

明愛莊月明中學  
二零二四至二零二五年度家長通告第四號

敬啟者：

2024-2025 年度學生活動

在社會普遍提倡多元智能發展的同時，本校也積極鼓勵學生參與學生活動，務求學生可善用課餘時間，培養多方面興趣及發揮個人潛能。本校今年度共開設 26 項學生活動，分為服務、學術、藝術、STEAM 及體育性五個類別，為同學提供專業及定期領袖及藝術培訓訓練，鼓勵同學參與多元化活動或比賽，讓同學發展不同學習經歷的機會。希望貴家長鼓勵同學報名參加。

本年度將繼續安排初中(中一至中三)同學參與一項制服團隊活動(T)及一項藝術活動(A)。為鼓勵表現良好的成員，服務表現良好者將於學期完結前獲頒發證書及優點，以示獎勵。

中三級同學將自動安排成為公益少年團成員，以協助推行校內外各項不定期的社區服務。其他級別同學，每人每年至少參與一項恆常的校內服務崗位或兩項校外個別性的服務工作，以記錄於其他學習經歷檔案內。

各學生活動小組的集會將會陸續展開，集會時間一般為星期一至星期五，放學後一至兩小時，或星期六上午舉行：

時間：星期一至星期五：下午 4:00-5:00/4:00-5:30/4:00-6:00

星期六：下午 1:00-3:00 /4:00-6:00

考試前一星期，所有活動集會將會暫停，待考試完結後才會恢復集會。

學生請於 **15/9/2024 或以前於 GOOGLE FORM 報名**

<https://forms.gle/2D5XJ9114QsrFRMi6>



後頁附「學生活動總覽表」，報名前請先行細閱，以避免活動日期相撞。

有關貴子弟所參與的個別小組資料，將稍後另函以「家長通知書」知會各家長。

此致

貴家長

校長

彭耀鈞



謹啟

二零二四年九月四日

「學生活動總覽表」

星期一

活動	負責老師	時間	地點	會費	人數	備註
升旗隊 (T)	蕭錄俊老師 李錦鋒老師 石堯丹老師 王偉雄老師	4:00-5:00	禮堂 /操場	會費 全免	40	為學生隊員提供一個良好的平台，促進國民教育及培養學生的國家觀念和民族感情，以及加強學生對國民身份的認同，以此增強隊員的聯繫，發揚愛國愛港的精神，使關心社會的自我責任感潛移默化。寄望透過設計針對性較強的學習內容，發掘並培養隊員的領導能力及團隊精神；與此同時，藉着持續性的訓練，亦有助增強學生隊員的體能，激發其持之以恆的優秀品質。
女童軍 (T)	柯冠茵老師 李佩玲老師	4:00-5:00	Room 510 /操場	會費 全免  *制服 費 另計	30	透過遊戲、步操、校內及校外服務，培養同學的紀律、服務社會及協作精神。  [*制服費可申請學生活動支援基金或校本課後學習支援基金]
紅十字 青年團 (T)	吳家雯老師 陳萬章老師 郭詠恩老師 蘇淑怡老師	4:00-5:00	Room 213 /操場	會費 全免  *制服 費 另計	60	透過遊戲、步操、校內及校外服務，培養同學的紀律、服務社會及協作精神。  [*制服費可申請學生活動支援基金或校本課後學習支援基金]
電競 小組	岑智行老師 李健行老師 羅家亮老師	1:20-1:50 (午膳後 集會)	Room 302	會費 全免	10	培養邏輯思維和策略決策能力。 提高反應速度、手眼協調和專注力。 促進社交技能和團隊合作精神。

中一至中三同學必須參與一項制服團隊活動(T)及一項藝術活動(A)

「學生活動總覽表」

星期二

活動	負責老師	時間	地點	會費	人數	備註
手鐘班 (A)	鄒振寧老師 梁浩民老師	4:00-5:30	Room 402	會費 (\$10)	20	手鈴音樂起源於英國一百多年的教堂鐘樓音樂。它是為方便作曲而產生的樂器，後來以其獨特的演奏技巧發展成為一種新的表演藝術形式。一整套手鈴由各種不同音高的手鈴組成，每個手鈴都可以看作是鍵盤上的一個鍵。手鈴的叮噹聲帶給人們聖誕節的歡樂。演奏手鈴曲需要演奏者相互配合，而且每一位演奏者都同等重要。手鈴表演為觀眾提供的不僅僅是美妙的音樂，還有機會見證擊鼓者之間令人嘆為觀止的合作。雖然舞台上站著一個團隊，但他們總是像演奏一件樂器一樣表演。任何獨奏者都無法享受到從集體演奏中獲得的滿足感。因此，手鈴訓練不應只注重個人表演技巧，培養團隊精神是另一個重要因素。每個敲鐘人都應該認識到他們的鈴鐺在他們演奏的音樂中的作用。出色的表演是通過每個表演者的眼睛、大腦、手和耳朵的協調來實現的。與學習其他樂器一樣，學習手鈴可以幫助提高人的修養，同時培養他們的耐心，提高專注力和傾聽的意願。
English Club	Mr. Danny Mr. Scott 吳錦霞老師	4:00-5:00	Room 401	會費 全免	30	透過各種不同類型的活動，如遊戲及話劇，使同學在愉快、輕鬆的氣氛下學習英語運用。
羽毛球 校隊	何培根老師 鍾浚逸老師 校外導師	4:00-5:30	禮堂	*會費 (\$100)  *球衣 費 另計	20	代表本校參加學界及友校比賽，活動以練習為主，須準時出席活動並遵守紀律及服從導師要求。  [*會費及球衣費可申請學生活動支援基金或校本課後學習支援基金]
男子排球 校隊	吳迦灝老師 /校外導師	4:00-6:00	操場	*會費 (\$200)  *球衣 費(約 \$200)	20	隊員透過平日練習，掌握基本排球技巧，代表學校參加比賽。  [*會費、球衣費可申請學生活動支援基金或校本課後學習支援基金]
田徑校隊	莫若斌老師/ 羅頌華老師	4:00-6:00	操場 /黃竹坑 運動場	會費 全免  *隊衣 費(約 \$100)	20	遴選對田徑項目有興趣的同學參加定期的田徑訓練。透過專項訓練增進同學的運動技能、培養運動精神以及磨鍊心志，進而參加校外比賽，為校爭光。  [*隊衣費可申請學生活動支援基金或校本課後學習支援基金]
郵集小組	郭詠恩老師 石堯丹老師	1:20-1:50 (午膳後 集會)	Room310	會費 全免	10-15	旨在培養同學對集郵的興趣，透過整理郵集的過程，提升同學收集、整理資料和寫作等技巧，並且安排同學參與校際郵集設計比賽。

中一至中三同學必須參與一項制服團隊活動(T)及一項藝術活動(A)

「學生活動總覽表」

星期三

活動	負責老師	時間	地點	會費	人數	備註
合唱團 (A)	鄒振寧老師 張紫瑤老師	4:00-5:30	Room 402	會費 全免	20	歌唱對健康有益，它可以促進深呼吸，從而使肺部得到發展，並清潔了血液。歌唱可以增強性格的沉著和自信心，並發展對於克服困難的精神。歌唱可以改善一個人的講話能力，豐富言談的音調並改善其讀音歌唱可以增強記憶力與鍛煉思想的集中。歌唱有助於情感的通暢，這是形成個性表達的一個重要因素。歌唱是一種娛樂的最好方式!
舞蹈組 (A)	郭芷瑤老師 蘇淑怡老師 校外導師	4:00-5:30	Room 510	會費 全免 導師費 全免	20	-區本計劃項目 -聘請校外資深導師任教 -透過音樂、舞蹈鍛鍊體魄，創造能力及合作精神。
中文 辯論隊	陳自偉老師 郭有老師	4:00-5:00	Room 502	會費 全免	15	參加中文辯論隊可以為學生帶來以下幾個主要好處： (1) 培養獨立思考和批判性分析的能力，提高邏輯推理和問題解決的技巧。 (2) 增強口語表達和即時應變的技能，提升自信和公開演講的能力。 (3) 接觸不同觀點和爭論，拓寬視野，培養開放、包容的態度。 (4) 磨練時間管理和團隊合作精神，為未來的職業發展奠定基礎。 通過參與辯論，學生可以全面發展智力、情感和社交能力，為未來的成功奠定良好的基礎。
女子排 球校隊	周媛禮老師 校外導師	4:00-6:00	操場	*會費 (\$200)  *球衣 費(約 \$200)	20-25	-聘請校外資深導師任教 - 隊員須具紀律及刻苦精神，以提升學校排球水平及以代表學校比賽為目標。 [*會費、球衣費可申學生活動支援基金或校本課後學習支援基金]
男子 排球 校隊	吳迦灝老師 校外導師	4:00-6:00	操場	*會費 (\$200)  *球衣 費(約 \$200)	20	-隊員透過平日練習，掌握基本排球技巧，代表學校參加比賽。  [*會費、球衣費可申請學生活動支援基金或校本課後學習支援基金]
天主教 同學會	麥建良老師 鄒振寧老師 盧伯泉老師 顧定邦老師 蕭鏞俊老師	1:20-1:50  (午膳後 集會)	Room 706	會費 全免	20	透過定期的聚會，以不同方式【遊戲、歌詠、祈禱、電影分享、參觀考察和生活營等】，認識基督宗教及其信仰；教導同學認識愛德服務，以關懷和愛心的行動實踐校訓，為身邊有需要的人服務。

中一至中三同學必須參與一項制服團隊活動(T)及一項藝術活動(A)

「學生活動總覽表」

星期四

活動	負責老師	時間	地點	會費	人數	備註
形象設計組 [化妝+髮型+服裝設計] (A)	陳珮儀老師 蘇芷慧老師 校外導師	4:00-5:30	Room 707	會費(\$30)	10-15	學化妝後的你有何變化呢？首先你能提高自己的審美意識，能提升自信心，能培養出自己的內在品味和修養。其次學化妝能實現自己在社會上存在的價值，能夠美化自己也可以美化他人，能將他人變得自信變得美麗，成就感油然而生。最後學化妝還可以賺錢，化妝行業的工資收入極為可觀，有幾年工作經驗者一般月收入達萬元以上不成問題。
話劇組 (A)	李健行老師 梁浩民老師 校外導師	4:00-5:30	Room 510	會費全免	20-25	聘請校外資深導師任教 透過遊戲及活動，提供同學基本演技培訓；培養同學對表演藝術和欣賞話劇的興趣；協同學建立自信及發揮個人潛能；提高同學的表達能力和溝通技巧；加強同學的合作精神。
足球校隊	莫若斌老師 校外導師	4:00-6:00	操場及校外場地	會費全免 *球衣另計	30	組織具一定基礎球技的隊員，備戰學界比賽及汲取比賽經驗，改善不足，提升團隊合作精神，提高同學的學習興趣。 [*會費、球衣費可申請學生活動支援基金或校本課後學習支援基金]
月明電視台	周媛禮老師 李健行老師 羅家亮老師 校外導師	1:20-1:50	7/F 月明電視台 /Room110	會費全免	15	須有承擔及責任心，學習校園電視台的運作及器材使用(如前期預備、攝錄及後期製作等)。協作學校不同類型的活動(如開放日、陸運會、家教晚會等。)
健身HIIT班	莫若斌老師 鍾浚逸老師 校外導師	4:00-5:30	型空間	會費全免	10	高強度間隔訓練 High-Intensity Interval Training (HIIT)  高強度間歇訓練是通過進行不同的運動組合，或是選擇同一個動作，透過短暫休息達到激烈的訓練方式。消耗過量的氧氣有助於在間隔訓練後從大約 90 分鐘到 144 分鐘增加你的代謝率。因此，增加的新陳代謝有助於以更快的速度燃燒更多的卡路里。
園藝小組	梁浩民老師	1:20-1:50 (午膳後集會)	園藝角	會費全免	10-15	再經過實踐，使同學對花藝產生更多認識及培養同學的責任感和愛心。

中一至中三同學必須參與一項制服團隊活動(T)及一項藝術活動(A)

「學生活動總覽表」

星期五

活動	負責老師	時間	地點	會費	人數	備註
創意 敲擊 樂團 (A)	鄒振寧老師 羅家亮老師 校外導師	4:00-5:30	Room 402	會費 全免	40	計劃目的：讓參加者透過計劃，達致以下 (BEAT)成效 (B) Brightness 明確： 計劃過程讓參加者發掘自我，增加自我認識，以助自身建立明確且正面的自我形象 (E) Empowerment 充權： 藉著公開表演，讓參加者的能力得以被肯定及欣賞增強其自身面對挑戰的信心 (A) Ambition 目標： 參加者於計劃中所建立的成就感有助他們訂定未來目標；培養其對追尋志向的動機 (T) Talent 潛能： 計劃以藝術培育作引入，期望參加者不同的投入與貢獻，對其自身優點與獨特之處有所發現
乒乓球 球隊	陳自偉老師 羅頌華老師	4:00-5:00	操場	會費 全免	10	培養手眼協調、反應敏捷等運動技能。 提升專注力、耐力和韌性，養成良好的競爭意識。 促進團隊合作和互相支持的精神。 培養健康的生活方式，增強身心健康
射箭 校隊	倪德安老師 李佩玲老師 校外導師	4:00-5:30	7/F 射 箭場	會費 全免  導師費 (\$300)	15	射箭由遠古的狩獵工具、戰爭中的武器演變成貴族消閑活動及今時今日奧運的比賽項目，其歷史源遠流長。現代人把它視為一種修養心身的活動，學生能從學習過程中，學會如何冷靜的思考、心神合一。提升同學集中力和毅力。 [*導師費可申學生活動支援基金或校本課後學習支援基金]
女子 排球 校隊	周媛禮老師 校外導師	4:00-5:30	操場	*會費 (\$200)  *球衣 費(約 \$200)	20-25	-聘請校外資深導師任教 -隊員須具紀律及刻苦精神，以提升學校排球水平及以代表學校比賽為目標。  [*會費、球衣費可申學生活動支援基金或校本課後學習支援基金]
籃球 校隊	莫若斌老師 校外導師	4:15-5:45	操場	*會費 (\$150)  *球衣 費 (約 \$300)	30	組織校隊。在校外教練指導下，透過定期訓練，加強同學的籃球技術，培養同學的合作及團隊精神，進而代表學校參加學界比賽，爭取成績。  [*會費、球衣費可申請學生活動支援基金或校本課後學習支援基金]
公益 少年團 (T)	吳樑威老師 張紫瑤老師 鄒振寧老師 盧伯泉老師 吳錦霞老師 林菁蓀老師	1:20-1:50 (午膳後 集會)	Room 510	會費 全免	中三 以上	從認識、關懷、服務的歷程和外向體驗，了解及提升自己的能力，建立個人正確價值觀及人生觀。 (中三:必然會員)

中一至中三同學必須參與一項制服團隊活動(T)及一項藝術活動(A)

「學生活動總覽表」

星期六

活動	負責老師	時間	地點	會費	人數	備註
龍舟隊	岑智行老師 校外導師	4:00-6:00	校外場地	會費(\$20) *球衣費另計	30	(1)提高團隊合作與溝通能力：在划龍舟的過程中，團隊成員必須協調一致地划槳，這需要密切的溝通和協作。這種團隊合作的經驗有助於培養人們的溝通技巧和團隊意識，對於日常工作和生活都非常有益。(2)增強身體核心力量和肌肉力量：划龍舟需要運用全身主要肌肉群，特別是腰腹核心肌肉。持續的練習可以顯著增強這些肌肉群的力量和耐力，從而提高整體的身體素質和健康狀況。(3)培養競爭意識和挑戰精神：龍舟比賽是一項激烈的競技運動，需要參賽者發揮最大努力和毅力來爭取勝利。這種追求卓越和勇於挑戰的精神，對於個人事業發展和生活目標的實現都很有裨益。
羽毛球校隊	何培根老師 鍾浚逸老師 校外導師	9:00-11:00	禮堂	*會費(\$100) *球衣費另計	20	代表本校參加學界及友校比賽，活動以練習為主，須準時出席活動並遵守紀律及服從導師要求。 [*會費及球衣費可申請學生活動支援基金或校本課後學習支援基金]
足球校隊	莫若斌老師 校外導師	9:00-11:00	操場及校外場地	會費(全免) *球衣費另計	30	組織具一定基礎球技的隊員，備戰學界比賽及汲取比賽經驗，改善不足，提升團隊合作精神，提高同學的學習興趣。 [*會費、球衣費可申請學生活動支援基金或校本課後學習支援基金]

中一至中三同學必須參與一項制服團隊活動(T)及一項藝術活動(A)