



鄧智文...

理大放射學 5**/5*/5*/5/4



“「不問前程兇吉，但求落幕無悔。」

考文憑試算是每個香港學生的必經之路，初中的同學可能對文憑試沒有太大的概念，而高中的同學可能對文憑試有較多的認識。可能有同學已經開始擔心自己文憑試的表現，其實我以前也有同樣的擔憂。

還記得中六備考DSE的時候，完成每天的課程後，回家又要繼續操練歷屆試題，有時會與同學一起到自修室奮鬥至圖書館閉門。每天過著重複的生活，過程當然很疲累，但其實挺充實，可能因為這是我第一次為一件事付出努力。

讀書可能不是唯一的出路，你可以選擇放棄，但如果你在不久的將來會對這個決定後悔，那麼請你繼續堅持，不要讓自己後悔。你或許不知道你與成功的距離，如果你堅持一點，再多一點，最終就會成功。如果你對學業或前路感到迷惘，不妨與自己的班主任或與你的好友一起談心，相信高雷的老師都會願意為大家分憂。搏盡無悔四字，大家應該耳熟能詳了。就算結果如何，希望大家可以搏盡全力，不要讓自己後悔。

”

姚逸順...

科大理學 5*/5/5/4/4



“在六年的中學生活中，我參加了許多活動，如中樂、演講、籃球隊、做司儀、擔任領袖生和競選學生會，這些經歷讓我認識了許多新朋友。每次中樂練習到傍晚，雖然嘴上抱怨累，但實際上我享受這個過程。從初中時期人際圈狹窄，到高中後的積極參與，我的社交圈和視野都得到了極大拓展。

在這段成長旅程中，老師們不僅在學業上提供幫助，還在我迷茫時給予情感上的支持和建議，這對我意義重大。面對挑戰時，我學會了避免過度施加壓力。過度焦慮無法解決問題，反而會影響準備。因此，與其擔心未來，不如專注於當前的任務，這樣才能更有效地達成目標。

此外，持之以恆的努力同樣重要。即使遇到挫折，我也要保持樂觀，堅持向前，因為這種心態能幫助我在困難中找到前行的力量。

”

陳景莉...

港大理學（計量金融）5**/5**/5**/5*/5*



“你明天的模樣，藏在今天的每分每秒裡。」回想我備考DSE的日子，當我苦思冥想解不出題目時；模擬放榜成績不理想時；感覺自己停滯不前時，我也會感到迷茫、沮喪、疲倦。但請記住：人生沒有白走的路，我們每一步都算數，再給夢想多一點時間，你的付出會有所收穫。

讀書亦講究方法。首先，做到學生的本分是根本，課前預習、上堂專注認真、課後溫習、完成功課.....由中四開始我都堅持在每次上經濟課前預習，將書上的重要知識點或不理解的地方做標記，上課時便如複習一樣，聽老師講解多一次，加深了印象，課後再花時間背知識點、做相關的歷年試題，自然而然的便將考點記入腦。其次，對於中六的學弟學妹們，和同學一起瘋狂操練歷屆試題、每日在自修室奮戰至夜晚十點、中午或晚上一起去吃好吃的以獎勵苦學一天的我們，這何嘗不是瘋狂的、只屬於我們的青春嗎？中六畢業不是終點，是人生新的起點，希望學弟學妹們可以調整好心態、做自己人生的燈塔、成功逐夢，在不同的領域大放異彩。

”



高雷思語

2025年1月刊

校長的話

雨田夢飛行

《雨田夢飛行》出版了！書中收錄了同學們的中英文作文和視藝作品，其中包括部分公開比賽的獲獎佳作。插圖包括了同學們閱讀文章後的藝術創作及AI生成的科技創品。

雨田：以關愛灌溉，讓潛能綻放

「雨田」象徵著「以關愛灌溉，讓潛能綻放」。

在2024年9月至12月期間，不同嘉賓及官員相繼到訪我校。他們親身感受到了高雷中學是一所充滿「關愛、機會和希望」的校園。他們表示，高雷學生純樸受教、待人有禮、懂得尊重，彼此間關係和諧融洽，對學校有歸屬感。學生既能認真聽從指示，又具自律能力，整體秩序良好。在各類舞台上，他們更能展現自信。聽到這些評價，我們深受感動，更為學生的優良表現感到自豪。

老師們多年來全心投入，建立了學校的「關愛文化」。通過迎新安排、雙班主任制、功課堂及各組別活動與支援，學生能夠在和諧的校園中快樂成長。本校重視「人人有機會」，鼓勵同學在舞台上展現才藝，並在各項職務中發揮承擔精神。老師積極安排參觀、工作體驗計劃及國內外交流，讓同學了解社會、認識世界。透過這些活動，同學能夠訂定人生目標，並掌握社交、溝通和領導等成功關鍵技能。

夢飛行：敢於追夢，展現潛能

「夢飛行」鼓勵大家勇敢追夢，突破界限，展現潛能。學校透過課程規劃和活動安排，讓同學在「創意」、「創科」和「創業」等領域探索，尋求創新解決方案，應對當前挑戰與未來機遇。在這個過程中，我們不僅要勇於嘗試，還要從失敗中汲取經驗，善用老師和同伴的回饋，持續反思和調整方向。

讓我們攜手共進，在「夢飛行」的旅程中翱翔，將每一個夢想化為現實，創造屬於我們的精彩未來！



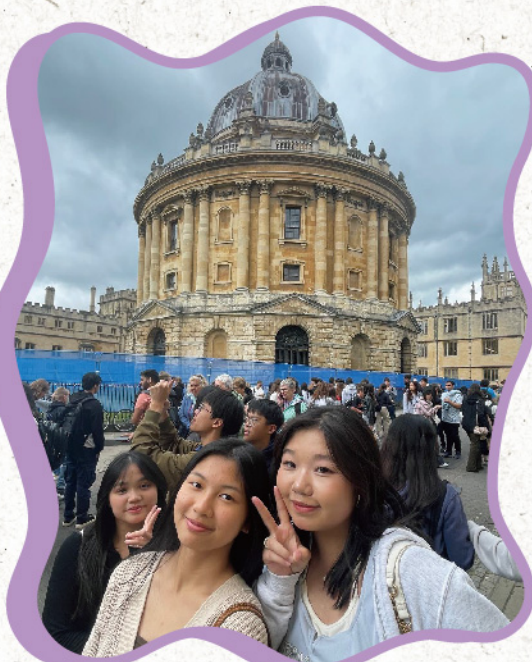
English Footprints

2024 ENGLISH LANGUAGE AND CULTURE STUDY TOUR TO BOURNEMOUTH, UK

During 30 June to 15 July 2024, thirty Ko Lui Secondary School students went on a study tour to ETC International College, located in Bournemouth, UK, in order to study English in an authentic environment. During the trip they stayed with local host families who provided our students with accommodation, meals and an immersive English-speaking culture.



A native teacher instructing our student during a lesson



A visit to Oxford University.



A day at the beach in Bournemouth



A trip to the British Museum in London



A group photo with friends



A photo with one of our student's host family

2024 F.6 JOINT SCHOOL ORAL PRACTICE

On 26th Oct 2024, a group of our F.6 students went to Fanling Kau Yan College to jointly practice speaking techniques in preparation for their upcoming DSE oral exam. Over 200 students from 10 schools took part in this event which provided an authentic and fruitful hands-on experience for our F.6 students.



A photo of the mock speaking exam practice



放眼世界 - 交流團

本校聖約翰救傷隊少青團的同學於去年暑假期間參加了「柬埔寨交流之旅」及「貴州交流之旅」。

柬埔寨交流之旅

此次旅程，同學探訪了柬埔寨的多所小學、中學及志願者中心，親身感受這片與香港同處東南亞，但卻與香港不一樣的土地的魅力。

學生感想 ...

“ 在今次的柬埔寨交流團中，我認識了當地文化，如柬埔寨的飲食習慣、當地人民生活習俗等。在整個交流中，最令我深刻的是到訪駐柬埔寨中國大使館，我們跟當地的中國外交官員交流，令我學到了中國在「一帶一路」計劃中為當地帶來的機遇。

3A 袁亮

“ 我十分榮幸能夠與友校聖約翰救傷隊的同學交流急救知識，並在此交流過程中深入領略到當地的文化風情。我體會到當地的教育制度與香港截然不同，當地學生並非依據年齡劃分年級，而是以其學業能力作為分級的基準。此外，我亦明白到中國的「一帶一路」計劃帶來的好處，如進行了大量的民生、基礎建設，使我印象深刻。

3A 麥晉傑



陳小平老師與團員參訪柬埔寨中聯辦



團員參觀皇宮及與皇室合照

貴州交流之旅

是次交流活動行程非常豐富，同學除了參觀西江千戶苗寨、甲秀樓及麻塘革家寨等著名景點，亦學習造紙、蠟染製作等特色技藝，更參加了白碧苗寨義教，與當地同學進行交流。通過本次交流活動，我校同學加深了對貴州的歷史文化及當地人民生活習慣的認識。

學生感想 ...

“ 我學習到貴州各個民族的歷史和文化，更體驗了造紙和蠟染的技術，亦學習王陽明的思想，和他的生平事跡，更了解到製造天眼的不容易。

3D 黃俊翔

“ 我了解到貴州苗族的文化以及歷史，特別是去到千戶苗寨，看到了世界上最大最壯觀的苗寨。

3D 黃域豪



六位參與隊員包括左起3D黃域豪、3D黃俊翔、3C葉寶王、3A袁亮、3A麥晉傑及4D張家榮參觀西江千戶苗寨

中樂團龍崗音樂之旅

本校中樂團於去年七月初到深圳市龍崗區參與由龍崗區海外聯誼會、龍崗團區委及龍崗區文聯主辦，區音樂家協會與文化中心承辦的《國樂心潮湧 深港韻同行》大型民樂交流音樂會。這場音樂會由深圳、香港、北京三地民樂團隊逾200人組成超強陣容，為觀眾帶來一場精彩演出。當日，我校中樂團演奏了一曲《漁舟凱歌》，向觀眾呈現了漁民揚帆出海，豐收凱旋的畫面。此次音樂會是三地青少年跨越地域界限的友誼之橋，彼此藉著音樂共同傳承和弘揚中華優秀傳統文化。



觀看影片



廣州—汕頭學校、文化交流團

本校十一位學生和家長於去年七月中旬參加了由觀塘區家長教師會聯會主辦的「廣州—汕頭學校、文化交流團」，行程包括參觀汕頭市僑批文物館、汕頭開埠文化陳列館等，讓學生和家長深入了解國家歷史的發展。此外，團員亦參訪了暨南大學，從中了解國內大學的教育理念、內地升學的資訊及發展方向。



生涯規劃實戰篇

- 暑期工作體驗計劃2024

讓學生透過職場實習，了解職場環境，獲取實務經驗，並學習社交禮儀。

世邦魏理仕

“ 在為期兩週的CBRE實習中，我參與了社交媒體內容設計、活動籌備及人員招聘等工作，這些跨部門協作的經歷提升了我的溝通與組織能力，使我深刻體會到細節處理與團隊合作的重要性。此外，公司獨特的開放式辦公環境和多元化的員工福利，讓我對香港的企業文化有了全新的認識和感受。這次實習不僅讓我對各行業有了更深入的理解，更堅定了我持續自我提升的決心和信念。

5B 冼星朗
市場推廣助理實習生

Learn from Job Tasting

01

Gained hands-on experience in creating and editing content for social media. Enhance my ability to communicate effectively in a professional context.

02

The company culture in Hong Kong was also observed, with the various employee benefits being especially appealing. This experience has fostered a greater desire to pursue a career in a Hong Kong company and has served as a motivation for professional growth.

03

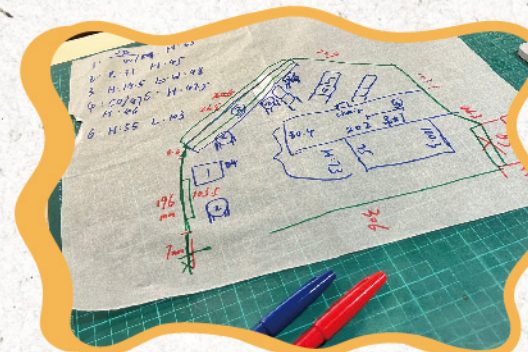
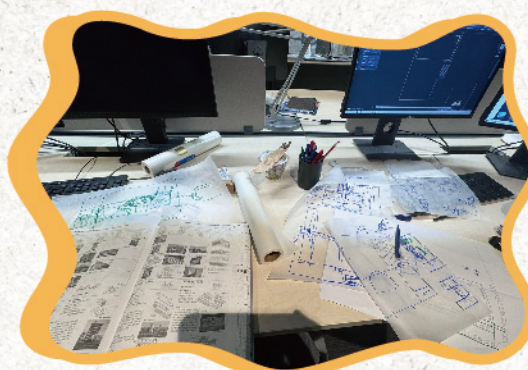
A deeper understanding of future career planning was gained, with insights from various departments. Highlighting the diverse skill sets required by the company. This experience has greatly contributed to shaping career aspirations.



梁黃顧建築師 (香港) 事務所有限公司

“ 在這個工作體驗計劃中，我從零開始，逐步深入了解了設計行業。我體會到團隊協作與溝通的價值，而所掌握的技能 and 累積的經驗將為我未來的職業生涯奠定基礎。這次寶貴的實習機會如同燈塔一般，指引我前行的道路，讓我對未來的發展充滿了信心和底氣。

5B 鍾咏琳
商業設計助理實習生



“ 這次實習讓我親身體驗了建築師的工作內容和所需技能，如學習設計圖紙，使用AutoCad繪圖、Rhino進行建模等。同時，我也深刻認識到了團隊合作中溝通的重要性，學會了保持平常心理性溝通，明白對方的需求和困惑並合作解決。與建築業導師們的交流更是讓我受益匪淺，不僅拓寬了視野，還增添了社會閱歷。

5B 吳慧珍
商業設計助理實習生

“ 在這實習的半個月期間，我學到了許多課堂上無法獲得的實踐經驗。幸得上司賞識，讓我負責多個不同的專案和任務。其中一次負責設計圖畫稿的經歷讓我倍感挑戰，但在上司的耐心指導下，我順利完成了任務。此外，是次實習體驗亦讓我學到了處理人際關係的重要性。

5B 叶羽欣
園景設計助理實習生



Rayca's Chocolate

“ 我的工作是負責推廣可可朱古力，從中我了解到朱古力的產品特性和效用。在銷售的過程中，我親身體驗到了售賣產品時所面臨的種種挑戰，但老闆的持續鼓勵使我增強了自信心。

6A 黃凱琳



“ 我的日常工作涵蓋了控制存貨、生產朱古力、包裝產品，以及與顧客確認訂貨細節。在工作期間，老闆不僅親自指導我如何製作朱古力，還向我們傳授了Rayca's Chocolate的整個經營模式，讓我收穫頗豐。此外，老闆還引導我們審視自身的優勢和劣勢，使我明白時刻自我反省是不斷進步的關鍵。

6A 陳浩然



“ 我在會展中心負責向不同的顧客介紹巧克力。起初，我感到害羞，但隨著時間的推移，我逐漸投入到工作中。在這個過程中，我遇到了來自不同背景的客人，並與他們建立了良好的關係。這段經歷大大提升了我的溝通能力。

5A 黃懿晴

“ 我有幸在荃灣工廠與大師傅一起製作曲奇。過程中，我學會了如何與不同的人合作，增強了自己與他人相處的信心。此外，我還能向專業咖啡師請教，獲得了寶貴的經驗。

6B 姚卓言



“ 在暑假期間，我跟隨師傅前往香港基督教女青年會，教授小朋友認識可可朱古力的生產來源和味道。在課堂上，我遇到了許多性格各異的小朋友，他們對可可文化表現出濃厚的興趣。從一開始的羞澀，到後來積極舉手回答問題和品嚐朱古力，他們完全投入到了課程中。我也從中體會到了當助教的樂趣。

5A 李詩凡

滿FUN校園

陸運會

高雷第三十四屆陸運會於去年九月下旬舉行，學生在運動競技中舒展身心，展現堅毅、互助和團隊合作的精神。各社社員積極挑戰自己，全情投入各項比賽，氣氛熱烈，展現青春活力與拼搏精神！



小學科學科專業交流日

去年十月下旬，梁省德小學的科學教師團隊到訪本校進行小學科學科專業交流日。此次交流日的主題涵蓋了兩校科學課程的發展，特別是STEAM跨學科的特色及相關活動。這一天的交流不僅增進了教師們的專業知識，還促進了彼此之間的聯繫與合作。

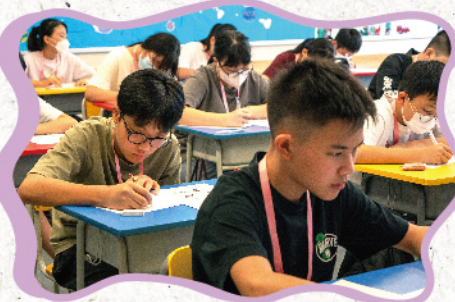


伴我成長

中一暑期銜接課程及迎新活動

為協助中一新同學順利融入高雷大家庭，本校舉辦了暑期銜接課程及一系列迎新活動。透過多元化的活動，讓同學認識本校的校園文化和建立歸屬感。

中英文日



科學日



人文學科日



數學日



多元智能活動日



成長學習日



中一校園生活

觀看影片



中一級親子晚會 ...

親子晚會讓中一級家長與班主任見面，加強家校合作，促進交流。當晚設有親子共學活動，讓子女親自製作炒蛋給家長享用、親子共同學習打領呔及親子合照並運用科技留下美好一刻。當晚，在高雷校園中充滿着歡樂、溫馨的氣氛，更促進了家長、老師及學生的關係。



新生心聲 ...



“在這個充滿歡聲笑語的校園內，我感到很幸福。老師們和藹可親，會細心解答你的問題，而且每天不重樣的活動使我憧憬著這裏的每一天。

1A 馬佳儀



“升上中一後，我感受到學習的挑戰與壓力驟然加劇，但也迎來了成長的機遇。新朋友的陪伴和課堂的深入討論讓我倍感振奮。我逐漸學會獨立思考，期待在這段旅程中不斷探索與蛻變。

1B 巫紫晴