

保良局唐乃勤初中書院  
2018至2019

# 北京

交流考察團  
*Beijing*







## The Kuk's Spirit

Mutual Respect  
United Effort  
Benevolence  
Charitable  
Gratefulness and Recognition

Dedication to Serving  
the Community

### Vision



Children are nurtured, Youngsters are educated  
Adults are supported to contribute  
Elderly are cared for  
The less fortunate are lightened with hope.

### Mission

To be the most prominent and committed charitable organisation.  
In the Kuk's Spirit to do good deeds with benevolence.  
Dedicated in protecting the young and the innocent,  
caring for the elderly and the underprivileged,  
aiding the poor and healing the sick,  
educating the young and nurturing their morality,  
providing recreation to the public, caring for the environment,  
passing on the cultural inheritance and  
bringing goodness to the community

### Values

Fine traditions, Accommodate the current needs  
People-oriented, Care and appreciation  
Sound governance, Pragmatism and innovative  
Integrity, Vigilance  
Optimal use of resources, Cost-effectiveness  
Professional team, Service with heart



## 保良精神

相互尊重  
團結合力  
延展愛心  
行善助人  
感恩知德

造福社群的奉獻精神

### 願景



幼有所育，少有所學，壯有所為，老有所依，  
貧寡孤困殘病者皆有所望

### 使命

成為最傑出、最具承擔的慈善公益機構，  
發揮保良精神，以善心建善業，  
致力保赤安良，護老扶弱，助貧健診，培德育才，  
揚康樂眾，實踐環保，承傳文化，造福社群

### 價值觀

秉承傳統 與時並進  
以人為本 關愛感恩  
優良管治 務實創新  
廉潔奉公 安不忘危  
善用資源 注重本益  
專業團隊 愛心服務



# 副校長的話

## 【蕭佩賢副校長】

在保良局的慷慨資助及支持下，保良局唐乃勤初中書院中二級全體學生和19名老師，有幸能參與本年度的聯校北京交流考察團。我校師生能親身感受和了解祖國的歷史、文化和科技上的最新成就，實是難能可貴。這次北京交流之旅，不單能拓闊視野、啟發思考，而且亦有助加深我們對中國未來發展的認識。

在此衷心感謝北京市青年聯合會的細意安排，讓我校能與北京房山區昊天學校進行了半天的交流。昊天學校校園環境的優美、老師們授課的風采，以及學生們上課時的投入和積極，都讓我們度過了一個豐盛的早上。同時，透過京港兩地學生的互動，亦讓我們能更深入了解內地文化、學習及生活的情況。



最後，我希望藉此機會感謝保良局及教育事務部的悉心安排、馬清楠主席兼屬校總校監、劉陳小寶校監和唐乃勤先生對我校學生的眷顧，給



予我們一個非常寶貴的學習機會。我亦衷心感謝隨團老師對同學們無微不至的照顧，讓是次交流活動得以順利進行。





# 目錄

副校長的話	1
目錄	2
行程表	3
老師活動感想	4
各班學生感想	14
鳴謝	22





# 行程表

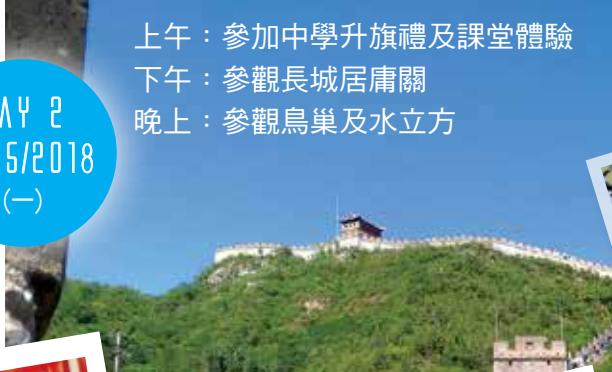
DAY 1  
19/05/2018  
(日)

上午：離港  
下午：參觀798藝術中心



DAY 2  
20/05/2018  
(一)

上午：參加中學升旗禮及課堂體驗  
下午：參觀長城居庸關  
晚上：參觀鳥巢及水立方



DAY 3  
21/05/2018  
(二)

上午：遊覽故宮博物院 下午：國情講座  
晚上：遊覽王府井步行街



DAY 4  
22/05/2018  
(三)

上午：參觀國家博物館  
下午：京港兩地中學生伙伴行動  
交流會（花博宴會中心）



DAY 5  
23/05/2018  
(四)

上午：參觀汽車博物館  
下午：回港







## 老師活動感想

### 【蕭佩賢副校長】

二零一九年五月十九日至廿三日，我校全級中二同學與十九名老師有幸參與保良局北京遊學團。難得能一起在北京經歷五日四夜，各人都熱切期待著這趟旅程。



旅程中令我最為難忘的是「京港兩地中學生伙伴行動交流會」。我校學生在出發前已落力綵排、費盡心思，希望給予觀眾難忘的一刻。交流會上，各校學生都施展渾身解數，有話劇、舞蹈、太極表演及銀樂演奏等。我校同學則預備了現代舞及藝術體操，盡顯唐中同學的多才多藝。韓風舞步的合拍及魅力，令現場氣氛推至高峰；而藝術體操的動感及優美，更令全場觀眾都屏息欣賞。同學們的表演實在令我十分感動！

最後，謹此衷心感謝保良局主席及校監的大力支持，亦有勞局方及北京青聯會的細心安排，讓整個北京之旅得以順利舉行，各校老師及同學們亦獲益良多！



### 【黃東明老師】

得到保良局的支持，在二零一九年五月十九日至二十三日期間，我們保良局唐乃勤初中書院全級中二學生及十九位老師，浩浩蕩蕩前往首都北京進行交流考察活動。五天行程包括遊覽北京名勝古蹟，如故宮、長城、歷史博物館等，亦會到北京昊天中學作文化及課堂交流。同學們有機會參與課堂，與昊天中學同學一起上課，進行深入的交流，而我亦參與了他們的法文課，老師教學生動有趣，可謂獲益不少。

有幸能與一聚學生及老師共同在北京經歷了約一百二十小時的時光，我們一起遊覽、進餐、交流、會議、應變。感覺短短五天中，我們共同經歷了很多，有難忘的事，也有開心的事。經過今次考察，師生之間、同學之間、同事之間，彼此有了更深的認識。

同學們，希望你們能牢牢記著今次的所見所聞；老師們，相信經過今次考察，我們成為了一支更專業更強的團隊。最後藉此向校長、副校長及同事們說聲：「多謝」！

## 【黃曉彤助理副校長】

這是我第三次到北京，也是我第一次在夏天到北京。

第一次到北京，是在嚴冬。那時的北京冰天雪地，冷得人們大白天也在瑟縮顫抖；第二次到北京，是在冬之始。那時的北京晴空萬里，地面上卻只有1、2度，寒氣迫人。

第三次到北京，就是在五月天。抵埗後，看到日光滿照，人們都紛紛戴上太陽眼鏡，可是，交通工具外的樹木，卻被風吹得東歪西倒！這是什麼回事？

甫下車，就真真正正體會到北方地區颶風的情況！讀書時金兆梓先生《風雪中的北平》內描寫北平颶風的情形，印象尤深；雖然今次我們到北京去，並不是冬天，但北京初夏颶風，那風勢亦一點不小！乾燥的北方，加上狂風和風裏的細末，使得我每個晚上回到酒店，也要塗乳抹膏；而我們青春年少的學生，也紛紛因天氣乾燥而流下第一滴血——鼻血。

不過，乾燥的天氣及流鼻血這些小挫折，並不會影響我們登長城、訪故宮之心。我們一千人等踏上居庸關長城、探訪明清皇宮……同學感受到的，是偉大建築的氣魄、也是古人抵抗外敵的氣慨。這些感受，不是閱讀歷史書、文學作品，或是閱讀圖片，就可以體會到的。我想，這也是局方及校方大費周章，讓全體中二學生遠赴千里探訪祖國首都的原因。願同學有所思、有所感！







## 【張姜敏錦老師】

以往我們能在課堂學習中國歷史及文化，這次更能走進首都，親身感受濃厚的傳統文化，以及欣賞那裡宏偉壯觀的歷史建築，對首次到北京的我和學生而言，確實是一個千載難逢的機會。這五天，我們登過長城，當上好漢；走進故宮，欣賞古代精緻的建築設計，體驗古代中國之美；又走過王府井大街、水立方和鳥巢，感受現代中國的繁華和進步。



現在回想，最深刻的無疑是與學生一起努力地登上長城的最高點。長城的路很長、梯級很高，而且天氣炎熱，走了一會已汗流浹背，令人有想放棄的念頭。可是，我們難得到這裡來，總不能就這樣結束吧！我和學生互相鼓勵，一邊說著孟姜女的故事，紓緩疲累，一邊一步步慢慢走。雖然最後因時間關係，我和走得較慢的學生差一點才到達最高點，但是我內心仍然十分感動，畢竟我們曾一起堅持不放棄，最終比其他人走得更高、更遠，亦突破了自己，這是最難能可貴的。

## 【鄭旭老師】

五日的北京之旅圓滿完成！感謝保良局為我們籌辦了是次活動，這寶貴的經歷使同學獲益良多，賦予他們認識祖國的機會、加深對北京文化、歷史以及經濟發展的了解，亦為他們的初中生涯增添不少色彩。



整個旅程最難忘的事情莫過於與北京同學們一起上法文課。起初兩地同學們都顯得很拘謹，後來經過破冰遊戲後，同學們馬上變得熟絡起來，還用剛學到的法文簡單向對方介紹自己。在簡單的交流中，他們分享了自己的興趣，最後更交換了心意卡和禮物。此外，兩地師生間也建立了深厚的友誼，甚至交換了聯繫方式。我希望大家都把這次體驗銘記於心，有緣的話，相信在不久的將來會再見。





## 【 范基發老師 】

是次校方安排的北京文化交流之旅十分有意義，使我對北京景點及文化加深了認識。當中印象最深的是參觀藝術博物館，我見識到北京市藝術的普及，處處洋溢濃厚的藝術氣息。有見及此，我特意買了一頂塗彩帽子，配上五彩繽紛的衣服，變身成為「文藝青年」，同學們皆十分欣賞，紛紛要求跟我合影，可謂歡樂處處。

此外，我亦難得有機會跟學生一登萬里長城。路在腳下，拉近了本班師生心與心的距離。當我聽到了同學發出「第一次真正認識 Fan Sir！」的心聲，真的感到很高興！



## 【 劉嘉文老師 】

北京這個城市，當我還是個11歲的小學生，獨自來比賽遊玩後，便沒有再來過了。想不到第二次重臨便是帶著我的學生了，這亦是我第一次帶學生出外遊學，我感到有些緊張和興奮。

來到國家的首都，這個傳統與現代結合的城市，幾天的遊學，我們遊覽了宏偉的萬里長城——居庸關、中國古代宮廷建築之精華——故宮、還途經了鳥巢和水立方。

另外，我們還聆聽了來自國際關係學院教授的關於「詩詞」的國學演講，不禁為中華文化的博大精深而折服！



修道之謂教。  
率性之謂道；  
天命之謂性；

——《礼记中庸》





### 林偉健老師

十年前曾到北京旅遊。

今天重遊舊地，雖然是工作性質，但竟然有新的經歷、新的感受。聽學生在朗誦有關年輕人和祖國的詩，泛起莫名的感動；有教授吟唱古詞，增進了國學知識；走上大街，以為不會比香港好，結果，我又錯了。

在這個熟悉又陌生的城市裡，用盡我在內地電視劇僅有的所學所得，竟然能和當地人興致勃勃的談天說地。

真沒想到，我也和同學們一樣，感受到北京城帶給我嶄新的感受！



### 林進傑老師

<<追憶>>

五日四夜的交流團像是昨天的事。

青年人應該是快樂無憂的，青年人應該是活在當下的。五日四夜的交流團結束，我竟然有一絲不捨，常常回味交流團中發生過的點點滴滴。和你們一起的五日四夜，印象深刻的是一頓和一頓的午餐和晚餐，離開一個景點後，乘旅遊巴前往的下一站總是餐廳。連同上學期的陽江交流團，不經不覺我和你們已經共享過十四頓飯，彷彿「吃」是我們最深刻的回憶。

你們一天一天的成長，由最初不懂使用中式餐桌上的轉盤，到最後懂得餐桌禮儀；由最初你們互相埋怨，到最後學懂體諒別人的難處和感受；由最初大家陌生疏離，到最後你們在機場對我說的那句話。我知道，你們體會了很多。

五日四夜的交流團像是昨天的事。





## 【李淑芬老師】

今次北京之行，除了同學能學習到當地的文化，連自己也是獲益良多。

我是第一次來北京的，我所帶領的同學大多也是第一次來到這裏。我印象最深刻的當然是登上萬里長城。我自小已在教科書、旅遊書及其他資訊認識到長城這個偉大建築，更聽聞在遠遠的太空遙望地球，都可以清楚看到它，可見它是非常的壯觀宏偉。如果它是在現今繁榮社會中建成並不出奇，但這個偉大的建築卻是在古代由我國祖先徒手建成，就絕對不容易。

今天有幸一登長城，實在有點感動。踏在那些高高低低的石級上，令自己更覺得自己是一個切切實實的中國人。



## 【劉建輝老師】

在這五天的旅程中，我們走進了現代化的北京，她有很多令人眼前一亮的建築，例如奧運場館水立方和鳥巢。雖然在今次的旅程中，我們沒有機會入內參觀，但從外觀已能感受到鳥巢建築時所遇到的困難、水立方在設計時所遇上的挑戰，以及在這華麗的背後的付出。



此行有幸拜訪的昊天學校，是一所制度非常良好的學校。他們的熱情令我感受到中國人濃烈的人情味。所謂「不到長城非好漢」，到了長城，便決心攀登上長城的高處。雖然階梯凹凸不平、天氣非常炎熱，卻沒有減退我們「做好漢」的決心。終於我們也能登上數百米高的烽火台，那種成功感不是由金錢所能堆砌的，這一次的成功我定必銘記於心。此外，我們也參觀了古代權力核心——故宮。現在雖然已沒有人住在故宮居住，也不難感受到當時的帝皇氣派，並使我聯想起眾大臣與皇帝在商議政事的情況。

五天的旅程中，我們參觀了不同的景點，導遊亦很用心的跟我們講解中國歷史文化，所學所得實不能盡錄，當中的歡樂也成為我跟學生不能取代的回憶。



### 【 廖天偉老師 】

午門之外，人聲鼎沸，遊人摩摩肩接踵，揮袖成雲。導遊說：「中間的城門，從前只有三人能過，一是皇帝，一是皇后，一是狀元爺。」

遙想古時，不少讀書人懸樑刺股，一生勤苦書千卷，為的就是瓊林宴上一角席次。奈何，榜紙有限，永遠容不下所有人。有人說，十年寒窗無人問，也許這是現實，卻不代表那十年是白過的時光。但願同學往後跌倒時，能記住那一次落魄，記住當日的初衷，更要記住逆風最適合飛翔。



### 【 潘斯斯老師 】

首次踏足中國首都北京，親身感受到其文化底蘊之博大精深，這裡既有宏偉壯觀的古代遺跡，也有與時俱進的人文景觀。雖然北京缺少了香港的濕潤空氣，卻無阻師生們遊學的雅興。

此行讓我印象最深刻的是參觀故宮博物館，眼前那些美倫美奐的宮殿——太和殿、中和殿、保和殿和坤寧宮等，儼然一件件豐富多彩的藝術作品，師生們皆讚嘆不已，實在眼界大開。因此，我非常感謝保良局能給予我校師生經歷了一次文化及藝術之旅，也讓我們更認識自己的祖國。





## 【蕭永顏老師】

是年的北京交流團，印象最深刻的，莫過於踏足長城。聞說此關已是輕鬆的一關，然而真正踏上後，委實不易。那階級時高時低，陡斜非常；望那群山中婉延不斷的長城，不禁驚嘆古人一磚一石徒手攀之、搬之的堅毅。時光轉逝，國人的血汗雖不再是灑在宏偉壯麗的建築上，但同樣也為現今的科技，未來的發展拼搏著；反觀一直養尊處優的香港，我們面對中國的大躍進時，我們會是並肩而上，還是坐以待斃？



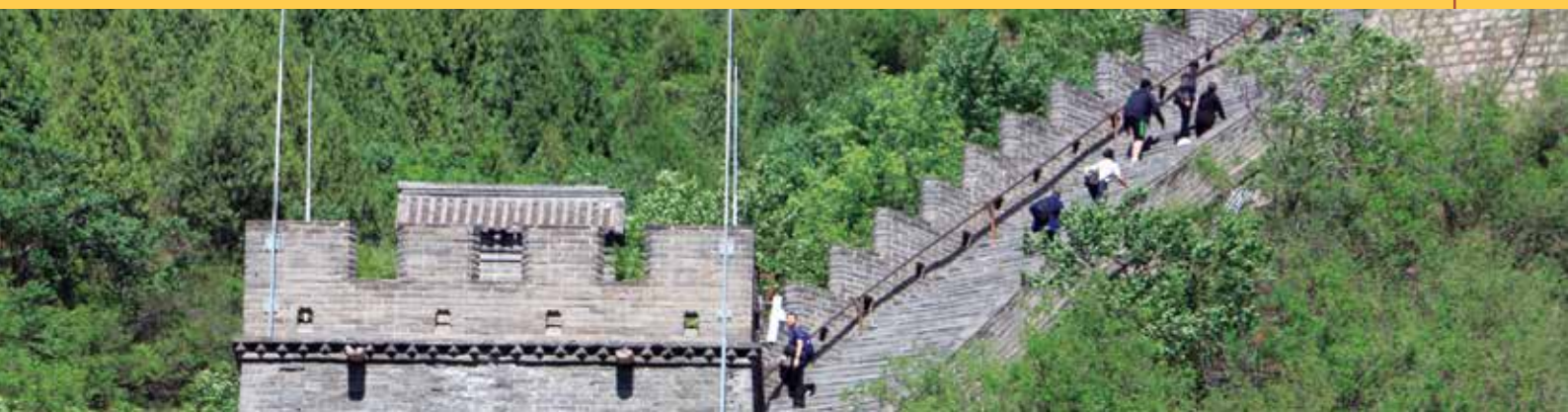
## 【鄧焯欣老師】

這次旅程印象最深的，莫過於登長城。

那天，我和學生雄心壯志，打算登上長城的最高點。最初，各人健步如飛。不過，大家很快便放慢腳步，汗流浹背。長城階級的高度，幾乎到我的膝蓋，令人舉步維艱。那刻，我不禁對古人心生敬意，他們居然能以人力築起長城！



其實，人生也有很多挑戰，我們應該持之以恆，百折不撓。正如今天，我和學生休息一會，互相鼓勵後，便繼續我們的征途。







## 【 譚昕浩老師 】

剛踏進機場，心情有期待，也有忐忑。

這次是我第一次踏足北京，心生期待；擔任一群「未教過」男生的導師卻讓我心生忐忑。是次能跟學生們一同去北京交流全賴有保良局悉心的安排，局方大力支持下，學生們可以有機會親身感受北京具傳統歷史文化背景的一面，同時也能體驗北京現代化與繁榮的一面。

這次交流之旅中，最深刻的是參觀昊天學校。我們能跟友校學生一起上課。北京的教學模式跟香港的不同，實有不少值得借鏡之處。此外，我們有機會參觀故宮博物館、歷史博物館及參與高玉昆教授的演講，讓我們更加體會到祖國對傳統文化和歷史保育及承傳的重視。而參觀首都圖書館及汽車博物館，則能讓學生感受到北京強勁的經濟實力。

我相信學生能在這次交流中能跳出書本，親身去領略中國歷史文化及經濟實力。在此我再次感謝保良局，令我們師生增進對祖國的認識。

## 【 王麗珊老師 】

古語有云：「讀萬卷書，不如行萬里路。」在北京交流團出發前，我向學生詢問哪一位同學曾到北京，哪一位同學未曾嘗試過乘搭飛機。意外地獲知二甲班學生當中，至少有5位學生沒有乘搭飛機的經驗。感謝保良局及學校的安排，讓我和學生們一起經歷不少「人生的第一次」，包括第一次踏上宏偉的長城、第一次吃北京填鴨、第一次與北京中學生交流。同時，我很欣賞二甲班同學們的互相幫助、互相照顧。我的組員有兩位外籍同學，我能看得出其他組員對她們的照顧，也欣賞這兩位組員用心的學習。







## 【黃安妮老師】

雖然不時聽到朋友到北京遊歷後的分享，但第一次親身到訪還是讓我感覺新奇。

在798藝術中心，我們參觀了北京現代的藝術創作。在北京市房山區昊天學校，我們體驗了北京學生的課堂。當地的學生們上課都專注投入，表現令人讚賞。此外，在故宮之行中，我們學習到相關歷史與當時的文化和建築風格。最令我印象深刻的是踏足了萬里長城的居庸關。因體能所限，本人只能走上一小段，但已能深深感受到古人的智慧與建造長城時的辛勞。

「讀萬卷書不如行萬里路」，若大家有空，我推薦你們去北京感受一下古今中國的變遷與繁華。



## 【關兆明老師】

是次北京之旅，能讓本人及學生們更深入了解我國的歷史及現今發展，尤其是遊萬里長城的行程，我跟同學一起走上長城的最高點，有如置身祖國歷史洪流中，感慨之餘，也同時體驗我國文化遺產保育的全面、古人的智慧、昔日建築長城者的辛勞，及中國人的默默耕耘的精神。

其實，是次遊學團最大的收穫是能與2C一組的男同學相處，有不少時間跟他們聊天，並從點滴共處中，提點他們改善陋習之餘，發掘各人的優點。我相信，參與遊學團不但讓學生學習到知識，也讓他們重新了解自己、改善自己。







## 各班學生感想

2E  
劉宇彤

這次旅程讓我最難忘的景點是萬里長城。萬里長城是古時為抵抗塞北游牧部落聯盟的侵襲而建的。由於長城東西綿延萬里，因此稱作「萬里長城」。當天的天氣十分熱，走了一半我已經覺得很累，不過班主任叫我們要堅持。去到終點，有些同學去買手信，有些同學拍照留念。我十分開心，因為我們成功抵達萬里長城的最高點，然後休息了一陣子便回程了。走完萬里長城後，我發現團結合作、堅持下去才可以成功。



2E  
簡卓希

北京，是我首次踏足的地方。這次學校舉辦的北京交流考察團使我獲益良多，豐富了我的人生經驗和知識，更令我加深了解中國的歷史故事和傳統文化。



今次的交流團令我最印象深刻的就是探訪昊天學校。這個活動使我更了解北京和香港中學的分別，他們學校的科目相對香港比較多，例如有心理科、書法科等等。在我心目中，這些都是較特別的地方！另外，北京學校的國民教育與我校國民教育真是有很多不同之處。他們對祖國十分尊敬熱愛，在唱國歌的時候甚至會舉起右手，這表示他們對國家尊敬的態度，而且他們尊敬師長的表現，更令我們大開眼界。這些行動和表現都值得我們好好學習。





## 2E 馮奧螢

這次旅程，我認識到北京的特色和文化，也參觀了很多不同的地方，而我覺得最有趣的是參觀昊天學校。進入學校時，昊天的學生很熱情地拿着玫瑰花歡迎我們，之後學生導遊帶我們去上心理課。那裏的同學很親切和善良，老師也教得很好。參觀時，我們參觀了不同的課室，而我最記得的是地理課室。一入到去時，看到天花板有星星，也有星座，每張枱上都有一個地球儀。地理的學習材料也放得很整齊。我覺得這次參觀令我體驗到北京學校的校園生活，十分難得。



## 2E 李子謙

這次北京團，最深刻就是最後兩天的交流活動。保良局三所屬校共聚一堂，並和北京的團體交流表演，大家都為了這次的表演付出了很大的努力。而我雖非表演團一員，但能看到很多精彩的表演，非常難得。其實，每人都各有長處，每一個人的興趣或長處都不一樣，但是他們都找到自己的長處，然後發展下去，讓他們可以站上這個舞台，表演給大家看，我不禁心生羨慕。我覺得這次的交流活動，令三所學校、保良局和北京團體的關係更緊密，也為未來的交流合作踏出一大步。





## 2A 何安琪

首先，我很感恩能擁有這次寶貴的機會去境外交流。老師與同學為這次的交流團也付出了許多時間和精力。同時，我也很感謝保良局舉辦這次北京學習交流團，為我們創造了更多課本外的天地；感謝在北京的導遊以及他們清晰的講解介紹，令我從各個景點更加瞭若指掌。我更感謝所有老師對我們的悉心照顧，還有感謝攝影師記錄下我們每一刻的心情。



在這幾天的旅程中，我們有幸參觀了北京的一所學校，以及萬里長城、故宮、國家博物館等不同著名景點，欣賞到這些建築悠久的歷史，為此我感到難以忘懷，也擴闊了我的知識圈。我們和其他保良局屬校還一同進行交流分享，感觸頗深。五天四夜，我們切實地感受到來自北京人的熱情款待和風土人情，也見識了更多的中國傳統文化風采，可謂滿載而歸。

總括而言，這是一次精彩而難忘的旅程，我們也希望以後的學習生涯裡有更多的機會和時間去更多的地方進行交流學習。

## 2A 梁傑雋

這次的北京交流團讓我學到很多的知識，也去了很多自己之前就已經很想去的的地方，以下我會介紹一些我在這次交流團中較難忘的地方。第一，我去了萬里長城，那裡非常大，而且非常長。但最令我震驚的是那裏雖然建了這麼久，但是依然保存得很完整。第二，我們聽了一個讓我非常印象深刻的講座，那個講解者說話十分清晰，而且介紹了很多有關中國詩篇的知識。第三，我們去了故宮，雖然當天天氣十分炎熱，但風景依然十分漂亮，我也在那裏買了很多的紀念品。



總括而言，我覺得十分滿意的，沿途老師亦對我們非常關照，我希望下次依然是林老師帶領我們。

## 2A 林澤瑜

短短五天的交流團，讓我在過程中獲益良多，很多東西都令我刻骨銘心。北京是一個國際化的都市，但仍然保存着中國傳統的文化氣息。而令我最深刻的景點是萬里長城，如今仍歷歷在目。登萬里長城時，雖然我們需要爬上數百級崎嶇不平的梯級，但在登上長城的高峰後，風景一望無際，賞心悅目，同時令我感受到中國古代建造技術的高超。經過這次交流團後，我真正感受到「讀萬卷書，不如行萬里路」的真諦。





## 2B 顧卓旻

五月天最適合旅遊，天氣乾爽，不燥不熱。

北京似乎一年四季都是那般多人，特別是故宮、天安門等最著名的景點。但神奇的是即使人山人海，現場的秩序卻是絲毫不亂，甚至可以說是井井有條。不得不稱讚國都的管理能力。



每日遊玩得累了，最希望的便是有安穩的地方落腳歇息。原以為這麼大規模的遊學團的住宿未必能完全稱心如意。可到了住所便暗怪自己多心：如回到家般舒服享受。

短短百餘字無法盡情傾訴這次北京之旅，但在此也想再歎一句行程之樂，幾何復得哉。



## 2B 許倩雯

在這五日四夜的北京交流團中，我們遊覽了著名的名勝古蹟，包括有居庸關長城、故宮博物館、鳥巢和水立方，還去了798藝術中心、汽車博物館，王府井大街、國家博物館和首都圖書館。



有云：「不到長城非好漢」，我竟踏足了宏偉的長城，果然名不虛傳！還見識到昔日的紫禁城，參觀不同的宮殿，最興奮的當然是買手信的時刻，能買到很多故宮獨有的產品。每位同學和老師在這幾天都大開眼界，滿載而歸！





## 2B 鄧芷穎

經過幾日交流，我最喜歡的景點就是北京的798藝術中心。可能因為香港地方較小，人煙稠密，加上香港人急速的生活節奏，因此，很少人會把藝術作為職業，或將欣賞藝術作品變成生活上的娛樂。與北京相比，香港的藝術館也太少，文化氣息也欠濃厚，很希望將來香港的藝術能發展得更成熟。



## 2B 陳澤立

我一直以為，香港教育是以學生為中心，崇尚學術自由和開放式教育，學生的獨立性和組織能力很強，同時更適應社會；內地教育主要是應試教育，以老師教、學生聽為主。但當我到了北京昊天學校後，我改變了昔日的看法。那裡的學生在上課時都是比較活躍和投入課堂。在活動當中，可以看出香港學生比較靦腆，沒有那麼踴躍，相反北京學生顯得較為積極，是我認為我們需要學習的地方。我最羨慕的是北京學校的課外活動較香港多，這也有利於學生們將來的發展。





## 蘇美兒

這次北京五天交流團之旅，令我獲益良多！遊玩北京之餘，又可以進一步了解中國歷史文化。這次旅程參觀了許多北京的名勝古蹟：我們登上了宏偉壯觀的萬里長城，感受前所未有的體驗，很難相信那裡的一沙一石全是人手興建的，前人的偉績令人不得不佩服！還有富麗堂皇的故宮，金碧輝煌的宮殿令人嘆為觀止！我們還遠觀了鳥巢和水立方，它們的外型設計很特別。



此外，我們與北京昊天學校的學生進行交流。我覺得當地學生很友善，很高興認識了他們。這次旅程讓我深深體會到什麼是「讀萬卷書不如行萬里路」，我十分感謝保良局給予我們這麼難得的機會！

## 梁頌恩

我要談談踏足長城後的感想。一開始落車看到城門的時候，我覺得很壯觀。同時我也覺得很驚訝，因為古人在沒有科技的幫助下能建到這麼偉大的城牆，並流傳至今，實在令人佩服。走了不久便看到一塊石碑刻着「不到長城非好漢」。當到第一個休息口時，不少同學已累得走不動，但其實當天並不熱，我反而覺得天氣很好，有太陽照着同時又有大風吹着，很涼快，只要休息一會兒便能恢復體力繼續往上走。當然也有感到路很斜的時候，向下看時感到自己身處高地，很刺激。但當我們向下走的時候，因為路很斜，走起來有點困難，感覺自己隨時會掉下去，幸好還是有驚無險地下坡。這次經歷我將畢生難忘！



## 黃頌琪

在這五天的北京交流團內，我對祖國有更多的認識。在旅程中，我最喜歡故宮這個景點，因為我們可以從故宮建築物中認識不同的古代人物，例如：皇帝、皇后等，也給我們見識到古人沒有靠任何科技下也能建造出那麼雄偉的建築物。



參觀故宮，讓我深深感受到「讀萬卷書不如行萬里路」這句話的含義。能夠親眼見到那麼歷史悠久的建築物，真的讓我嘆為觀止，因在香港很少機會可以接觸到那麼歷史悠久和雄偉的建築物。





## 20 馬若婷

這次北京交流團，我知道了很多北京的歷史和文化。旅程中，遊長城最讓我印象深刻，因為可以體驗古人如何在長城抵抗外侮。此外，在故宮博物館中，我也得知了很多古代建築物的特徵和含意。第二天，我們參觀了一所北京學校，體驗到北京學生的校園生活。最後，非常感謝照顧我們的老師和講解的導遊，也感謝保良局給我這次交流活動的機會。



## 20 張惠玲

光陰似箭，日月如梭，不經不覺間五天四夜的北京之旅就這樣結束了。在這次旅程中，我增長了很多關於北京文化的知識，結交了不少新朋友。

旅程中有兩個令我印象十分深刻的地方——故宮和萬里長城。故宮給我的感覺是與別不同的，和都市裡的高樓大廈不一樣，我想假若居住在故宮應是十分寧靜、不被世俗打擾的。遊萬里長城時，大家每行走一步都加倍小心，免得受傷；我卻認為能夠在這一片曾經保衛國家的建築上行走，是一種幸福。

這次的旅程我收穫了滿滿的知識，假若有一次機會再去北京，我會再次拜訪這兩個地方，收穫知識。



## 20 湯禮行

這次北京旅行我獲益良多。我學到不同的文化，感受到內地讀書風氣之盛。我們有機會一遊萬里長城和故宮——這兩座宏大的中國古代建築，令身為中國人的我感到自豪。在參觀當中，我學到不少中國歷史知識，促進我對祖國發展的認識。此外，我們亦參觀了昊天小學，跟北京的學生交流，了解他們的上課狀況。



總括而言，我覺得這次北京之旅學到非常多，感到非常滿足。



## 2K 李科恩

這一次北京交流團裏，印象最深刻的就是參觀萬里長城。親眼目睹這個宏偉的建築，比起在書本上看到的圖片更加雄偉壯觀。這一刻我終於明白「讀萬卷書，不如行萬里路」的道理。此外，我感嘆這座雄偉的萬里長城，其實是建築在無數中國人的心血上，他們用生命把長城建起來，可見成功除了要經過無數的失敗和挑戰外，更要付上無限的堅忍和毅力，也要付出和有所犧牲。



## 2K 吳健偉

這次北京交流團活動，令我收穫豐富。在昊天學校的交流中，當地師生的熱情招待，令我深深感動。萬里長城的宏偉亦令我震撼非常，它的一石一磚都印證著中華文化歷史的長久。國家博物館也是令人大開眼界，各種瓷器和陶器放在你的眼前，叫人目不暇給。





鳴謝機構：



保良局  
PO LEUNG KUK



北京市青年联合会  
Beijing Youth Federation



特別鳴謝：

馬清楠主席, CStJ, JP  
劉陳小寶女士, BBS, JP  
呂鈞堯先生, BBS, SBS tJ  
馬蔡加敏女士  
唐乃勤博士  
黃仲奇校長  
蕭佩賢副校長  
黃曉彤助理副校長  
黃東明老師  
張姜敏錦老師  
鄭旭老師  
范基發老師  
關兆明老師  
林進傑老師

林偉健老師  
劉嘉文老師  
劉建輝老師  
李淑芬老師  
廖天偉老師  
潘斯斯老師  
蕭永顏老師  
鄧焯欣老師  
譚昕浩老師  
王麗珊老師  
黃安妮老師  
何嘉茵老師  
陳淑文老師

Po Leung Kuk Tong Nai Kan Junior Secondary College  
Address : 11 Mei Lai Road, Shum Shui Po, Kowloon  
Phone : (852) 2194 5707  
Email : plktnkjsc@plktnkjsc.edu.hk  
Website : <http://www.plktnkjsc.edu.hk>