



「立己達人」是五育中學於1978年創校以來的校訓，學校致力培育學生成為「懷自信、互關愛、敢承擔」的五育人，建立立身處世的修養。踏入45周年，學校回應現今全球發展需要，以「傳承・創新，五育人同行」為校慶主題，加入了現代元素重新演繹一直以來的校訓，為的是教育使命。



▲五育中學校長馮潤儀強調學生要五育並重，學術與非學術項目也要平衡發展，發掘潛能。

活出五育精神 立己達人、感恩珍惜、回饋社會



►校長與三位副校長於環保天台花園合照

學校起動 豐富資源 培育多元發展

五育中學自2011年起，參與九龍倉集團推行的「學校起動」計劃（Project WeCan），屬首批參加的中學，計劃除了提供1,200萬元的資助外，更為學生提供多元化的學習和體驗活動。馮校長指活動種類極為廣泛：「例如在商場參加模式像年青的「趁墟做老闆」活動，同學結合經濟科、視藝科、科技與生活科、設計與應用科技科的知識，由設計產品、決定貨量，到訂立銷售對象和策略，都由學生一手包辦，訓練他們的營商智慧。我們也會與會德豐地產的義工隊探訪區督會，與該校學生一起做手作、帶領維港遊，藉此建立同理心及領導才能。」



▲到企業實習一般是大學才有機會體驗的活動，五育中學獲得與會德豐地產合作，讓高中生參與「職場體驗」計劃，獲益良多。

走出校園 全方位學習 燃點求知慾

馮校長直言，追求知識不一定局限於課室，假如同學能走出班房，融入社區和生活，結合科本知識，學到的知識將會更深刻。「學校每年舉辦兩次「全方位學習活動」，深受學生歡迎。中一學生在「遊走中上環」中，自行構思路線到中、上環及灣仔探索不同歷史和文化景點，訪問途人，完成指定任務。學生能將知識學以致用，認為活動既好玩，又能帶來成功感，更可以令他們大開眼界。」



▲踏出班房，學生以英語訪問外籍人士，活學活用。

校友分享

對信信博士
香港浸會大學國際學院首席講師
母校令我有最深刻的印象是教學團隊的全情投入、栽培和照顧，令我非常感動。一班必然有不同程度的同學，但老師總會想盡辦法深入淺出，協助同學理解，一個方法行不通便想出另一個方法，務求令學生成績進步。至於地方，除了班房和球場，教員室和校長室外的走廊是我「難忘」的地方，還記得我偶爾懶皮的時，就在那裏被老師罰企，回想起來，很感恩得到老師的包容和循循善誘的愛心，才能成就今日的我。

梁靜茵中醫師
香港中文大學中醫學系畢業生
轉眼間已畢業多年，現在我已是一位高級中醫。感恩我在母校遇到多位老師的栽培，讓我由懶散到初中竟然考上第一名。從此我明白雖然天資不高，但只要肯付努力，還是可以考到好成绩，也燃點了我對學習的熱愛。感激當年不辭勞苦地犧牲午飯時間，課後及假日替我補課，甚至在公開試期間為我備試的老師，他們所做的都是出於對教育的熱誠。期待45周年校慶能重遊母校，與老師和學姊相聚。母校多年春風化雨、桃李滿門，祝願學校繼續不忘初心肩負教育使命；學弟、學妹活出豐盛美好的人生。

蔡云生
香港科技大學工程學系畢業生
我在五育中學獲得優秀的成績離不開各科老師的悉心教導，他們不僅花心思設計課程內容，還針對學生的弱點在課後補習。對於大家較弱的英文科，老師會用盡不同方法提升我們的英語能力，如每週透過讀報了解時事新聞。最難忘的校園回憶一定是跟同學補習到天黑才回家，大家變成彼此的戰友，互相鼓勵，一起進步。這也鼓舞我今天持續學習，與我的團隊互相激勵，完成不同項目。我曾經以為考上大學很困難，但只要你自己相信，給自己一個努力的機會，就能做到！行動起來，你會發現你是充滿無限可能的！

陳樂昊
賽馬會實習練馬師
我十分懷念在五育生活的點點滴滴，與同學一起讀書及參與活動的日子，還有各科老師及校工對同學無微不至的照顧，在五育的生活就如另一個「家」。感恩有老師的啟發及同學的陪伴，讓我度過了一個精彩愉快的校園回憶。在學業生活，更讓我找到個人的發展方向及目標，衷心感謝五育中學。希望各位五育學弟學妹敢於嘗試，聆聽老師對你們的叮嚀，因為這是迎接社會挑戰的最佳準備。最後更要學懂感恩，珍惜身邊的一切事物，成為對社會有貢獻的「五育人」。

家長會主席

徐楚頌
家長會主席
由衷祝賀五育中學45歲生日快樂！學校今年舉辦一連串的校慶活動，由開學日的校慶啟動禮開始，已令我深感振奮。「十年樹木，百年樹人」，教育工程、培育未來社會棟樑任重而道遠，五育中學的努力及優質培育，大家有目共睹。感恩孩子當初成為五育學生，學校致力為同學建立關愛的環境，加上老師的諄諄教導，為學校營造了良好的學術氣氛，讓學生身心得到平衡發展。盼望各位同學及家長繼續積極參與校慶活動，一起慶祝五育的大日子，並展望更美好的明天！

校友教師

梁寶珊
中史科、通識科、公民與社會發展科老師
有幸在五育中學遇上一位對教學極具熱誠的歷史科老師，他的用心教學啟發了我對歷史的興趣，亦因教師是有意義和具挑戰的職業，驅使我投身教師行列。大學時期，我仍然在母校擔任查軍領袖，所以一直了解學校的發展方向，當時我已立志回母校任教，傳承「五育人」的精神。今日的五育學生比昔日的學生更為主動、有活力、多才多藝。母校近年在學與教方面，都推行不少措施和舉辦相關活動，如自主學習、全方位學習等，都令學生有所裨益。

學生心聲

王詠儀（中五）
學生會主席
回想中一時，我還是個懵懂的女孩，就被老師推薦擔任人生第一次的開幕禮司儀，那份緊張至今依然深刻難忘。正因為那次機會，造就我日後參加更多的演講和辯論比賽。非常感謝老師用心發掘我的才能，我才得到不少難得的機會，讓我們提升自我價值和成就感。我在中四時參與「職場體驗」計劃，在九龍倉旗下公司當實習生，為我提供寶貴的職場實踐機會，增廣見聞。由於我打算升後進修幼兒教育專業，學校推薦我修讀「應用學習」課程，讓我初步了解幼兒以至特殊兒童的需要，對我在這方面進修和發展都有莫大幫助。

崔子晴（中五）
「會德豐傑出體藝成就獎」得主
兩度奪得學界自由泳50米冠軍，為校爭光，是我中學生涯最大的成就，雖然習泳已有12年，但我曾想過放棄，幸得體育老師發掘我的潛質，鼓勵媽媽讓我堅持練習，接受正規訓練，才一步步由第12名，攀升至第8名、第4名，最後經常在水運會和校外比賽游出第1名佳績，屢獲獎項，令我以為自己為傲。縱然我花上不長時間操練，但游泳使我能在不同層面都得以成長。運動產生推動力，讓我積極，勇於面對過失；也提升我的集中力和應變能力，更加專注學習，得着確實不少。

盧麗琪（中二）
「英語延展教學活動」英語大使
就讀小學時，我的英文成績平平。升上中學後，我參加了「英語延展教學活動」及擔任英語大使，參加各種活動，跟國際學校港島中學學生每星期作2次網上交流，全英語溝通、了解外籍學生的生活背景、文化和習慣，令我由最初欠缺勇氣與外國人溝通，變成即使在街上遇上外國人問路，也能大膽應對。現在我已能於日常生活大膽運用英語，變得更有信心。感謝學校提升了我學習英語的興趣，也為我們提供了很多收看英語電視節目和閱讀英文書本的機會。

英語延展教學活動 趣味語境提升語文能力

五育中學一直重視學生在兩文三語的發展，除了初中部分班別以普通話教中文外，學校近年積極推行「英語延展教學活動」。自初中開始，部分班別以英語學習不同科目，如歷史、地理、科技與生活、設計與應用科技、視藝藝術、數學及綜合科學科；我們也加入各式活動，提升學習英語的興趣，令學習融入生活。例如邀請60位國際學校港島中學的外籍學生到我校參加節日活動，定期作網上交流；另外，透過「學校起動」計劃，學生在暑期到香港中文大學和香港教育大學進行英語培訓，參加

由外籍攝影師教授的攝影工作坊，探訪外籍長者居住的老人院，為他們表演魔術、與長者一同做手作等，大大提高了學生接觸英語的機會。我們更鼓勵學生籌劃及推展英語活動，令他們更投入。不同級別的學生都十分享受這樣的學習過程，透過真實的英語語境，很多同學都由害羞變得自信，顯著提升了英語的聽懂和溝通能力。



▲中一級同學以英語學習製作食物



▲國際學校港島中學師生來到五育中學進行交流活動

一人一體藝課程 尋找自我 終身學習

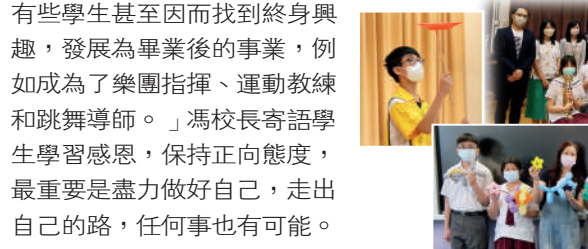
五育並重，是五育中學強調的發展方向，所以學校尤其著重「一人一體藝」課程，拓闊學生的經歷，培養終身興趣。「我校提供多元化的課程，如ARVR虛擬實景製作、運動攀登、檣球、弦索、管樂、維要、非洲鼓，以至靜觀藝術等，當中不少項目更外聘專業導師教授。有些學生甚至因而找到終身興趣，發展為畢業後的事業，例如成為樂隊指揮、運動教練和跳舞導師。」馮校長寄語學生學習要盡心，保持正向態度，最重要是盡力做好自己，走出自己的路，任何事也有可能。



▲在體藝方面有傑出表現的同學獲頒「會德豐傑出體藝成就獎」



▲五育中學重視生命教育，鼓勵學生互助互愛，每年9月舉辦開學周，早前學生在開學周製作驅蚊包，派發予全校同學。



▲「一人一體藝」的活動包括弦索、管樂、敲擊樂、扣氣球和維要等，非常多元化，期望學生能在其中發掘興趣，尋找自我。

全面小班教學 境外交流體驗 照顧學習差異

自2011年起，五育中學參與「學校起動」計劃，有幸與會德豐地產及香港中文大學結成合作夥伴，並獲撥款1,200萬元。馮校長稱校方選擇把資源用於全校學生參與的學習及體驗活動：「我們於各級增設一班，增聘教師，全面推行小班教學，發展自主學習，照顧學習差異；也為學生額外聘請老師回校補習，拔尖補底，提升整體的學與教效能。我們亦安排同學分組參與不同工作坊，如探訪弱勢社群，跟巴基斯坦籍朋友學習Henna彩繪，以培育學生在多方面的能力。」學校早年重視改進「軟件」，近年則着重提升硬件，如在禮堂增設LED屏幕牆、在課室加設互動電子白板，務求軟硬兼顧，配合學生學習，令他們更能享受學習過程。



►由認識Henna彩繪，到探索異國文化，都令學生感到新鮮感，從體驗中學習。

境外交流是難能可貴的體驗，馮校長稱學生在6年五育生涯中，最少有兩次參加交流團的機會，而高中生會盡量安排取得冠軍。同學去年於全港比賽中所獲的獎項眾多，當中包括：2021-2022中國中學生作文大賽（香港賽區）全國一等獎；中電智能都會創新能源比賽亞軍；第16屆國際兒童及青少年鋼琴比賽——青年組冠軍；全球音樂精英線上大賽——結他傑出少年組冠軍；樓宇安全學生大使計劃2021「泥泥泥」Check咗位Challenge；比賽——評審團全獎及最佳構圖獎；沙西區中學校際男子手球季軍；香港壁球錦標賽2022——男子A組亞軍；尤德爵士紀念基金——高中學生獎等。



▲「傑出學生境外學習團」同學參觀吐瀉著名景點波上宮，了解當地文化。



◀中四全級到北京考察，回校再向同學匯報，提升學習效能。

屢獲殊榮 表現傑出

五育中學着重發展學生潛能，同學由2011年起，共10年獲頒全港「青苗十大進步獎」；集訓隊亦連續多年於香港校際朗誦節取得冠軍。同學去年於全港比賽中所獲的獎項眾多，當中包括：2021-2022中國中學生作文大賽（香港賽區）全國一等獎；中電智能都會創新能源比賽亞軍；第16屆國際兒童及青少年鋼琴比賽——青年組冠軍；全球音樂精英線上大賽——結他傑出少年組冠軍；樓宇安全學生大使計劃2021「泥泥泥」Check咗位Challenge；比賽——評審團全獎及最佳構圖獎；沙西區中學校際男子手球季軍；香港壁球錦標賽2022——男子A組亞軍；尤德爵士紀念基金——高中學生獎等。



►青苗十大進步獎



▲第16屆國際兒童及青少年鋼琴比賽——青年組冠軍



▲樓宇安全學生大使計劃2021「泥泥泥」Check咗位Challenge；比賽——評審團全獎及最佳構圖獎



▲中國中學生作文大賽（香港賽區）全國一等獎



▲香港校際朗誦節中文集誦冠軍

五育中學
地址：沙田大圍新翠邨
學校類別：資助男女中學
辦學團體：五育中學管治委員會有限公司
主席：黃光耀先生
校長：毛錫強律師
校監：馮潤儀女士
電話：2692 1870
網址：www.nyss.edu.hk