



圓玄學院妙法寺內明陳呂重德紀念中學

The Yuen Yuen Institute MFBM Nei Ming Chan Lui Chung Tak Memorial College



編輯委員會：

顧問：彭家強校長

攝影：譚漢楊先生 潘慧妍小姐

編輯委員：林嘉威助理校長 郭鳳鳴主任

設計及排版：顏海蓉小姐

蘇州



惠州體壇精英培訓之旅



中國



北京



大灣區體藝文化交流



遼寧省大連旅順



想「

校本全球交流

新絲路文化體驗

北京



大灣區創新科技體驗



北京故宮



敦煌絲路文化體驗



英國倫敦



惠州



學校民心相通體驗學習



境外學

行

活動學習體驗

研學交流

十日九夜 看盡敦煌文化

敦煌絲路

體藝文化體驗之旅

二〇二三年十二月十八日至二十七日

本次敦煌甘肅團的交流活動旨在讓學生透過親身體驗「河西走廊」，深入認識甘肅省敦煌的歷史遺存。透過參觀、交流和文化體驗，學生不僅學習到國家在一帶一路及古絲路上的發展，還能體會不同文化之間的異同，增進兩地的情誼。在行程中，學生拜訪了蘭州中學、大學及體育學校，拓展視野，提升多角度分析問題的能力，並啟發他們的價值觀，領略承先啓後的人生意義。

鳴沙山

拔河比賽



敦煌

走進敦煌

探索千年文化的魅力

玉門關
雅丹魔鬼城

張掖丹霞地質公園
嘉峪關
鳴沙山 月牙泉

甘肅省科技館
牛肉麵博物館
天梯山石窟

甘肅省體育運動學校
鎮寧路夜市

蘭州大學
蘭州敦煌研究院

中山橋
水車博覽園

莫高窟

陳呂

這次旅程涵蓋了多個歷史文化景點。學生從壯觀的中山橋開始，到天梯山石窟、嘉峪關、鳴沙山、玉門關及雅丹魔鬼城等著名歷史遺址，務求令學生能夠親身感受甘肅的厚重歷史，欣賞古代藝術的精湛與壯麗，並探討這些地點在絲綢之路上的重要性。本次交流團亦特別拜訪蘭州大學及甘肅體育學校，增加與內地學生的互動，從而增進相互之間的了解與合作。

牛肉麵博物館



體驗甘肅文化

本校特別安排學生到訪牛肉麵博物館參觀，體驗蘭州拉麵的製作過程。學生在當地師傅的專業指導下，親手拉麵，並品嚐到新鮮出鍋的牛肉拉麵，感受中華美食的魅力。



當地師傅用心指導同學製作蘭州拉麵的技巧





靜謐之美： 敦煌的佛教藝術瑰寶

難得前往中國著名的佛教文化寶地敦煌，當然要前往莫高窟及天梯山石窟一探究竟，深入探索佛教藝術的瑰寶。此次交流團對本校學生而言不僅是一次觀光，更是一次心靈的充實與啟迪。

梁敏廷同學在參觀莫高窟前曾分享道：「令我印象最深刻和震撼的，莫過於『樂動敦煌』這場表演。透過科技與舞蹈的巧妙結合，將敦煌壁畫上的故事活靈活現地呈現在眼前。以往，我總覺得壁畫靜態且古板，但這場表演卻讓我對敦煌藝術有了全新的認識，讓我更迫不及待地想親眼目睹莫高窟的壯觀。」可見同學都十分期待這個被譽為「東方藝術明珠」的地方。莫高窟內部繪滿了佛教壁畫和雕塑，每一幅壁畫都蘊含著深刻的佛教教義，讓我們在欣賞藝術之美的同時，感受到佛教思想的深邃。

《知多一點點》

牆壁上的圖書館：莫高窟

你知道「莫高窟」的名稱來源嗎？「莫高」意指沙漠中的高處。根據歷史記載，一位僧人經過此地，忽然看到金光閃閃，仿佛萬佛現世，認為這裡是佛地，於是開始在岩壁上開鑿第一個洞窟。敦煌石窟藝術以壁畫著稱，數量眾多、內容豐富，既有宗教題材，也反映當時的生產勞動和社會生活，為研究4世紀至14世紀的中國古代社會提供了珍貴資料。

（資料主要來源：中國青旅假期）

相關報道



陳呂重德紀念中學辦遊學團著重「學」的精神 甘肅遇地震演學生上生命教育課

< 報道來源：TOPick >



國玄學院妙法寺內明陳呂重德紀念中學敦煌考察 增國民身份認同險遇地震反思生命

< 報道來源：明校網 >



蘭州大學



甘肅省博物館

一起來回顧敦煌交流團的精彩時刻吧！

欣賞歷史景點及特色建築



以不同角度欣賞數碼敦煌



拔河比賽前的吶喊助威！



挑戰嘉峪關懸臂長城



在鎮寧路夜市
品嚐甘肅特色小食



體驗鳴沙山滑沙活動



掃描觀看更多幕後花絮！

2023/12/28 - 2024/1/1

粵港澳大灣區

體藝文化及創新科技體驗之旅

隨著粵港澳大灣區的快速發展，本校組織了一次為期五天的文化及科技交流之旅。此次活動旨在透過三地多元體驗交流，如：體育文化交流活動、比賽、專題研討等，加深香港師生對大灣區發展的認識，開拓視野，增加學習經驗，建立積極向上的學習態度，並激發他們對未來的探索精神。

南航珠海翔翼研學活動

本團其中一日的行程便是到達位於珠海的珠海翔翼公司，認識職業飛行員的訓練場地，同學更可以到訪模擬機艙進行模擬飛行訓練。麥詩琪同學在體驗過後表示：「模擬器讓我了解到機師工作的複雜性。從起飛、降落到應對突發事件，每一項操作都要求機師們高度集中注意力。尤其是『墜機』體驗，讓我對機師的敬畏之情油然而生。」



導賞員向同學講解有關中國航空的知識。



澳門廣州體育交流

本校手球隊隊員亦前往澳門和廣州的姊妹學校，展開了一系列精彩的比賽和互動活動。學生不僅參加了友誼賽，還體驗了當地的文化，與澳門的學生建立了深厚的友誼。即使比賽中需要面對強勁的對手，本校同學仍展現了團隊強大的凝聚力和拼搏精神。這次交流不僅提高了技術水平，更讓他們感受到運動帶來的無窮魅力和跨校友誼的重要性。期待未來能有更多這樣的交流機會！



掃描觀看更多花絮影片吧！



探訪大疆創新科技體驗中心



深入了解汽車及無人機的最新科技



澳門姊妹學校體育交流



室內運動嘉年華



模擬機艙飛行體驗



乘坐無人駕駛智能汽車



廣州姊妹學校體育交流



參觀廣汽科技館



掃描看更多有關報道

二〇二四年一月九日至一月十一日

濃濃中華情 悅讀嘉年華

經典誦讀展演活動及境外學習交流

本校於本年1月9日至11日帶領20位誦讀團成員參與在江蘇省無錫市舉行的「濃濃中華情，悅讀嘉年華」經典誦讀展演活動，旨在促進蘇港澳三地的文化交流。透過這次展演活動，豐富學生公開演出的經驗，加深對中國歷史和文化的認識，提升國民身份認同，並拓寬視野。活動包括誦讀經典作品〈木蘭辭〉的舞台劇演出、文化參訪及校際交流，讓學生在實踐中體會中華文化的魅力。



香港藝術文化教育交流協會主席吳克儉先生、本校副校長黃建豪先生以及本校老師學生於活動結束後合照。



踏上無錫舞台

在此次為期三天的無錫之行中，主要目的是參加由江蘇教育廳主辦的誦讀展現活動，把經典作品〈木蘭辭〉以誦讀方式，結合舞台劇於台上演出。何嘉萌同學分享道：「這次表演讓我深刻體會到『台上一分鐘，台下十年功』的真諦。短短的十分鐘話劇式誦讀表演，卻讓我們密集式地練習了整整一個多月時間。」有賴老師的悉心指導以及誦讀團同學的出色表現，本校有幸能從江蘇、香港、澳門三地多間學校中脫穎而出，成為唯一獲得最佳表演獎的香港學校。



中國泥人博物館



無錫市江南中學



惠山古鎮文化體驗

感受江蘇韻味

除了演出，活動中亦安排學生參觀無錫文化古蹟和當地中學，促進錫港澳學生交流。同學遊覽了江南名園寄暢園，並漫步在無錫文化地標——惠山古鎮，還能在惠山泥人博物館親手製作泥人。這些活動不僅豐富了他們的文化視野，也讓他們更深入了解無錫的歷史與美麗。當中夜遊古運河的經歷讓蔡學欣同學印象深刻，她說：「在小船上欣賞夜景，河面水光瀲灩，真讓我體會到江南水鄉之美。」此外，參觀泥人博物館時，蔡影荷同學對每個泥人的細緻工藝感到驚嘆，並學到了傳統文化的象徵意義。她分享道：「這次參觀讓我更加重視傳統藝術，明白了堅持與創新的重要性。」這些經歷不僅提升了學生的藝術欣賞能力，也加深了他們對中華文化的認同感。

同 根 同 心

陽江海上絲綢之路 開平文物保育

文化體驗 · 三日兩夜

這是一趟充滿歷史文化底蘊的學習之旅，活動帶領同學深入了解中國悠久的歷史文化，探訪聞名世界的開平碉樓，感受獨特的建築風格與歷史故事；參觀海上絲綢之路博物館，揭開海上絲綢之路的神秘面紗；與陽江市內中學的學生進行交流，增進彼此的了解；並漫步於充滿歷史風情的赤坎古鎮，欣賞古鎮的建築風貌。

海上絲綢之路博物館



這些地方承載著豐富的歷史文化與獨特的建築風格。開平碉樓以其防禦功能和融合中西建築元素而聞名，讓學生理解歷史背景與建築技術的演變。海上絲綢之路博物館展示了中國與世界的貿易歷史，激發學生對文化交流的興趣。而赤坎古鎮的古老建築和濃厚的歷史氛圍，則讓學生親身體驗傳統文化的魅力，增強對地方歷史的認識。



開平碉樓



文化
交
流



兩天的旅行中，我們第一站先到達江門市南樓。這座碉樓的歷史讓我十分震驚，我瞭解到先輩的光榮事蹟，也讓我內心生起了對先輩的敬佩之情。同時導賞員也講解了舊時代的房屋結構，不禁令我感到讚嘆。

第二天我們到了海上絲綢之路博物館參觀，瞭解了關於南海一號的歷史，令我大開眼界。我們又走訪了廣東省梁陽中學，先是和當地學生一起上了一節中文課，之後我們還參觀了舞蹈、藝術、書法等課程，讓我認識到兩地學習方式上的差異。

總體來說，我對這次短暫又快樂的陽江之旅感到非常難忘和滿意，感謝教育局和學校給予我們參加這次交流團的機會。

認
識
傳
統



陳
樸
桐

參加中國陽江的活動給我留下了深刻的印象。我對陽江的文化和歷史有更深入的瞭解，參觀古老的村莊和文化遺址，我深深感受到這個地方悠久的歷史和獨特的文化。我欣賞到陽江人民對傳統文化的珍視和保護，這激發了我對中國文化多元性的興趣。最重要的是我能與當地人民建立深厚的聯繫。他們的熱情好客和友善讓我感到溫暖，讓我有機會與他們交流，了解他們的生活和價值觀。這次經驗讓我深信文化和人民的交流是加深理解和和平的基石。這次往中和獨特的文化。我欣賞到陽江人民對傳統文化的珍視和保護，這激發了我對中國文化多元性的興趣。最重要的是我能到這個美麗而充滿活力的地方。

赤
坎
古
鎮



惠

州



體

壇

精

英



不屈不撓，超越極限！

二零二四年
三月廿四日至三月廿六日

粵港澳大灣區體壇精英培訓之旅



二零二四年
七月八日至七月十二日

大灣區同行・
惠州體藝及
歷史文化之旅



惠州，我們來了！

本校分別於本年三月及七月前往惠州舉行培訓交流團，助學生認識國家的重大發展方向及大灣區的發展機遇，並且了解惠州市體育發展。這是一趟結合體育訓練、文化交流與旅遊的豐富旅程。同學在惠州與當地運動健將一起進行專業的校隊團體訓練，提升個人和團隊的競技水平，更可了解內地體育的訓練模式，加深兩地青年交流。本校亦有安排姊妹學校交流活動，讓大家相互學習、共同成長。此外，行程中還包括參觀大型體育場地，近距離感受頂級運動設施的魅力，以及遊覽惠州的著名景點，深入了解當地的人文風情。



突破自我



行程分別走訪了惠州體育學院及惠州市現代職業技術學校，旨在讓學生除了在當地校舍，也能體驗在大型體育場地進行訓練，從而感受頂級運動設施的魅力，並深入了解惠州的人文風情。在惠州體育學院的交流活動中，學生感受到內地運動員的嚴謹訓練。蔡學真同學分享道：「初到惠州時的訓練強度讓我感到十分艱苦。但隨著日子的推移，我逐漸適應了這種訓練強度。雖然整個身體都很酸痛，但也嘗試了從未體驗過的訓練方式。」惠州運動生早晨的晨跑和高強度訓練讓本校學生都感受到身心的挑戰與成長。這樣的經歷不僅提升了運動水平，還讓學生明白了堅持與毅力的重要性，激發了對運動的熱情和對自身能力的重新認識。



掃描觀看更多幕後花絮！

展現陳呂精神

在七月的大灣區同行活動中，訓練強度相比三月的惠州之行更是有過之而無不及。參加了七月惠州團的徐嫻君同學表示：「這是我第一次參加如此高強度的訓練。起初我還有些不適應，但之後我已經習慣了這種從早到晚的訓練節奏。這種規律的生活，讓我體會到內地體院學生的訓練強度原來遠超我們想像。」徐同學亦表示是次惠州團與內地學生的比賽讓她感受到彼此之間的競爭與合作，尤其是看到對手在比賽中不輕言放棄的精神，深深觸動了她。這些活動不僅拓寬了學生的視野，還為他們的運動生涯奠定了堅實的基礎，讓他們在團隊中學習到友誼和互相支持的重要性。



本校蔡藝琳老師教授同學攪球技巧。



刻苦的訓練過後，同學互相擁抱支持。



夜間進行團體遊戲，讓同學在歡樂時光中得以放鬆休息。



同學在球場上搏盡全力，希望呈現最好的自己。

飛 航 名 程



STEAM航空科技體驗團

不少人在童年時期，看著飛機劃過天際，心裡想著長大以後也要駕駛飛機，自在翱翔於藍天白雲中。同學可從體驗團中培養對航空科技的興趣，開拓STEAM領域的創新思維和解難能力，並與航空專業人士交流，發掘航空科技的無限魅力。



民航機師到校與同學進行職業分享及進行遊戲。



到達珠海「愛飛客航空科普基地」，由專業人士講解航空基礎知識。

2024/3/25
-2024/3/26

你知道甚麼是STEAM嗎？

STEAM是一種結合科學(S)、科技(T)、工程(E)、藝術(A)、數學(M)等學科的教育方式，令同學走向世界，通過實際參與、發現和創新來學習。



想像一下， 未來的飛機將如何改變我們的生活？

隨著科技的迅速發展，航空領域的創新也在不斷推陳出新，本校學生在這次珠海航空科技探索團中也親身感受到這股變革的力量。



探索科技新領域

在這兩日的STEAM航空科技體驗團中，學生展開了一段刺激的探索之旅。本校於首天邀請了民航機師到校進行航空職業分享，並與同學一起進行紙飛機設計比賽和飛行計劃設計遊戲。

聆聽了民航機師的職業分享後，同學都對飛行的世界充滿敬畏與渴望。黃俊杰同學表示：「參加兩天的交流活動，我深受機師的分享和航空基地的參觀啟發。機師的經驗和故事，讓我對航空事業充滿熱情，我期待著未來自己也能在藍天中翱翔，實現飛行夢想。」而另一位林慧同學則說：「機師的經驗分享讓我深刻了解到飛行背後的挑戰和責任，激發了我追求卓越的動力。這次分享讓我更加確信自己的夢想，我將努力學習，追逐屬於自己的藍天。」

第二天的珠海航空科技探索之旅更是充滿驚喜，學生在「愛飛客航空科普基地」參觀先進設備，體驗無人機飛行和空氣炮的刺激。能夠沉浸在操控無人機的快感中，令不少同學都對空中冒險充滿幻想；而林慧同學更加興奮地表示：「我感受到空氣炮的強大氣流推力！被空氣炮瞬間的氣流推擊，讓我感受到前所未有的力量和刺激。空氣炮帶給我一種無比的自由感！這次體驗讓我更加勇敢和自信，期待將來能有更多類似的冒險和挑戰！」這次交流活動不僅拓寬了學生的視野，更激發了他們對航空科技的熱情與探索精神。



民航機師到校分享航空業知識



無人機飛行體驗：飛行障礙賽



趣味空氣炮活動



同學進行紙飛機設計及比賽



參觀「願景」展廳及飛機總裝廠房

小知識

空氣炮：讓學生親身體驗空氣流動的原理
瓶身愈大，空氣愈多，能量愈強
(資料來源：香港童軍總會)

二〇二四年三月二十五日至三十一日

蘇港

心手相連

青春有約

陳呂

青年學生交流活動



文化交匯之行



掃描看看更多有關報道吧！

本校學生赴江蘇南京和蘇州參訪。通過歷史文化學習、民俗體驗、學生交流等形式，讓本校學生深入了解中國歷史、文化和發展成就，加強對國家的認同感。同時，活動也為兩地教師提供了交流平台，促進教育合作，促進兩地青年之間的相互了解與友誼。透過是次活動，學生不但能與當地學生結對，並到結伴學生家庭寄宿及隨班學習，還能參與考察江蘇省的名勝等活動，親身體驗江蘇省學校教育及一般居民的生活情況，進一步認識內地經濟、社會發展的進程和成就。

參加了活動後的鄧嘉熙同學提到與當地居民的交流，讓他們更深入了解中國的現代生活。他說：「這次經驗讓我結識了許多朋友，這將成為我人生中寶貴的財富。」這些活動不僅提升了學生的文化視野，還加深了他們對中華文化的認同感。



「十日九夜!」

二〇二四年三月廿八日至四月六日

京港同心

文化體驗之旅

認識祖國・擴闊眼界

這是一趟充滿文化底蘊和歷史意義的旅程，旨在增進同學對祖國首都北京的認識和認同。活動將帶領同學深入了解北京的歷史發展，參觀眾多著名景點，體驗當地特色文化，與北京學生進行交流，建立深厚的友誼。

北京一六一中學回龍觀學校

與北京當地學生
進行交流和互動



同學積極參與活動

北京故宮博物院



冰立方



陳呂同學走出教室學習，沉浸在中國歷史之中！

北京體育大學教練親自指導同學滑冰技巧

啟航北京

感受中國文化的魅力



此次旅程到訪了...

本校於本年三月廿八日至四月六日舉行為期十日九夜的北京交流團，希望同學能更深入了解國民教育與國家歷史。他們將見證中國在體育、科技和藝術領域的發展，並親身體驗中國傳統文化，漫遊歷史長河，鑑古知今。此次交流團更包括參訪愛國主義教育基地，以培育學生的民族精神，讓他們在學習歷史中汲取智慧，增強對祖國的認同感和責任感。

天壇



盧溝橋



首都博物館



中國人民抗日戰爭紀念館



北京信息科技大學



你不能不知道的歷史

——盧溝橋事變

盧溝橋事變發生於1937年7月7日，是日本駐屯軍與中國國民革命軍第二十九軍在盧溝橋進行的一次軍事衝突。當晚日軍結束在盧溝橋附近的軍事演習後，聲稱有一名士兵失蹤，要求進入宛平城進行搜查，但遭到我軍的拒絕。隨後，日軍對盧溝橋發起攻擊，我軍奮起反抗。最終我軍在作戰中失利，日軍則佔領了平津地區，標誌著中國抗日戰爭的全面爆發。

盧溝橋事變發生於1937年7月7日

，是日本駐屯軍與中國國民革命軍

第二十九軍在盧溝橋進行的一次軍事

衝突。當晚日軍結束在盧溝橋附近的軍事演習後，聲稱有一名士兵失蹤，要求進入宛

平城進行搜查，但遭到我軍的拒絕。隨後，日軍對盧溝橋發起攻擊，我軍奮起反抗。

最終我軍在作戰中失利，日軍則佔領了平津地區，標誌著中國抗日戰爭的全面爆發。

來看看 陳呂同學遊北京後的 得著吧!

學生心聲

劉嘉兒

在個人成長方面，在這個交流團裏我學會了獨立、如何與人相處，也令我知道自己的不足之處，並作出改善。同時也令我認識不少地方歷史，當我到博物館或登上長城，讓我知道先輩的付出和古代工匠的辛勞，才可以讓我們這些後輩感受到當時的人的經歷。透過是次交流，令我對未來的發展有了新的方向，我會更加努力讀書，希望有一份穩定的職業，穩定的收入令我可以去探索世界，感受世界各地先輩的經歷。

鄭嘉盈

這次活動讓我學會了獨立自主，平時的我從來不會收拾自己的東西，都是爸爸媽媽幫著收拾，這次我學會了自己整理自己的東西，也認識到了首都的熱鬧與雄偉、壯觀及當地人的熱情。還記得有一天晚上外出買吃的，我們遇見了幾個大學生，他們都很熱情的我們打招呼，還和我們說一些關於北京的歷史發展，令我們獲益良多。

邱嘉欣

天安門升旗儀式，一開始還覺得凌晨三點半起床很辛苦、起不來，但是我做到了。觀看天安門廣場升旗儀式讓我深入了解國旗的誕生歷史和意義。從中也加深了我的愛國情感，同時也增強對國旗的熱愛和尊重。

品嚐傳統地道小吃

王子墨

在北京之旅中，最讓我印象深刻的是爬長城。當時天氣陽光正好，沒有下雨，太陽正猛，十分曬；長城也十分長；長城的臺階也是凹凸不平的，十分的硌腳。特別是好漢坡那兒，有上百級的臺階，雖然是最後的地方，但還要走回去，讓我不斷想放棄，最後我還是堅持走完了，很難想像古時的邊境侍衛有多辛苦，在雨天也要走這難以行走的階梯。

乘坐三輪人力車，
探索老北京的衽衽巷弄之美

中國航空博物館

萬里長城

北京精彩回顧



見證國家科技發展



遊走特色小吃街



挑戰慕田峪長城



體驗戲曲文化



遊覽天壇公園



觀看天安門廣場升旗儀式



掃描看更多幕後花絮吧！

丹東學校交流

遼寧

大連旅 研學交

二〇二四年六月七

與歷史對話
感受大連之美

本校組織了為期八天的遼寧省大連旅順歷史研學交流之旅。此次活動旨在讓學生深入體驗遼寧省的豐富歷史與文化，促進「民心相通」的連繫，並培養學生對國家的認同感。通過參觀歷史遺址、博物館及與當地學校的交流，學生不僅能夠學習到歷史知識，還能增進對國家和民族的理解，培養他們的歷史責任感和榮譽感。

日俄監獄舊址博物館



內地交流新視野



掃描觀看更多大連花絮影片吧！

在這次交流之旅中，與內地學生的交流活動成為行程的一大亮點。本校學生與大連中學學生展開互動，分成小組共同上課，深入體驗內地的教學模式。課堂上，學生積極參加團隊合作遊戲和討論，分享各自的學習經歷和生活習慣，對歷史和文化的看法進行深入交流，這不僅增進了彼此的了解，也讓他們感受到文化的多樣性。適逢七月一日的回歸紀念日，更令學生有幸體驗內地的升旗儀式，展現對國家的深厚情感，感受到愛國情懷的共鳴。這次交流活動不僅讓香港的學生有機會展示自己的文化，還促進了雙方在學習上的深入互動。



體驗內地升旗典禮

參觀抗美援朝紀念館



旅程中也安排同學參加一系列富有教育意義的歷史研學活動——參觀了日俄監獄舊址博物館、鴨綠江斷橋，了解到那段艱辛的歷史，隨後又在潛艇博物館體驗海軍的發展。在丹東，學生參觀了虎山長城和抗美援朝紀念館，學習楊根思和邱少雲的英勇事蹟，陶譽天同學更感慨道：「館內展出的許多文物讓我身臨其境地感受到了戰爭的殘酷與壯烈。我想，每一位志願軍戰士心中都懷著保家衛國的使命感，他們為了祖國的和平，甘願獻出自己的一切。」活動不僅豐富了學生的歷史知識，還促進了他們的友誼和對國家的認同感，為未來的成長奠定了堅實的基礎。

蓮花山觀景台



鴨綠江斷橋



鴨綠江斷橋

有關報道



【內地交流團】陳呂重德紀念中學赴大連鴨綠江斷橋 探究中國重要近代史

< 報道來源：TOPick >



陳呂重德紀念中學辦內地交流團 訪大連丹東認識韓戰

< 報道來源：星島日報 >



一步跨



掃描看更多有關報道吧！



圓玄學院

聯校英國非撞式 欖球世界盃歷史及藝術 文化交流團

本校辦學團體圓玄學院於本年七月中旬舉辦「圓玄學院聯校英國非撞式欖球世界盃、歷史及藝術文化交流團」，率領屬會學生遠赴英國展開特別的文化之旅。活動旨在拓寬學生的國際視野，提供豐富的學術及文化體驗平台。透過多元化的學習活動，學生深入了解世界歷史及藝術文化，並在異國文化環境中進行跨文化交流，提高英語溝通能力與自信心。行程包括名勝古跡參觀、文化體驗和體育活動，讓學生在實踐中成長。



初到倫敦，同學都十分興奮！



當然要品嚐一下英國美食！



二〇二四年七月十日至十九日

看看陳呂同學去了...



參觀大英博物館



走訪華納兄弟哈利波特影城



牛津大學寫生活動

跨文化語言成長

本次活動行程非常豐富，第一天便參觀華納兄弟工作室。江愷翹同學對這次經歷印象深刻，她分享道：「作為哈利波特的愛好者，能夠親身置身於電影場景中讓我感到無比驚喜。我還品嚐了電影中的經典飲品——Butter Beer！英國人的熱情讓我更加勇於用英語交流，令我驚喜的是，我的英語水平有顯著提升了，這印證了『讀萬卷書不如行萬里路』這句話的真諦！」這樣的文化體驗不僅提升了江同學的英語能力，也讓她對異國文化有了更深刻的理解。



與當地人交流



訪問當地球員攬球心得

在其他行程中，王浩輝同學對大英博物館的參觀印象深刻。他表示：「大英博物館的藏品極其豐富，每件展品都講述著獨特的故事，讓我更加敬佩世界各地的文化。」符諾賢同學在諾丁漢觀賞Touch World Cup時，則感受到熱情的氛圍，分享道：「現場的氣氛活躍，讓我體驗到運動的魅力。」這些活動不僅拓寬了學生的視野，增強了社交能力和團隊精神，讓他們在交流中收穫了珍貴的友誼與成長。



很高興能和朋友們
一起衝出亞洲！



23至24年度

陳呂 本地遊

自然療癒日

大自然深度交流體驗

在繁忙的學業上，同學在成長過程中要面對難以想象的壓力，影響身心靈健康。在交流周中，學校特意安排兩天的自然體驗，透過輕鬆愉快的遊戲和感官探索活動，同學能學習到「慢、靜、欣賞」的減壓技巧，體驗森林療癒，放慢步伐，與大自然深度交流。活動分別於元朗公園和太平山山頂盧吉道進行，同學首日先到元朗市區進行大自然探索，翌日便到盧吉道體驗森林療癒活動和與「大自然溝通」工作坊。

「慢、靜、欣賞」
森林獨處時間



自然遊覽



元朗公園
探索

這次活動不僅讓學生心情放鬆，更讓他們從大自然中獲得啟發，提升他們對環境保護的認識和責任感。周芷悠同學表示，透過與大自然的接觸，她對植物和動物的生態系統有了更深入的理解，並意識到保護環境的重要性。而鄭迅同學和盧靜悠同學在活動後分享都提到獨處時間讓他們感受到前所未有的平靜，讓他們更好地反思自我。

此外，這次活動也促進了同學之間的團隊合作與交流，增強彼此的友誼。學生紛紛表示，希望未來能有更多類似的機會，讓他們在自然中學習和成長。透過這種親身體驗，他們對保護地球的使命感更加深厚，並立志成為更積極的環保倡導者。





「小城故事」

港澳深度遊

2024年3月25日至26日

你對香港和澳門的歷史有多深？昔日小小
的漁村，經過百萬人日夜的努力，百年間成為
繁榮的大城市，當中經歷了什麼？「小城故事
」港澳深度遊帶同學走遍殖民歷史建築的兩個
小城，有機會深入了解香港和澳門的歷史與文
化，探訪這兩個特別行政區的歷史建築，追尋
百年來的人文故事，行程涵蓋了香港中上環歷
史遊蹤、望得區堂婆仔屋、永福圍、澳門小城
歷史點等殖民地建築及文化遺產，讓學生在親

身體驗中領略這兩城市的獨特魅力。



來到大三巴牌坊前，
當然要拍照留念！



看來同學在活動中
十分興奮呢！

大炮台令同學
大開眼界！



中環街市的「雞蛋燈海」十分奪目

這次港澳深度遊不僅讓學生
學習到豐富的歷史知識，也培養
了他們的文化理解力和批判性思維。

洪家樂同學在參觀澳門大三巴時表示，他對澳門的歷史有更深入的
了解，尤其是其與葡萄牙殖民歷史及宗教文化的緊密聯繫。他提到，大
三巴的壯麗建築讓他深刻體會到澳門的文化底蘊，並激發了他對這個
地方更深入探索的興趣。透過實地考察，學生能欣賞和尊重不同的文
化背景，增進理解與包容性，為全球化的未來做好準備。

客家文化村

二〇二四年三月二十五日至二十六日

荔枝窩

客家文化體驗之旅



荔枝窩是香港少有的典型客家圍村，同時因復耕計劃，是香港少有和最大的農村。在這次為期兩日一夜的民宿體驗之中，學生不僅有機會品嘗本土種植的咖啡豆，還能親自參與製作美味的農村客家菜，讓學習與美食完美結合。行程涵蓋村莊導賞、工作坊、生態步道等多項活動，讓學生在學習、自然、悠閒、體驗及美食中，感受客家文化的魅力。

這次旅程不僅豐富了學生的知識，也增強了他們的團隊合作精神和對自然環境的了解。余嘉晴同學更了解客家文化和植物知識，特別是薑黃的健康功效。李騏百同學則表示參觀傳統客家建築和聆聽導覽解說，讓他對客家文化有了更深理解，品嘗地道的客家美食也讓他體驗到客家人的勤儉與團結。可見實地體驗激發了他們的探索精神，使他們在未來的學習中更加主動和積極。



初中

暨家長晚會 紀律訓練日營

個人成長，全能發展！

本校致力提供多元化活動，以提升學生多元發展與成長，期間活動包括紀律、解難、歷奇、合作、競賽、反思等範疇，豐富學生其他學習經歷。本校又致力舉辦不同親子活動，以促進親子關係及加強學校與家長之間的聯繫。

家長晚會

同學團結一心，希望在遊戲中獲勝

學生與父母分享在日營中的感受和得著，氣氛樂也融融。

與家長
真誠對話後
的擁抱

看看同學 在日營中的得著吧！

莫智煥

在個人成長、待人處事和學習態度方面，我都有不同的進步，例如認識了什麼是「團隊合作」和「規範自己的行為」，也體現了「團隊精神」。而我最深刻的活動是水球大戰，我們班的所有人團結一心，把水球全部擲向其他班，一個小小的遊戲便可以提高我們班的凝聚力，真是神奇。



毛巾水球大戰活動緊張刺激，
大家都玩得不亦樂乎！

徐嘉欣

我印象最深刻的活動是師生真情對話。因為在與老師交流的過程中，我可以鍛煉自己的溝通能力，又可以知道自己有什麼需要改善的地方，聽了老師的建議，確實是獲益良多！

師生真情對話是令我感到最深刻的活動，因為可以讓老師多了解我們各自的性格和想法。希望下次還會有這樣的活動，讓平時繃緊的同學多放鬆放鬆啊！

師生真情對話環節令學生能敞開心扉，表達自己的感受，促進師生情誼。

麥貴賢

活動中，我們組織了小組討論、演講和互動遊戲等活動，增強了與會者之間的溝通和合作能力。期間，同學們積極參與，展示了他們的獨特觀點和經驗。通過這次活動，大家共同學習和成長，拓寬了自己的視野，建立了新的人際關係。

黃協琨

這兩天非常感謝老師的辛苦教導。我感覺自己比平時認真專注了很多，更努力地做事。我的學習態度也得到了提升；待人處世方面，每天都要跟老師打招呼跟說再見，自然也提升了。老師也非常認真的對待每一個同學、很努力地教好每個學生，平時不認真的同學也變得很認真起來。

呂雅晴



「肥豬行萬里」活動：
訓練同學的反應和速度！



「巔頂球」活動：
訓練團隊精神



平民回憶錄

香港平民文化體驗

二〇二四年三月廿五日至廿六日

上世紀50至60年代，電子產品仍未盛行，平民間的生活亦因而多姿多采。「平民回憶錄」將帶領同學前往香港舊城區，了解殖民時期市民的平民化生活。翌日將遊覽油麻地，從戰前建成的電影院到果欄內認識香港水果物流。最後出發到新田，進行茶粿工作坊和品嚐傳統盆菜，以體驗上世紀平民百姓的日常。



香港舊城區探索

油麻地平民文化路線體驗



到訪灣仔文物徑
認識藍屋建築群，了解灣仔故事



體驗舊時油麻地平民生活
一同回顧上半世紀歷史

透過這次「平民回憶錄」的文化之旅，同學不僅增進了對香港歷史的認識，還培養了對本土文化的珍惜與保護意識。李賢信同學在活動中表示：「這兩天我學到了香港本地的文化和歷史，特別是對以往的生活用品如『大哥大』和『牛龜』電視機的了解，讓我印象深刻。而我也在天后廟中感受到濃厚的歷史文化氛圍，期待未來能更好地保育這些文化遺產。」

此外，實踐活動如茶粿製作和釣魚，讓同學在動手中學習，增強他們的團隊合作能力和創意思維。陳泓熙同學提到：「釣魚的體驗讓我學會了如何從零開始處理魚鉤，感受到成功的喜悅，也明白了生活中應有的平和與從容。這次活動不僅增長了我的技能，更讓我感受到生活的美好與可貴。」

這樣的體驗不僅增強了同學對香港歷史的理解，更為他們的成長與學習之路奠定了堅實的基礎。他們的感想也反映出，這次文化之旅在他們心中留下了深刻的印記，激發他們未來更積極參與文化保育的熱情。

原來釣魚也
不是那麼容
易呢！

傳統飲食文化：茶粿工作坊



客家茶粿製作體驗工作坊
即做即品嘗傳統獨特味道

新田環保生態園



親身體驗漁農業的營運模式
增加對社會的認識

二零二四年三月廿五日至廿六日

海洋
守護隊

了解海洋生物

海洋海岸保育 體驗之旅

關注可持續發展



生態導賞



海洋公園一日遊



淨灘活動



海洋與人類的生活息息相關，海洋生態的健康亦是人類需要守護的一環。活動透過了解海洋生態的奧秘及海岸保護活動，讓同學關注海洋健康。讓我們一起攜手守護海洋，建立可持續的環境，保護我們珍貴的海洋資源！

在這次海洋保育之旅中，同學會前往海洋公園，參加「遊蹤任務」工作紙活動，通過一系列互動任務，了解海洋生物及其生態系統。而第二天行程轉至下白泥海灣，進行生態導賞，了解當地的生態環境，並參與海岸保育工作，包括清理大米草和鋪路，身體力行參與保護海岸線的行動。

下白泥教育中心



多樣性

保護海岸
活動

鋪路



為何要
收集
昆蟲標本？

昆蟲標

本作為歷史的見證和研究

的依據，為我們提供了深入了解自然歷史的機會。

透過大量的標本收集與研究，人類不僅能夠識別農業和衛生害蟲的物種，從而減少它們對人類生活的影響，還能評估特定區域是否受到人為活動的破壞。這些標本在生態保護和農業管理中扮演著重要的角色。

在這次海洋保育活動中，學生深刻體會到保護海洋的重要性。大部分同學在分享中都提到每個人都應積極參與環境保護。雖然在烈日下辛勤工作，但為社會貢獻的自豪感令他們感到欣慰，而且體會到保護自然的意義，增強了對環保工作的理解。有同學亦強調了個人對海洋的責任感，並希望將所學應用於日常生活中，共同守護我們的地球家園。

昆蟲標本新奇有趣，
日常沒有接觸過呢！

欣賞昆蟲標本





2024/3/25-2024/3/26

動物關注組



社區動物交流團



在校動物工作坊



導盲犬訓練學校導賞團



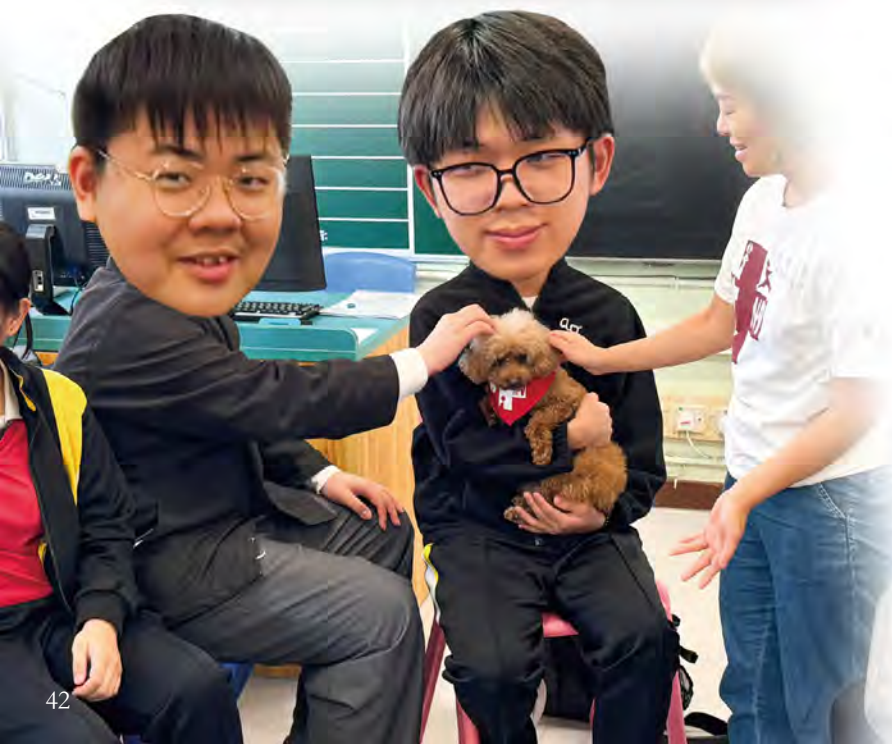
視障人士體驗活動



非牟利獸醫服務協會(NPV)是一個為愛護寵物及寵物主人而設的慈善組織，負責社會上不同動物醫療、權益及福利工作。本校與NPV合作，帶領同學進行天水圍社區動物觀察活動，並從中加深同學對保護動物的認識。

(資料來源：非牟利獸醫服務協會)

印度精神領袖聖雄甘地曾說過：「一個國家偉大與否及其道德進程，可以從其如何對待動物判斷出來。」由些可見，動物是人類的好夥伴，特別是犬隻。而在我們的社區中，動物擔當著重要的角色，你又有沒有想過牠們的日常是如何的？「動物關注組」讓喜歡動物的同學與可愛的動物一同展開深入交流，增進對動物保護和福利的認識，透過探索社區動物的生態和習性，培養同理心和責任感，促進人與動物的和諧關係。



香港導盲犬協會於2011年成立，旨在提供國際認可和專業的服務犬，以確保殘疾人士擁有選擇服務犬的權利，以協助他們獨立及有尊嚴地生活。

(資料來源：香港導盲犬協會)

本校希望同學通過此交流機會，提升對香港導盲犬的認識，同時亦希望同學能夠對殘障人士更包容，從而促進共融社會。



同學分享他們在社區動物觀察中所得到的結果。

洪楚陽同學在活動後分享道：「我體會到視障人士在生活中的困難與挑戰。雖然人生充滿未知，但只要相信自己，有信心前進，任何事情、黑暗都不會成為我們人生的阻礙。今後的人生也將有很多未知的困難，但是我也有勇氣繼續向前走。」

莫文晴同學則表示：「在黑暗中行走的體驗讓我深刻感受到視障人士的世界，這次短暫的體驗讓我更願意理解和幫助他們，共同建設和諧社會。」

這次交流團不僅讓同學增進對動物及視障人士的理解，更加深他們對社會責任的認識，未來將繼續以行動支持動物保護與社會和諧。

本次社區動物交流團分為兩天進行。

活動首日，同學先到天水圍觀察社區動物的生態習性，隨後參與由非牟利獸醫服務協會舉辦的動物工作坊和講座，學習動物健康和照顧知識。

而第二天的重頭戲便是參觀導盲犬訓練學校，學生不但參觀校園設施，更體驗定向行走和黑暗模擬等特別活動。同學能夠近距離與導盲犬互動，藉此機會更真切地理解視障人士的生活挑戰。



不少同學對於初次體驗視障人士「視角」都感到十分緊張。



學校前身為三和公立學校，
遺址在2022年改建為導盲犬訓練學校。

2024/3/25-2024/3/26

學生成長培育計劃

領袖生訓練營

兩日一夜 認識自我

這是一場激發潛能、拓展視野的成長之旅！透過一系列精心設計的團體建立活動、領導力訓練和歷奇體驗，營造一個充滿挑戰和樂趣的學習環境。在專業教練的指導下，同學在戶外露營的過程中，培養團隊合作精神、提升領導能力、增強自信心，並鍛煉身體素質。

01 領導力工作坊

活動前先學會如何有效地帶領團隊



02

合作收拾露營
所需物品
培養責任感



03 戶外拓展訓練

同學自己動手紮營
透過體驗式學習增強團隊精神



04 營地烹飪

在戶外環境中完成任務
增強同學自理能力和責任感



得著和 / 深刻的地方

／蔡宗慧／

我最深刻的地方是「行夜山」，第一次在那麼晚的時間爬那麼偏僻的地方，雖然路程中有師生相伴，但仍然會害怕，幸好能與互相信任的同學一起行夜山，互相扶持。這也是我第一次背著那麼重的行李爬山，盯著那麼大的太陽、三十度左右的氣溫，背著行李爬山是從未想過及體驗過的。今次的訓練營雖然是辛苦的，但卻是令人能夠體驗不同的經歷，讓我成長。

／陶雨權／

野豬的突然出現和對帳篷的破壞，使我需要臨時尋找其他可以短暫休息的地方。同時，我也會反思自己在選擇露營地點和做好防護措施方面是否有疏忽。雖然這次經歷不愉快，但也是一次寶貴的學習機會，讓我對大自然有更深刻的認識和敬畏。



學會與大自然共存

／梁嘉敏／

這兩日的交流活動，我學懂了好照顧自己。我們需要與組員一起合作烹調晚餐和第二天的早餐，我們住的帳幕也是組員齊心合力搭建而成的。雖然一開始組員之間互不認識，但是經過兩日一夜的相處，我們很快便與對方產生了默契。

最難忘的是夜晚有野豬出沒，當時我們感到十分吃驚和危險，但是我們明白其實這也是他們生活的地方，只是我們露營或登山人士亂拋垃圾和胡亂踐踏牠們，影響牠們的食物鏈，才會走進人們生活的地方覓食。這真值得我們好好反思，人類只顧自己的享樂而破壞其他種的生活，實在是太自私了。

／黃文耀／

經過這兩天交流，我的得著是令個人的成長有所轉變。我從以前不願意流汗或者不願意讓自己辛苦，改變為愛吃苦耐勞的一個人。我以前是看到昆蟲就害怕的，現在看到昆蟲我會覺得蠻可愛。經歷過這幾天艱苦的生活，讓現在的我與以前的我形成了對比。



學會分工合作



在課堂之外探索世界



2024年3.25

非遺探索號！

至2024年3.26

本地非遺文化探索團

香港歷史

「非遺」即非物質文化遺產，是珍貴的文化瑰寶，有著重要的歷史、社會及文化價值「非遺探索號」將帶領同學乘船進入離島長洲以及深入禁區沙頭角，透過遊覽歷史地、探索傳統工藝，一同探索本地非遺，捕捉珍貴的文化脈絡，從而促進對本地文化身份的認同和自豪感。

沙頭角

抗戰紀念館



郭錦記

平安包工作坊



同學的製成品
看上去
十分吸引呢！



長洲史蹟考察

長洲戲院
CHEUNG CHAU CINEMA



學生心聲！

溫敬銘

參觀沙頭角的活動給我帶來了許多難忘的經歷和收穫。首先，我參觀了沙頭角的漁村，瞭解到漁民的生活和他們在海洋中的努力。我有機會與當地漁民交流，瞭解他們的漁業技術和傳統文化，讓我對他們的勤勞和堅韌有了更深的理解。

其次，我參與了海灘清潔和海洋生態保護活動。通過親身參與，我意識到保護環境的重要性，以及每個人都可以為保護自然資源作出貢獻。此外，我還參觀了沙頭角的歷史遺址和文化景點，如村廟和古跡。這些古老而精美的建築，讓我深深感受到歷史的厚重和傳統文化的魅力。

呂惠敏

我印象最深刻的是製作平安包工作坊。我之前已經聽聞過長洲的歷史和平安包及平安包山。在工作坊中，我學到了平安包的製作方法，更了解平安包的文化。原來「平安包」不是一直叫作「平安包」，而平安包的製作過程也很有趣，把餡包進平安包中，親手把平安包帶給我的家人，讓我們全家平平安安、健健康康。

是次活動最重要的是參觀沙頭角的活動，讓我與當地人民建立了深厚的聯繫。他們的熱情好客，讓我感到溫暖和歡迎。我從中學到很多關於他們的生活、價值觀和社區精神的知識。

總括而言，參觀沙頭角的活動不僅帶給我豐富的知識和經驗，還讓我對自然環境和人文歷史有了更深入的瞭解。這次經歷將成為我寶貴的回憶，激勵我更加關注環境保護和文化傳承的重要性。

梁立楓

最令我印象深刻的活動是參觀天后宮。天后宮是香港古老的天后娘娘廟宇之一，也是長洲的標誌性建築之一。當我踏入天后宮的大門時，我被其莊嚴和神聖的氛圍所震撼。廟內供奉著天后娘娘，她是中國海上的守護神，也被尊稱為「海上女神」。我被她的雕像所吸引，她手持寶劍，凝視著遠方，給人一種強大和庇護的感覺。

長洲還有許多迷人的小巷和古老的建築，讓我感受到濃厚的歷史氛圍。我在島上漫步，探索當地的文化和風俗，是一個令人難忘的體驗。

這些經歷讓我更深入地了解了香港的文化和傳統，同時也讓我感受到長洲獨特而迷人的魅力。



✓ 天后宮、
玉虛宮、洪聖廟

導賞令
同學更了解
抗戰歷史



漁民體驗「島」

南丫島漁民生活體驗



露營體驗



學習漁獲分類及處理



捕魚教學



你有沒有想像和漁民每天的生活是怎樣的？踏上南丫島，和我們一起進行一次漁民生活真實體驗！透過出海捕魚、夜釣活動、鹹魚製作等活動，認識漁民文化和傳統技藝；同時感受漁民的勞動和智慧，促進對海洋生態以及香港漁民文化和歷史的了解。最後，更可以體驗在魚排露營以及享用浮家火鍋，一同成為「陳呂小漁民」。

一起感受 捕魚的樂趣吧！



享用浮家火鍋



與漁民一起出海捕魚



參觀漁民文化村

在活動首天，同學參觀漁民文化村，並嘗試如何起大網和無鉤釣魚。在與漁民一起出海捕魚的過程中，同學體會到捕魚的艱辛與收穫的不易，並學會了漁獲的分類與處理。第二天，同學參觀魚排並學習投餵，還學習了鹹魚的製作。在探測海底的活動中，他們還親手製作繩纜，體驗實作的樂趣。這次南丫島漁民生活體驗活動不僅增進了學生對漁業的了解，還培養了他們的責任感和環保意識，讓他們珍惜資源、尊重自然，同時在團隊合作中建立深厚的友誼，成為難忘的美好回憶。



鯉 港 藝 術



2024 年 3.25 至 3.26

香港今昔藝術故事之旅

「藝術」作為人類表達情感的媒介通常以不同的形式充斥在社會的每一個角落，成為時代的紀錄。隨著時代的變遷，藝術的發展亦變得千變萬化。「鯉港藝術」－香港今昔藝術故事之旅，將帶領同學進行一次穿越時空的藝術旅程，以透過欣賞昔日民間藝術與現代藝術，認識香港故事。





鯉魚門歷史探索

兩天的交流活動令同學對香港歷史建築物和遺跡有更深入的了解！

原來皮影戲是很需要技術來支撐的娛樂項目呢！



皮影戲教育工作坊

來看看同學

在活動後有甚麼得著吧！

李嘉蓉

我印象最深刻的是鯉魚門的皮影戲。通過皮影戲，我了解到古代的娛樂項目是需要很高超的技術。皮影戲其實很難學，這次活動也讓我更深刻體會到傳承皮影戲的困難，而且不止表演，製作皮影戲道具的過程也相當不容易，不禁令我佩服社會上用心投入在手工活上的手作人。

李熙來

在這兩天的交流活動中，我增廣了見聞，也開闊了視野，特別是對香港歷史建築物和遺跡的認知。我對我的出生地的生活和文化有更深入的了解。而對香港的創意發展方面，也有了更具體的接觸和認識，受益匪淺。由舊式的建築到新銳設計師的創新作品，這次活動讓我體驗到何謂古今交融，享受到了豐富的文化盛宴。

黃蔚詩

活動中令我印象最深刻的是在參觀鯉魚門的時候，我對「澤流海滋」石前那兩座炮的來源感到十分好奇，於是我問一問導賞員姐姐，才知道它們在那裡的原因，竟然是被當時的士兵忘記帶回船上，這實在令我捧腹大笑！一直以來我認為歷史是苦悶的，但是這次的經歷讓我改變了這個想法，甚至到現在還記得那兩座大炮是被遺忘的。過去這麼多年了，不知大炮的主人還記得嗎？

天后廟

鯉魚門燈塔

中環壁畫街

三家村避風塘

鯉魚門創意館

鯉魚門壁畫藝術村

PMQ 元創方創意中心



港島現代藝術探索之旅

過往活動資料一覽

敦煌絲路體藝文化體驗之旅

活動特色及目的：

- 認識中國古代「絲綢之路」的歷史發展，增強學生對國家的認識和認同感。
- 參觀當地著名景點及體驗特色活動，廣闊視野，增加體驗式學習機會。
- 參觀當地學校並進行體藝活動交流，建立兩地青年的情誼。

活動詳情：

日期：18-27/12/2023 (10天)
地點：甘肅省蘭州、武威、張掖、敦煌
對象：對敦煌文化有興趣的學生及青年
名額：40名學生及青年人 (須經面試)
活動內容：遊覽特色景點、傳統藝術體驗、體藝活動交流

費用：\$1,600 (本校學生) \$2,150 (非本校學生)

交通活動網頁：24458899 (林嘉敏副校長/陳曉輝老師)

遼寧省大連旅順歷史研學交流之旅

活動特色及目的：

- 認識遼寧省的歷史及文化發展，增強學生對國家的認識和認同感。
- 走訪多個以「抗戰建國，保家衛國」為主軸的景點及紀念館，了解國家抗戰時期時期的歷史。
- 拜訪當地中學及大學並進行交流活動，了解內地升學情況及建立兩地青年的情誼。
- 進行景點遊覽，體民心相通。

活動詳情：

日期：29/6-6/7/2024 (8天)
地點：遼寧省丹東、大連、旅順
對象：對遼寧省及戰爭歷史有興趣的學生及青年
名額：30名學生及青年人 (須經面試)
活動內容：參觀著名戰爭歷史點、龍長城、城市遊覽、學校體藝交流

費用：\$2,500 (本校學生) \$4,216 (非本校學生)

交通活動網頁：24458899 (林嘉敏副校長/陳曉輝老師)

京港同心文化體驗之旅

活動特色及目的：

- 認識中國首都的歷史發展，增強學生對國家的認識和認同感。
- 參觀當地著名景點及體驗特色活動，體驗民情。
- 參觀當地學校，了解兩地教育異同。
- 進行交流活動，建立兩地青年的情誼。

活動詳情：

日期：28/3-6/4/2024 (10天)
地點：北京
對象：對北京歷史有興趣的學生及青年
名額：40名學生及青年人 (須經面試)
活動內容：城市遊覽、參觀著名景點及博物館、觀賞天安門廣場升旗禮、文化交流

費用：\$1,800 (本校學生) \$2,520 (非本校學生)

交通活動網頁：24458899 (林嘉敏副校長/陳曉輝老師)

活動日期：24/3-26/3 (三日兩夜)

活動內容：

- 參訪開平碉樓
- 海上絲綢之路博物館
- 陽江江內中學交流
- 參訪赤坎古鎮

費用 (按活動收費)

- 對象：中三至中四
- 名額：30名
- 已完珠匯

「同根同心」陽江海上絲綢之路及開平文物保育之旅

費用：港幣\$650

日期：24-26/3/2024 (3日2夜)

粵港澳大灣區(惠州站)體壇精英培訓之旅

日期：24/3-26/3 (三日兩夜)

活動內容：

- 校隊團體訓練
- 姊妹學校交流活動
- 大型體育場地參觀
- 景點遊覽

體育特訓

找出及改善弱點

認識新朋友

交流技術心得

想更勁嗎？請即參加！

香港今昔藝術故事之旅

活動行程

Day 1 (25/3)

鯉魚門傳統藝術故事 (半日)

- 皮影戲教育工作坊 (鯉魚門劇院)
- 鯉魚門歷史博物館
- 鯉魚門歷史探索 (三家村風風雨雨、鯉魚門舞樓、天后廟、石礦場)

Day 2 (26/3)

港島現代藝術探索之旅 (全日)

- PMQ 元創方創意中心
- 藝文特區及交流
- 中環康樂戶外藝術活動

「漁民體驗」島南丫島漁民生活體驗

活動行程

Day 1 (25/3)

南丫島漁民生活體驗(兩日一夜)

- 參觀漁民文化村了解漁民生活及文化
- 郊遊南丫島
- 參與漁民出海捕魚
- 學習漁民分發及處理
- 參觀漁民 (早飯前)
- 夜釣及自由活動
- 享用海鮮火鍋
- 「魚排寶號」(晚上)

Day 2 (26/3)

- 魚排參觀及製作活動
- 鯉魚製作體驗
- 探訪海下的秘密
- 手藝編織示範教學

學生成長培育計劃領袖生訓練營

日期：25/3-26/3 (兩日一夜)

活動內容：

- 團體建立活動
- 領導力訓練
- 歷奇活動
- 團康體驗

費用全免

對象：領袖生

名額：30名

費用
港幣\$350

對象：中二至中五

名額：20名

*須持有效回贈証

「飛航「呂」程」STEM航空科技體驗團

活動行程

Day 1 (25/3)
民航STEM工作坊 (半日)

- 低飛機設計及比賽
- 飛行計劃設計遊戲
- 民航維修職業分享

Day 2 (26/3)
珠海航空科技探索之旅 (全日)

- 前往珠海
- 參觀航空科技館
- 參觀「鳳凰」展廳及飛機維修廠
- 參觀地空：助力生命體驗
- 私人飛機參觀
- 無人機飛行體驗：飛行障礙競賽
- 航空工作
- 趣味空氣地活動

【費用包括：活動費、交通費、保險費、器材費、證書費】
如有任何疑問可向林嘉慶老師或陳海倫老師查詢

費用
港幣\$200

對象：中一級

初中紀律訓練日暨家長晚會

日期：25/3-26/3 (兩日日營)

活動內容：

- 團隊合作遊戲
- 歷史活動
- 紀律訓練
- 家長晚會

【費用包括：活動費、交通費、保險費、器材費、證書費】
如有任何疑問可向林嘉慶老師或陳海倫老師查詢

費用
港幣\$200

對象：中二至中五

名額：20名

「動物關注組」社區動物交流之旅

活動行程

Day 1 (25/3)
社區動物觀察團 (半日)

- 天水圍社區動物觀察活動
- 動物工作坊 / 講座

Day 2 (26/3)
導賞大埔綠樹學校導賞團 (半日)

- 學校簡介
- 參觀學校
- 定向行走
- 烹飪體驗
- 與導賞犬互動
- 自由打卡/選購紀念品

【費用包括：活動費、交通費、保險費、器材費、證書費】
如有任何疑問可向林嘉慶老師或陳海倫老師查詢

費用
港幣\$200

對象：中二至中五

名額：40名

NCS優先

海洋海岸保育體驗之旅

活動行程

Day 1 (25/3)
海洋公園保育之旅 (全日)

- 「野趣任務」
- 海洋公園自由探索

Day 2 (26/3)
下白泥海濱保育活動 (半日)

- 生態導覽
- 海岸保育
- 清理大米草及雜草

【費用包括：活動費、交通費、保險費、器材費、證書費】
如有任何疑問可向林嘉慶老師或陳海倫老師查詢

費用
港幣\$200

對象：中二至中五

名額：30名

「平民回憶錄」香港平民文化體驗

活動行程

Day 1 (25/3)
香港舊城區遊覽 (半日)

- 訪古與歷史建築
- 灣仔舊街市
- 大馬路
- 文咸街 (舊大馬路)
- 利東街 (舊大馬路)

Day 2 (26/3)
油蔴地平民文化及飲食文化體驗 (全日)

- 油蔴地平民文化歷史巡禮：天后古廟、環坊街、玉照市場、油蔴地果欄、紅磡壁
- 農業有機墟及中心及溫室
- 傳統飲食文化工作坊：茶樓工作坊
- 午餐：傳統盆菜

【費用包括：活動費、交通費、保險費、器材費、證書費】
如有任何疑問可向林嘉慶老師或陳海倫老師查詢

費用
港幣\$200

對象：中二至中五

名額：30名

「非遠探家鄉」本地非遺文化探索團

活動行程

Day 1 (25/3)
長洲太平清醮歷史之旅 (全日)

- 非遺體驗：舞獅平安包工作坊
- 長洲戲院導覽
- 長洲歷史年宵 (天后宮、玉虛宮、洪聖廟)
- 午餐：海鮮餐

Day 2 (26/3)
沙頭角歷史文化深度遊 (全日)

- 鮑叔牙烈士紀念堂參觀
- 沙頭角圍城故事導覽
- 午餐：客家菜、豆腐花

【費用包括：活動費、交通費、保險費、器材費、證書費】
如有任何疑問可向林嘉慶老師或陳海倫老師查詢

費用
港幣\$350

對象：中二至中五

名額：30名

*須持有效回贈証

「小城故事」港澳深度遊

活動行程

Day 1 (25/3)
「舊城新境」歷史遊覽 (半日)

- 香港殖民時期的歷史故事
- 中環街市、皇后大道、中環至半山自動扶梯系統、大館、灣仔碼頭、文咸街

Day 2 (26/3)
澳門歷史深度行 (全日)

- 前往澳門
- 乘坐小輪乘覽望洋樓
- 探訪歷史建築
- 順德園林特色午餐
- 朱灣園 (品咖啡、賞百年特製雪糕)
- 小城歷史點 (大炮台、大三巴牌坊、蓮花堂、玫瑰堂)

【費用包括：活動費、交通費、保險費、器材費、證書費】
如有任何疑問可向林嘉慶老師或陳海倫老師查詢

費用
港幣\$350

對象：中二至中五

名額：18名

「客家文化村」荔枝窩客家文化體驗之旅

活動行程

Day 1 (25/3)
荔枝窩客家文化體驗之旅(兩日一夜)

- 荔枝窩村莊導覽
- 客家文化工作坊
- 午餐：特色客家午餐
- 生態步遊
- 村內自由探索任務
- 民俗體驗 (晚上)

Day 2 (26/3)

- 田園導覽
- 午餐：傳統客家菜

【費用包括：活動費、交通費、保險費、器材費、證書費】
如有任何疑問可向林嘉慶老師或陳海倫老師查詢

費用
港幣\$200

對象：中二至中五

名額：30名

「自然療癒日」大自然深度交流體驗

活動行程

Day 1 (25/3)
市區大自然探索 (半日)

- 元朗公園自然觀察
- 探索任務

Day 2 (26/3)
山頂大自然療癒體驗 (全日)

- 森林療癒活動
- 大自然遊戲
- 與大自然溝通工作坊

【費用包括：活動費、交通費、保險費、器材費、證書費】
如有任何疑問可向林嘉慶老師或陳海倫老師查詢



掃描看看我們的舉辦過的精彩活動!

除此以外， 我們歷年來還走

 **澳門**



 **德國**



 **廣州**



 **連南**



特別鳴謝資助機構：

YDC 青年發展委員會
Youth Development Commission

政府資助計劃
Government-funded programme



中華人民共和國
教育局

生過...

📍 丹麥



📍 荷蘭



📍 蘇州



歷年交流活動

多年來，本校定期舉辦境外交流活動，旨在鼓勵學生走出國門，拓寬視野；希望透過組織內地考察，讓每一位學生深入了解國情及國家的最新發展，從而提升他們的國民身份認同。在長假期間，我們更會舉辦國外交流旅程，促進學生與國際青年的互動與合作，拓展全球視野，激發學生的潛能與創意。

📍 韓國



讓我們跨越界限，
一起探索廣闊的世界吧！

感恩承傳 載夢啟航

電話：24458899

傳真：24456838

電郵：admin@clctmc.edu.hk

地址：香港新界元朗天水圍天瑞邨第一期



掃描了解更多本校資訊