



志學知天  
Forward and Upward

Young  
Breeze

January, 2026

Address: 6 Chi Cheong Road, Sheung Shui Phone: 2671 8989 Fax: 2679 3399  
Website: www.skhcyss.edu.hk Instagram: skhcyss\_official\_ Facebook: skhcyss

## 校園生活剪影

# 甘肅、青海絲綢之路歷史考察團

李天祐老師

或言「讀懂中國」，必須親歷西北。為讓同學更深入了解我國風土人情，並「走出課堂」欣賞河西走廊與青藏高原的壯麗風光，本校中國歷史科於2025年7月11日至19日，組織四十四位師生展開為期九天的歷史文化考察之旅。是次行程緊湊而充實，途經多個歷史文化及自然景點。師生得以踏足古代絲綢之路的黃金路段，體會前人篳路藍縷開拓歷史的情操，見證中外文化交流的努力，並在觀賞青、甘奇絕地貌的過程中，深感大自然的鬼斧神工。

甘肅省簡稱「甘」或「隴」，位於中國西北；青海省簡稱「青」，地處中國西部、青藏高原東北部。考察首站為蘭州，團員先後參觀「蘭州老街」、黃河水車園、黃河母親雕像及黃河鐵橋（中山橋）等地。同學對蘭州在絲綢之路上的獨特地位有了初步理解，並學習到古人如何因地制宜，利用黃河水源發展農業。



隨後，研學團進入河西走廊，參訪武威、張掖與敦煌多處名勝。在武威文廟，師生欣賞到有「隴右學宮之冠」美譽的建築群，尤以「櫺星門」與「狀元橋」最受同學歡迎。廟宇古樸莊嚴，碑刻匾額洋溢濃厚書卷氣息，令人肅然起敬。張掖七彩丹霞地貌亦使師生歎為觀止，斑斕山巒宛如畫卷，目不暇給。至於「天下第一雄關」嘉峪關，雖有近代修葺痕跡，然登臨遠眺，仍能感受其雄渾氣勢。

敦煌為絲路咽喉，古來商旅、僧侶必經之地。其「鳴沙山」沙鳴泉漱，造化神奇；「莫高窟」壁畫塑像則歷經千載，依舊光耀古今，展現中華藝術瑰寶的深厚底蘊。

行程後半段，研學團轉往青海，先後到訪「大柴旦翡翠湖」、「茶卡鹽湖」、「青海湖（二郎劍景區）」及藏傳佛教聖地「塔爾寺」。湖光天色恍若幻境，讓人心曠神怡；塔爾寺則氤氳靈韻，令人心生敬畏。

總結而言，是次歷史考察團雖行程緊湊，卻內容多姿，文化底蘊與自然奇景交相輝映，讓師生獲益良多。透過實地踏察，大家不僅加深了對絲綢之路與西北文化的認識，更在心中留下難以磨滅的歷史印記，可謂不枉此行。

「讀萬卷書，行萬里路。」——本次研學團的核心精神

「歷史在腳下延伸，文化在心中昇華。」——參與同學感言



# 畢業生成就

## 求學之道 星光為證

在2025年香港中學文憑試中，我們有14個科目（即絕大多數科目）的「4級或以上」比例超越全港平均，表現卓越，但求學非僅為分數之爭，更是一場心志的修煉。在無涯學海中，多位成績斐然之師兄師姐以沉穩心志與嚴謹態度鍛鍊自我。《融風》誠邀他們傾囊相授其讀書之道，了解他們如何在壓力中沉穩前行，在重重挑戰中修身立志。



高芷淇 香港中文大學生物

每一次步入考場，閉上眼深呼吸，將心神從「不能有失」的苛責中抽離，回歸對所學本身的專注與對自身實力的信任。所謂追求完美，有時是桎梏；而接納過程中的小小波瀾，才能更從容地揚帆。心弦繃得太緊，反而難以奏出清音。前路漫漫，願你們心有所安，步履堅定。



蔣明宇 香港中文大學計算機科學與工程

「學而不思則罔，思而不學則殆。」學習的關鍵在於建立長期的記憶，其秘訣在於「理解」，經過疑惑、思考、理解才會對知識印象更深。學以致用同樣重要，比如思考騎車下坡時重力是如何作用的？嘗試多問自己「為什麼」，並推敲其中的邏輯關係，經過反復的思考和實踐後，記憶才會牢固。



陳之韻 香港中文大學理學士學位跨學科數據分析及**X**雙主修課程

面對壓力時，我們可以做些學習以外的事轉移注意力，而非強迫自己繼續無效學習。例如散散步、與三兩好友談天放鬆。我們應該將重心放於自己身上，減少與他人的比較，只要比以前的自己做得更好，那便是進步。好的溫習成效往往伴隨好的心態，望同學每天都能元氣滿滿地往目標前進。





## 陳子燊 香港中文大學數學

操練歷屆試題是成功關鍵，建議將試題按年份及課題分類，有助提升弱項應對能力。遇到難題時，不宜糾結太久，應先跳過題，完成其他題目，再挑戰難題，以免時間不足，錯失應得分數。成功屬於堅持不懈的人。只要持之以恆，終能脫穎而出。



## 游穎臻 香港中文大學計算機科學與工程

我曾對追求完美有深深的執念，卻在焦慮中虛度光陰。備考是一場認識自我、接納局限的修行。同學應建立錯題簿，標注失誤的地方，逐一攻克它們，遠比題海戰術更有成效。分數只是參考，那無數個挑燈夜戰的夜晚、跌倒後爬起的時刻，才是學海之旅真正的收穫。



## 梁靖雪 香港中文大學金融科技

要先瞭解自己的長處和弱項，列出每一科需要重點攻克的地方，並根據自己的作息和習慣，合理安排溫習時間，善用精力最好的時段；安排適當的休息以確保學習效率。一定要對自己有信心，與其焦慮，不如專注於每天的進步。保持平常心，相信自己的努力，一定能迎來理想的成果！



## 潘浩仁 香港中文大學地球與環境科學

同學可善用網絡影片，亦可相約同學一起溫習，透過向同學講解複雜的知識點，收事半功倍之效。大家不妨放下手機，專注學習，可能會發覺溫習所需的时间減少了但效果更佳，更可將剩下的時間用作休息，舒緩壓力。

# 學生記者作品 |



油亮酥脆的  
燒鵝

本校《融風》學生記者參與由《明報》安排的專業培訓，由導師親自帶領走出校園，展開校外採訪之旅，以下是採訪隊的報道：

## 燒臘店立足上水逾半世紀 堅持提供學生餐守街坊情

位於石湖墟街市熟食中心的一間燒臘飯店，開業已經六十四年，是一門家族生意，尤以燒肉為街坊至愛。食店為區內學生提供的午餐優惠，更揚言「同學食不飽可以出聲」，獲得不少學生捧場。

### 燒臘手藝養起一頭家

身後掛滿琥珀色的燒肉與叉燒，何俊記大家姐群姐在香氣氤氳中，微微一笑：「我十二、三歲就開始幫手，做到現在，無一日休息。」輕描淡寫的一句承載着六十多年歲月的沉重。這間從1961年開業的老店，見證了家族及香港過半世紀的變幻。

「爸爸當年從鄉下來，一開始就在上水落腳，為了養八兄弟姊妹和鄉下親人，學了燒臘手藝自立門戶。」大家姐回憶父親創業時，語氣帶着心疼：「那時很艱難，但他都捱出頭來。」食店最初是位於舊消防局附近，後因政府清拆工程而搬到石湖墟街市熟食中心。被問到為何堅守燒臘店生意多年，她坦言：「爸爸學這行，我們從小就邊學邊做，工多藝熟，做得多就不覺得難。」

儘管時代變遷，這間食店卻在傳統中長出新芽，與時並進。除了招牌燒味，如今亦增設奶茶、咖啡、小炒及提供宴會訂購燒豬服務等，甚至有人邀請他們到北京、新加坡開分店，但大家姐搖頭：「外地太辛苦，我們只想留在這裡，守着老街坊，守着這間多年的鋪。」



# 「學生餐不賺錢，但好開心」

談起這家小店一個堅持多年的傳統——「食不飽可添飯的學生餐」，大家姐笑着表示，店裡供應的各式餐點都設有學生餐優惠，更會特意多加蔬菜，希望學生吃得更有營養，「這麼多年都有不少陳融中學的學生前來光顧，他地都很乖。」

談及提供學生餐的初衷，她語氣溫和，笑着說：「我們就想給些優惠，幫助學生。平一蚊得一蚊啦！」這份為學生設想的心意，從當年開業時便已萌生，至今仍始終未變，「從最初十二元連飲品，到如今四十元，堅持食物要份量足、用料新鮮。」

大家姐續說，「學生餐不賺錢，但我見到學生吃得飽就很開心！」記者隨即向大家姐求證，「吃不飽是否真的可以加喲飯呢？」大家姐肯定地回答，「是的，但最重要嘅係唔好浪費喲啲食！」

## 見證變遷 最珍惜老顧客情誼

大家姐這份讓學生吃得飽足的堅持，使學生餐不再只是一頓飯，更成為食店與社區緊密的聯繫，見證着街坊間最樸實動人的情誼。六十多年來，食店與街坊一同走過風雨，經歷了沙士、新冠等重重考驗。被問到經營秘訣，大家姐坦言：「沒有取巧，就係食材新鮮、人情溫熱。」她最珍惜的，是數十年來不離不棄的老顧客——有坐輪椅的老人家堅持前來，有老街坊每逢喜慶必定訂購燒豬。說到動情處，她聲音微顫：「這份情，存了幾十年，千金難買。」

談到未來，她既盼子女接手卻又不忍：「我做得這麼辛苦，不想他們這麼操勞。」但她依然豁達，表示若侄子願意便交託給他，否則就做到不能做為止。她唯一的願望樸實而真摯：「身體健康，行得走得食得做得，就已經足夠。」

大家姐豪氣地說：「記住，不夠飽就出聲！」爐火依舊，臘味飄香。在這變遷的時代裡，食店用一爐火、一碗飯，守住了這份專屬石湖墟的溫度，也守住了街坊間最珍貴的人情味。

## 學生優惠 性價比高

在與同學的交流中，我們發現午膳選擇十分多樣：有人帶飯，有人去商場用餐，也有中一同學剛知道石湖墟街市熟食中心有不少選擇。其中的聚友餐廳是街坊與學生間口耳相傳的另一處好去處。

四方聚友，共享美味。餐廳開業數年，負責人蔡小姐表示學生消費能力有限，因此穿着校服的中學生設學生優惠。餐廳不僅選擇豐富，食材新鮮，更兼顧營養均衡，學生可自由選擇菜單上任意菜品，均享37元優惠價。當中的梅菜扣肉炒飯是特色菜式，深受學生喜愛。



撰文：黃巧悅 曾綺琦 陳度融 攝影：楊鄒耀焜 陳佳騰 採訪：吳桐 吳聞威 陳嘉銘

導師：蕭曉華

# 學生佳作

## 一次克服困難的經歷

陳熙妍

我看看評分紙，忽然有感之前報名的疏忽，繁重的壓力，緊張的表現，在它面前顯得滑稽！此刻，我的記憶彷彿雲朵一般飄到比賽前夕。

那時我剛考獲五級鋼琴證書，並取得「特優」的成績。於是懷着雄心壯志，參加校際音樂節五級鋼琴獨奏比賽。怎料，我沒有看清比賽規則，誤以為是提交錄影作賽。當我把影片傳給老師後，才收到「惡魔」的回覆：「你需要在現場比賽，而不是提交錄影！」接獲這消息，我猶如晴天霹靂。我怕了，這是我第一次和別人現場比拼彈琴技巧，更是第一次在衆目睽睽下彈琴！自此以後，我的心頭總是懸著一塊大石，壓得我喘不過氣來。

家人看到我的異樣，便多番鼓勵，並嘗試開解我，說道：「我不介意比賽結果，只希望你享受過程。」我聽罷充滿疑惑，只能苦笑以對，壓力絲毫未減。

比賽當天，我緊張極了，心情像背負一座山一樣沉重。坐在比賽等候區時，看到台上高手如雲，我不禁緊握雙手，試圖緩解壓力，手指卻因用力過度而泛白，但我卻察覺不到，只感到心臟跳得更快，彷彿它快要緊張得超出負荷。

當評判說出「下一個」時，我的心頭一緊，腦子一片空白，甚至有逃之夭夭的衝動。我承受不了巨大的壓力，眼睛發紅，淚水不爭氣地濕潤了眼眶。當我嘗試止住眼淚之際，我看到家人坐在角落，以眼神默默鼓勵我。我瞬間明白家人之前的安慰有何深意。我一直認為比賽必須爭取名次，卻忽略放鬆和享受過程，以致壓力沉重。追求成績固然重要，但卻不是一切。若過分重視成績，而因壓力影響表現，豈不是得不償失？

於是，我踏上台階，向鋼琴移動的每一步都變得堅定起來。演奏時，衆人的目光點燃我對彈琴的熱情。

我的手指變得靈活自如，彈奏的每個音符都充滿生命力。我克服了參與現場鋼琴比賽的困難。這次表現更比以往理想，想必是因為我終於真正學會享受彈鋼琴過程。等待公佈成績時，時間好像凝固了，我的手心不自覺地冒汗。皇天不負有心人，冠軍終成我囊中物，我如釋重負。接過評分紙後，我興奮得手舞足蹈，我的家人也展露欣慰的笑容。

經過這事後，我瞭解到參加比賽的正確態度，與其只著眼成績，不如嘗試享受過程，或許會帶來意想不到的收穫。



# Students' good works

## A letter to my primary school teacher

Dear Ms. Cheung,

Hello! How has everything been going lately?

Starting secondary school is exhausting. Things have become stressful and unfamiliar lately. With the mid-year exams coming up, it is so hard to keep up. I have to work hard to climb to the top.

But on a positive note, I've met many new friends and I am adapting well. I remember your pep talk with our class about secondary school life. Your sharing helped me overcome my initial fears. Even though the new subjects are overwhelming, I want to put effort into becoming the best version of myself. Plus, as the saying goes, 'You have to fight through some bad days to earn the best days of your life,' right?

The time in classes 5D and 6D was undoubtedly some of the best years of my entire life. I remember you helped me and my friend smooth out our strained relationship. You stepped in to help make sure we all had a happy farewell. Your help spoke volumes and left an impact on me. You taught us many inspiring lessons. I remember you drew red stars and wrote encouraging words on my homework. They meant so much to me. You asked us to stay in contact and even gave us your phone number and added us to a group chat after graduation. Thank you.

We will meet again soon. I wish you all the best.

Best regards,

Wong Chin Ching, Levyne



## A poem with a hidden message

Wong Hei Long Joshua

Every voice is powerful  
Now you can express  
Great adventures dialogues can bring  
Life lessons for us to share and sing  
In each conversation a new story blooms  
Sharing dreams in every classroom  
Hope ignited, our voices in tune  
Dare to speak with courage and style  
Always know that English worth your while  
You and I will go the extra mile

*Hint: You can find  
a hidden message  
by reading the first  
letter of each line.*



# New teachers

The world is our classroom

New teachers share travel insights

This photo captures Ms. Charlotte on a recent trip. It is taken beside a *Phantom of the Opera* poster at His Majesty's Theatre in the West End of London. Ms. Charlotte enjoys music and live performances. Her favourite musical is *Hamilton*. She hopes to help students discover the joy of storytelling, performing arts, and music. Don't be surprised if she includes dramatic presentations or songs in her lessons!

**Wong Hei Long Joshua**

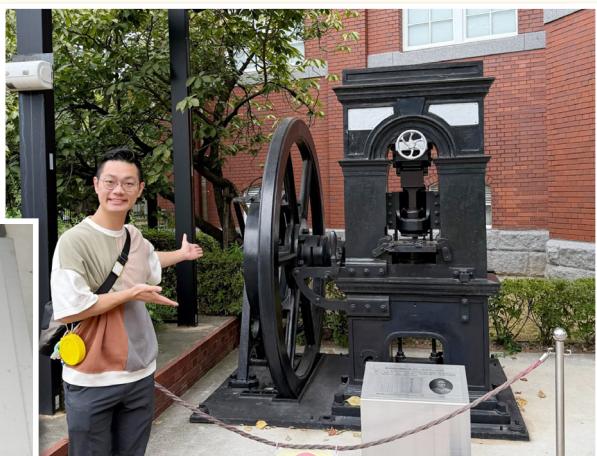
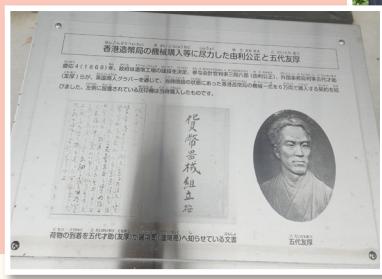


This photo was taken in Siberia, Russia, where the temperature ranged from -20°C to -30°C. It was the first time Mr. So, our English language teacher, went somewhere so cold. On that day, when the sun was setting, Mr So's friend proposed to his girlfriend at the peak of this mountain. This photo is a testament to love - the love of the newly-engaged couple and Mr. So's love for travel and hiking.

**Zeng Qiqi**

任教經濟與會計科的梁立信老師，在日本發現一台十九世紀、來自香港的印鈔機。這台印鈔機，映照出兩地的歷史聯繫。於梁老師而言，旅遊不只是走馬看花，更能讓知識跳出課本，「當我們踏遍山河，才能讀懂學科背後的時代脈搏。」梁老師表示：「希望同學多瞭解世界，在廣闊天地間汲取知識、拓寬視野。」

**黃景琪**



《融風》是本校中英雙語雜誌，透過深度調查、專題報道、精闢對話等，務求知性與趣味並重，為讀者注入正能量。我們現正招募中英文編採、校對和設計團隊及徵稿。如同學有興趣參與，請聯絡黃老師(wcy@skhcyss.edu.hk)。