

2024-2025姊妹學校交流團

深圳高級中學(集團)

四會中學



張偉聲校長、陳婉婷副校長、李文詩老師、林在山老師、顏麗燕老師、余佩盈老師及戴逸鋒老師帶領39位中四學生於2025年4月28日至30日到訪肇慶，與姊妹學校深圳高級中學（集團）四會中學的師生交流。

本校師生與姊妹學校老師一同參觀了當地的玉器館，欣賞珍貴館藏，認識玉器藝術文化。

隨後，兩校學生共同參與手作及陶藝活動，合力完成作品，增進了彼此的友誼。

深圳高級中學（集團）四會中學老師代表及本校陳婉婷副校長就生涯規劃及身心靈健康活動分享心得。



陳婉婷副校長分享 生涯規劃及身心靈健康活動

感謝深圳高級中學(集團)四會中學
贈送師生繪畫作品給予我校。

深圳高級中學(集團)四會中學
Shenzhen Senior High School Group Sihui High School

热烈欢迎香港廖宝珊
纪念书院领导老师



深圳高級中學(集團)四會中學陳
大豐副校長與張偉聲校長一起參
觀玉器館。





七星岩



閱江樓



包粽活動

端硯雕刻活動



端硯館

學生心聲

4C 陳芷琪

在四會中學製作陶瓷的過程中，有一個難忘的片段。我第一次嘗試畫出紫荊花的葉子時，泥土乾裂，不斷裂開且畫不好形狀，心中充滿沮喪。然而，老師的耐心指導讓我重新振作，細心調整每一個動作；四會中學的同學也非常熱心善良，幫我們拿東西、倒水，還教我們如何做得更好。最終，我們成功製作出一朵漂亮的紫荊花。那一刻，我體會到耐心與堅持的重要性，陶瓷不僅是技術，更是一種心靈的修煉。

在肇慶的幾天，我最喜歡的景點是七星岩。那裡的山水相映，壯觀的岩石，以及在水中暢快游泳的魚和鴨子，讓我感受到它們的生機勃勃。餵牠們時，我感受到大自然的壯麗與和諧。聆聽清脆的水聲，心中能找到片刻的平靜與愉悅。這些經歷讓我明白，無論是在陶瓷創作還是欣賞自然，心靈的專注與投入都是至關重要的。



學生心聲



4C 廖梓茵

在到訪四會中學交流時，那裡的陶藝課令我尤為深刻。在此之前，我幾乎從未接觸過陶藝，製作時陶土不斷乾裂成為我的一大難題。但在與搭檔的共同努力下，我們還是成功完成作品，不僅從中感悟到永不放棄以及團體合作的精神，更成功將創造力和想像力發揮出來，是難能可貴的一課。在與當地同學午餐交流時，我也了解到當地的教育水平，更讓我深感「人外有人，天外有天」這個道理。

肇慶的紫荊西堤是我最難忘、也是最喜愛的一個景點。它圍繞在湖邊，從廣場位置甚至能放眼整個湖的風景，微風吹過最是愜意。日落時停下來觀賞湖景，當日天氣正好，晴空萬里，尤為吸引。西堤上滿是跳舞聊天的中老年人，充滿了當地人的生活氣息。沿途全是文創小店，有的售賣當地小吃。我走進一間賣手信的小店，看見以肇慶特色一端硯為造型的冰箱貼，不禁對當地年輕人的創意深感佩服。如今的年輕人大多已不寫書法，但以文創的方式，能令更多年輕人對傳統文化產生興趣和好奇，有助傳承，亦能向遊客推廣當地特色、帶動消費。大自然與創新的融合，更為西堤增添了獨特性。



學生心聲



4C 吳澄鈺

很高興在姊妹學校交流團中能有一次難忘的經歷。我最喜歡的地方是七星岩，其中龍岩洞尤其特別，裡面有奇特的鐘乳石，五光十色的空間彷彿不似人間。坐觀光車時，我還看見一片紅樹林，夏天的它鬱鬱蔥蔥，因樹根浸泡在水裡，看起來像一團綠色漂浮在水面上。那裡的鯉魚非常活潑，一小把魚餌就能濺起一大片水花，每條魚看起來都很肥美，一看便知平時被養得很好。

我同樣也很喜歡四會中學的陶泥工作坊，不僅因為製作陶泥樂趣十足，更因為能與四會中學的學姐一起交流，聊聊彼此好奇的事，分享自己的愛好和興趣。學校食堂對我們分外用心，午餐的餐單是根據同齡人的口味特意設計的。離開前，他們還讓我們摘一片檸檬葉，輕輕一聞，有陣淡淡的清香，且久久不散。

感謝學校安排的這場充實的旅行，以及老師們和導遊們的關心。這次的旅行讓我對肇慶有了全新的認識，也讓我對中華文化有更深刻的理解。我想，當我到了可以獨自旅行的年齡時，我還會再去一次，說不定還能偶遇導遊和學姐。



學生心聲



4D 葉澄

在與四會中學交流的期間，我認為最難忘的片段是製作陶瓷，因為這是我第一次接觸陶藝。雖然過程中有不少難題，例如陶泥乾裂的速度比我想像中快，但最終仍成功完成作品。從中，我學到了團隊合作及分工的重要性，並發揮創意和想像力，完成這次的作品。此外，在與當地學生對話期間，我也了解到他們的教育制度和形式，讓我體會到不同地區教育制度的差異，也提醒我要更努力和用心學習，為未來做好最佳準備。

另外，我最喜歡的景點是七星岩，那裡的岩石形狀各異，各具特色，但共通點是都十分雄偉壯麗。岩石上的摩崖石刻令我感受到歷史的見證及時間的流逝。乘坐電瓶車是一個十分有趣且舒適的體驗。我們還參觀了七星岩洞穴，五彩繽紛的燈光照射在鐘乳石上，顯得格外神秘。這優美的景色也令我嘆為觀止。



七
十