



梁文燕紀念中學(沙田)

Helen Liang Memorial Secondary School (Shatin)

地址: 新界沙田大圍顯田街2號
電郵: email@mail.hlmssst.edu.hk

電話: 26941414 傳真: 26091245
網址: <https://www.hlmssst.edu.hk>



學校簡介

學校簡介



本校於1977年創立，1988年9月遷至現址，是一所官立男女文法中學，按編制每級設有4班，中一級至中六級合共24班。



本校致力提供一個優良的學習環境，啟發學生的學習興趣，並向德、智、體、群、美五育均衡發展。

辦學宗旨

教職員編制

本校共有教師56位，非教學人員23位。本校師資優良，持有學士學位和碩士學位或以上的老師百分比分別為98%及46%；當中具10年以上教學經驗的教師百分比為70%。全校教師對教學充滿熱誠，以有教無類、作育英才為己任。

學校簡介



學生唱跳英語歌劇「Earth B」

本校致力發展學生兩文三語的能力，按學生能力和需要調整授課語言，並依照教育局微調中學教學語言指引，於初中數學科和科學科開設中文班及英文班，並推行「普教中」，於中文科開設普通話班和粵語班。至於高中，數學科開設中文班及英文班，而修讀物理、化學及生物的學生也可選擇中文或英文作學習語言。同時，英文科透過英語周、英語早會、英語大使計劃、英語話劇課等活動，以提高學生的英語能力，營造優良的英語環境。此外，學校亦開設暑期銜接課程，協助學生在新學年適應英語學習。



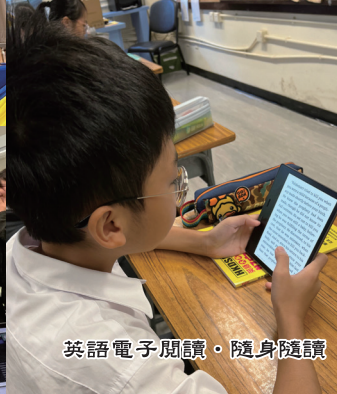
學生於英語早會與全校分享減壓小妙招



靜心養性英文書法課



英語話劇組籌備年度音樂劇



英語電子閱讀·隨身隨讀

課程編制



科目	中一	中二	中三	中四	中五	中六
中國語文	✓	✓	✓	✓	✓	✓
英國語文	✓	✓	✓	✓	✓	✓
數學 [△]	✓	✓	✓	✓	✓	✓
數學延伸課程(單元一)				○	○	○
公民與社會發展科				✓	✓	✓
公民、經濟與社會	✓	✓	✓			
中國歷史	✓	✓	✓	○	○	○
歷史	✓	✓	✓	○	○	○
地理	✓	✓	✓	○	○	○
經濟				○	○	○
旅遊與款待				○	○	○
健康管理與社會關懷科				○	○	○
科學 [△]	✓	✓	✓			
物理 [△]				○	○	○
化學 [△]				○	○	○
生物 [△]				○	○	○
普通電腦 / 資訊及通訊科技	✓	✓		○	○	○
創科教育			✓			
設計與科技	✓	✓				
科技與生活	✓	✓				
企業、會計與財務概論				○	○	○
應用學習				○	○	
普通話	✓					
視覺藝術	✓	✓	✓	○	○	○
音樂	✓	✓	✓	✓		
體育	✓	✓	✓	✓	✓	✓
公民教育	✓	✓	✓	✓	✓	✓



必修課程



選修課程



設英語班

聯課活動學會

類別	學會/小組
服務	公益少年團、少年警訊、醫療輔助隊少年團、升旗隊、民安隊少年團、扶輪少年服務團
體育	籃球、乒乓球、游泳、羽毛球、運動攀登、閃避球、排球、田徑、花式跳繩、劍擊、跆拳道
學術	中文學會、英文學會、數學學會、科學學會、普通話學會、閱讀學會、辯論學會
藝術	探藝會、合唱團、獨唱組、中樂團、中樂樂器訓練班、管弦樂團、西樂樂器訓練班、舞蹈學會
興趣	棋藝學會、家政學會、創科學會、基督徒團契、攝影學會、戲劇學會、校園農圃、無人機學會、模擬飛行學會、舞台管理學會



升旗隊偕同民安隊、醫療輔助隊出席「心繫家國3.0」活動



水運會泳手專注 每一下動作 求取突破



特色活動

本校致力培養學生創新思維，舉行多元化的活動，拓闊學生視野。學生在創科領域表現卓越，於各項大型競賽中屢獲殊榮，充分展現創新與實踐能力。在2024國民身份認同應用程式設計比賽中勇奪亞軍、優異獎及最豐富內容獎；在「人工智能生成內容」創作比賽中榮獲冠軍；於AI學習圈人工智能創新比賽（AI Innovation Contest）中獲中學組金獎及公開組銅獎；並在第四屆香港青少年航天創新大賽《星球車機器人挑戰賽》中摘下一等獎，更獲選代表香港出賽；於全港中小學STEAM智慧健康校園精英學習計劃中，共有10位同學成功通過評估。本校派了3位學生前往東京參加亞洲國際數學奧林匹克公開賽總決賽，取得兩銀一銅的優異成績。



教育局副局長施俊輝先生
聽取學生介紹桌遊玩法



本校重視學生對祖國的深入認識，鼓勵學生積極參加各類國情比賽和活動。於第三屆「全民國情知識大賽」決賽，本校學生勇奪全港亞軍。本學年公民科推行「國家發展成就電子桌遊設計」課，從資料搜集、遊戲設計、美術效果和國家成就內容等方向討論，學生進行數個階段的協作學習，發展其共通能力，作品更於「教育局見證新時代創意作品製作比賽2024/25」中榮獲全港「中學組冠軍」及「最受歡迎作品獎」殊榮。



學生到香港電台
拍攝節目《綠TEEN工作》



模擬酒店男務員工作



STEAM課堂

體育方面，本校積極推動多元化發展，課堂內容涉獵各項球類，如保齡球、欖球及曲棍球等；另外亦設有12個體育學會供學生參與課外活動，除球類活動外，還有運動攀登、閃避球、劍擊、花式跳繩等特色項目。學校鼓勵學生積極參與運動，培養健康生活模式，同時透過體育活動發展學生價值觀及生涯規劃。劍擊校隊為本校傳統的體育精英項目，花劍、重劍及佩劍隊成員於U14男子重劍獲季軍，又獲中學校際劍擊比賽女子花劍個人（甲組）季軍、男子及女子重劍團體殿軍、隊際外展劍擊（花劍）比賽女子高級組團體季軍、惠州青少年公開賽男子佩劍冠軍。學生在全港閃避球精英賽獲得初中男子亞軍，更有隊員獲選為中國香港U14混合隊代表參與亞洲盃賽事。此外，沙西區校際游泳比賽中，本校獲得一冠三季的優異成績。



中醫藥坊體驗「執藥」



學生合力接駁電纜



同學在文化盛「燕」飲餅
食德，一同細味中國文化

藝術方面，舞蹈學會於第六十一屆學校舞蹈節獲得甲級獎及第六屆粵港澳大灣區青少年藝術展演舞蹈專場香港賽區金獎。於教育局主辦香港學校戲劇節(英語)獲得傑出演員獎。在中一級音樂課中增設粵劇、中樂課程、AI作曲班提升學生對中國音樂文化的認識。此外，中樂團、合唱團在多個校際音樂比賽中獲獎，學生更在各個獨奏比賽中屢創佳績，在第76屆香港學校朗誦節中屢獲獎項；學生在體驗多姿多采的藝術活動中皆能展示出多元的藝術才能。



中一同學獲香港官立中學
學習圈人工智能創新比賽金獎



新來港同學首次造訪中大留影



亞洲國際奧林匹克公開賽總決賽獲獎

學生支援



新生展示新學年展望



新生合作展現團體精神

培德育才

本校校風純樸，以培養學生守規盡責和律己敬人為要。校內不同組別均推行各類培養良好品格及支援成長發展的活動，讓學生有健康及均衡的全人發展。另外，本校更積極甄選具有不同才華和品學兼優的學生參加各類相關的培訓活動及比賽。



同心合力，一起
拆解數學難題



同學在屋脊日
營中的挑戰任務

關顧中一新生

為協助中一新生順利銜接中學課程，本校於暑假期間籌辦了中一迎新活動及銜接課程。活動包括訓輔成長、創科解難體驗、跨學科探索，以及英文及數學銜接課程，深受新生與家長好評。

此外，學校設有朋輩輔導計劃，由學長關顧新生，陪伴他們融入校園生活。我們還推行「一人一制服團隊」計劃，培養學生的服務精神與正面價值觀。為促進全人發展，本校每星期會為全級中一學生開設課後延展課堂，內容包括英數課後增潤班、功課輔導班、中國文化活動、STEAM活動及外語課程，促進全級中一新生的全面發展。



朋輩輔導員和中一同學玩遊戲

因材施教

本校因應學生的不同能力，舉辦多元課程照顧學生的學習多樣性，培養他們學習興趣，發展共通能力。此外，本校為學業成績較佳的學生提供拔尖課程，以助提升他們的學習能力，故本校每年升讀本地大學、海外大學或大專院校的學生接近100 %。



朋輩輔導員訓練營

2025/26 學校發展計劃

1 營造學習氛圍 提升學習表現



學生到佛山了解環保工業的固廢處理系統

學生到彭博新聞社 (Bloomberg)
參與工作影子活動



中六廣州考察之旅



中一新生合作解決難題

2 活出正向人生 建立關愛校園

本校家長教師會在1994年成立，透過家校溝通，促進學生學業成績，讓學生身心健康成長。家長代表亦出席學校管理委員會會議，在校政上向學校提供意見，充份展示家校合作的精神。



家長義工派發糖果傳遞正能量與關愛

家校合作



家長學生教師一起參觀新園軍營



聖誕聯歡會

校外活動獎項 2024-2025

類別	比賽 / 組織名稱	獎項詳情
STEAM	香港教育城 主辦 2024 國民身份認同應用程式設計比賽	亞軍、 最豐富內容獎
	大灣區教育創新研究院 主辦 2024「人工智能生成內容」創作比賽	冠軍
	香港資優教育學苑 香港新一代文化協會 中國銀行（香港）主辦 第四屆香港青少年航天創新大賽	一等獎 二等獎 三等獎 一等獎
	星球車機器人挑戰賽 初中組	
	球型無人機攻防對抗賽 初中組	
	星球車機器人挑戰賽 初中組	
	球型無人機攻防對抗賽 高中組	
	香港官立中學人工智能學習圈 主辦 人工智能創新比賽初中組、公開組	金獎、銅獎
	香港電燈有限公司（港燈）主辦 社區減碳地圖	最具創意大獎
	亞洲國際數學奧林匹克聯合會 主辦 2024 亞洲國際數學奧林匹克公開賽 總決賽	兩銀一銅
學術	亞洲國際數學奧林匹克聯合會主辦 2025港澳數學奧林匹克公開賽《港澳盃HKMO OPEN》暨2025亞洲國際數學奧林匹克公開賽初賽《AIMO OPEN》	三個銀獎
	香港資優教育教師協會 主辦 粵港澳大灣區資優「合24」比賽 2025 初中組 粵港澳大灣區邏輯拼圖比賽 高中組	星中之星 星中之星、銀獎
	保良局及香港數理教育學會 主辦 第二十七屆香港青少年數學精英選拔賽 中學組	三等獎
	香港資優教育教師協會、君培資優教育 主辦 大灣區資優創意徵文比賽2024（香港區賽）高中組	優異獎
	教育局 主辦 第六屆臥龍杯官立中學多角辯論賽2025	亞軍
	野外動向 HK Discovery與香港地質學會 主辦 第二屆全港中學地質大搜查 學界比賽	銅獎

類別	比賽 / 組織名稱	獎項詳情
體育	香港學界體育聯會 沙田及西貢區中學分會 主辦 中學校際游泳比賽	季軍 季軍 冠軍 季軍
	男子甲組 50米自由泳	
	男子甲組 50米蝶泳	
	女子丙組 50米蛙泳 女子丙組 50米自由泳	
	康樂及文化事務署 沙田體育會 主辦 慶祝中華人民共和國成立75周年第四十屆沙田區分齡游泳比賽2024	冠軍 冠軍 冠軍 冠軍
	男子組青少年組 50米自由泳	
	男子組青少年組 50米蝶泳	
	黃大仙區分齡游泳比賽 2024	
	男子組青少年組 50米自由泳	冠軍 冠軍
	男子組青少年組 50米蝶泳	
	男子青少年組 100米 自由泳	亞軍、季軍
	中國香港學界體育聯會（新界地域）主辦 中學校際劍擊比賽	殿軍 季軍 殿軍
	女子花劍團體	
	女子花劍個人（甲組） 男子重劍團體	
	中國香港劍擊總會 主辦 U14男子重劍	季軍
	學校體育推廣計劃隊際外展劍擊（花劍） 女子高級組團體	季軍
	油尖旺民政事務處、油尖旺社區體育委員會 主辦 油尖旺青少年劍擊比賽U14男子重劍	冠軍
	中國香港學界體育聯會沙田及西貢區分會主辦 中學校際田徑大會男子丙組跳遠	亞軍
	中國香港氣槍實用射擊總會主辦 全港國際氣動手槍錦標賽2025 標準組青年	亞軍

類別	比賽 / 組織名稱	獎項詳情
	中國香港門毬球總會主辦 全港中學學界門毬球(複球式)精英賽 初中男子組	亞軍
	中國香港單車總會 主辦 全港公路車賽 (第四回合) 少年組團隊計時賽	亞軍
	康樂及文化事務署及北區體育會 主辦 北區排球比賽2025 男子青少年組	季軍
	香港音樂事務處 主辦 2024青年音樂匯演中樂團匯演 中學組	銀獎
	香港國際音樂文化協會 主辦 環球傑出青年音樂家大賽2024 學屆中樂組(二胡)	亞軍及傑出音樂家金獎
音樂	國際精英兒童才藝協會 主辦 第七屆國際兒童音樂比賽 中樂中學組	亞軍
	亞太藝創文化協會 主辦 2025亞太卓越文化藝術比賽 (音樂比賽)	亞軍
	中學組管樂	
	中學組鋼琴	
	亞太優秀才能藝展協會 主辦 2025亞太區優秀才能藝術節音樂比賽	冠軍
	中學管樂組	冠軍
	國際青少年及兒童教育協會主辦 國際中樂樂韻挑戰賽 青少年組	
	香港青少年及兒童才藝表演協會 主辦 第七屆香港青少年及兒童音樂大賽	
	中樂二級組	冠軍
	中學初中組	季軍
	多元藝術教育協會 主辦 2025香港青少年藝術家比賽	冠軍
	中樂中學組	
	鋼琴中學組	
	KJC亞洲國際藝術節中國區組委會 主辦 第十二屆KJC亞洲國際藝術節中國分區預選賽	一等獎
	架子鼓少年組	冠軍
	亞太優秀才能藝展協會 主辦 2025亞太區優秀才能藝術節音樂比賽	
	中學中樂組	
	中學鋼琴組	冠軍

類別	比賽 / 組織名稱	獎項詳情
藝術	香港學校音樂及朗誦協會 主辦 第七十六屆校際朗誦節 英詩獨誦比賽 英文新聞專題演說	一冠兩亞兩季季軍
	教育局課程發展處、香港學界舞蹈協會有限公司 主辦 第六十一屆學校舞蹈節 中國舞 (中學組)	甲級獎、優等獎
	香港舞蹈聯會 主辦 第六屆粵港澳大灣區青少年藝術展演 中國香港 (舞蹈) 賽區	金獎
	香港舞蹈聯會 主辦 第六屆粵港澳大灣區 青少年藝術展演 舞蹈專場香港賽區	金獎
	教育局 主辦 香港學校戲劇節	傑出演員獎
	香港肝臟移植協康會 主辦 全港中小學中文硬筆書法比賽 初中組	冠軍
國民教育及中華文化	教育局 主辦 2024《憲法》和《基本法》全港校際問答比賽 暨慶祝中華人民共和國成立75周年 「見證·新時代」創意作品製作活動	冠軍、最受歡迎作品獎
	教育局 主辦 2024/25 學年「心繫家國」聯校中式步操比賽	銅獎
	教育局 主辦 2024/25 學年「心繫家國」中醫藥寶庫探究專題研習計劃書初選	亞軍
	香港故宮文化博物館 主辦 香港故宮學生文化大使	証書

中一自行分配學位

◆ 收生程序

本校按教育局頒佈之「中學學位分配辦法」招收中一學生。30%的中一學額，將採用「自行分配學位」辦法，招收學生。有關詳情如下：

「自行分配學位」招生程序：

- ◆ 派發及遞交申請表日期：2-1-2026 至 16-1-2026
- ◆ 本校辦公時間：
星期一至五：上午9:00 – 下午5:00
星期六：上午9:00 – 中午12:00
- ◆ 收生準則及比重：

	收生準則	比重	*比重 (如未能進行面試)
1.	學業成績	30%	教育局成績次第60%
2.	操行	20%	30%
3.	課外活動、校內外服務及獎項	10%	10%
4.	面試	40%	——

◆ 面試日期：14-3-2026 (星期六)

- ◆ 索取申請表方法：可親臨本校索取「中一自行分配學位申請表」或在本校網頁下載
- ◆ 遞交申請表方法：
 1. 於辦公時間內親身交回本校校務處；或
 2. 透過「智方便+」上載到「中一派位電子平台」；詳情參閱由教育局網頁發佈之「中一派位電子平台」家長指南注意：切勿同時以紙本及透過「中一派位電子平台」申請，重複申請並不會增加獲派機會。

* 本校不接受申請者之小六學校推薦書

如有查詢，歡迎於辦公時間內致電 2694-1414 與校務處職員聯絡