



沛萃

第四十七期(2024年7月)

老師委員
蘇麗麗老師、蕭曉紅老師、
周穎瑜老師、林穎然老師、
葉修文老師

學生委員
4A張凱嵐、4A何梓健、
4A郭靜恩、4A郭施呈、
4A林淑瑩、4A麥晉邦、
4A柯沛嘉、4A徐倩恩、
4A楊熙彥

更多最新資訊



學校地址：將軍澳運隆路三號 電話：27047002 傳真：26237885 網址：<https://www.cpc.edu.hk>

開拓國際視野 發揮無限潛能

本校電腦學會及科技學會的同學，在本地賽表現出色，屢奪佳績，歷年均獲得國際賽的參賽資格。今年同學分別到日本及美國參加國際賽，同學在比賽中發揮團隊精神，突破潛能，與聯隊隊友合作無間，互相觀摩交流，受益匪淺。比賽之餘，同學到訪當地著名名勝，體驗國家獨特的風土人情，遊覽博物館，是難能可貴的人生體驗。

日本 VEX IQ Robotics Competition - Japan Cup(2023-24) 冠軍



與來自美國的聯隊合作，建立默契



勇奪比賽冠軍，凱旋而歸



香港比賽代表隊亦隨其他國際隊伍參觀富士山

美國 VEX Robotics World Championship 2024



開幕禮香港代表出場



與各國選手交流心得，建立友誼



到自然科學博物館學習

STEAM

STEAM教育日趨普及，社會將迎來更多科技創新的轉變。為配合時代發展的需要，讓同學能及早裝備自己，本校於校外及校內開展各項STEAM課程，同學透過參與不同工作坊，在老師悉心指導下，進一步提升解難、應用知識及技能的能力。課程包羅萬有，同學樂在其中，享受每次的體驗。

午間工作坊



自製海洋蠟燭，新奇有趣



齊心協力完成自製滅火筒



酸鹼試紙煉製工作坊，
同學細心進行實驗



防震建築工作坊，建造穩固高樓



機械手製作工作坊



AI科技幻想繪圖，發揮創意



靜電體驗，新奇有趣



陶笛DIY，邊玩邊學



球體探索，提升解難能力



製作日晷，深化三維投影及
圓周運動的數理知識



密鋪平面，應用平移、
反射、旋轉概念



利用三角學和圓性質的
概念設計方輪車

跨校活動



乾冰磨菇雲



生物VR身體解剖



花草燈工作坊



機械火操控體驗



眼明手快考反應



單車發電



神奇空氣炮



紮染藝術，培養藝術觸覺

傳媒報導
星島日報 17-4-2024



學校開放日

本年度開放日活動多姿多采，讓坊眾更了解學校辦學理念和特色，安排不同類型工作坊和體驗活動，配合STEAM學習元素，內容有趣且具挑戰性。各學習領域，在不同課室展示同學的學習成果；叫人留下深刻印象。學校亦特意邀請家長參與親子工作坊，共享親子時刻，培養良好親子關係，共度一個既愉快又富意義的下午。

升中資訊日2023



青少年科藝嘉年華2024



English Fun Week 2023: 'English is Art'

The English Fun Week this year was a resounding success! This year, our theme was "English is Art", which aimed to explore the inherent beauty of both English and art. In collaboration with the Visual Art department, the English team created a variety of enchanting game booths for students to participate in. These included "Descriptive Art", where students described renowned art pieces, "Art Match", where they matched pictures with depictions, and "Virtual Art", where they could create their own pieces of art.

In addition to the exciting game booths, students were encouraged to engage in English conversations with teachers in order to earn stamps for handmade candies. The involvement of students during the English Fun Week was exceptional, and we all experienced tremendous joy throughout the event!



Expanding Horizons: Engaging English Activities

This series of diverse English activities aims to provide students with additional opportunities to interact with the English language in a more relaxed and stimulating environment outside the classroom. It also helps students to foster a love for English that extends far beyond the academic curriculum.

The enthusiastic participation of students has been a highlight, as they thoroughly enjoyed the inspiring talk by Mr Vivek and the Ageism talk by Project Futurus. They also experienced the joy of the drama performance by Dove Tales.

The activities encompassed a wide range of fascinating and interactive formats. For example, the bingo games in the ageism talk were designed to challenge stereotypes surrounding age discrimination, and students had the chance to taste purée specially designed for the elderly. Through these remarkable experiences, students gained exposure to different English-speaking contexts and developed a deeper appreciation for the versatility and richness of the English language.

Inspiring talk by Mr Vivek



Drama Performance 'Beauty and the Beast' by Dove Tales



Interactive discussion on Ageism by Project Futurus





中華文化日—龍年元宵園遊會

「爆竹一聲除舊歲，春風送暖入屠蘇。」寒暑交替，萬象更新。中華文化日正好迎接這個生機勃勃、充滿活力的時節。同學以親身體驗的方式，例如投壺、寫揮春、猜燈謎等來接觸中華文化。活動既讓同學認識更多博大精深、歷史悠久的中華文化特色，又有助加強傳統文化的傳承。



禮堂人山人海，充滿傳統喜慶氣氛



大家都非常投入活動



贏得豐富獎品，為圓滿的學習日合照留影

中學課程體驗日2024

為加強小六同學和家長認識本校學習模式和多元智能活動，幫助同學為升中做好準備，本校特設課程體驗日，讓同學遊覽校園，也有課堂學習和親子活動，動靜結合，師生、家長樂也融融，盡顯關愛文化。同學態度認真投入，獲得老師一致讚賞，期望同學不止帶走筆記，更有滿載的知識和回憶。



知識源於生活，透過簡單工具學習支點和力點

合作交流，動手製作，求得立體模型的點線面

親子閃避球賽，同學總嚷著再來一場

健康教育週2024

為提升同學對健康生活的認識，本校舉辦「健康教育週」，透過攤位遊戲、體驗活動、親子工作坊和專家講座，向學生和家長分享正念的資訊，鼓勵同學在校園多接觸大自然、參與放鬆身心的活動，以學習控制情緒、提升解難能力，建立健康生活方式和良好人際關係。活動精彩多元，同學都積極投入，樂在其中。



認識水果對健康的好處，共嚐美果



搶快拍踏，反應慢一點都不行



拋圈遊戲，考眼力、訓練肌肉協調、
認識減壓方法



寫書法，畫梅花，既賞心又悅目



大哥姐攻防戰，有策略有技術



午間音樂會，飯後齊來欣賞同學演奏的輕音樂



社際閃避球比賽，講究合作和敏捷



圖書館開設專題書展，推介健康書籍及舉辦
「心靈作家講座」



親子健體班，建立親子運動的習慣



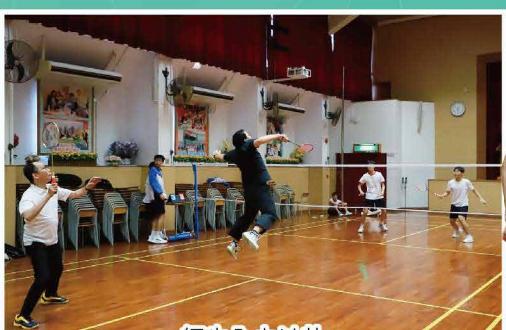
全力搶攻



同學互相合作，突破防線

師生球賽

四月份舉行了兩場師生球賽，分別為足球及羽毛球賽。師生合力上演精彩的比賽，並展現出精湛球技，呼歡聲此起彼落。是次活動不但能拉近師生距離，更能讓彼此在繁忙的課業中，透過友誼賽放鬆身心。



師生全力以赴



友誼第一，比賽第三

拒絕賭博週2024

沉迷賭博，會令青少年精神不振、沒精打采、上課打瞌睡，進而影響家庭和朋輩關係，甚至不慎觸越法網。是次活動由「平和基金」資助，幫助學校在校內推廣拒賭訊息。同學透過思維圖、學科知識、遊戲、閱讀、電影及講座等活動，反思賭博的成因和影響，更有機會學習輔導技巧，達致互勵互勉，盡顯關愛。



齊齊換領「一分耕耘」套餐享受踏實付出的成果



同學積極參與及學習，現場氣氛熱烈



組合戒賭金句，理解古人對賭博禍害的看法



學習規勸和輔導的心態和技巧



分析賭制的機率，明白應遠離賭博



透過配對活動，讓同學認識賭博相關英文詞語



家教會舉辦戒賭中心講座，讓家長掌握相關支援的資源



圈出理財和賭博行為並分析其結果



德公組透過擲彩虹遊戲讓同學明白賭博贏面極低



明愛展晴中心安排滾球活動，讓同學明白十賭九輸的道理



旅遊與款待科教同學認識賭具對賭客的不公



百日宴派發精美禮包和紅雞蛋，幸福滿滿

導師計劃

為了讓中一新生盡快適應校園生活，融入張沛松大家庭，學校特設各式各樣的活動，令中一新生能夠更了解自己的性格、興趣和才能，發展所長。活動過程中，同學表現積極，全程投入活動之中，大家都樂而忘返，並與同學、老師建立和諧融洽關係。



破冰遊戲互相認識



師生中秋慶團圓，享受節日的美好時光



齊齊製作冰皮月餅與家人品嚐



萬聖節前夕，品嚐傳統南瓜湯



一起掛上聖誕掛飾，共享節日氣氛



STEAM/AI繪圖工作坊



溫室大發現



插花與心靈之旅，舒展身心

二五成群

二五成群，顧名思義，就是讓大家把握星期二和星期五課後沒有補課的時段聚在一起，讓同學透過趣味活動學習知識、開拓視野、培養多元興趣。活動聯結多個學科，幫助同學有機整合不同科目的知識，深度學習。同學或外出考察，或動手製作，或體驗平日少接觸的領域，更易得到樂趣和深刻的記憶。

中史科「大師級」講座



香港大學填詞講座



親子食療講座《中醫師話你知》



親子食療講座《與營養師談談，要考試得飲食點樣升級》



普通話互動話劇



STEAM包山製作



長洲平安包工作坊



盡展所能

中醫工作視察(聯合醫院)



中醫師講解中藥的類型、煎藥方法、治療方法等

化妝體驗班



老師講解遮瑕點法、畫眉公式、鼻影起始點

少林武術體驗班



學習少林羅漢拳，強身健體，提神減壓



入讀中醫藥學院的師兄和同學學習下針的角度和力度



練習上底妝力度、判斷膚色與中和色的選用



同學上台演練，力度十足

日式抹茶文化體驗班



練習篩茶和攪拌，學習飲用抹茶的禮儀

咖啡拉花及開業資訊工作坊



練習晃動鋼杯技巧，畫出葉子和千層心

重陽書法體驗班



研習重陽相關詩詞，寫書法感受節日氣氛

日式餐桌禮儀及筷子文化工作坊



透過講座和遊戲認識筷子的禮儀和文化



學習咖啡萃取與牛奶比例對拉花的影響



閱讀古今書法流變論文，於早會向全校分享

師生茶聚



同學按照所選茶品，選用不同茶具和擺置方法



與老師談談校園生活趣事，其樂融融

龍年神獸印章雕刻



翻查篆體字，製作陽文印或陰文印



同學更為老師、同學和寵物刻製印章

獎項

春雨



細雨灑我脚下，我起舞蹁躚

第60屆學校舞蹈節
第52屆全港公開舞蹈比賽
全港專業舞蹈大賽HKPDC

甲級獎
銀獎
銀獎



比賽表演出色，榮獲多個獎項

趣說巧鼓



少女的歡聲笑語，伴隨著清脆的鼓聲，隨風傳來

第60屆學校舞蹈節
第52屆全港公開舞蹈比賽
全港專業舞蹈大賽HKPDC

甲級獎
銀獎
銀獎

雨靈



雨灑大地，是雨靈在翩翩起舞

第60屆學校舞蹈節
第52屆全港公開舞蹈比賽
全港專業舞蹈大賽HKPDC

甲級獎
銀獎
銀獎



葉落了，找吧，那個我們念著的寒天

第60屆學校舞蹈節
第52屆全港公開舞蹈比賽

甲級獎
銀獎

忘憂鼓



忘憂鼓隊首次出賽，成績斐然

全港青少年盃音樂大賽
忘憂鼓隊－鼓樂組（中學組）**冠軍**

古箏



中四陳詩穎

全港青少年盃音樂大賽
箏獨奏（四級）**冠軍**



中三朱敏怡

全港青少年盃音樂大賽
箏獨奏（四級）**亞軍**

鋼琴



中五吳施亭

全港青少年盃音樂大賽
第四屆香港青年兒童音樂家大賽2024

古箏獨奏（四級）**銀獎**

鋼琴獨奏（六級）**冠軍**
鋼琴獨奏（六級）**金獎**

獎項

西貢將軍澳優秀青年計劃2023-24



本校師生與嘉賓合照

西貢將軍澳區優秀青年
最佳參與獎

VEX IQ 東九龍少年工程機械人挑戰賽



榮獲冠軍獎項並與警務處處長蕭澤頤先生合照留念

聯賽冠軍

2023-2024全港山地車賽



中四李樂頌

男子新秀組 冠軍

佛山市三水區「工青杯」 武術賽暨中國武術段位制



中四余沛林

中學校際田徑比賽



中三鍾嘉樂、林昊

男子乙組跳高 冠軍

男子乙組跳遠 季軍

男子乙組鉛球 季軍

2023年至2024年度西貢區 公益少年團主題活動：

『公民責任共承擔 團結同行
建未來』(胥牌比賽)



同學作品深得評判欣賞

最佳視覺效果獎

無毒「郵」心起 2023-2024 郵票設計比賽



得獎作品製作成郵票，向公眾發放
「珍愛生命，連離毒品」的訊息

亞軍

冠軍

面具設計比賽23-24



中五徐梓朗

傑出作品獎

獎項

2024環亞太杯國際數學邀請賽(進階賽)



得獎同學於暑期遠赴上海復旦大學參加亞太區總決賽

三等獎9名

粵港澳大灣區數學競賽2024(總決賽)



同學今年3月前赴澳門出賽，表現卓越

3個獎項

杜拜

美國未來智能學生奧林匹克比賽(數學國際賽)2023/2024



得獎同學於6月遠赴杜拜參加「未來智能學生奧林匹克比賽(數學全球賽)」

銅獎8名和優異獎3名

第二屆中學至港學界中國茶藝比賽冠軍



以「虛室絕塵想」為主題，表演獲得評判讚賞。

冠軍

全國青少年語文知識大賽 『菁英盃』現場作文(全國總決賽)

深圳



25個獎項

第75屆香港學校朗誦節



中五李穎俊、張泳淇

**英詩獨誦 亞軍
英詩獨誦 季軍**

年度中國歷史人物選舉 2023



本校連續四年獲得此殊榮

最佳活動推廣金獎

(參與的三百多間學校中，
共有兩間小學一間中學獲得此殊榮)

第十二屆校際香港歷史文化專題研習比賽



同學以「『粵』來『粵』愛：
粵劇與香港鄉情——
以神功粵劇為例」為題，
完成約一萬字的研習報告，
榮獲大會評為「高水平作品」。

冠軍

國家化學測試 (International Chemistry Quiz, ICB)



同學表現出色，奪取佳績

**優異獎1名
榮譽獎2名**