

## 學與教



中文科《小王子》講座



中文科主題作家講座——唐啟濂先生



生物科國際環脂比賽



香港中學生空間站比賽



初中非華語學生閱讀活動成果分享會



中文科中秋燈謎



地理科灣仔城市考察



英語週活動



旅遊科參觀香港麗思卡爾頓酒店



中文科茶藝班



## 學生培育



醫療輔助隊少年團啟導課程



中六級「給自己的信」



中一家長晚會——學生親手製作湯圓獻孝心



舒zone精神健康週——創意心靈藝術坊



學生培育主題週會



中四領袖訓練



舒zone精神健康週——師生打氣合照



陸運會——擁護友誼歲月



學生領袖就職及尖子島勉典禮



中四伴我飛翔成長計劃宿營活動

## 學生成就

以下是本校同學在暑假至2026年1月期間在校外活動的得獎名單：

語文		
活動／比賽名稱	得獎項目	得獎學生
晶文薈萃——網上優秀文章展廊	第73期 十優文章	2D黃靜怡
	第74期 十優文章	5D黃穎婷
愛德循環運動50週年紀念「那次義工服務感動了我」徵文比賽	高中組季軍	5D方芷妍
	初中組銅獎	3C高哲皓
天馬盃2025-2026全港中英文硬筆書法比賽	高中組金獎	5D汪星鑰、6D王嘉怡
	高中組銀獎	4D周子樂、4D黃滄晉
	季軍	4C林天賜
77 <sup>th</sup> Hong Kong Schools Speech Festival (2025) (English Speech)	季軍	4C林天賜
香港菁英創作比賽 2025	優異獎	5D馮梓銘

數理		
活動／比賽名稱	得獎項目	得獎學生
「心繫家國」聯校STEAM / AI 競技賽	銅獎	4C陳俊熹、5A譚威言、5B陳偉權、5C袁曉桐、6D黃珮軒
數碼創新teen遊戲創作比賽	終極大獎：最具社會意義大獎	4C陳俊熹
亞太區STEM / AI 科技創新挑戰賽	金獎（第二名）	4C陳俊熹、5A譚威言、5B陳偉權、5C袁曉桐、6D黃珮軒、6D吳 樾
全港校際物流賽	銅獎	4C陳俊熹、5C袁曉桐、5D蔡維庭、6D黃珮軒、6D吳 樾
香港中學生空間站科普載荷和科學實驗方案設計比賽	優異獎	5D方芷妍、5D李若嵐、5D汪星鑰
學而思盃	一等獎	1D陳昱璋
	三等獎	2D陳偉龍、3D李梓善、3D羅又明
	季軍	5A彭景彤、5B鄔紫晴、5C劉奕珊、5D陸柏橋
全港學生鑑證科學大賽2025	季軍	5A彭景彤、5B鄔紫晴、5C劉奕珊、5D陸柏橋

音體藝		
活動／比賽名稱	得獎項目	得獎學生
香港跆拳道品勢比賽2025（色帶組）	亞軍	4C林天賜
香港學界跆拳道比賽2025-2026（中學及大專組）	中學男子組：亞軍	
香港青少年田徑分齡賽2025（三）	男子U20 跳遠 亞軍	6A區子聰
荃灣區分齡田徑比賽2025	男子青少年C組跳遠 冠軍	
WSE田徑公開賽 中山站	男子公開組跳遠 冠軍	
WSE田徑公開賽 深圳站	男子公開組跳遠 冠軍	
離島區分齡田徑比賽2025	男子青少年C組跳遠 冠軍	
深水埗分齡田徑比賽2025	男子青少年C組跳遠 冠軍	2A黃家俊、4A黃家樂、4B林逸翹、4C蔡智光、4D林煒誠、5A張家源、5A胡栢堯、5B梁俊興、5C陳劍明、5C呂諾軒、5C萬日儒、5C朱柏龍、5D陳 毅、5D余榮偉、6A林偉瓏、6B周珀揚
中國香港學界體育聯合會葵青區中學分會2025-2026年度校際籃球比賽（高級二組）	冠軍	

其他		
活動／比賽名稱	得獎項目	得獎學生
仰學教育基金第八及第九屆〈逆境自強、誠實愛主〉學生獎勵計劃	獎學金	4A李沛怡、4B何穎霖、4C朱雅琪、4C林天賜、4D林嘉馨、4D李昕琪、5A鄭芷穎、5A吳穎晴、5A朱卓軒、5A馬健峰、5B李佩儀、5B鍾灝楠、5B梁晉圖、5C陳劍明、5C呂諾軒
黃廷方獎學金	獎學金	5D方芷妍



## 葵涌循道中學

KWAI CHUNG METHODIST COLLEGE

地址：新界下葵涌麗瑤邨

電話：2745 0010

傳真：2310 8900

網址：www.kcmc.edu.hk

電郵：office@kcmc.edu.hk

## 家長通訊

第一期 2026年3月7日

## 喜訊

中國香港學界體育聯合會葵青區中學分會2025-2026年度校際籃球比賽（高級二組）冠軍



全港學生鑑證科學大賽2025季軍 5A彭景彤、5B鄔紫晴、5C劉奕珊、5D陸柏橋



77<sup>th</sup> Hong Kong Schools Speech Festival (2025) (English Speech) 季軍 4C林天賜



## 新任家長校董感言

李少華女士

大家好，我是2B班莊晴惠媽媽！很高興今年能擔任家長校董一職。回想一年多前，我第一次踏足葵循，認識了幾位家長義工，她們為我介紹學校設施和分享她們子女在校園的生活點滴，讓我感受到老師對孩子無私的愛，更重要的是學校的教育理念——「本基督精神，發展全人教育」與自己相同，使我安心讓女兒成為葵循人。藉着參與學校活動，如貧富宴、親子旅行、循趣步道，除支持學校，還讓我親身感受到老師對學生的關顧，感恩學校讓同學在有愛的氛圍下學習和成長。我也感恩在葵循認識到一班志同道合的家長義工，透過參與家長團契和家長學堂，我有機會與校牧、校長、老師及家長們互相認識及彼此分享生命，當中也學到不少與子女溝通的技巧，真是十分感謝主耶穌。盼望在未來日子，我能夠與這班愛孩子，愛家庭的義工及家教會執委們共事，願主大大加力，賜福並保守葵循各人。

## 家長教師會活動

本年度家長教師會舉辦了一系列的活動，以聯繫家長、學校和老師，促進家校合作。期望各位家長能繼續支持家教會的事工，積極參與各項活動，使家教會精神更加發揚光大。

### 周年會員大會

2025-2026年度周年會員大會在2025年9月12日圓滿結束。李少華女士及張新細女士成功當選為2025-2026年度家長校董。林麗賢女士、李少華女士、鄭雅璇女士、張新細女士、陳曉燕女士、姬淑恩女士和許志美女士成功當選為2025-2027年度家長教師會家長執委。



### 家長學堂

循道衛理聯合教會麗瑤堂與葵涌循道中學家長教師會合辦「家長學堂」，由2025年9月至2026年4月舉行，共六堂。透過社工、精神科醫生和康體教練等，認識青少年發展、教授正向家長教育、促進家長身心靈健康。



### 貧富宴「富餐」食物製作

在2025年11月感恩周，家長義工為「貧富宴」烹調豐富美味的「富餐」，同學不但吃得津津有味，也學習感恩、惜福。



### 親子旅行

家長教師會親子旅行於2026年1月25日舉行。旅行當日天朗氣清，上午，我們到訪香港歷史博物館，參觀國家安全展覽廳。午膳享用豐富的韓式燒肉自助午餐，下午遊覽沙頭角禁區，漫步沙頭角十景，品嚐傳統美食，共度溫馨愉快的一天。



### 運動會親子競技

運動會親子競技共有16對親子參賽，比賽競爭激烈。



## 提供良機突破自我 堅毅葵循成就未來

葵循一直積極開拓資源，與社會不同機構合作，為同學提供高質素的學習機會。

### 教育無邊界 友師伴成長

本校由 2024 年 9 月開始，與「教育無邊界」(TUF) 合作，獲安排兩位透過機構挑選及培訓的高質素友師，在兩年間全職在校提供啟導服務，豐富同學的校園生活。友師 Mr Rex 和 Miss Natalie 在上學年除了為 18 位學生進行個人啟導，也推動了「我推的葵循 Produce KCMC」計劃，帶領學生分工作曲、創作音樂、拍攝音樂特輯。同時，兩位友師在英文課帶來了嶄新的課程，以輕鬆、貼近生活的遊戲，鼓勵學生說英語。



我推的葵循 MV 製作

本學年，TUF 舉行了「聯校渣打馬拉松 2026」計劃，兩名友師邀請兩位同學參加 10 公里賽事。對他們來說，這是全新的挑戰。他們在賽前三個月開始放學後的練習，不畏疲累，充滿熱情。比賽當日，他們凌晨出發前往場地熱身。這十公里不僅是競賽，更是意志的磨鍊。途中，友師和同學面對身體不適，也曾想過放棄，但咬牙堅持，互相鼓勵：「多撐一分鐘」，「前面就是平路了」，最終完成比賽。通過這次馬拉松，他們領悟到決心和堅持是克服困難，走到終點的關鍵。



4A 黃家樂同學及友師 Mr Rex



5B 歐陽頌晴：參加馬拉松雖然辛苦但值得，比賽中途很想放棄，但有友師 Miss Natalie 的鼓勵及陪伴還是堅持下去。

### 外展訓練 培育領袖

本校中四體育選修科學生及各組學生領袖，參加了由鵬程慈善基金會支持、香港外展學校舉辦的五天四夜戶外體驗營。這次活動不僅提供了同學們突破自我和挑戰自我的機會，也鼓勵大家在團隊合作中踐行「堅毅、感恩」的理念，為成長為未來的校園領袖做好準備。

### 歷險磨礪 淬煉團隊力量

Outward Bound HK 體驗營中的各項戶外挑戰項目，讓同學們面對自己的極限。在登山遠足的過程中，雖然山路崎嶇、濃霧籠罩，學生們依然互相扶持，一步步向山頂邁進。面對陡峭的山坡和持續的體力消耗，沒有人選擇放棄。跳水挑戰中，大家克服了心中的恐懼，勇敢地跳入水中，展現了突破自我的勇氣。營地的時光也同樣意義深遠。組員們圍坐一起，討論任務，尋求解決方案；在分工合作下，忙碌地準備晚餐，體會團隊合作的溫暖。夜晚，圍坐在一起，分享各自的經歷與感悟，以前的尷尬已化為彼此的默契與信任。



### 領袖啟蒙 踐行堅毅感恩



### 學生心聲

同學們對於這次經驗有著不同的感受。3C 的周永晴指出：「雖然山頂的霧讓路途模糊，但堅持走到終點讓我明白辛苦的意義。」4A 的林焯賢提到，在高空斷橋邊時雖感到害怕，但一旦勇敢邁步，才真正理解突破自我的感覺。4D 林芷晞則表示：「登山途中大家一度十分尷尬，但經過這次磨礪，彼此越發熟悉。前行路上，我們分享意見、互相鼓勵，原來很多困難，只要攜手就能解決。這次戶外訓練讓我學會感恩與合作，也讓我懂得：所謂領袖，不是高高在上，而是與大家並肩同行。」



2



3

## 麗瑤牧區點滴

鄧民瀚校牧

各位好。我是鄧民瀚會吏 Johnny，是葵循的新任校牧，亦是教會麗瑤堂的新堂主任。在新一年向各位問安，願主耶穌的平安和喜樂常與大家同在！

自從去年七月教會調派我來到葵循事奉，這裡的關愛文化和感恩、服務精神，使我很快便融入在這個大家庭當中。正如聖經提及：「只要心意更新而變化，叫你們察驗何為上帝的善良、純全、可喜悅的旨意。」(羅馬書 12:2) 我深信學校背後的教育理念，正是來自聖經整全的教導，叫我們的態度和品格慢慢更新改變。

我在年少時，同樣在本會另一所屬校接受教育和信仰的啟蒙——從一個佻皮任性的小屁孩，接受上主陶造，到今天有幸成為大家的校牧，實在是莫大的恩賜。而校牧一職，為的就是協助學校師生及家庭在靈性層面得著培育，能踏上跟隨耶穌，找到生命的意義和滿足之道。為此，我們麗瑤堂全體同工和教友，都非常樂意與大家同行。期待未來在堂校合作和日常生活，能有更多機會彼此認識。

今年暑假，堂會與學校將會繼續合辦暑期活動「夏日狂奔」及團契聚會等，歡迎各位同學參加。我們亦會帶同廿多位高年級同學前往台北，考察教會及交流兩地基督教服務、教育及文化；讓大家放眼世界，拉闊生命。還望各位多多支持！



## 葵循特色課程

### Guiding Pathway of Soul 中四葵循人身心靈成長的定位課程

中四學生正面對升讀高中階段的學習轉變，本校新推出特色課程——「GPS」。藉「體驗式學習」豐富其學習經歷，引導探索品格強項，提升自我認識與自信心，迎接高中挑戰。透過小組合作設計攤位，培養學生團隊精神、溝通、創造力、解決問題及自我管理共通能力；課程安排學生走進社區，從真實創業家的故事學習，並結合全方位學習與跨領域知識，讓學生學以致用，促進校園與生活中的全面成長。



### 「循趣步道」——把學習延展至社區 發掘不一樣的風景

「循趣步道」充分利用周邊環境與課程結合，進行實地學習，具體例子包括：中文科的文字寫生，應用步移法介紹社區、地理科利用麗瑤鄉和下葵涌鄉進行土地利用和斜坡的考察等。在推廣健行習慣同時，融入學科元素，關顧身心靈健康，藉此增進師生友誼與歸屬感，促進學生全面發展。

最近，我們邀請校牧、家長、教會弟兄姊妹、老師及學生共同探索「循趣步道」社區資源。校牧妮蓮來本校教會麗瑤堂與麗瑤社區的緊密連繫，分享教會多年來透過「豐衣足食」計劃建立地區互助網絡的故事。透過校牧的解說，葵循師生更深刻感受到信仰與關愛如何融入社區日常，也體會到學習原來可以無界限、無處不在。



3

## 健康家庭

學生輔導員 楊凱婷姑娘

### 好書推介

我們日復日為生活忙碌奔波，在生活中扮演不同的角色，有時背負的責任和壓力往往令我們漸漸失去快樂的能力，找不到出口……大家又會否覺得生活很累呢？

最近在偶然的機會下，接觸了一本名為《貓是最好的人生教練》的書。我的眼球瞬間被書名吸引，一聽便覺得書名很可愛，好奇到底貓如何可以幫到我們解決煩惱呢？

這本書的作者本身養了一隻後天有殘疾的貓，在一次偶然的機會下，忽發奇想，發現了貓的生活智慧，便寫了這本書向大家分享一些生活哲理。

書裏有很多章節，我抽出部分和大家分享。作者認為可以將我們的生活重心大致分為：內在的自己和外在的環境這兩部分。對於我們內在自己，我們很多時候會不自信，認為自己不夠別人好，拼命去做到最好。但往往我們可能都忘記了自己本來的樣貌便是最好，就像貓一樣，貓與貓之間不會有比較，牠們從容自得，做自己愛做的事情，什麼也不用做便得到大家的喜愛。有時候只要簡單做自己，善待自己便已經是最好的你，所以我們需要做的是好好愛自己和接納自己，自信就是最大的魅力。

外在環境方面，我們總會遇到大大小小的壓力和批評，有時會讓我們喘不過氣。面對環境的改變和壓力，動物有著強大的適應力和沉穩冷靜的力量，貓亦如是，遇到問題，牠們會釐清根源後去處理；或是改變自己的舒適區去適應變化，不讓情緒困擾自己。面對別人的想法，貓亦不會有一絲的在意，忠於自己。也許面對外來的困擾，我們需要的是悠然自得的心。

我猜想作者讓我們學習貓的生活態度，是希望我們能如貓一樣活出自己，能夠好好享受生活，從內在找回自在，懂得面對外在的挑戰，願大家可以找回內心單純的快樂。



楊姑娘推介《貓是最好的人生教練》

## 校園快訊

### 教師專業發展



班級經營



新入職同工迎新

### 身心靈健康暨葵循資訊日



角色扮演攤位



感恩社會各界支持本校，為學生締造理想學習環境



跆拳道表演



師生與愛爾蘭總領事合照



教職員合照



葵青地區康健中心與本校師生攜手為社區帶來身心靈健康的訊息