



# 中華基督教會譚李麗芬紀念中學

CCC Tam Lee Lai Fun Memorial Secondary School

2024-2025  
好學以勤  
關愛同行



**辦學理念：**

秉承基督精神，啟發學生潛能，確立人生目標，培養學生明辨是非、自律自愛能力，建立良好人際關係，達致終身學習，成為良好公民，貢獻社會。

學校類別：津貼男女校

學校面積：8,000平方米

辦學團體：中華基督教會香港區會

宗 教：基督教

創校年份：1990年

校 訓：明道律己 好學立人

校 監：李錦昌博士

校 長：甄靄齡女士

教師人數：編制51人、自資8人

教師學歷：碩士49%、學士100%、教育文憑76%、融合教育培訓61%

**開設科目：**

**中一至中三：**

中文、英文、數學、公民、經濟與社會（中一級）、個人、社會及人文科（中二至中三級）、綜合科學、歷史、電腦、基本商業、設計與科技、視藝傳意、音樂、體育、宗教

**中四至中六：**

核心科目：中文、英文、數學、公民與社會發展

選修科目：物理、化學、生物、經濟、企業會計與財務概論、旅遊與款待、視覺藝術、體育（中學文憑）、數學延伸部分單元一

其他科目：體育、宗教、生涯規劃、價值教育及體驗式學習

地址：新界屯門新墟新和里10號

電話：2452 2422

傳真：2440 0304

電郵：tll-mail@tllf.edu.hk



學校網址

敢追夢  
就是譚李麗芬



## 擴闊視野 啟發潛能

# 多元學習鼓勵終身學習

在現今的知識型經濟中，學生單憑書本知識，實難以追上時代的變化。為使學生能在求學期間，培養出終身學習態度、累積社會實踐經驗，學會把知識轉化，中華基督教會譚李麗芬紀念中學提倡以多元學習元素，啟發學生潛能，讓他們及早裝備新時代所需的知識和技能，訂立個人發展路向，更有準備地迎接豐盛未來。

中華基督教會譚李麗芬紀念中學（下稱學校）持守基督精神，自建校以來積極培養學生明辨是非、自律自愛的能力，透過建立良好的人際關係與終身學習態度，為社會作出貢獻。對於學校30多年來人才輩出，在不同專業領域上發光發熱，甄靄齡校長認為關鍵除有賴教師團隊的支持和努力，重點更在於學生的自主學習能力。

### 「四學」培育自學能力 實現終身學習目標

為培育學生的自學能力，學校於2021學年起推行以「四學」為架構的自主學習模式。甄校長解釋，「四學」包括「自學」，即學生在課堂前的預習準備；「共學」，即學生在課堂上以小組形式共同完成學習任務；「互

學」，即組與組之間互相點評和學習；以及「導學」，由教師就學生的表現作出提點和指導。

甄校長表示，隨着知識與資訊流通，學生可以輕易透過互聯網獲取書本上的知識，所以學校和教師在專注「授業」的同時，更着重「傳道」和「解惑」，期望學生能透過上述的「四學」模式達致「四學」的目標——肯學、想學、會學及能學，繼而做到終身學習。「經過三年的實踐，我們會把『四學』模式應用到更多班級及科目，並計劃安排教師們互相觀課，進一步提升『四學』成效。」

### 建構友善社區學校 體驗式學習與生活扣連

學習講求學以致用，為使學生能將知識與現實生活扣



連，學校推行「1.5公里體驗式學習圈」，以校園為中心，在1.5公里的範圍內設置不同學習點，鼓勵學生應用所學。何樹顯助理校長表示，有關構思乃受通識教育啟發。「我們嘗試過不同的教學模式助學生學習，發現最有效的方法莫過於親身實踐，而學校周邊、學生每天接觸的生活環境正是理想的實踐場地。」

何助理校長透露，學生過去先後就鄰近學校的屯門河水質與屯門公路空氣質素進行監測，過程中包括與非牟利機構合作，藉此建立解難、分析及協作等共通能力。「此外，學校亦致力成為一所『友善社區學校』，包括開放校內部分空間供社區人士如長者使用，並由接受過義工培訓的學生，為有需要的長者提供幫助，藉此令學生和社區人士有更多互動機會。」

劉冠亨老師補充，學校作為學習的樞紐和社區的一部分，致力打破彼此間的「牆」，從而把社區的資源連結到學校，並將學校的力量、學生的能力輸出到社區。而配合「1.5公里體驗式學習圈」，學校更將有關策略應用於

STEAM教育，如去年便與理工大學設計學系舉辦「2023屯門區Make & Share」，邀請廿多間中小學展出科研作品，建立學校間的Maker文化。「近年學校在推行STEAM教育時更加入音樂元素，期望學生在初中每年能學會親手製作一件樂器如拇指琴、牧童笛及小吉他等，並將相關技術轉化到其他領域。」

### 調整班主任時間 加強學生成長支援

學習以外，生涯規劃同樣是持續和終身發展的過程。為使學生在求學期間學會建立未來發展方向和目標，學校將原本只為高中學生設置的生涯規劃課下放到初中班級，讓學生能及早認識生涯規劃。何助理校長表示，學校除會邀請從事不同行業的校友為學生分享，以及安排學生參觀各類機構，了解不同行業特色外，去年更推出「社會創業工作坊」，將社創元素引入學校，利用創意商業更好解決社會問題，助學生開拓創新精神。

甄校長指出，學校一方面致力幫助學生探索未來發展路向，同時更關注學生的身心發展。「我們除參與教育局的《4Rs心理健康約章》和賽馬會平行空間計劃外，教學團隊更一致同意將每節課時縮減五分鐘，從而建立早讀課和班主任時間，讓班主任有更多時間了解學生的需要。」她表示，在目前競爭激烈的學習環境中，縮減課時絕非易事，但教師團隊都認同學生的學業與身心健康發展同樣重要。

甄校長相信，透過學校的「四學」模式與體驗式學習等多元學習元素，再配合教師對學生的生涯規劃，以至身心健康的關注，能夠幫助學生發掘和了解個人潛能，並以終身學習態度，迎接未來的機遇和挑戰，成為敢追夢的社會棟樑。





## 由學校足球隊隊長到傑出領袖：

# 在不同領域發揮影響力

梁冠聰是我們的傑出校友，現時身兼多重角色——職業足球員、足球旁述員、社企創辦人及教練。他致力透過自己的影響力和感染力，在每一個角色中全力以赴，並將這種精神傳遞給他人。無論是在球場上、評述席間，還是在培育新一代足球人才的過程中，他都努力以身作則，將自己的熱情和專業投入到每一項工作中，以期在不同領域中都能夠有所作為。

### 憑熱情和決心改寫母校體育歷史

梁冠聰剛入學時對校內梯間並無足球相關的剪報報道感到失望，並因而激發他對足球的熱情和決心。「猶記得剛入讀中一時，眼見樓梯間貼滿籃球隊的新聞報道，坦白說當時的我並不喜歡，懊惱為甚麼連一篇足球報道也沒有，從此我下定決心要令足球受到學校重視！」憑藉這股決心，他以隊長身份帶領球隊連續橫掃屯門區丙組、乙組及甲組冠軍，並於2009年首次帶領校隊參加學界精英賽，成為歷史上首支打入四強的屯門區學校。儘管最終止步於四強，梁冠聰的努力為學校足球奠定了基礎。翌年，譚李麗芬成功捲土重來，最終奪得全港學界足球精英賽冠軍，

至今仍然是屯門區唯一的精英賽冠軍學校。

### 譚李麗芬成就今天的梁冠聰

對梁冠聰而言，譚李麗芬不僅是他足球夢想的起點，更是塑造他領導能力的重要場所。「我很感激當時足球隊負責人胡裕星老師，給予我相當大的自由度，嘗試擔任球隊領袖的角色，讓我參與球隊的戰術制訂、管理、維繫球隊關係等領袖角色。」他在胡老師的指導下學習到「做好自己」的精神，這種精神一直影響著他的人生。他在這裡不僅學會了如何領導球隊，也學會了如何在挫折中成長，這些經驗對他後來成為職業球員和斜槓一族 (slasher) 打下了堅實的基礎。



儘管梁冠聰在校時常因長期訓練而缺席課堂，與同學相處的時間不多，但他仍然得到了同學們的支持。同學們會幫他抄寫筆記，協助他追趕學習進度。而老師們也會調節補課時間，甚至在小息和午息時間為他進行補課，確保他不因足球而影響學業。他表示，譚李麗芬的師生情誼和同學間的互助，成為了豐厚的土壤，讓他能夠發揮潛能。「譚李麗芬的人情，成就了今天的我。」

### 以身作則從微小事情做起

除了職業足球員的身份外，梁冠聰目前還是一名足球旁述員，並創立自己的足球學校。他表示不同的機會讓他能夠發揮自己的能力，並將足球作為表達自我和精神追求的媒介。「上天賜給我領導能力和感染力，而足球則是我

透過後天練習得來的技能。」他強調，正是這股內在的動力，促使他在各個領域都追求卓越。他現在身兼教練的角色，致力通過微小的管理改善來提升團隊的表現，並認為足球以外的管理同樣重要。

「做好身教很重要，要從微小的事情做起。」梁冠聰希望以身作則，幫助新進教練達到一定的要求和水平，並建立自己的風格和價值。近年，梁冠聰積極參與女子足球的發展，協助不少球員前往國內和海外尋找職業發展機會。他認為，推動女子足球不僅有助促進性別平等，還具備巨大的商業潛力。「女子足球是一個充滿潛力的領域，不僅在性別平等方面具有重要意義，還能帶來可觀的商業回報。」

### 寄語師弟妹：

## 勇於嘗試，堅持夢想

梁冠聰所創立的社企目前正申請認證，過去他們已經舉辦了免費協助低收入家庭的足球課程，未來他希望能夠幫助弱勢青年投身教練工作，從而提升香港足球教練的整體水平。「我希望我們能為社會培養出更多優秀的教練，並讓香港的足球環境更加多元和包容。」

對於仍然在學的師弟妹們，梁冠聰對他們有深切的寄語。他鼓勵年輕一代勇於嘗試不同的事物，並在過程中學習和成長。他強調，無論面對多大的困難和挫折，都不要害怕，因為這些都是人生的一部分。「要尋找一個可以陪伴你、支持你的人，與你一起面對挑戰。」





「四學」環節的分項 (何世敏博士, 2023)

## 自主學習 成就未來

自主學習 (Self-regulated Learning, 又稱自我調控學習) 是指一種能力, 能夠控制思考和行動, 以實現個人的目標及回應環境要求 (Zimmerman, 2008); 自主學習又可以是指一個主動、建構的過程, 當中學習者訂立他們的學習目標, 然後在他們目標的引導和所處環境的限制下, 嘗試監察、調節、控制他們的認知、動機和行為 (Pintrich, 2000)。

本校於2021-2024年度將「推動自主學習」列為學校的三大關注事項之一。本校有幸邀得自主學習專家何世敏博士到校指導, 運用「四學」架構 (包括學生自學、組內共學、組間互學及教師導學) 設計和實施課堂教學。我們期望學生透過「四學」逐步調節學習表現, 包括動機、行為、認知及元認知策略, 達致「想學」、「肯學」、「會學」及「能學」, 成為課堂學習的主角。



過去三年, 中文科、英文科、數學科及人文科在初中級進行了多次課堂研究, 由探討學習難點、設計課案、撰寫學案, 到準備教材、進行觀課和課後議課, 一絲不苟, 彰顯了本校教師團隊的專業精神。2023-2024年度四科首次共同舉行公開課, 邀請校外同工到校交流, 切磋學習, 並有教師在香港中學校長會主辦的自主學習教師表揚計劃中獲得嘉許。科學科亦於中一級開始進行自主學習課堂研究, 以提升學生的科學探究精神。除了課堂研究, 各班還設置了分組座位表, 方便各科統一進行分組「共學」、「互學」活動, 促進良性競爭, 激發小組學習動機。

為了配合自主學習計劃, 本校逐步推行BYOD (Bring Your Own Device) 政策, 本年度中一至中五級學生已配備一人一iPad, 並在課室內設置了電子白板, 教師在上課時更輕鬆地進行分組活動, 學生也能更方便地展示及匯報學習成果。

總結過去三年成果, 我們喜見學生開始習慣自主學習的課堂模式, 更積極投入課堂活動, 展現出自信和與人溝通的技巧。教師減少了直接講授的時間, 更能掌握學生的

學習狀況, 並提供適切的回饋, 幫助學生達成學習目標。展望未來, 全體教師將在日常教學中融入「四學」元素, 令自主學習的文化在本校落地生根, 使學生在課堂內外都能發光發亮, 成為二十一世紀的終身學習者。





## 社校結連共學共樂 齊創友善社區學校

本校積極嘗試與社區連結，善用社區資源為學生提供體驗式學習的機會，並向社區開放學校資源，使之發展成一個以人為本、服務社群的友善社區學校，重新建構及強化學校在社區上的角色。

創建一所友善社區學校不只為學生傳道、授業、解惑，更為整個社區提供一個包容的環境及場所，連結社、政、商、校、民，共建一個社會資本共享平台，推動互助、共融精神，既可為學生提供多元的學習機會及培養他們的正向價值，又可以為回應社區需要，彌補社區內的服務缺口。

### 推行友善社區學校 開創教育新景象

推行友善社區學校為本港教育帶來新景象，直接回應現時香港的教育及社會需要，如教學單向化、社會資源不足、長者邊緣化等問題。在教學方面，友善社區學校為學生提供多元的學習平台，透過接觸社會及社區人士，擴闊眼界，而教師在教學選材和環境上亦不再限於書本及課室內，可善用社會資源，為學生提供多向導的



教學方式，以社區學習活動讓學生親身感受及經歷，從而激發他們的學習動機。此外，學生透過活動與社區人士溝通及接觸，更可學會待人接物的技巧和態度，達致長幼共融的理念。

在社會方面，友善社區學校的實踐可收資源共享之效，解決現時因人口老化持續出現的社區支援不足與長者社交孤立等問題。據「香港長者情緒健康電話訪問調查2022」顯示，約33%的受訪長者最少受到抑鬱、焦慮或孤獨其中一項所困擾，本港長者精神健康狀況備受關注。運用學校資源建立友善社區學校，開放校園予公眾人士使用，正是紓緩社區設施不足問題的良方。此外，有長者表示參與本校活動後，不但令自己多參與社區活動，更令內向、被動的同行伴侶帶來正向轉變，變得更願意接受新事

物，並一同成為本校的長輩導師，令他們的連繫感及對社區的歸屬感都有所提升。

### 好學以勤 關愛同行

本年度學年主題為「好學以勤 關愛同行」，期望學生可熱愛學習，學而不倦，同時不忘關愛親友、學校及社區，建立多方互信。學校發展成「友善社區學校」無疑為學生學習帶來裨益，在瞬息萬變的社會上，學生可打破學習時間和地點的限制，在生活的社區中自主學習，有效提升他們的學習動機。同時學生接觸社區的機會隨之增加，從中學習尊重、仁愛、承擔等重要價值，讓學生成為有質素的新一代，以應對未來生活上種種的挑戰。



## 「社區工匠」——

# 製作結他的成功故事

本校一直致力於將學校資源開放給社區，讓更多人參與並互相學習。最近，我們推出了一個特別的項目——結他製作班，不僅讓學生和長者學習製作樂器，還促進了跨代共融。該項目是本校STEAM（科學、技術、工程、人文及數學）教育的一部分，本校教師預先掌握製作結他的技巧，並傳授給學生和長者。

參與結他製作班的學生和長者都有一個共同夢想，就是擁有一支自己親手製作的結他，只因親手製作的過程比起購買現成的結他，更加有意義。過程中，學生和長者一起學習製作結他，互相交流和合作。當學生遇到困難時，長者會提供幫助和指導，而學生們也可從長者身上學習新的知識和技能。長幼互動不僅增進了彼此的了解，也讓他們學會了如何尊重和傾聽。



### 藉新知識傳授 促進跨代共融

有參與結他製作的長者表示，參與這個項目讓他們感受到自己在社會中的價值。他們不僅能夠學習新的技能，還能夠在過程中獲得成就感和滿足感。有些長者甚至將自己製作的結他送贈家人，令他們感到非常自豪。

結他製作班不僅讓學生和長者獲得實用技能，還為他們提供了一個互相學習和交流的平台。學生們在過程中學會了如何服務和幫助他人，而長者則感受到來自年輕一代的尊重和關愛。本校近年致力推動友善社區學校的發展，透過結他製作班，你可以體驗到如何利用STEAM教育實踐友善社區校園。



## Project WeCan

# 體驗式學習助學生做好生涯規劃

本校一直致力鼓勵學生發展個人潛能，並製造各種機會，包括參與Project WeCan的「學校起動」計劃，讓他們發揮其獨特才能。過去一年，本校通過校本項目和聯校活動，為學生提供了多元化的學習和成長機會，為生涯規劃做好準備。

### 社會創業工作坊

社會創業工作坊旨在提高學生對社會創業的認識，強調學生的積極參與和團隊合作。在活動中，學生先要學習社會創業的定義、基礎分類及歷史，然後探索一些具體的社會創業例子和相關議題。隨後，我們邀請社企瑜樂伽的代表來校分享經營之道，並與學生一起進行瑜伽活動，探



討長者就業和人口老化問題。通過這些活動，學生組成的小組發現社會問題，並透過小組匯報分享他們的創新解決方案。這些活動不僅提高學生的社會責任感，也培養其創新思維和解難能力。

### E-café揸弗人-營運體驗及實踐

E-café揸弗人活動為學生提供了實踐經驗和職業技能培訓。通過培訓，學生有機會學習製作咖啡及其他特色飲品，並參與咖啡店的營運工作，表現投入。E-café的學生大使不但參與接待社區人士，而且參與英語周、經商周、圖書館閱讀獎勵活動、少數族裔飲品體驗及結業禮，E-café揸弗人計劃都發揮了積極作用。這些實踐經驗不僅提升學生的職業技能和英語能力，還增強他們的自信心和責任感。通過這些活動，學生在實踐中學習，為未來的升學和就業做好準備。

