

Po Kok 90th Anniversary

寶覺中學
90周年

校慶特刊



材率百被廣澤教 載十九愛博悲慈
Ninety years of benevolence and fraternity
Nurturing future pillars for a century

2020年11月至2021年12月，適逢本校慶祝東蓮覺苑辦學九十周年，卻遇上疫情大流行，活動需要按一波又一波的疫情不停修訂。感恩在東蓮覺苑的帶領和師生並肩努力下，活動終能一一舉行。就讓我們一起細看這本九十周年特刊，回顧這不一樣而又豐盛的歷程吧！

自2019年10月籌委會顧問小組召開第一次會議後，一系列辦學九十周年活動陸續出台。包括：90周年標語、標誌及WhatsApp貼圖創作比賽，在東蓮覺苑、三校同時舉行的「東蓮覺苑辦學九十周年開幕禮暨博愛心·慈悲燈誌慶活動」，在大會堂音樂廳舉行的「山光道十五號」音樂劇，在寶覺小學舉行的校友重聚日，在香港大學舉行的本地及國際學術研討會，還出版了收錄寶覺中學、寶覺小學、元朗寶覺小學90份學生視覺藝術作品的《蓮意》和90位校友文章的《覺晴》。這次誌慶活動，可說是東蓮覺苑和三校師生橫向總動員參與的成果。

寶覺學校於1931年由何東爵士夫人張蓮覺居士創辦，中學部於2000年自跑馬地遷至將軍澳。學校辦學歷史悠久，創辦背景和發展歷程與香港社會發展息息相關。為了有系統整理苑、校歷史，東蓮覺苑於2016年成立「檔案部」，今年更與學校合作開展口述歷史計劃，開辦工作坊培訓訪問員。第一期訪問了6位校長和校友，除收集很多寶貴資料外，也為計劃持續推展奠下基礎。此外，本校於2020年開展優質教育基金「歷史『寶中』尋——歷史課程設計與校史室建設」計劃，向校友徵集文物以建置校史室，培訓學生導賞員介紹校史展覽，運用學校歷史設計初中歷史校本教材，成果在九十周年校慶展示。這次校史計劃，加強校友和在校同學的縱向連繫，同學認識學校歷史，細味前人筆路藍縷、創校發展的艱辛，體會慈悲博愛的校訓精神，學習感恩與珍惜。

疫情下社交距離規定限制了同學的校園生活，學校在符合防疫措施的要求下，趁90周年舉辦形形色色的科組、班本和級本活動，包括：班際「九十周年校慶：感恩與珍惜」壁報設計比賽和「九十周年校慶班相造型設計比賽」，中一和中二級拼砌「90」、中三級繪畫石頭畫、中四和中五級製作立體壽桃等級本活動，校慶成果展示日更有13個科組展覽，280位同學擔任工作人員。這次推動全校同學參與校慶活動，讓同學啟發潛能和自主學習，將會是寶覺人十年、二十年或以後難忘的集體回憶。

疫情下的校慶活動相片，嘉賓、校友、家長、同學、老師與訪客，相聚融融，雖然戴著口罩，但口罩難掩笑臉，足見感恩心常在，蓮花處處開。

寶覺中學陳淑雯校長
2022年1月

感恩滿載

蓮花常開

目錄

3

刊物

4

校慶活動系列

20

校慶典禮暨
校史室開幕禮

22

自主學習
成果展示

37

紀念品

39

姊妹學校祝賀短片



刊物

為慶祝東蓮覺苑辦學九十周年，寶覺中學、寶覺小學和元朗寶覺小學出版《蓮意》——學生視覺藝術作品集及《覺晴》——校友文集。兩本刊物分別以創辦人張蓮覺居士的名字「蓮」、「覺」命名。



《覺晴》——東蓮覺苑辦學九十周年校友文集

《覺晴》：「覺」是指對於四聖諦進行思維之後所獲得的智慧，「晴」則指晴朗無雲的天氣。校友文集收錄了90位校友的文章，以「感恩」貫串，讓校友憶述往事點滴，表達對母校師長感戴之情，帶出東蓮覺苑秉承蓮覺居士興學育才、弘法利生之志，為無數學子提供溫暖的學習與成長環境，各屬校人才輩出，校友在各行各業貢獻社會。



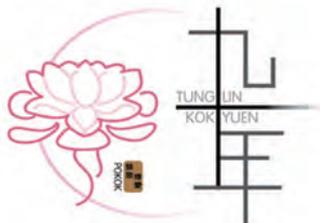
《蓮意》——東蓮覺苑辦學九十周年學生視覺藝術作品集

《蓮意》：蓮花出淤泥而不染，是美好、善良、純潔的象徵。是次學生的藝術作品以「幸福」為主題，與蓮花花語相同，期望這90幅同學的視藝作品，能為讀者帶來正能量。

標語及標誌創作比賽

2021 年為東蓮覺苑辦學九十周年誌慶，為了傳承「慈悲博愛」的辦學精神，東蓮覺苑聯同寶覺中學、寶覺小學和元朗寶覺小學舉辦以「慈悲博愛九十載」為主題的多項設計比賽，邀請寶覺屬校的教職員、學生、校友參加。

標誌創作比賽



冠軍 中五慈 陳國軒



亞軍 中三慈 嚴文意



季軍 中六博 吳茵茵



僧徹苑長與眾校董頒發獎狀予陳國軒同學



陳淑雯校長頒發獎狀予吳茵茵同學



中英文標語連同學生視藝作品，製作成樓梯畫。



標語創作比賽

學生組

作育英才千萬代

冠軍 中五愛 余卓橋

春風化雨育英才

亞軍 中一善 方楚儀
中六愛 龔子倫

有教無類桃李開

季軍 中一愛 劉樂

校友及教職員組

寶筏東蓮育菁莪

冠軍 元朗寶覺小學(職員)
鍾可欣小姐

弘法利生育人才

亞軍 寶覺中學(教師)
孟榮祖副校長

教澤廣被育全才

季軍 寶覺中學(校友)
賴建旺先生



僧徹苑長與眾校董頒發獎狀予孟榮祖副校長



陳淑雯校長頒發獎狀予賴建旺校友

最後綜合得獎作品意念，以「慈悲博愛九十載 教澤廣被百年材」為誌慶活動標語，並邀得單周堯教授題字。



單周堯教授為標語題字

此外，本校英文科老師合力翻譯的標語，獲何鴻毅先生選為誌慶活動英文版標語。

*Ninety years of benevolence and fraternity
Nurturing future pillars for a century*

東蓮覺苑辦學九十周年誌慶開幕禮暨 博愛心 · 慈悲燈誌慶活動

2020年11月20日(五)假東蓮覺苑舉行「東蓮覺苑辦學九十周年誌慶開幕禮暨博愛心 · 慈悲燈誌慶活動」。東蓮覺苑董事會成員和寶覺三所屬校的校監、校董、校長在東蓮覺苑大雄寶殿參與活動，本校中二全級學生在學校禮堂透過網絡直播，同步參與由僧徹苑長帶領的修集歡喜、傳燈傳承及誦唱三寶歌等活動，同沾喜悅。



僧徹苑長帶領修集歡喜



在東蓮覺苑大雄寶殿舉行博愛心 · 慈悲燈誌慶活動



僧徹苑長帶領傳燈傳承



中二級同學在傳燈環節中齊齊亮起蓮花燈



東蓮覺苑辦學九十周年音樂劇

2021年5月25日(二)假香港大會堂音樂廳舉辦音樂劇「山光道十五號」。音樂劇由資深藝人白茵領銜主演，聯同三所屬校的學生及東蓮覺苑領袖才能與溝通技巧課程(LCS)的舊生，合共120多位演員演出。



主禮嘉賓致辭：政務司司長張建宗先生，大紫荊勳賢，GBS, JP



致歡迎辭：東蓮覺苑董事會主席李焯芬教授，GBS, SBS, JP

音樂劇講述東蓮覺苑前賢興學育才的歷程和三所屬校的故事：元朗寶覺小學學生各展所長，為學校及社會作出貢獻；寶覺小學發揚有教無類的精神，做到文化共融；寶覺中學學生從小立志研習佛理，畢業後繼續作育英才。



嘉賓及演員代表合照



施鈺瑜同學飾演愛瑪——
一位深受張蓮覺居士辦學理念
影響的千金小姐



衍空法師及僧徹苑長帶領一眾演員謝幕



後台花絮



資深藝人白茵女士(飾演林苑長)與一眾演員傾力演出



校友重聚日

2021年7月10日(六)假跑馬地山光道寶覺小學禮堂舉辦「校友重聚日」。當天節目十分豐富，包括：東蓮覺苑董事會主席李焯芬教授致辭，僧徹苑長主持傳燈儀式及開示祝福，校友細說當年，寶覺校友會代表向出席嘉賓、校長及老師致送紀念品，最後是唱校歌、大合照及參觀校史展覽等。活動雖然受防疫安排的限制，但校友熱情不減，踴躍參與活動，把握難得的機會重遊昔日成長的校園，與校長、老師歡聚留影，共同渡過一個充滿歡笑聲的下午。



李焯芬教授，GBS，SBS，JP致歡迎辭



僧徹苑長主持傳燈儀式



眾人亮起蓮花燈，傳燈儀式圓滿。



僧徹苑長帶領誦讀《心經》



主禮嘉賓與校友會幹事合照



昔日同窗喜相逢



校友手持蓮花燈及昔日校服道具在校史展板前留影



出席活動的榮休或離職老師收到寶覺校友會送贈的紀念品都笑逐顏開



寶覺中學校友會幹事馮綺琪(左一)擔任主持，寶覺中學周敏華校友(左二)、寶覺小學賀慧珊校友(左三)和元朗寶覺小學姚文輝校友(左四)細說在寶覺的生活點滴。



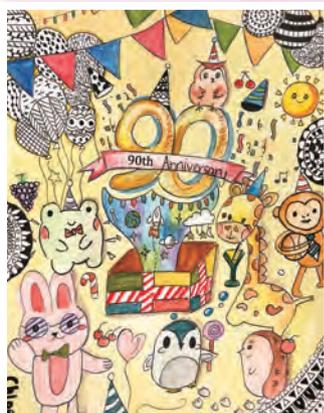
寶覺校友會幹事與李潔蘭校長(前排左三)及老師合照



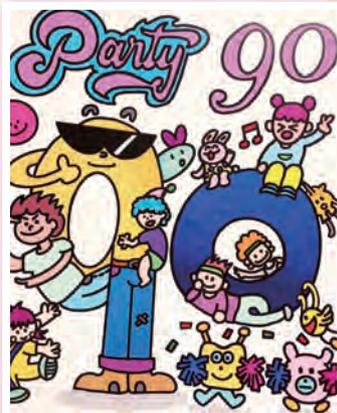
校友重遊校園，處處也是「打卡」熱點



手冊封面設計比賽



冠軍 中三慈 龍思旗



亞軍 中二善 王建文



季軍 中四博 李天浩

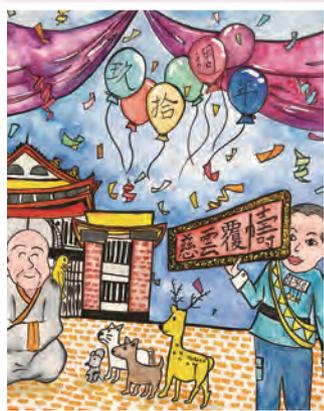


優異 中一慈 駱卓瑋

視覺藝術科每年均舉辦「手冊封面設計比賽」，2020/21 年度以「玩轉寶覺 90 大派對」為題，讓同學發揮想象，創作生動有趣的九十周年慶祝畫面。冠軍為 3A 龍思旗同學，得獎作品已印刷成 2021/22 年度手冊封面。



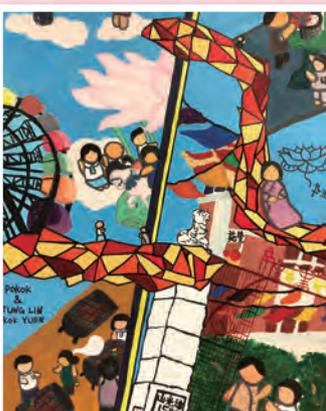
優異 中一愛 余靜琳



優異 中三慈 施鈺瑜



優異 中三善 賴紫瑩



優異 中四慈 麥嘉雯

班相造型設計比賽

2021 年 10 月 27 日 (三)，學生發展組舉行「九十周年校慶班相造型設計比賽」。各班相造型設計必須包含「九十周年校慶」、「感恩與珍惜」兩項元素，亦可包含「慈悲博愛」校訓和「啟發潛能教育」相關的價值觀。比賽前，各班主任與同學一起構思相片造型，並自行準備所需道具，例如：汽球、橫額、吉祥物等，齊齊發揮創意。



校監最愛大獎：中二善(由校監選出)



家長最愛大獎：中三善(由家長教師會家長代表投票選出)



我最喜愛班相大獎：中三博(由教職員及學生投票選出)



最佳造型獎：中六愛(由校長選出)



主題壁報設計比賽

德育及公民教育組舉辦以「九十周年校慶：感恩與珍惜」為題的壁報設計比賽。是次比賽同時配合價值觀教育的推展，學生透過參與比賽學懂感恩與珍惜，同時加強班級經營，培養對學校的歸屬感。



初中組冠軍 中一善



初中組亞軍 中三善



初中組季軍 中二慈



高中組冠軍 中六愛



高中組亞軍 中五博



高中組季軍 中五愛

感恩樹

2021年11月25日(四)全方位學習時段，中四及中五全級學生參與製作立體壽桃，為九十周年校慶製作校園裝飾，以文字和圖畫表達對學校的祝願。完成立體壽桃後，各班主任帶領同學把製成品掛在感恩樹上，並進行合照，為校慶添上繽紛色彩。



同學沿線把壽桃剪下，製作立體壽桃。



同學寫下感恩與祝福字句



同學把製成品親手掛在感恩樹上



同學投入活動



中四慈班合照



中四善班合照



中四博班合照



中四愛班合照



中五慈班合照



中五善班合照



中五博班合照



中五愛班合照

石頭畫創作

2021年11月12日（五）全方位學習時段，中三全級學生參與繪畫石頭畫，為九十周年校慶製作校園裝飾，以不同圖案、文字和色彩表達對學校的祝願。完成石頭繪畫後，各班主任帶領同學把製成品放在感恩樹下，進行合照，為校慶添上繽紛色彩。



同學們用心繪畫石頭畫



同學親手把石頭畫放在感恩樹下，向學校送上滿滿祝福。



色彩繽紛的石頭繪畫



中三慈班合照



中三善班合照



中三博班合照



中三愛班合照



齊齊拼砌 90

2021年11月12日（五）全方位學習時段，中一及中二級學生按所屬社別，與穿著不同年代校服的教職員合作拼砌「90」二字，以慶祝九十周年校慶，提升學生、教職員對學校的歸屬感。

聰社



慧社



明社



達社





《覺晴》閱讀報告比賽

中文科於 2021/22 年度舉辦了《覺晴》閱讀報告比賽，讓學生閱讀學兄學姊的文章，提升對東蓮覺苑辦學歷史的認識，體會感恩與珍惜的道理。賽果如下：

| 獎項 | 初中組 | 高中組 |
|-------|---------|---------|
| 冠軍 🏆 | 中四愛 施鈺瑜 | 中六愛 袁梓銳 |
| 亞軍 🏆 | 中四愛 盧美琪 | 中五愛 楊愷晴 |
| 季軍 🏆 | 中四愛 許天欣 | 中六愛 石澤軒 |
| 優異獎 🏆 | 中二善 吳嘉嫻 | 中五慈 陳衍霖 |
| | 中三慈 黃琛瑜 | 中六慈 林詩敏 |

初級組冠軍 施鈺瑜 (中四愛) 🏆

在散學禮中，我聽到校長介紹《覺晴》一書，書名饒有深意。「覺」代表先創辦人何東爵士夫人張蓮覺居士，而「晴」通「情」，代表此書承載寶覺人的各種回憶和感情。書中共有九十位校友寫出對寶覺小學、中學的感情和當時的經歷。校友們現在各自擁有不同的身份，有歌手、老師，也有老闆，亦有校友已經退休。儘管各人經歷不同，但同樣都有一份寶覺的情深深銘刻在心頭，歷久彌新。閱畢我亦學會像他們一樣要懂得感恩和珍惜。

當我細看此書，看到了幾個熟悉的名字——李繼豪老師和李晉慷老師，兩位老師都曾教導我，令我印象特別深刻。李繼豪老師教導我時，我只是中一，他和我們班第一次見面時，第一句話是：「我係咪好後生呢？」這讓我立刻記住了他的名字。因此，在閱讀這本集子時，我第一篇便閱讀他的文章。而當我閱讀過後，才知道寶覺令他進步不少，同時點燃他對教育工作的嚮往，立志成為教師。而在李晉慷老師的文章中，我發現有不少教導過他的老師仍在學校任教，給予我一種薪火相傳的感覺。

除了這兩位老師，我知道鄧欣老師和其他許多教職員也曾就讀寶覺，也許他們都是因為寶覺才想作育英才、培育下一代呢！

然而，令我難難忘的一篇還是文集第一篇文章，由謝忍之學姐所寫的。她在一九三六年於寶覺義學畢業，幾年前以九十三歲高齡與世長辭。文中憶述謝忍之學姐童年家貧，在瀕臨失學之際，是蓮覺居士幫助她，她才可成材，後來成為寶覺小學的校長。她的經歷令人鼓舞，亦令人感動。在男尊女卑、艱難困乏的年代，蓮覺居士給予貧苦女童無私的援助，實在難能可貴。受蓮覺居士的恩，謝忍之學姐在榮休後也將自己的部分積蓄捐予寶覺小學呢！

在《覺晴》中，最年長的「學姐」和最年輕的「學長」橫跨了八十四年，而寶覺屹立九十年。在這近一個世紀的歲月，寶覺默默耕耘，培育莘莘學子，我冀望「寶覺情」可繼續細水長流，連綿不斷。





高級組冠軍 袁梓銳 (中六愛) 🏆

適逢東蓮覺苑辦學九十周年慶典，《覺晴》這本校友文集隨之誕生，輕輕翻開扉頁，細膩雋永的「覺晴」二字便映入眼簾。常言「文以載道」，收錄了寶覺一眾校友們的珍貴回憶、個人感受的文集可謂是典範，字裡行間流露著的感恩惜緣之情讓我動容，真真切切地體會到了「唯書有色，艷於西子；唯文有華，秀於百卉」的道理。

「莊嚴燦爛覺苑中，我校矯然立……」是我在一位校友的追憶中看見的，嘴邊不自覺便哼起那熟悉的旋律，腦中盤旋的樂曲竟已在無數學子的心中流轉了近九十載。先賢創校源自於對基層百姓的關愛，寶覺的慈悲和智慧薰陶了一代又一代的學子，身為佛教學校，校園對我們的德育比起學業成績更為在乎。在六年佛家思想的陶冶下，我漸漸從動輒拳腳相加的粗鄙之人轉變為溫潤如玉、虛心受教的謙謙君子。閱讀文集時，便常和篇章中感激惜緣之情共鳴，更覺學校、師長的教育之恩難以回報。



在眾多篇章中，讓我記憶尤深的當屬簡祝宜老師撰寫的長達五頁的懷緬文章。簡老師既是寶覺校友，也是寶覺中學退休教師。在篇中，她細緻地追憶少年時在寶覺校園中的點滴——〈苛政猛於虎〉、《左傳》等文學經典作品至今仍在傳誦，在她的憶述裏有簡潔明了、快人快事的林老師、嚴厲規管學生品行的梁老師等對她的悉心教導，還有百般關懷的良師益友。雖然其中許多是我未曾聽聞或見過的前教師，但他們對學子的循循善誘讓我聯想到許多現時教導著我們的良師恩師，是他們讓寶覺廣弘慈愛、為社會培育棟樑之材的初心得以實現。「鶴髮銀絲映日月，丹心熱血沃新花」的情操延續至今，讓我感到幸福、意足。

普渡眾生，澤被千秋，知行合一，寶覺不曾停下其默默耕耘的步伐。

「山藏千秋不語，水潤萬物無聲」。「不辭辛勞明月伴，唯願書香滿人間」。寶覺的初心，盡在這本文集中。



校慶典禮暨校史室開幕禮

校慶典禮暨校史室開幕禮於 2021 年 12 月 21 日 (二) 在本校禮堂舉行，由東蓮覺苑董事會主席李焯芬教授，GBS，SBS，JP 擔任主禮嘉賓，出席典禮的嘉賓共 46 人。當天除由主禮嘉賓和校董舉行開幕禮亮燈儀式外，亦安排了手鈴隊、非洲鼓班、合唱團和口琴班表演，並頒發公開考試及校外比賽獎項，以表揚學生在各方面的卓越表現。



邀請卡



周江校董、何玉萍校董、蕭珍彩校董、譚溢鴻校董、李焯芬教授、僧徹苑長、吳志軒校董、李潔蘭校長、陳淑雯校長合照



校監、校長和嘉賓合照，背景為歷屆畢業同學班相。



一眾主禮嘉賓主持亮燈儀式



校監、校長和嘉賓於校史室合照



導賞員為吳志軒博士介紹學校歷史相片

校慶典禮暨校史室開幕禮



寶覺90周年校慶暨校史室開幕典禮(影片)



嘉賓在HoME Centre 的合照



手鈴隊、非洲鼓班、合唱團表演

自主學習成果展示

本校自 2015/16 至 2017/18 年度，以「促進學生自主學習」為關注事項，學科在 P(Preparation)、P(Participation)、R(Reflection) 三個範疇，訓練學生預習、做筆記和反思，提升學生的學習動機。2018/19 至 2020/21 年度，學科聚焦 28 項學習策略訓練，加強學生在前備 (Forethought)、表現 (Performance) 及自我反思 (Self-reflection) 三階段的自主學習能力。由本年度起，實施自攜電子學習裝置 (BYOD) 計劃，推動學生通過電子學習加強自主學習。

經過六年的嘗試，在 2021 年 12 月 21 日及 22 日，13 個科組舉辦自主學習成果展示日，分享如何透過課程設計、課業、課堂活動及聯課活動，推動學生自主學習。



中文及普通話

中文科設計校本工作紙，包括預習、筆記和反思欄，又運用電子學習平台和應用程式，例如：以 Eduventure 輔助寫作教學，Padlet 分享討論結果，增加課堂互動和即時給予學生回饋，以促進學生在前備、表現和反思三個階段的自主學習。

除了課堂學習外，中文科及普通話科亦經常舉辦多姿多彩的語文活動，為學生提供舞台，建立表達方面的自信心。學校又會隔年舉辦境外遊學活動，帶領學生放眼中華，認識名山大川，深入了解中國傳統文化與風俗。學生又經常參與校外的作文、電台廣播劇、演講、朗誦比賽等，以豐富學習經驗，培養奮進精神。



中文科及普通話科介紹



匯報學習成果



集誦表演



觀賞完璧歸趙話劇



京津遊學團





English Department

The English teachers always exert their best effort to boost students' interests in learning English at Po Kok. From our school website, you will have a better understanding of our English-rich learning environment. For regular activities, we have Inter-school speaking practice, English Tuck Shop, English Café, Halloween Funfair, Language Arts Performance, SDL week, etc. Other than these activities, students are also encouraged to take part in various public competitions and external activities, like the Speech Festival, RTHK Teen Time Programme and Drama Appreciation Workshops. Last but not least, if you want to know more about our Study Tour, the video clip on our website will not disappoint you.



In order to promote self-directed learning and cater for learner diversity, our teachers have designed different school-based materials and adopted many e-learning tools. From the video clips, you will see how teachers make use of the most updated e-learning tools, like Edpuzzle, Jamboard, Padlet, Mentimeter, Symbaloo, Grammarly, etc to encourage students to take the initiative to diagnose their learning needs, pace and goals so as to choose the most appropriate learning strategies and evaluate their learning outcomes. In short, students are provided with a wonderful English learning environment at Po Kok.



Our CNET and S.1 students



Inter-school speaking practice



RTHK Teen Time Programme



Educational workshop

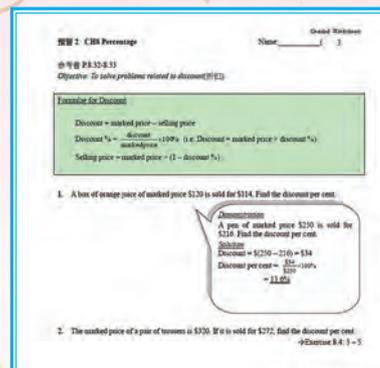


Halloween Funfair



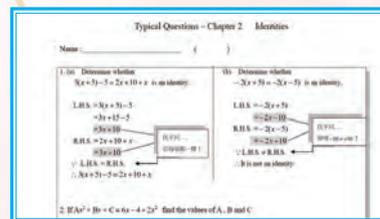
數學

數學科的自主學習策略，主要透過課堂預習、探究及反思三階段，啟迪學生的數理思維。在預習階段，老師會準備預習工作紙，讓學生在課堂前先行完成。老師會批改工作紙，了解學生的自學情況，從而調整教學策略。為鞏固初中學生的數理基礎，老師於初中每一個課題均建立核心題型筆記，讓學生了解每個課題的重點，促進學習成效。



預習工作紙

此外，老師亦鼓勵學生合作學習，中一至中三級學生需至少完成一次專題解難習作，並透過課堂分組活動進行探究。最後，在每一階段的測考後，學生會反思課業和測考表現，總結自己的強弱項，並為自己訂立下一次的測考成績目標。



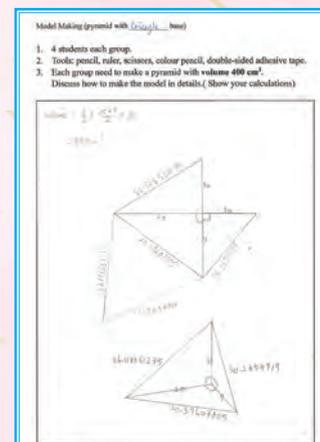
核心題型筆記



學生在課堂上討論如何製作立體模型



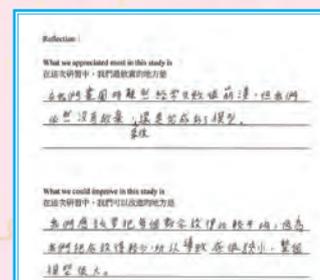
以「感恩與珍惜」為主題製作立體模型



學生的專題習作內容



小學生參與數學解難大挑戰的體驗活動



學生的專題習作反思



生活與社會、通識教育、公民與社會發展

本科鼓勵學生自主探索學習難點，掌握各課題的核心知識和重要概念，並提升學生課堂學習的積極性。因此，在自主學習策略方面，本科透過持續的預習及預習後測，幫助學生了解自己在不同課題的強弱項，以及自訂合適的學習計劃；後測更能讓學生了解不同階段的學習成果，反思所學，修訂學習策略。另外，本科亦訓練學生辨識資料和資訊的能力，學習資料搜集及援引技巧，提升學生使用資訊的能力和態度。以上能力將應用於課題資料搜集、課堂活動和筆記整理中，有助學生自主檢視學習成果。



除了課題研習外，本科亦提供內地考察機會，讓學生親身認識國情和國家發展，擴闊視野，使學生成為有識見、對社會有承擔、具國家觀念和世界視野的公民。



江彥穎同學與財政司司長陳茂波對談，表達青少年對未來發展機遇和挑戰的看法。



學生投入電子學習活動



貧富宴活動



貧富宴展板



通識遊蹤



佛學與人生



抄經前先合十靜心

本校佛學課程秉承「慈悲博愛」校訓，著重培養學生慈悲平等的精神，以佛陀為榜樣，奉行眾善，關心別人，服務社會。課程解行結合，培養學生自省、自主學習能力。



佛學科介紹

初中以佛教歷史源流及基本教理為教學重點，以生活體驗啟迪實踐。2014/15 年度，獲優質教育基金撥款發展「攝影禪」校本課程，讓學生將禪修融合攝影，發揮創意，提升生命品質。



校慶活動—
一人一字心經正念抄寫

高中以人生課題為教學重點，讓學生以佛理省思及探索人生，從而建立正知正見。在 2018/19 年度，獲優質教育基金撥款發展「關注學生身·心·靈」高中禪修課程，讓學生了解禪修基本技巧，提升專注及覺察能力。



花瓣雖已漸黃，
仍漂亮到最後。



收放自如，在手中。



世間百事，隨水消逝。



禪修體驗活動

攝影禪作品



文化中心《香光念佛》劇場藝術觀賞



「歷史「寶中」尋

在 2019/20 年度，歷史科獲優質教育基金撥款發展「歷史『寶中』尋—歷史課程設計與校史室建設」計劃。

計劃的第一部分是設計初中校本課程。本校於 1931 年由何東爵士夫人張蓮覺居士創辦，於 2000 年由跑馬地遷校至將軍澳，學校的創辦及發展，均與香港社會發展息息相關。教材參考了許多文物、相片、口述歷史等原始歷史紀錄編寫而成，讓學生建立預習、資料搜集等歷史基本能力與技巧，並透過延伸學習及反思，培養感恩與珍惜等正面價值觀。

本計劃亦舉辦多元化的課外活動，包括口述歷史工作坊，由學生負責採訪學校相關人士，包括校友及老師等，有系統地徵集及記錄校史資料；又透過校史導賞員訓練課程及導賞活動，讓學生進一步探究學校歷史，亦同時建立自信心，增強表達能力。



校史導賞員向來賓講解展品



同學到訪東蓮覺苑檔案部搜集原始史料



李潔蘭校長細說學生時期的生活點滴



同學積極參與口述歷史與校史導賞訓練



國家安全教育

本校自 2021/22 年度始，在不同學科加入國家安全教育學習元素，並通過電子學習加強自主學習。在九十周年自主學習成果展示日，生活與社會、公民與社會發展、旅遊與款待、地理、企會財、經濟合辦「寶覺『保國』安全遊戲區」，各科建立與國家安全有關的當代議題（例如社會、經濟、文化、網絡、生態安全等），透過流動電子學習裝置（例如：iPad）及不同的應用學習程式（Socrative、Kahoot、Quizizz 等），讓來賓體驗學生日常如何進行電子學習，加強對法治和國情的認識，明白保障國家安全的重要性。



國家安全教育活動介紹



生態安全攤位



學生準備參觀國家安全攤位



同學通過電子軟件認識國家安全



理科

本校理科透過多元化的教學活動，提升學生自主學習的動機。

本科每年籌辦內地考察團，讓學生進行科學實踐與探究，包括：惠州及河源水利設施考察、桂林生態及環保考察、張家界地質及生態考察、貴州生態及科技探索交流之旅等。在每年的學習活動日，我們會安排學生在本地參觀和考察，例如：污水處理廠、低碳能源中心、紅樹林、濕地公園及米埔等。本科每年亦會舉辦 STEM 活動，增加學生應用學習的機會，例如：漁菜共生、河水水質分析及空氣質素監測。我們又舉辦校內比賽，包括：「雞蛋擲地球」、「益力多保溫瓶」設計、「水火箭」及「飲管橋」比賽等，學生皆積極參與，從中建立對科學的興趣，主動探索箇中奧妙。



理科活動介紹



同學製作放大鏡



同學示範液態氮實驗



同學正進行乾冰實驗



雞蛋擲地球比賽



桂林生態及環保考察



體育

體育科積極優化設施和引入多元化的學習活動，鼓勵學生投入參與課堂活動，培養對運動的興趣，建立健康的生活模式。本科課程內容除了聚焦「運動技能」外，亦加入學生自主學習元素，例如「運動競技模式」課程，一方面教導學生如何組織和舉辦體育比賽，另一方面讓學生透過擔當組織者、教練及裁判等，學習從不同角色與身份思考問題。另外，在「小老師」課程中，每位學生均需要在課堂上擔任一次老師，自由選擇一個運動項目的技術加以設計練習，供同學參與學習。



體育科介紹

本科亦大力推行電子學習，如學生在學習個別技術期間出現問題，老師會讓他們觀看有關的技術片段及學生自己的表現，讓學生自評反思，以提升運動表現及學習的效能。



小學生正在至 Fit 教室學習出拳、控制平衡板、打桌球和擲飛鏢



STEM

自主學習是設計與科技教與學的重要過程，學生需要在課題開展前預習，為個人的學習活動、課堂實踐和專題探究預設目標和計劃，帶著好奇和求知的心探索和實踐。老師亦會錄影教學影片，讓學生在有需要時翻看，以協助學生在實作部分的學習。在每個課題完結時，學生需要按評估準則評估其學習成果，亦需要根據老師或同學在不同階段的回饋意見，改進設計想法和策略，令學習成果更上一層樓。



設計與科技科介紹



同學合作學習，共同討論設計方案。



同學搜集網上資料



教學影片



投入實作課堂，專心致志。



學生在檢視「四足機械人」的機身製作

在 2019/20 年度，學校申請優質教育基金「科學廚房——中三 STEM 課程」，讓中三學生以科學方法探究食物製作背後的科學理論。例如：不同變量（溫度、食鹽和酸鹼）對食材的影響，食材變化背後的科學原理（滲透作用、蛋白質的變化和葉綠素的構造等），量度含菌量及培養細菌的方法，認識分子料理烹飪方法（慢煮和海藻酸鈉的作用）的科學原理。在這次開放日，來賓就可以嘗試製作果汁魚子，體驗分子料理的製作過程。



小學生正製作果汁魚子



藝術

視覺藝術科重視培養學生對藝術的理解與不同表現形式的探索。初中學生透過有系統的學習，掌握不同的視覺語言和表現形式，透過藝術創作如繪畫、版畫、雕塑、攝影、動畫製作等，表達個人的感情和思想。在自主學習策略方面，學生需要學習運用網上搜尋工具，就特定主題搜索相關資料，為創作做準備。

高中同學更要以日常生活為基礎，學習觀察、分析、篩選和整理資料，後訂立自己的創作主題。學生亦需要探索物料素材，掌握其獨特性，並在過程中不斷練習和修正，自主探索，收獲成果。

學校亦會邀請不同藝術家駐校，透過體驗活動拓闊學生視野；又讓學生繪畫校園壁畫，參與校內外的藝術作品展覽，提供平台展示學生作品，培養學生的自信心及歸屬感。



視覺藝術科介紹



藝術作品展櫃



在視藝室展出學生課業



同學焊製木牌鎖匙扣



視藝大使為小學生講解如何製作Stop Motion動畫



佛光緣美術館舉行「點生活」展覽開幕儀式



同學擔當導賞員



參展同學接受訪問



寶覺中學 90 周年校慶

音樂科除了讓學生學習音樂知識和理論外，還讓學生嘗試樂器體驗和以 iPad 創作樂曲，豐富學生的音樂學習經歷。學校亦舉辦多元化的音樂課外活動，例如：合唱團、手鈴隊、非洲鼓班、長笛班、口琴班和管樂班，又鼓勵學生參與大型音樂表演，啟發學生潛能，擴闊學生眼界。



音樂科活動介紹



管樂班在校慶日演出《1812序曲》



口琴班在散學禮上演奏《卡門間奏曲》



長笛班和小提琴班演奏《龍的傳人》



皆大歡喜音樂會一合唱團演出《十方一念》



長者學苑



乾花畫製成品

學校於 2016 年成立寶覺耆暉長者學苑，希望透過跨界別和跨代共融的學習模式，鼓勵長者持續學習，與時並進。我們定時舉辦不同類型的課程，例如有養生班、穴位班、園藝種植班、魔術班、電腦班和藝術班等，讓長者輕鬆地學習不同範疇的知識，建立興趣，擴闊社交圈子，老有所為。



寶覺耆暉長者學苑介紹

中二全級同學均參與長者學苑活動，包括義工訓練、探訪長者家和長者學苑結業禮。我們更鼓勵同學在長者學苑課程擔任小幫手，發揮自主學習的精神。透過舉辦長幼共融活動，例如參觀歷史博物館和益力多廠，加強年輕人和長者的連繫。



同學與長者一起製作乾花畫



探訪長者家



同學與長者一起參觀歷史博物館



長者學苑結業禮

圖書館



搜尋書籍的電子白板

本校圖書館設施齊全，善用電子工具，推動學生自主學習。圖書館內設有互動電子白板，方便學生搜尋書籍。學校網頁提供兩個電子書系統，方便學生隨時在線上或下載書籍閱讀。我們亦運用 VR 虛擬實境軟件，提升學生閱讀的興趣。



圖書館活動介紹

此外，圖書館領袖生定期拍攝新書推介影片，負責設計講稿，扮演不同角色，並以圖書館的優美環境作為背景，演繹生動有趣，吸引了不少同學到圖書館借閱新書。

圖書館又與外間機構合作，例如邀請佛光道場的雲水書車在午膳時間到校，在課後舉辦三好讀書會，提升學生的閱讀量和拓闊學生的閱讀面。



綵排拍攝新書推介影片



同學在雲水書車選讀書籍



分享三好讀書會的理念：
做好事、說好話、存好心



校長與同學一起參與三好讀書會活動後大合照



同學在閱讀區閱讀圖書



紀念品

九十周年標誌襟章



文件夾

寶覺中學文件夾由「九十周年手冊封面設計比賽」的得獎同學五慈班麥嘉雯所設計，文件夾正面展示了中學的建築外形，以及一名籃球員正奮力投籃的背影，寓意同學只要努力不懈，必定收穫不凡的成就，百步穿楊；背面則展示了九十周年標誌創作比賽同學的優秀作品。

寶覺小學文件夾以赭紅色為基調，配合九十周年熱烈的誌慶氣氛。文件夾參考東蓮覺苑窗戶的設計，正面為一道圓形透明間隔的窗，背面則是一扇長方形的窗，表達對東蓮覺苑春風化雨九十載的感恩。

元朗寶覺小學文件夾以筆記本為主題，正面展示了東蓮覺苑辦學九十周年優秀的標誌設計作品，背面則展示貼圖比賽的作品，並以鮮明的橘色為主調，展現東蓮覺苑辦學團體的活力。



八達通套

東蓮覺苑設計的八達通套，套身和掛帶花紋的設計理念來源於東蓮覺苑地面瓷磚的紋路。東蓮覺苑地面瓷磚於建苑時從歐洲遠運而來，迄今逾八十年仍保留完整，見證東蓮覺苑辦學的發展歷程。設計者透過薄荷綠色及粉紅色的配搭，加上九十周年標誌，表達九十周年誌慶的歡樂氣氛，傳達吉祥如意的祝福。





環保杯

藍綠色環保杯身印有銀色鐳射 Po Kok Secondary School 字樣。紀念品配合環保概念，宣揚保護大自然的理念，鼓勵使用者旅行、野餐、露營或宿營時自備飲杯。



環保袋

環保袋的圖案表達了校舍外型的變化，左面是東蓮覺苑的外貌，右面是將軍澳寶覺中學的外型。圖案下方印有 Po Kok Secondary School、九十周年標誌及標語。紀念品配合環保概念，宣揚保護大自然的理念，鼓勵使用者外出時自備環保袋。



口罩

在疫情下，九十周年以口罩作為紀念品。右上角和左下角分別印上九十周年的標誌。口罩耳帶共有紅、藍、綠、黃四種顏色，象徵四社。



環保筆

種子鉛筆的包裝加入東蓮覺苑的建築特色——彩色玻璃窗圖案。筆身頂部裝有植物種子，當鉛筆用到最短時，可以將筆身插進泥土中，栽種種子長出植物。粉紅色的鉛筆頭內有薄荷種子，白色的鉛筆頭內有羅勒種子。薄荷可以食用和驅蚊，羅勒有助舒心寧神。環保筆配合九十周年主題：感恩和珍惜，寄意珍惜地球，感恩大地予我們的饋贈。



姊妹學校祝賀短片



姊妹學校介紹

北京首都師範大學附屬雲崗中學是國家級課改實驗校，同時被評為北京市學生綜合素質評價先進校。2018年，張冬梅副校長蒞臨本校，進行兩天交流，並與本校簽訂姊妹學校協議書。



北京首都師範大學附屬雲崗中學



東莞市光明中學是一所民辦全寄宿制學校，學校男、女子籃球隊於廣東省及全中國學界比賽均取得優異成績。2018年，本校與光明中學結為姊妹學校，本校籃球隊並於2019年到訪光明中學，參與籃球集訓及進行友誼比賽。



東莞市光明中學



貴陽市第十七中學是貴陽市初中重點中學。2019年，本校參與「香港貴州文化交流基金」組織的貴州交流團，與十七中締結為姊妹學校。同年11月，本校師生到訪該校，進行文化及學術交流，增進彼此情誼。



貴陽市第十七中學



感謝三校校長、師生在我校九十周年慶典，拍攝祝賀短片，送來誠摯的祝福。



Po Kok Secondary School

The 90th Anniversary Cum Open Ceremony of the School History Room



九十周年校慶活動花絮



九十周年校慶活動花絮



一眾嘉賓、家長和校友
向寶覺送上祝福

編輯委員會

顧問：陳淑雯校長

委員：溫玉倫主任

關慧之老師

葉博謙老師

黃千真老師

出版：寶覺中學

香港將軍澳彩明苑彩明街九號



90

九十周年校慶特刊



寶覺中學
將軍澳彩明街9號

電話: 2702 2863 傳真: 2702 2337

電郵: pokok@pokok.edu.hk 網址: www.pokok.edu.hk