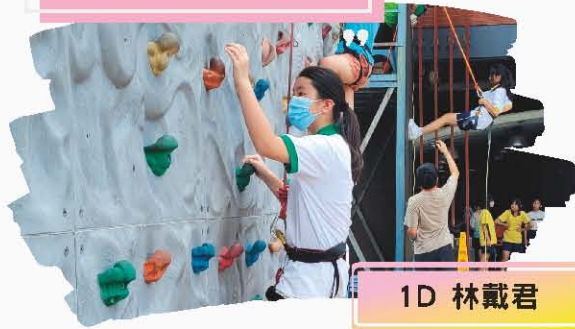


# 「桂祥」校園活動多

# 歡聲笑語齊應和

羅桂祥中學一向以學生為本，除了學術成績，也重視學生各方面的均衡發展。透過多元的課外活動及學習歷程，除了讓學生放鬆身心，也能擴闊他們的視野。本期校訊我們邀請了數位同學分享他們在校園生活的點滴。

## 同學分享



1D 林戴君

第一年在羅桂祥中學生活，起初感到既陌生又不安，擔心走錯課室、擔心同學難以相處……幸好，這裏的老師盡力幫助每一個新生適應校園生活。通過暑假舉辦的活動，例如教育營、英語日營等，讓我和同學變得熟絡，現在我已經能和班上每一張面孔融洽共處，建立友誼。

小學與中學的差異很大，而最大的分別便是科目的改變。小學只有中英數常四主科，但中學除中英數外，還有科學、地理、中史等。當中我最喜歡的是科學科，因為能親自做實驗。最難忘的是第一次開本生燈，當時我生怕會被火燒傷手，顯得有點畏縮，但當成功做到了，卻挺開心和滿足。

羅桂祥中學有很多不同類型的課外活動，我最喜歡的是箭藝。之前在資訊日第一次接觸時，便深深被其吸引。現在我已把它視作一種興趣，每次練習也樂在其中。



小學和中學的學習模式並不相同，所以知道自己將要升讀中學時，其實都很擔心自己未能適應中學的生活。幸好，學校設想周到，在暑假期間，已為我們安排了一系列活動，例如：教育營、興趣班體驗活動和為期五天的英語日營等，讓我們提早認識新環境、新老師和新同學。而英語日營更有助我們提升英文能力，即使開學後面對各科全英教學，我也能應付自如。

升上中學要學習的科目較小學多，很自然做功課和溫習的時間亦隨之增加，壓力自然也較小學大。不過學校給予我們很多機會去接觸不同的課外活動，例如箭藝、躲避盤、中文話劇等，讓我們身心放鬆之餘，也能發掘到自己的潛能。

而在師生活動周期間，我和朋友參加了毘棉胎和班際競技比賽。雖然沒有取得任何獎項，但是我也十分開心，因為能夠跟師兄師姐切磋，又可以增進同學間的感情，令我們班更團結，所以我很期待明年的師生活動周快到來！



1D 余沛愷



# 同學分享



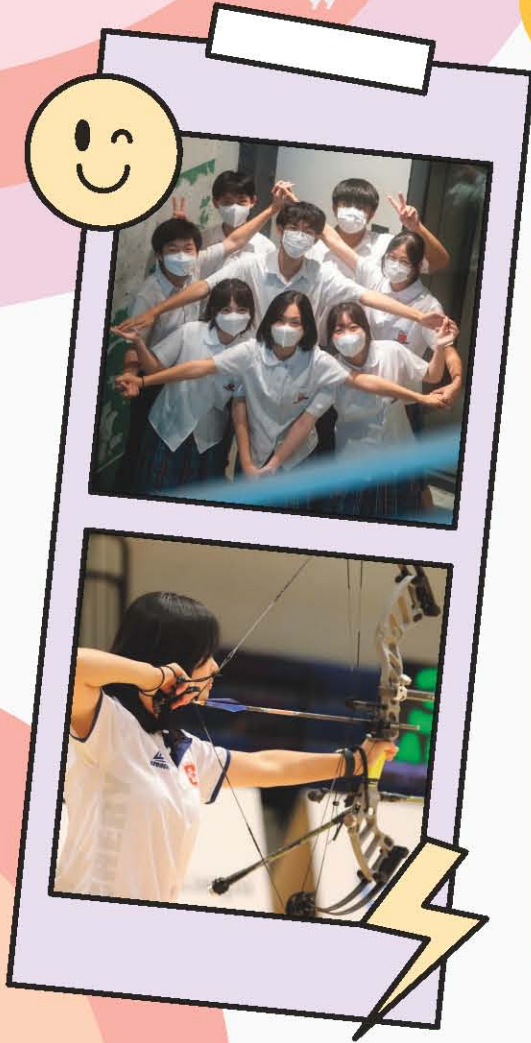
學生會主席  
5D 伍樂兒

對我而言，這個學年既充實又忙碌。在校內，我既是學生會主席，又是英文學會和體育學會主席，同時也是英文辯論隊副隊長和箭藝隊成員；在校外，我是香港青少年射箭隊成員。不同的身分，令我學習到的東西更廣泛，發展也更全面。

中三開始接觸箭藝，射箭時那個瞬間能讓我清空思緒，專注並用盡全力把箭射到靶心上。我知道我的起步點較別人慢，所以我不斷練習和參加不同的比賽，從中累積經驗。經過一番努力，最後由複合弓初級組升上高級組，現在更是香港青少年港隊代表之一。很感恩有機會接觸箭藝，帶給我難忘而具挑戰的經歷。

要在課外活動和學業成績之間取得平衡，妥善地分配時間是最重要的。我喜歡利用to-do list或reminders記錄需要做的事項，並控制自己在限時內完成。正如在乘車去獅子山射箭集訓時，我會在車上做網上功課，亦會在小息或午膳時做功課和寫筆記。我深明時間有限，因此要好好運用每分每秒。

在羅中，學校給予我們很多機會發展所長，透過參與不同的課外活動，尋找自己的興趣和理想。我相信只要做好自己，努力練習，就能向著目標進發。希望大家能勇敢面對自己的弱點，在享受校園生活之時，也能努力跨過每個難關！



6C 劉善曦

新學年，也是一個新開始。今年我已是中六學生，即將離開羅中，幸好校園生活已復常，昔日精彩的活動得以重現校園。自從卸任紅社副社長的身分後，我便以工作人員的身分參與陸運會。這是一個全新的體驗，我滿腔熱血地投入其中，和一群「新血」為社奮鬥，和幹事們一起為健兒打氣。以前我對沙池有一股莫名的恐懼，從未參加過跳遠，但在校園最後一年，我終於鼓起勇氣接受挑戰。在比賽中，我閉著呼吸，加速助跑，奮身一躍跳進沙池，那一剎那，我也彷彿跨過了心中的那道牆，克服了那股莫名的恐懼。

除了陸運會外，師生活動周也是每個學生引頸以待的活動。大家可暫且把學業壓力拋諸腦後，盡情地和老師一起作樂。往年受疫情影響，與師長同樂的機會甚少，故這亦是我高中生涯中，第一次參與師生烹飪比賽的活動。我和朋友一同邀請了老師組隊參與師生烹飪比賽，儘管我們的下廚經驗尚淺，但在我們無聲的默契下，竟在比賽中意外地齊心。我們不謀而合地各自分工切菜、備料、下鍋，最終完成了一道菜式及甜品——水煮牛肉和紅糖糰粿。在完成的剎那，芳香四溢的菜式刺激了我們的味蕾，從中獲得了滿滿的成功感。



HAPPY

# 校園剪影

## 校園活動多姿彩



陸運會



中一燒烤晚會



英語活動Scrabble



旅遊與款待科活動  
大澳考察



視藝科活動  
萬聖節南瓜燈工作坊



輔導組  
Let Us Go 食雪糕



學生會  
午間busking活動



沙灘排球學會  
課後日常練習



交通學會  
輕鐵車廠參觀

## 師生齊聚樂融融

師生活動周是我校每年在統測後的傳統活動。在這星期內，不設任何默書和測驗，並縮短上課時間，以騰出空間舉辦不同類型的活動，讓師生同樂，既為大家打打氣，也希望讓大家舒緩學習及工作上的壓力。



飛行棋



咁棉胎



層層疊



UNO



魔力橋



烹飪比賽



羽毛球比賽



乒乓球比賽



Cosplay表演

# 學生成就

## 成長希望基金會 成長希望獎學金

5D 伍樂兒



## 2023 Harvard GlobalWe Essay Contest 榮譽獎

6A 嚴思澄

6D 林芝韻

## 優異獎

6D 馮穎言



## 2023中學生數學建模比賽 初中組別 榮譽獎

4A 陳美冰

4A 樊泳雯

4A 王雨桐



## 高中組別 優異獎

5A 李芷晴

5A 姜寶強

5B 歐廣發

5B 梁智傑

5D 呂家琳

## 2023中學數學閱讀報告比賽 表揚獎

4A 陳美冰

4A 王雨桐

## 探索海洋王國繪畫比賽2023 冠軍

5D 陸毅晴

## 亞軍

5C 董心瑜

## 金獎

3C 何佳妮

5B 鄭曉筠

5B 鄧清怡

5C 陳秋媛

5C 林安穎

5C 朱榮基

5C 吳溢希

5D 黃靜雅

## 銀獎

5D 張嘉瑜

5D 羅樂瑤



## 新界區際射箭錦標賽暨公開賽 2023

### 反曲弓初級組亞軍

3D 呂家欣

### 星箭會射箭邀請賽

### 男子複合弓初級組冠軍

4E 黃永樂

### 北區青少年室外射箭公開賽

### 男子丙組新秀組亞軍

2D 梁家豪

### 女子乙組新秀組第四名

3A 何凱澄

### 女子乙組新秀組第六名

4D 歐陽加琳

### 女子乙組新秀組第七名

2A 黃詩曼



## 全港中小學學界閃避球新秀賽2023

### 高中男子組盃賽亞軍

3A 何凱澄

3B 林韋伸

3B 呂福榮

3B 余逸

4E 楊嘉禔

5B 鄧戩皓

6B 梁漢軒

6C 丘凱蕎

6C 郭梓烽

畢業生 譚日朗



## 中國香港學界體育聯會元朗區中學分會

### 2023-2024年度校際游泳比賽

### 女子丙組 50米自由泳第六名

1C 朱燁兒

### 女子丙組100米自由泳第五名

1C 朱燁兒

### 女子丙組100米蛙泳冠軍

2D 鄧洛蕎

### 女子丙組200米蛙泳冠軍

2D 鄧洛蕎

### 女子甲組100米自由泳亞軍

5B 曹穎茵

### 女子甲組200米自由泳冠軍

5B 曹穎茵

