



東華三院馬振玉紀念中學（附設宿舍）

TWGHs C Y Ma Memorial College (With Boarding Section)

馬中環球教室2023





STEAM鑑證科學、領袖訓練及升學美國考察團

運動實習及體驗團 (澳洲)



廣西青少年交流團

公民與社會發展科中五級內地交考察團

2023『甫智方舟』青年創科支教大灣區交流活動

華三院學生大使新加坡參訪團



本校學生在出發前共參與6次培訓，內容包括STEAM、鑑證實驗、領袖培訓、生涯規劃，更邀請到十大傑出青年謝海發先生擔任嘉賓分享。

STEAM 鑑證科學、 領袖訓練及升學美國考察團

(STEAM組、其他學習經歷委員會、升學及就業輔導組合辦)

學習活動詳情：

本校中一至中四學生於2023年7月12日至19日參與由STEAM組、其他學習經歷委員會、升學及就業輔導組合辦的「STEAM 鑑證科學、領袖訓練及升學美國考察團」。一行人前往美國加州洛杉磯及聖荷西進行交流，學生在出發前需接受多次培訓，並準備參與當地的訪問活動。

為讓學生進一步體驗大學生活，盡早作生涯規劃，是次交流團安排學生在大學宿舍住宿，並在大學修讀一天鑑證課程，讓學生見識最先進的鑑證知識。另外，他們亦到訪矽谷的大型科技企業，學習其企業文化，早一步了解職場情況。

學習活動範疇	詳細內容
鑑證科學	聖荷西州立大學鑑證實驗室
	加州州立大學東灣分校鑑證科學研究中心
	加州科學中心
航天科技	美國太空總署姆斯研究中心
	哥倫比亞太空紀念中心
	格里菲斯天文台
創新科技	蘋果公司
	谷歌公司
	英特爾博物館
升學及就業	聖荷西州立大學學生宿舍
	加州州立大學東灣分校





學生參觀聖荷西州立大學鑑證實驗室，並由鑑證科學學系系主任Dr. Mark Barash親自教授鑑證實驗。學生更首次從自身唾液提取DNA進行分析。課後學生踴躍與Dr. Mark交流，查詢升學及就業情況，盡早進行生涯規劃。



學生到訪Google總部Googleplex，參觀頂尖科技企業的工作環境並體驗其工作文化。學生對Google的現代化開放式辦公室甚感興趣，亦十分嚮往靈活創新的工作模式，部分學生更立志加入大型科技企業工作。



行程安排學生到聖荷西州立大學學生宿舍住宿，體驗大學生活。學生欣賞宿舍內的共享空間設計，營造出一種溫馨的氣氛，有家的感覺，亦期望自己在就讀大學時能留宿於大學宿舍。

3D 尹梓茵

我對此次的交流團期待已久，期望能夠在交流團中學習到有關鑑證和Steam的知識。

通過這次交流，我認為鑑證是一門需要深厚知識的學問，要認識不同實驗的做法，實驗結果的意義，或學習如何分別男女的骨頭等，這些都需要花費不少時間去學習，讓我明白鑑證不是一件簡簡單單的事件，必須認真看待。

在大學裏，大家嘗試了進行不同的實驗，最讓我印象深刻莫過於是提取自己的DNA。日常從影視作品中看過不少例子，總以為是一項複雜的實驗，但原來在講師介紹下，DNA測試說不上十分繁複，只要求我們含著一勺鹽的水以提取口腔內的DNA，實驗過程新奇，令我清楚了解DNA測試的原理。

此外，在the tech interactive時，我們參與了很多關於電腦知識的體驗活動，包括破解密碼、了解數據如何透過網絡及IP傳送、城市規劃等，都讓我獲益良多。其中，在破解密碼的活動時，我剛開始並未明白原理，多番嘗試亦未能成功解密，後來在老師的講解後，我便掌握了大部份的訊息，再結合自身的理解，便成功破解加密的密碼。

在這次交流團中，我們亦學習到不少STEAM方面的知識。在博物館，我們再次做了一個DNA實驗，大家對這個實驗已是駕輕就熟。在場還有一些小孩參與，他們也跟從指示完成實驗，可見鑑證科學不只是專業人士的專利，也可以讓更多人去了解認識，做到科學普及化。

這次美國之行，我們也了解到不少升學資訊，得知在鑑證行業發展並不單靠讀書學習，還需要考取專業資格，更令我驚訝的是，要考進大學鑑證學系須達到接近滿分的成績。

最後，我在這次考察團收穫滿滿，也讓我更了解不同的知識，期待能夠再有機會參與交流活動，拓展眼界。



本校學生化身為小老師，教授聖荷西州立大學學生進行指紋鑑證實驗，進行學習交流。當地學生需從餐具上套取指紋進行分析，本校學生對於自己能以全英語進行教學，感到十分鼓舞，並對外地升學更有信心。





學生於創新科技博物館體驗各項最新科技，透過互動遊戲方式了解城市電力建設、如何分配各項資源及適當的城市規劃，以達至可持續發展。



學生到訪哥倫比亞太空紀念中心學習美國最先進的航天知識，並由該中心工作人員教授流體力學原理，學生即時應用所學，親手製作火箭模型，最高的火箭更成功爬升至三層樓的高度。

4B 許蔡堯

我最印象深刻的活動是聖荷西州立大學鑑證系參觀。當天為我們講解的鑑證系教授，曾是一名警察，而他現在除了教授的身份，還是一所鑑證科技公司的老闆。他們公司擁有極高科技，能夠從收集到的人類身上的DNA，透過3D打印技術顯示疑凶的實際樣貌。豐富的經歷令他在鑑證工作上有獨到的看法，令我大受啟發。

其次，我們嘗試進行指紋鑑定，先把手指印在一些黑色粉末上，然後把自己的指紋印在特定的氣球上，最後把氣球吹滿氣便可令印在上面的指紋越變越大，亦更清晰。此外，我還了解到原來男性和女性的骨頭和盆骨都是不同的，可以以此分辨骸骨的性別。

另外，我們到訪格里菲斯天文台，內藏各式各樣的天文儀器，例如天文望遠鏡。我認識到望遠鏡的直徑大小會影響觀察結果，因為愈大的望遠鏡能夠接納更多的光線，從而提升望遠鏡的分析率。館內還有一支用作觀察太陽的望遠鏡，當中alpha濾片（太陽單色光觀察鏡）在觀察星空時能有更高的分析率。

參加這次考察，確實讓我受益良多。因為這次考察中，我們去了很多航天方面或科技相關的博物館，參觀NASA的時候我親眼看了超巨型的望遠鏡，當我親身看到這個龐然大物的時候，我就在想：我們人類到底是如何發明這樣的機器？又是如何成功地製造這樣的機器？而我自己想到最後的答案就是依靠知識，因為製造這種極度精密的儀器需要應用大量數學、科學及科技的理論基礎。

這次的考察團令我更重視生涯規劃，讓我思考如何才能成為一位專業人士，亦了解到「知識才能改變命運」。



學生到訪英特爾總部的英特爾博物館，認識到電腦核心處理器的發展，並明白半導體及稀土金屬對電腦開發的重要性，同時了解到大型科技企業的文化 and 特色。



澳洲運動實習及體驗團



本校澳洲運動實習及體驗團於2023年8月14至21日進行，同學到訪澳洲墨爾本LaTrobe大學進行八天的運動科學實習及體驗：

出發前，同學於校內及不同運動機構進行出發前實習及預備課：



同學努力實習，校長到來支持



能運用專業的器材，出發前的工作坊已為學生帶來得益



出發日，不少家長也來支持同學的學習之行

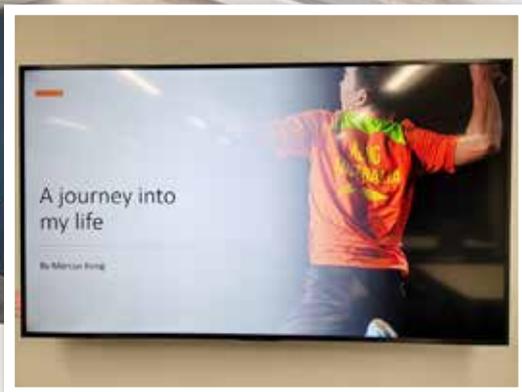
大學學習篇



同學們進行HIIT強力訓練及REFORMER PILATES體驗



由澳洲羽毛球國手分享成功之道



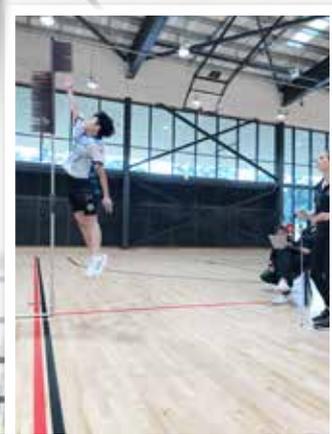
「水上活動安全訓練課程」



「攀石訓練課程」



「運動生理學VCL實驗課」



「運動實習課」：了解如何結合科技與運動科學，協助運動員達致最佳表現



「運動心理學——如何提升運動員的心理健康與美好人生」課堂

墨爾本市生活文化篇



參觀MCG運動博物館，了解不同運動在澳洲的發展



澳洲前奧運籃球員代表作運動生涯分享，使同學更了解運動員的不同生涯發展階段及方向。



到訪藝術中心，博物館，圖書館，唐人街及YARRA RIVER，了解當地人生活的文化氣息。



參觀動物園、農場及企鵝保育中心，學習澳洲的環保理念，讓我們為世界的保育出一分力。



移居澳洲的校友，特意和家人送來澳洲的手信



到訪墨爾本近郊的高山 "SKYHIGH MOUNTAIN" 和 "BELGRAVE TREETOP ADVENTURE"，了解大自然與人類之間互存互動、相互尊重的並存之道，為澳洲的交流活動作一總結。



東華三院學生大使 新加坡參訪團 (2023年12月6日至11日)

日期	行程
12月6日	香港→新加坡 高卡車體驗、夜間動物園
12月7日	聖淘沙 香港駐新加坡經濟貿易辦事處
12月8日	中國銀行(新加坡分行) 中國駐新加坡大使館
12月9日	新加坡國立大學 新加坡濱海灣花園、小印度、牛車水
12月10日	新加坡科學館 環球影城 伊利沙伯大道、萊佛士登岸遺址、 魚尾獅公園、濱海灣金沙 星耀樟宜
12月11日	新加坡→香港



到新加坡的商業中心考察，了解當地的生活。



參觀夜間動物園，了解動物生態。



12 到新加坡國立大學了解當地的教育發展，並與大學生交流。



在新加坡濱海灣花園了解不同的植物生境。



參加東華三院董事局晚宴，並與馬清揚主席(左四)及曾慶業副主席(左五)合照。



到訪牛車水，了解新加坡早期華人的生活環境。

5A 鄒家諭

未出發之前，我對於新加坡的了解僅局限於書本中，例如我知道新加坡號稱「花園都市」，有優美的環境、良好的治安。與此同時，我又知道新加坡是個多元種族的社會，擔心不同族裔之間會不會有歧視問題。抵步後，我常常見到不同文化與族裔的人聚在一起聊天、工作，也感受到了新加坡對外地人的友善和幫助，這讓我學到了，凡事不能只憑猜想，而是要自己腳踏實地地感受過才能下定義。

這次參訪團的行程之中有不少交流活動，成員們有機會在當地的機構進行演說。我有幸被老師安排在新加坡國立大學，向當地的大學生介紹東華三院的歷史及服務。儘管出行前我們做了充足的資料準備，又花了不少時間綵排，但要公開地用英語作講解時，還是十分緊張，幸好最後也能順利完成任務。從中，我明白不管面對甚麼困難，只要抱著迎難而上的精神、堅持下去，定能解決問題，並且可以突破自己、提升自己。

雖然行程短短數天，但已經讓我為新加坡的繁榮與進步留下深刻的印象，更讓我深深體會到「讀萬卷書，行萬里路」的道理。感謝學校讓我有機會代表東華三院到新加坡交流，讓我可以站得更高、看得更遠！



拜訪香港駐新加坡經濟貿易辦事處，了解特區政府在外地促進經貿合作的工作。

公民與社會發展科 中五級內地交考察團



本校中五級學生於2023年5月23至25日參與公民與社會發展科的之「陽江的海上絲綢之路及開平的文化遺產內地考察團」。考察以中華文化與現代生活為主題，讓學生通過實地考察親身感受當地風土民情、觀賞古蹟文物，以及從多角度探究中華文化在現代社會的發展和變化。期望透過是次內地考察團協助學生建立對國家的情感、認同和正面價值觀，並豐富其學習經歷和體驗，擴闊視野。



學生在反思環節向師生分享見聞及感受

南海一號及南樓之我感

5C 鄭毅恆

這是我長久以來第一次參與的考察團，我帶著期待學習國家不同文化和歷史的態度參與。

這次的行程為三日兩夜，我們從南樓(碉樓)開始，然後參觀了南海一號博物館、赤坎古鎮、盧氏宗祠，最後以洪聖殿作結。我看過這些歷史留下的文物受到歲月的考驗，而國家能盡量保留及維持當初的樣貌，可見國家的保育工作非常理想。

考察團中，我印象最深刻的是南樓及海上絲綢之路的南海一號博物館。首先於南樓內外，我可以看到有明顯的子彈及炮彈痕跡。南樓是為了紀念中國努力抗日的七位司徒氏，而保留下來的文物，可見國家除了重視文物保護外，還會非常重視為國家付出的人。其次參觀南海一號博物館時，我從導遊的解說中知道「華天龍號」是一艘全亞洲能吊起最重量(4000噸)的起重機吊船，它是因為要打撈南海一號出水而製成和成名的，國家投資了六億多人民幣去打造這艘起重機吊船，這讓我確切感受到國家對文物的重視程度。我認為，以上的文物歷史得以保留，充分使中華人民的精神也能流傳下來。

最後，經過這一次內地考察團，我反思到文物保育不單止是文物保留下來，更重要的是，把文物背後的歷史及精神也留存下來，讓後人能得以知道並承傳下去。

總結，這次考察團我能從國家對文物保育的付出感到自豪，令我對國家的身份認同感大大提升。



全體師生於盧氏宗祠前合照留念



同學參觀南海一號博物館以了解沉船遺址



同學於南海一號博物館細心聆聽導賞員的講解



同學正在欣賞於南海一號所打撈出來的文物



我和祖國的大好河山

5A 王諾熙

我們在開平考察團參觀了碉樓之一南樓、南海一號和赤坎古鎮，令我明白了南樓和七烈士的故事——在抗日時期南樓中七烈士以生命和五百顆子彈為代價，抵擋了日軍一週的攻擊，導遊詳細講解，令我重新建構在課堂所學的歷史面貌，更加令我深刻體會到「讀萬卷書不如行萬里路」，親歷其境實在震撼太多。而翌日在海上絲綢之路博物館參觀更是大開眼界，南海一號見到了宋朝航海業的興盛，同時亦讓我見識到中國考古及文物保育方面的決心及技術，能在不破壞船體結構的情況下打撈出來，見識到保育工作上一個重大成就。最後，在赤坎古鎮見到了宗族競爭帶來的繁榮，形形色色建築特色引人入勝，最特別的是部分樓宇外觀與香港舊唐樓竟有幾分相似，不禁令我想起香港與內地文化互為影響的其他例子，例如節日及生活習慣等。這三個古蹟及景點分別代表了中華民族甘願為國捐軀的精神，奮力向上所帶來的繁榮，良性競爭發展的智慧等，壯大了中華民族的發展。最後，我希望在未來能邀請我的朋友一起再往內地考察，在見證我國大好河山，也可以藉此了解背後先人的付出犧牲，以此增加對祖國的歸屬感及了解。

我從疫情後的內地考察團了解國家

5B 趙譽鋒

這是學校在疫情之後首辦的內地考察團，也是我最後一次以中學生身份與老師和全體中五級同學一起外出學習。

5月23日早上，我們由元朗出發，當天下著雨，令我擔心這一次考察團會否在雨中度過。幸好，到了深圳灣後，天氣轉晴，我們全體同學也帶著期望的心情前往陽江。

到達出境口岸，各種關口的智能設施，例如自動通道和健康碼等，令我感到中國科技的迅速發展，讓我更期待見證國家在文物保育上的發展。

我們在第一天參觀的是南樓(碉樓)。雖然碉樓因抗日戰爭而受到破壞，但整體保育仍然良好，令我和同學們可以進入樓內參觀和了解當年司徒氏「七烈士」在碉樓內如何英勇對抗日軍，如何堅守保家衛國的精神作出犧牲。

第二天，我們到了海上絲綢之路博物館——南海一號博物館。當中我們了解到「南海一號」打撈的過程如何艱辛和文物如何小心保育。我亦看到工作人員在「南海一號」船艙內繼續發掘文物及進行文物保護。同日下午，我們到了赤坎古鎮。古鎮在保育下已發展成旅遊景點，當中能看到中西建築文化。

整個考察團令我知道國家在文化保育上所付出的努力，當中的同學反思討論環節亦令我從同學身上更了解文化保育的重要性。保育文物，能使後人便可以更全面了解國家的歷史和文化。



同學在赤坎古鎮遊覽



全體師生於赤坎古鎮合照留念



全體師生於南樓(碉樓)前合照留念

香港青年 探索廣西之旅 2023



於廣西政協同心會堂用心學習

我校9位中一至中三級學生及1位校友於2023年7月25至29日參與了由東華三院社會服務科及香港廣西青年聯會合辦的「香港青年探索廣西之旅2023」，於五日四夜的行程，同學能親身前往廣西考察當地人民的生活、文化、歷史、藝術、工業及旅遊發展，對認識我國國情有極大幫助。

五日四夜的行程內容豐富，行程緊湊，同學分別參觀了1876 歷史街區、北海老街、信義玻璃、太陽紙業、中石化北海煉化公司、合浦漢代文化博物館、海絲首港、紅樹林生態保護區、南珠博物館、貝雕博物館及北海銀灘等地方，更與南寧市的中學生進行文化交流。

同學表示印象最深刻為於廣西政協同心會堂進行的生涯規劃分享會，由香港知名藝人陳滢菁為兩地學生作生涯規劃分享，同學從中明白生涯規劃步驟、珍惜時間及建立自我形象的重要。香港學生更全體站立，唱「紫荊花盛開」送予當地學生，場面感動。

是次交流團讓同學獲益良多，除讓同學了解廣西的風土人情外，更能夠與當地學生交流，體驗當地的文化，學習當地的方言，擴闊同學的眼界及社交圈子，讓同學跳出舒適區，學習新事物，提升勇氣及自信心。



我校陳穩媛同學(左三)為交流團中十大傑出學員之一



認真上課中



北海老街



交流午宴



南寧飯店體驗廣西跳舞風俗

2023 『甫智方舟』 青年創科支教大灣區交流活動 (2023年7月7日至15日)

行程

日期	活動
7月7日星期五	香港→深圳福田 參觀清華大學深圳國際研究生院 講座《清華大學港澳招生政策講解》
7月8日星期六	參加STEAM課程 清華大學歷史系程鋼副教授講述深圳的歷史與創新發展 清華大學原副校長、國傑研究院理事長張鳳昌教授講述清華校史 小組為支教過程作準備
7月9日星期日	參觀大疆公司青少年科技體驗中心 參觀騰訊公司 小組為支教過程作準備
7月10日星期一	福田→新會 梁啟超紀念中學交流 新會一中支教 清華大學歷史系程鋼副教授講述嶺南文化華僑文化
7月11日星期二	支教活動 體驗學校特色課程 參觀梁啟超故居紀念館 小組為支教過程作反思及研討
7月12日星期三	支教活動 參觀新會陳皮博物館及陳皮種植園 小組為支教過程作反思及研討
7月13日星期四	支教活動 參觀五邑華僑華人博物館 聯歡會
7月14日星期五	新會→香港
7月15日星期六	閉幕禮暨分享會



在新會一中的初中課



參加STEAM課程，清華大學教授的講解深入淺出，發人深省。



參觀並入住清華大學深圳國際研究生院，感受大學研究生的生活。



參觀騰訊公司，了解創科行業的前景。



參觀大疆公司青少年科技體驗中心，瞭解無人機的原理及應用。



堂支教，體會當小老師的滋味。



閉幕禮暨分享會

4A 張子進

這次舉行的交流團真的讓我受益匪淺，當中最印象難忘的是支教的經歷。

我跟來自國內及香港其他學校的同學組成支教小組，目標是要讓新會一中的初中同學學習有關STEAM的內容。經討論後，我的小組決定以AI編程為教學主題。

第一天的支教由我的組員負責主教，我則作為觀察者，看看國內同學們對課題的反應。見到講台上的組員講得頭頭是道，就像一個經驗豐富的教師，我也希望自己明天的教學如他一樣成功，所以立即把已經準備好的教學安排及PPT內容改了又改，希望盡善盡美。

第二天由我負責支教，我的教學主題是micro:bit編程。本以為自己準備充足，想不到一踏上講台，見到一整班的同學之後，我就感到萬分緊張。幸好，同學的課堂反應比我想象中熱烈，也能依照我的教學指示完成micro:bit編程，課堂氣氛漸漸變得熱烈，最後順利完成教學工作。

從這次支教過程中，我克服了緊張與不安，亦明白到不論做甚麼，周全的準備是十分重要的。我也明白到做老師的艱難與不容易，之後要好好學習，回報老師。

4A 凌峰

這次支教活動使我獲益良多，讓我明白了支教的具體過程與意義，也明白了教育工作並不容易。

行程之初，我們到了清華大學國際生研究院參加清華大學的招生講座，教授為我們講解清華大學的校訓——「天行健，君子以自強不息，地勢坤，君子以厚德載物。」意思是天體運行，周而復始，剛健有力，君子應效法於天，以剛毅圖強，永不停息。大地厚實而勢順，君子應效法於地，以積厚其德，容載萬物。這句說話教曉我們做人的道理，而在活動的過程中，我也從清華大學的學長、學姐身上體現到這校訓的精神。

另外，我們又有幸參加清華大學物理教授的課堂。授課的內容從渺小的原子談起，最終講到無邊的宇宙，教授將深奧難懂的物理知識講得清晰易懂，讓我彷彿神遊在浩瀚無垠的學海中，亦令我對物理宇宙產生了興趣，希望可以更進一步探討當中的奧秘。

與此同時，我們又與來自國內及香港其他中學的同學組成支教小組，每晚小組都會商量翌日支教的安排。大家就著同一目標而努力，我不但與同學的建立友誼，也學會了如何組織、籌劃與分工。在支教的過程中，也提升了我的說話技巧、感受到教導他人的快樂。

這次活動真是價值非凡，我不僅收穫了友誼與經驗，還因此明白了我們香港學生的學習環境十分優越，我們應該好好珍惜學習的機會，裝備自己，他日貢獻社會。



東華三院馬振玉紀念中學 (附設宿舍)

TWGHs CY Ma Memorial College (With Boarding Section)

地址：新界元朗坳頭友善街8號

電話：2443 9833

電話 (宿舍)：2443 5880

電郵：mail1@cyma.edu.hk

網址：<https://www.cyma.edu.hk>

傳真：2443 2882

傳真 (宿舍)：2443 2632

