校老師推薦及投票，選出在校內活動熱心服務、表現出眾的同學。

輔導

「好學生獎勵計劃」

為鼓勵同學在學業、操行、活動及服務四方面有均衡發展，符合要求的同學均由校方頒予獎狀，以資鼓勵：分銅章、銀章、金章及白金章四個等級。

師兄師姐計劃

「師兄師姐計劃」是一個讓師兄姐（中三至中五級）與師弟妹（中一級）一起學習和成長的計劃。計劃舉辦一系列的活動和聚會，中一級的師弟妹透過活動盡快適應中學生活；高年級的師兄姐則在籌組活動的過程中，提升領導才能及籌辦活動能力。另外，師兄姐亦會組織午餐或課後小聚，協助師弟妹解決問題，增加學生對學校的歸屬感。



守時運動

「守時運動」旨在讓同學注意守時的重要。「守時運動」的獎勵，分「個人獎」（中六級歷年上學均無遲到的同學）及「全班獎」（得獎班別可獲提名模範班選舉資格）。為鼓勵同學準時上學，特設每月「守時之星」獎項，凡該月沒有同學遲到的班別，均獲獎狀。



關愛行動

輔導組舉行「關愛行動」，基於疫情，由校長、副校長及輔導老師代表全校師生將「心意包」贈予中六級同學，並送上真摯的祝福，以行動鼓勵及支持應屆中六級同學準備香港中學文憑考試。今年禮物當中亦包括日式繪馬，同學寫上願望後，把繪馬掛在地下壁報板，寓意奮力迎戰香港中學文憑考試。



學校社工

學校設有兩位香港家庭福利會駐校社工，除了輔導學生外，更舉辦多項活動，豐富校園生活。

家校合作

家長教師會配合學校正向教育，同心一德，舉辦「欣賞大行動」，每班學生就「積極參與」、「勇於承擔」、「體諒與關懷」、「誠實有禮」四個範疇，分別選出一位同學，予以嘉許。



傑出校友



「香港卓越獎學金計劃」 得主學習經驗分享

林慧儀校友

我是何中 2018–2019 中六畢業生 —— 林慧儀，有幸獲得香港卓越獎學金計劃資助，目前於英國倫敦大學學院（University College London）修讀歷史文學士課程。因為何中老師的教導、同學的鼓勵，我於 2019 年香港中學文憑試取得 5 科 5** 的成績。

事事以學生為本、亦師亦友的老師

何中一眾科任老師除了抽出時間為我們補課，精心製作教學筆記，事事以學生為本，我更在緊張、徬徨時獲得老師的情緒支援與鼓勵。何中的師生關係極佳，老師與學生亦師亦友，畢業後我仍和多位老師保持聯絡，與他們分享自己學習上的興奮，向他們請教如何做好生涯規劃，特別是英語辯論隊的孫老師，她在一封信中告訴我，「記得要對自己善良。我們有時候是自己最大的批評者。但生命有時是艱苦的，當做不到一些事情的時候，讓我們放過自己。」

得到老師的鼓勵：放開得失，突破自己

作為一個完美主義者，我帶著這封信來到英國。我決定要放過自己，追求最完美的自己，同時也不去計較結果。因此作為一個文科生，我踏出了自己的舒適圈，今年獲得著名的投資銀行高盛（倫敦辦事處）法律部的春季實習項目取錄，並且成為倫敦法律年會、亞洲職業學會的一年級代表。我也有幸成為 Laidlaw Scholar，結交來自全球的學者。這一切全都是因為老師對自己的鼓勵，她那份真誠的感情與友誼，讓我明白自己被許許多多的人愛著、關懷著，讓我有嘗試一切、無懼失敗的勇氣。願師弟妹們在師長的關愛和扶持下，也能放開得失的計算，拿出勇氣來突破自己，或許會有意想不到的收穫呢！

2020 殘奧輪椅羽毛球銅牌、 2019「十大傑出青年」殊榮 校友校董陳浩源先生

本校校友陳浩源先生（1997 年入學）於「十大傑出青年選舉」2019 榮獲「十大傑出青年」殊榮。陳浩源先生現時為輪椅羽毛球運動員，在 WH2 級單打項目中世界排名第二，歷年來為香港奪得 60 面國際獎牌，並回到母校及到訪近 100 間中、小學，分享奮鬥的心路歷程，為社會發放正能量，獲選「十大傑出青年」實至名歸。



陳校友是香港輪椅羽毛球頭號球手，2019 年 8 月在世錦賽摘銀後，9 月下旬連續在泰國及中國兩站國際賽 WH2 級男子單打決賽，以不失一局的姿態勇挫韓國宿敵，贏得兩個金牌；並在東京 2020 殘疾人奧運會中，陳校友更在男子 WH2 級單打項目中，贏得一面銅牌。對陳浩源校友而言，「十大傑出青年」是一個新的身分和角色，希望可以透過自己的力量感染和幫助身邊的人。





廖偉明

中學校園生活經驗分享 2020-21 港大牙醫學院一年級 廖偉明校友

下筆之際，我首年的大學生活已經告一段落，中一新生很快便會加入何中這個大家庭。你們，可曾對中學生活有過憧憬？

回想過去數年，讀書固然佔了我校園生活的一大部分。初中時，課業尚不算繁重，考試形式也多以背誦和考基本功為主，因此學習壓力相對沒那麼大。然而，升上高中後，學習情況頓時有翻天覆地的改變：學習的課題內容層次提升了不少，變得更深奧，講求融會貫通，背誦只是基本盤。更重要的是，以往依賴課堂所獲，以及運用書本上的知識來應考，這策略再行不通。要力求進步，我還需要自學。寫下筆記，多做習題，勤加閱讀，看似容易，但要日復一日地堅持，是極其講求自律，再加上那股不甘人後的上進心。自學，到了大學更顯重要。光靠教授的講解以及他們課堂教學簡報，連考試合格也難求。以牙科考試為例，除了把近百個簡報的內容全部背下來以外，我還得自己翻教科書、參考書，多看解剖圖，以及操練過往的試題，這樣較有把握通過考試，爭取好成績。在考試完結的那一刻，我無比慶幸在中學時養成了良好的學習方法和習慣。



當然，讀書並非我中學生活的全部。還記得初中時，我成為了不少學會的成員。我曾參加地理學會的考察活動，也在辯論學會學習了不少辯論的技巧。這些活動，給予了我課堂以外的知識和技巧，也為我的校園生活增添了不少趣味。相比起學會活動，對我影響更大的，是社。每位新生入學時，就會自動加入仁、雅、忠、信四社的其中之一。很幸運地，我在中二時被挑選為雅社幹事，其後更成為了社長。肩上的責任加重了，待人接物、應對事宜多了，也促成了我的成長，令我變得更成熟。我為自己所屬的社付出，同時，亦對社生起濃濃的歸屬感。社，磨礪了我。

疫情肆虐，我們的生活大受影響。以往每天早起上學，確實令人苦不堪言；但到了無法回校的時候，我們才發現校園生活是多麼的可貴。趁著有機會，請好好珍惜身邊的人與事，把握還能在校園裡揮霍的一分一秒。

其他傑出校友及成就舉隅

陳志均博士

美國亞利桑那大學計算天體物理學家，2019 年有份參與拍攝首張黑洞照片

洪龍荃先生

中原資產管理投資總監、博立聯合創辦人、暢銷書「一步步致富系列」作者

林曼雅女士

福布斯全球資產發展 (Forbes Global) 執行合夥人、滙鯨資本合夥人，青苗基金創辦人及主席、香港傑出學生選舉委員會主席

魏莉華教授

倫敦政治經濟學院經濟系副教授

布禮文博士

香港城市大學電子工程學系副教授

丘卓恒先生, JP

發展局副秘書長 (規劃及地政)

2020-2021 年度學生所獲校外獎項舉隅

性質	比賽名稱 / 活動機構	獎項 / 參與活動	學生 / 組織
語文教育	第 22 屆香港教育專業人員協會辯論比賽 (英中部)	中六級冠軍	1B 陳家昇、 1C 林衍君、 1D 翁顯樂
		中四級亞軍	2B 陳 藁、 2B 黎彥丰、 2B 袁健聰
		中二級季軍	4C 莊芷晴、 4D 柯頌謙、 4E 彭尚昊
		中一級殿軍	5B 龔嘉怡、 6C 何旻諾、 6E 劉家維
	新界西區「兩文三語」菁英大比拼 (初中組)	決賽季軍	2A 梁芷喬
		決賽優異獎	3D 林琰鈴、 2B 鍾 欣、 2B 林雨辰
		複賽最佳中文文章金獎	3C 周詠悅
		複賽最佳中文文章銀獎	3C 丘欣巧
		複賽最佳中文文章銅獎	2B 林雨辰
		複賽最佳中文文章優異獎	2A 翁晨怡、 3D 林琰鈴
		複賽最佳英文文章銀獎	2B 鍾 欣
		複賽最佳英文文章優異獎	3C 周詠悅、 3C 丘欣巧、 3D 林琰鈴
	Hong Kong School Drama Festival 2020-2021	Award for Outstanding Performer	1D 翁顯樂、 2A 張柏勤、 2B 陳 藁
		Award for Outstanding Cooperation	本校演出團隊
	2020-2021 中國中學生作文比賽	高中組入圍全國複賽	5D 翁榮俊
	第十一屆大學文學獎	少年作家獎	5A 郭 敏
	第二十五屆全港中小學中英文硬筆書法比賽 (中文硬筆書法)	優秀入圍獎 * 本年取消決賽，優秀入圍獎是最佳成績	3C 林筱雅、 3D 林琰鈴
		初中組季軍	3D 林琰鈴
	賽馬會「三代•家添愛」計劃「寫意 存情」全港原子筆書法比賽	中四級別獎	4C 蔡翠雲
		中一英文優良獎狀	1C 殷嘉蔚
	第七十二屆香港學校朗誦節「公開演講組」	中四英文優良獎狀	4D 林 舟、 4D 伍宏軒、 4D 柯頌謙
		中五英文優良獎狀	5B 龔嘉怡、 5B 蘇卓軒、 5D 翁榮俊
		中六英文優良獎狀	6D 吳嵐青
	第二十三屆全港中小學普通話演講比賽	優異星獎	2B 陳 藁
	第五屆「夫子盃」演講比賽	高中組冠軍	5B 嚴芷琳
	第三屆全港學界中國成語故事演講比賽	優異獎	5B 嚴芷琳

性質	比賽名稱 / 活動機構	獎項 / 參與活動	學生 / 組織
STEM	2020 年度國際遺傳工程機器設計競賽 (iGEM 2020)	銅獎	隊長 5D 周嘉慧、 5D 翁榮俊及 24 位中五級隊員
	香港建造學院 3D 家居設計比賽	優異獎	5B 林東晨、 5E 傅滌蔚
	Royal Society of Biology Poetry Competition 2020	高級組優異獎	6A 張戩晉
	「明日之星－上游獎學金」2021	獎學金 5000 元	4C 蔡翠雲、 6C 張敏儀
全人發展	尤德爵士紀念基金 20-21	高中學生獎	6B 黃樂衡、 6D 陳廷軒
	荃葵青優秀學生選舉 2020	初中組優勝獎	3C 翁博瑜、 3D 林美彤
		初中組優異獎	3D 余佳蔚
		高中組優勝獎	5E 傅滌蔚
		高中組優異獎	5B 周宇宸
公民及國民教育	2021「全民國家安全教育日」校本網上問答比賽	冠軍	2B 鄭智紅、 4D 林 舟、 4E 潘俊翔
	認識《基本法》•認識社區——網上問答比賽	優異獎	4D 林 舟、 5D 周嘉慧
	「愛•在香港」——《基本法》校園推廣計劃設計比賽 2020-2021	優異獎	5D 江偉楹、 5D 陳思穎、 5D 鍾綽妍、 5D 翁榮俊
	關愛長者機構嘉許計劃 2020-21	逆境同行獎	本校
環境教育	香港基督教服務處頒發「關愛校園榮譽獎項」	關愛校園榮譽獎項	本校
	有機大使培訓計劃 2020-2021	畢業銀獎證書	5C 鍾永麒
		畢業銅獎證書	5B 陳嘉瑩
		畢業證書	5C 陳欣婷
音樂教育	第 73 屆香港學校音樂節	二胡獨奏組銀獎	4B 許樂欣
		二胡獨奏組銅獎	2D 許樂盈
		分級鋼琴獨奏組銀獎	1B 陳家昇、 1C 余凱琪、 1C 庾欣彤
		分級鋼琴獨奏組銅獎	1A 廖倬嶠
		鋼琴獨奏一本年度指定作曲家組銅獎	4E 呂婉盈

本校歷年獲頒葛量洪獎學基金「葛量洪傑出學生獎」畢業生

獲獎年份	姓名
2000-01	陳建良
2002-03	陳志軒
2004-05	呂桂英
2007-08	鄒耀康、許競思
2008-09	余柏康
2009-10	潘宗澤
2010-11	陳君衡
2013-14	馮廣恒、杜朗然
2016-17	黃恩琳 (現於本校任教)
2019-20	陳淑麗

2022-2023 S1 Admission 中一收生

中一收生資訊日

日期：2021年11月20日（六）

時間：上午9時30分至下午4時30分

地點：本校

內容：

禮堂講座介紹本校課程的施行及特色、學生表現、對中一新生的支援及中一收生程序。在一般情況下，講座將同時以現場及網上直播形式進行，現場講座會因應疫情設人數限制。如疫情嚴重，無法開放校園，講座將改以網上直播形式舉行，詳情及最新安排於學校網頁公布。

講座報名方法：

- 於本校網址網上報名：<http://www.twphcymc.edu.hk>（掃描QR Code可直接連結至報名網頁）
- 致電校務處預留座位（電話：2496 6000）

可達本校公共交通工具：

小巴：81M、82M、94、312；巴士：32、32M、36、43X、936；港鐵：大窩口站、荃灣站。



學校發展計劃

本校2019至2022三個學年的「學校重點關注事項」為：

- 多元學習，裝備自我；
- 正向校園，豐盛人生。

2022-2023 中一自行分配學位申請遴選準則

學業成績（教育局學生「成績次第名單」）	60%
面試表現	30%
課外活動表現及得獎獎項	10%

校方將會約見具備音樂卓越表現的申請者，進行樂器演奏的測試，優異者可獲得額外的分數。

遞交申請表日期：2022年1月3日至1月17日

於2021年11月20日（六）「中一收生資訊日」後開始派發「中一自行分配學位申請表」。

家長亦可自該日起，到本校索取申請表，或瀏覽學校網頁，按超連結下載申請表：

<http://www.twphcymc.edu.hk>

遞交文件：

- 本校之中一入學申請表格；
- 教育局之中一自行分配學位申請表格（請在存根內供家長填寫「申請中學名稱」欄上寫上「荃灣公立何傳耀紀念中學」）；
- 小四（上、下學期）、小五（上、下學期）、小六（上學期）成績表影印本；
- 已於申請表格內填寫之獎項、課外活動及社區服務的獎狀或證明書影印本（獲獎或參與活動日期需由2019年9月1日起至2021年12月31日止）。所附資料，需力求簡潔，以不超過10張A4紙（雙面）為限（包括四至六年級成績表影印本）；
- 貼妥郵票之回郵信封壹個。

止

於



至

善



Rest In The Highest Excellence

荃灣公立何傳耀紀念中學
Tsuen Wan Public Ho Chuen Yiu Memorial College



新界荃灣石圍角邨屋邨中學第1號



2496 6000



2415 8686



info@twphcymc.edu.hk



<http://www.twphcymc.edu.hk>



學校網址



GoodSchool.hk