澳門大學附屬應用學校家長教師會

關愛

第25期
2026年6月

盧校長退休了



各位親愛的家長：

大家好！時光隨風，十八年了。

這是蘭馨最後一次以校長的身分，為《關愛》執筆。寫下這幾個字，心中有千言萬語，一時不知從何說起。

十八年，在一個人的生命裡，不算短暫；在一所學校的發展歷程中，卻也只是剛剛站穩腳步。蘭馨很感恩，能在這十八年裡，與你們一起，陪伴著孩子們走過最珍貴的成長歲月。

回想這些年來，蘭馨心中始終有一個明確的方向——要在這片教育福田上，深耕四個層面的建設：

一、硬件——給孩子一個安穩祥和的學習環境

深耕教育數十載，歷經好幾個教育體系，不同的體驗，讓蘭馨堅信一所學校須有恬靜整潔的校園、安全衛生的環境、寬敞實用的校舍、優美的建築造形、悅目的色調、適時的設備與系統的管理等，讓校園擁有高美感的視覺效果及完整的形象識別，創造出代表學校獨特的精神文化及持份者的形象表達，從而更好地流露學校的人文精神、行為方式和價值取向是非常重要的。因此，引領附校行政團隊，嘗試從更高站位出發，對學校教育場景進行再認識、再深化、再設計、再推進，期以「用設計點亮教育，以教育設計未來」的理念繪就美藝而安然的視域下之育人藍圖。

首先是志學樓幼稚園部的課室環境及設備更新；接著修善樓一至三樓小學部課室的翻新、增設走廊的造型壁報板；又到志學樓由地面層至三樓的全面加固；四、五樓的課室擴充及志學園的加建；再到十五層高的厚德樓落成啟用；最近又在修善樓天台加建了修善波地。總之，校園內每一個空間、每一塊磚、每一扇窗，我們都用心規劃，務求創造出合乎人體工學的概念、美學和心理感受的學校環境。因為我們相信：一個舒適、安全、美感兼具的校園，除了為學生提供了更為優良的教育環境及配套設施，幫助學生學習與成長之外，還透過各項目人文關懷、環保設計和設施的運用，本身就是最好的教育。

二、軟件——讓師、生的教、學與時俱進

課程設計、評量方式、教師培訓——這些看不見的「軟件」，其實是學校最核心的競爭力。這十多年，我們的教師團隊在專業進修、學位持續進修及生涯規劃師的培訓、師生職員積極接受數位化賦能教育、以至教學設計獎勵計劃等方面屢獲佳績。畢業生升讀本地或國內外知名大學，積極參加國際不同學科或體藝競賽，尤其在全球15歲學生的能力評量測試PISA等等的成績更超越國際頂尖水平。這些數字背後，是每一位師生日復一日的耕耘、精進與活學所致。

三、心件——建立充滿愛與信任的校園文化

硬件與軟件可以購買、設計與研學，但「心件」——那份親師生之間的信任、尊重、歸屬感與嚴而有愛的關係——必須用心去經營。這些年，附校的教育團隊致力營造一個以家社為主軸的「純樸、祥和、友愛、風采」校園氛圍，讓每一個孩子走進附校的校門時，都能感覺到被重視、被關顧、被接納、被愛護、被期待。

四、教件——以生命影響生命

在數十年教育志業生涯中最珍視的「教件」——並非只著力在所有的課程、教材、活動或設備的設置，而是每一位教者與孩子的生命交會和尊重。教育，從來不只是傳授知識，而是：一個生命，影響另一個生命；一個靈魂，喚醒另一個靈魂；一個善行，激發另一串漣漪。這份信念，始終是蘭馨不曾動搖的初心。

各位家長，坦誠地說：這十八年來，學校能夠一步步穩健成長，絕對不是一個人的功勞：要感謝每一位老師——是他們在課堂上的諄諄教誨；在放學後的悉心輔導；在發現孩子持有的潛能時適當協助；在孩子挫折時給予撫慰，在孩子犯錯時給予引導。他們付出的辛勞，遠遠超過職責的要求。要感謝每一位行政、職員與後勤同工——是他們讓學校運作順暢、安全無虞，健康無恙，讓蘭馨和教學前線沒有後顧之憂。更要感謝各位家長——您們把孩子最珍貴的十五年交到我



們手上，給予我們最大的信任與支持。這份信任，也是蘭馨十八年來不敢有絲毫懈怠的動力。

教育是學校與家庭共同的責任。這些年來，家長與學校的「互信、互敬、互動、共贏」均以家長教師會為橋樑，建立了良好的家校合作關係，讓每位家長都能感覺到：有信心、可放心、能安心、會支持。許多家長積極參與家長教師會、學校義工、家校活動、回應學校的邀請，時刻與我們攜手並肩善盡教養天職。這份信靠與理解，是孩子們最堅實的後盾。

親愛的同學們：雖然蘭馨不再以校長的身分站在校門口或操場上接待你們，但會在不同角落，默默陪伴著你們成長。

請記住：

- 永遠對世界保持好奇——那是你學習的最大動力。
- 永遠對他人保持善意——「說好話、做好事、存好心」，這三件事及「祥和十道」會讓你成為受歡迎的人。
- 永遠不要放棄自己——跌倒不可怕，爬起來繼續走，才是真正的勇敢。

你們每一個人，都是獨一無二的寶藏。請珍惜自己、相信自己，勇敢地去追尋屬於你們的夢想。

各位家長，2026/2027學年起，由中學部的副校長——譚偉基先生接任校長，他在本校服務十多年，對學校的發展脈絡瞭如指掌，已有豐富的歷練，更重要的，是他擁有一顆真誠、肯承擔且堅定的教育心。蘭馨深信他會以更創新、更適時的方式，帶領學校走向更光輝的未來。

在此，蘭馨以一位教育老園丁的身份，向各位家長說幾句心底話——這是十八年來最深切的體會，也是臨別之際最懇切的請託。

首先是關於「家校共育」：

教育是學校與家庭共同耕耘的福田。學校給予孩子知識與視野，家庭則賦予孩子品格與安全感的根基。這兩者，缺一不可，這些年來，見過太多例子：一個孩子在校表現良好，但回家後缺乏適當的陪伴與引導，所有的努力便如沙上建塔，轉眼傾頹。我也見過，當家長願意與學校並肩作戰，孩子身上便會出現奇蹟般的轉變——因為他知道，他生命中最重要的大人們，正朝著同一個方向愛著他。

「家校共育」，從來不是一句口號，而是孩子能否健康成長的關鍵所在。蘭馨真誠地懇請各位家長：無論工作多忙，請務必撥出時間參與孩子的學習生活。關心他今天在學校學了什麼、交到了哪些朋友、心裡有什麼煩惱。不是質問，而是傾聽；不是責備，而是陪伴。您的每一次參與、每一份關注，都會化為孩子心中最踏實的力量。請記住：學校能給孩子一個校園，但家庭才能給孩子一個世界。

其次，蘭馨必須鄭重拜託各位的是「尊師重教」：

家長對老師的態度，決定了孩子對學習的態度。當孩子聽見父母在背後輕視老師、質疑學校，他便會理所當然地不聽老師的話、不把學習當一回事。相反的，當家長尊重老師的專業、肯定老師的付出，孩子自然會對老師產生信任與敬意，學習也將事半功倍。

各位家長，老師們的工作，遠比您想像中更艱苦。他們面對的不只是一個孩子，而是數十個來自不同背景的孩子；他們承擔的不只是教學任務，還有無數的行政工作、評量設計、個別輔導，以及情緒上層出不窮的突發狀況。他們的付出，值得我們深深的尊敬與感謝。

各位，在教養的路上，家長與老師之間偶爾會有意見不同的時候。蘭馨懇切地呼籲：當您有疑慮時，請先以信任為基礎，主動與老師溝通，而不是在孩子面前批評老師。家長尊重老師，孩子才會尊重知識；家長信任學校，孩子才會信任教育。因此，懇請各位家長，從今天開始，每當您見到老師時，試著問候一句：「老師辛苦了，謝謝您。」這簡單的一句話，對老師來說，是世界上最溫暖的禮物。



各位親愛的家長，教育是一片廣闊而艱辛的土地。學校、家庭、孩子，這三者必須緊緊相連，才會有理想的收成。蘭馨把自己最珍貴的十八年，奉獻給這所學校、奉獻給您們的孩子。如今要退休了，最放心不下的，就是這份「家校共育」的連結能否持續深化。所以，容許蘭馨最後一次懇求：請與學校同行，因為您們是教育最親密的夥伴；請尊敬老師，因為他們是孩子知識與品格的引路人。

寫到這裡，窗外是熟悉的校園景色。孩子們的笑聲隱約傳來，陽光灑在操場上，一切都如此美好。

想說的最後一句話，仍然是「感謝」；
感謝您們，讓蘭馨這十八年過得如此充實而有意義；
感謝您們，讓蘭馨的生命，因陪伴您們的孩子而變得豐盛。

教育，是一片值得耕者傾盡心力的土地，往後蘭馨會在名譽顧問的角度，持續對附校這片教育福田的厚積和發展加以關注。

願澳門大學附屬應用學校桃李滿園
願各位闔家平安、幸福。
願我們的孩子，志存高遠、前程似錦。

您們永遠的教育夥伴

盧蘭馨謹識
2026年仲夏



澳門大學附屬應用學校
家長教師會
關愛

體育的教育力量

家長教師會理事長 王秉正



在教育思想的發展中，體育始終被視為塑造完整人格與維護社會健全的重要力量。古希臘哲學家柏拉圖在《理想國》中強調體育是教育核心，既促進健康，也培養紀律與合作；尼采則認為體育鍛鍊是追求自我超越與生命意義的一部分。在中國古代，教育體系「六藝」- 禮樂射御書數中，「射」與「御」直接屬於體育範疇，孔子將六藝引入儒家教育，強調文武兼備，體育在其中扮演不可或缺的角色，成為君子教育的重要部分。進入近代，中國教育家蔡元培提出「五育並重」的理念，即德、智、體、群、美五種教育目標並舉。其中，體育被視為培養強健體魄、養成規律運動習慣與健康心理素質的重要途徑，與德育、智育、美育、群育共同構成全面教育的基礎。綜觀歷史，從柏拉圖的哲學到尼采的思想，再到中國的六藝與五育並重，可以看出無論在古代還是現代、中西方思想家都顯示出中西方思想家對體育教育的高度重視並一致認為體育教育是塑造人格、培養美德與促進社會責任的核心力量。它不僅是鍛鍊身體的活動，更是培養心智、道德、美感與合作精神的重要途徑。這種跨文化、跨時代的共識顯示，體育教育在文明發展中具有不可替代的地位，並且在現代仍然是教育理念的核心之一。

學童與青少年的運動培育在各年齡層呈現循序漸進的特點:幼兒期(3–6 歲)以「基礎動作與遊戲活動」為主，孩子透過跑、跳、爬、投擲等遊戲培養平衡感、靈活性與動作控制，重點在於快樂參與與探索，並在過程中建立自信。學齡期(7–12歲)則以「專項運動與團隊競技」為核心。此時孩子的動作技能逐漸成熟，能參與球類、游泳、田徑等結構化運動。團隊活動不僅促進骨骼與肌肉的健康，也培養合作精神、規則意識與社交能力。青春期(13–18歲)則以「體能訓練與自我挑戰」為主。隨著身體快速成長，青少年適合進行耐力跑、力量訓練與技能深化。這些活動不僅強化體魄，也幫助建立自我管理能力與心理韌性，並透過競技或挑戰追求自我突破。

學生參與運動具有三大核心好處，分別體現在智育、群育與體育三方面。首先，在「智育方面」，運動能夠促進大腦的健康發展：規律的身體活動會刺激神經系統的活化，增強神經元之間的連結，進而提升記憶力、專注力與思考能力。孩子在運動過程中需要規劃動作、調整策略，這些都能培養執行功能與解決問題的能力，同時也有助於情緒的穩定與壓



力的調節，使學習更有效率。在「群育方面」，運動是培養社交能力的重要途徑：透過團隊運動或合作遊戲，兒童學會分工協作、互相支持與遵守規則，這不僅增強了溝通技巧，也培養了責任感與公平競爭的意識。孩子在與同伴互動的過程中，逐漸建立同理心與人際信任，這些能力對未來的社會適應與人際關係至關重要。最後，在「體育方面」，運動直接促進骨骼與肌肉的健康發展：跑步、跳躍或球類活動能刺激骨骼生長，增加骨密度，並強化肌肉力量與耐力。這些活動同時改善身體的平衡與協調，幫助孩子養成良好的姿勢與健康的生活習慣。透過規律運動，兒童不僅能獲得強健的體魄，也能建立積極的生活態度，為長期的身心健康奠定基礎。兒童運動的三大核心好處相互交織，既能促進智力發展，又能培養社交能力，同時保障身體健康。它不僅是教育的重要組成部分，更是全面發展不可或缺的基石。

體育教育在歷史與現代教育思想中始終扮演著不可替代的角色。體育不僅是鍛鍊身體的活動，更是人格塑造、道德培養與社會責任建構的重要途徑。運動的價值不僅能「促進大腦發育」，提升智力與學習能力；更能「建立社交能力」，培養合作精神與人際互動技巧；體育教育不僅是文明發展中的共同共識，更是現代教育理念的核心之一。它連結了身心健康、人格養成與社會責任，為兒童與青少年的全面成長提供了堅實的基礎，也為未來社會的健全與進步奠定了不可或缺的力量。



小小運動員，大大的成長

家教會理事 關海琪

不知不覺，女兒投入運動訓練，已是四年時光。

回想初學階段，每一次高強度訓練，女兒總是辛勞得落淚。身為媽媽的我，看在眼裡、痛在心裡，也無數次跟著心疼落淚。女兒的運動之路從來不是她一人的堅持，而是整個家庭同心協力的陪伴與默默付出。日復一日的訓練、風雨無阻的練習、接連不斷的賽事，我們既要配合緊湊的訓練日程，安排往返交通與住宿、調整生活節奏，更要時刻陪伴女兒梳理情緒、調整心態，在壓力與疲憊中一起堅持前行。

訓練與比賽的過程，同時也是磨練心性的歷程。她要學習坦然面對輸贏，調整賽前的緊張情緒，消化落敗後的失落，感受取勝的喜悅。為了堅持熱愛的運動，她常常要壓縮課業與休息時間，在訓練、學業、休閒之間反覆找尋平衡。平日放學後投入密集訓練，只能依靠周末補足睡眠，在成長壓力、對自己要求極高的學業目標與運動熱忱之間不斷磨合，這一路的辛苦與不容易，只有親身經歷才能深刻體會。

四年淬煉，女兒的蛻變格外動人。

從一開始訓練太苦而哭，變成如今受傷、停訓就會失落難過。她開始享受流汗後的暢快、珍惜與隊友並肩奮鬥的時光，懂得在團隊中互相扶持、彼此鼓勵。在此也由衷感恩，我們有幸遇見真心為女兒著想的教練，不只傳授運動技術，更用心引導女兒調整心態，幫助她變得成熟穩定。也正是得益於





教練們的啟發，以及女兒願意跟我作內心的深度交流，使我明白她的處境和感受，我也終於想通許多親子相處的訣竅，我們母女的關係不僅跨上一個新台階，更成為不少家長羨慕的相處模式。現在我是女兒的好閨蜜，女兒亦是我的知心摯友。教練的悉心指導、隊友的一路相伴，都是女兒成長路上珍貴的禮物，也讓運動遠遠超越單純的體能訓練。

走過這四年，我深深體悟：體育的價值從不在獎項與成績，而是在品格與心性的塑造成長。

女兒或許說不出什麼深奧的道理，僅僅一句簡單的「我很喜歡」，就足以支撐她熬過日復一日枯燥的訓練和艱難挑戰。發自內心的熱愛無需旁人催促與推動，是心底最執著的堅定；也只有這份純粹的熱愛，才能讓孩子在運動路上行穩致遠，走得長久。

陪伴女兒追尋夢想的這段旅程，同樣也是我的一場家長修煉。

這數年間我也曾有過執念與偏差，在一次次嘗試與溝通中慢慢調整步伐，才磨合出我們母女間舒適的心理平衡。如今我終於明白，女兒真正需要的，從不是家長的催促與過高期待，而是耐心陪伴、充分尊重與由衷理解。我們無須為孩子敲定所謂最好的人生道路，只需要教會她：擇其所愛，堅持所選，事後無悔。

人生、學業、運動皆是同理，世上本沒有絕對完美的道路，只要是心之所向並願意為之堅持，那便是屬於她最好的選擇。年少時能找到一項真心熱愛的事物，是難得的幸運，也會成為滋養一生的力量。

身為家長，我們最重要的職責，便是細心守護孩子心中這顆熱愛運動的種子。不要將自己的期待、虛榮心與對榮譽的執念，捆綁在孩子的熱情之上；只願靜靜相伴，呵護這份純真的喜愛，讓它慢慢生根、發芽、茁壯。

願每一位附校學子，都能透過運動強健體魄、砥礪心志、收穫滿滿成長；願附校體育風氣長盛不衰，少年朝氣蓬勃，讓學子們在熱愛中閃耀屬於自己的光芒。





運動帶來親子連結 共創快樂的運動時刻



家教會副理事長 蘇配芝

運動是一種獨特而有力的工具，運動對都市人來說是維護身體健康、提高生活質量、減輕壓力和促進身心平衡的重要途徑，對壓力的釋放和情緒的調節有著重要的舒緩作用，同時可以為親子關係注入活力。

運動對親子關係有著廣泛且正面影響，它不僅促進了家庭成員之間的連結和溝通，還培養了很多重要的技能和價值觀，通過共同參與運動，家庭成員可以建立更強的情感聯繫，並共同創造出豐富的回憶。

在這篇文章中，我們將探討運動如何有助於親子關係的建立，並分享一些具體的例子去創造快樂且有意義的運動時刻。

1. 共同探索自然：
運動活動提供了一個絕佳的機會，讓家庭成員一同探索大自然。例如，你可以帶著孩子去郊外健行，或者一起騎自行車穿越風景優美的公園。這樣的經歷不僅可以增加身體活動量，還能夠與孩子分享美麗的景色，並在道路上展開輕鬆的對話，加深彼此的了解。

2. 遊戲與競爭：
運動遊戲是建立親子連結的絕佳方式之一。家庭成員可以一起參與籃球、足球、乒乓球等活動，透過競爭與合作，增強互信和團結精神。這些遊戲不僅促進身體活動，還為家庭成員提供了共同成長和樂趣的機會。

3. 健身挑戰：
舉辦一個家庭健身挑戰活動，可以激勵家庭成員一起參與運動。例如，每週選擇一項運動項目，例如仰臥起坐、跳繩、伸展等，並確立目標和獎勵。這樣的挑戰可以培養家庭成員的毅力和自律精神，同時也提供了一個共同努力和達成目標的機會。

4. 運動觀賽：
觀看運動比賽是一個讓家庭成員共享激情和樂趣的方式。你可以一起觀看足球、棒球、籃球等比賽，一同為你們支持的團隊歡呼，分享緊張刺激的時刻。這種共同的經歷將加深彼此之間的聯繫，並在後續的對話和回憶中提供話題。

5. 家庭健身活動：
在家中進行家庭健身活動是另一種增進親子關係的方式。可以一起參加家庭瑜伽、跳舞或者跳健身操。透過共同的運動和笑聲，你們將共享愉快的時光，同時也關注家庭的健康和身體活動。

我們必須讓運動成為家庭中的一部分，通過共同挑戰、溝通、合作和分享回憶，共同創造一個快樂且有意義的時刻，同時，家庭成員透過運動可以共同成長、培養共同的興趣和建立健康的價值觀，這些珍貴的時刻將在親子關係的建立和發展中起著重要的作用，並增加家庭的幸福感，促使我們的親子關係更加堅固，但要切記，運動過程中必須保持運動的樂趣和輕鬆感，不要把運動變成一種壓力或強迫的活動，而是讓每一位家庭成員能享受運動的過程。

鄭樂言家長 訪談紀要

家教會理事 蘇泳揚

1.請問言樂幾歲開始打乒乓球的？是誰帶他接觸這項運動的呢？
言樂爸爸：2023年言樂6歲，因哥哥首先在澳大附校興趣班打乒乓球，他就跟著去玩，後來2024年一起去考澳門乒校，結果言樂考到哥哥考不上，他由2024開始接受較正式的乒乓球訓練。

2.請問言樂每星期投放訓練時間大約幾小時，能跟我們分享訓練安排嗎？
言樂爸爸：週一至週五每天平均2小時訓練，週六、日會外出參加比賽，當中週一、三會自己坐車到橫琴乒校訓練，週二澳門乒校，學校校隊。

3.訓練這麼辛苦，言樂有沒有想過放棄？是什麼讓他堅持下來的？
言樂爸爸：他對乒乓球十分熱愛，暫時沒聽到有放棄的想法，他喜歡在打球中認識不同學校的朋友，更希望自己一直進步。

4.平時要兼顧學習和訓練，時間夠用嗎？你們是怎麼安排寫作業和複習的？
言樂爸爸：言樂會於學校的小息時間及於學校放學前把作業完成，每天訓練完後回家再有一小時溫習作業。

5.打乒乓球對言樂的學習有幫助嗎？
言樂爸爸：打乒乓球讓言樂學會輸贏無常，輸了如何下次打得更好，贏了又保持，也讓他學習時成績不好時候要如何調整，如何找更好的學習方法有所幫助。

6.言樂比賽中遇到強大的對手或比分落後時，會怎麼調整心態？
言樂爸爸：遇到強大的對手，他會很開心，能與強大對手對戰，明知打不贏也會想盡不同的辦法，希望能在對手手上取分，面對強大對手反而讓他更有想進步的動力。

7.拿下冠軍的那一刻，心裡在想什麼？
言樂爸爸：心裡壓力得到釋放，學界賽前其實希望前八就足夠，但見到能取冠的機會時內心是有壓力產生，到最後獲勝，能為澳大附校取得首個乒乓球學界單打金牌，覺得很光榮。

8.對也想學乒乓球的小朋友，你有什麼建議或鼓勵的話嗎？
言樂爸爸：澳大附校具有一眾喜歡打乒乓球的小朋友，當小朋友熱愛打球時，會成為其學習的動力，希望學校能多舉辦校內的乒乓球活動，建設具規模的梯隊，讓澳大附校能在學術成績優秀的同時體育項目也能達到較高水平。

最後，希望學校能更加支持乒乓球發展，最近校隊為學校在街坊盃取得團隊冠軍及教青局聯校混合團體賽取得季軍，已經具備乒乓球強校的雛形，希望把握這時期，建設成乒乓球強校進發。

也希望學校能用教青局的聯校活動資源，舉行氹仔區學校的聯校賽，讓校隊多點比賽及與其他學校交流的機會。



2526學年 運動校隊成績

體群處供稿



籃球校隊

男子B組籃球隊，獲得學界籃球比賽男子B組季軍

特區政府2025年度功績獎狀

"第二屆亞洲中學生3X3籃球錦標賽"澳門女子中學生學界代表隊獲授功績獎狀，我校S5C廖沛言同學為4名隊員中的其中一員。

足球校隊

男子A組足球隊，獲得學界足球比賽男子A組冠軍

田徑校隊

學界田徑比賽

男子B組4x400公尺接力第4名—S3A曾子悅、S4D鍾浩雲、S4A黃俊賢、S3C黃柏翹、S4D劉柏迪

男子B組400公尺第3名—S4D 劉柏迪



乒乓球校隊

P4D鄭言樂，獲得學界乒乓球比賽男子E組冠軍

羽毛球校隊

S4A趙梓誠，獲得學界羽毛球比賽男子A組亞軍

P6B陳俊熹，獲得學界羽毛球比賽男子D組亞軍

武術校隊

於學界武術比賽共獲得6個第一、3個第二、3個第三、1個第四，共13個獎項：

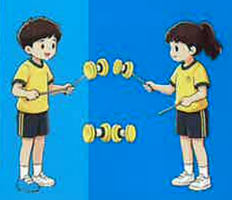
- 李鵬程獲男子B組南拳類傳統短器械第一名、南拳類傳統拳術第二名；
- 許貝澄獲女子A組南拳類傳統短器械第二名；
- 梁靖雯獲女子A組長拳類傳統拳術第三名；
- 李宗義獲男子B組第一套國際競賽長拳第一名、第一套國際競賽劍術第一名及第一套國際競賽槍術第一名；
- 何浚鋒獲男子B組南拳類傳統短器械第三名；
- 黃子翹獲男子C組初級棍術第二名及初級長拳第三名；
- 鄺韋霖獲男子D組24式太極拳第一名、初級劍術第一名及初級槍術第四名



扯鈴校隊

2026校際扯鈴比賽共43人，參與11個比賽項目。獲得如下：

	金牌	銀牌	銅牌	全場總冠軍	團體舞台表演冠軍
女子初小組	4	5	2	1	--
女子高小組	7	9	8	1	--
男子初小組	--	1	1	--	--
男子高小組	1		2	--	--
女子初中組	3	3	--	1	冠軍
女子高中組	3	2	2	1	
男子初中組	2	3	2	1	
男子高中組	6	4	2	1	
總計	26	27	19	6	--



澳門大學附屬應用學校家長教師會

家校關愛

慶祝建校28週年後記

學校供稿



「活力附校，攜手鑄造，盡顯才華，樂在其中」是2026年慶祝建校28週年活動的主題。

早在2025年11月已召開了籌辦28週年校園建設日活動的主題週會，籲請全體附校人以歷年的校園氛圍「活力附校」作為我們的底色；透過全體附校人同心以：「攜手鑄造」作為我們的方法；「盡顯才華」作為我們的過程，「樂在其中」作為我們共同的收穫。誠摯地邀請全校師生及教職員工，拿出大家的熱情、伸出大家的雙手、亮出大家的才華，一起攜手，一起以行動，共同寫下屬於這一代的附校故事！不僅是慶祝學校28年的穩步發展，更是為我們自己，營造一個精彩難忘、持續充滿活力與歡笑的校園！



活動以班際才藝匯演為核心，全校中、小學、幼稚園和教職員積極參與，經過數月初選及複選，最終共有28個優秀節目脫穎而出，於2月13日分階段進行演出，其餘節目亦於當周午間及課後時段「盡顯才華」，全校洋溢歡樂喜慶的節日氣氛。活動當天全體師生、家長教師會成員和校友齊聚操場，在莊嚴的國歌與校歌聲中拉開序幕。校長在致辭中回顧學校廿八載育人歷程，並勉勵師生繼續攜手，共鑄附校精彩未來。最終以校務處職員帶來的壓軸表演《愛很大》一曲，贏得全場最熱烈的掌聲與歡呼聲，體現了融洽的師生關係與協作精神。將「攜手鑄造」推向高潮。當天，還舉行校友回校日及校友籃球友誼賽等活動，教職員生、工友和校友同心慶祝建校28週年。



是次校園建設日活動在歡聲笑語中圓滿落幕，親師生及校友們「樂在其中」，展現出「活力附校」的一面，它不僅為學校獻上了一份厚禮，更凝聚了全體親師生及校友的歸屬感與對學校未來發展的美好期許。

澳門大學附屬應用學校家長教師會
關愛



學校週年校運會匯報

學校供稿

2026年4月9、10日假氹仔奧林匹克運動場舉行週年校運會，是次活動旨在提高同學對體育運動的興趣，培養良好的運動精神。本屆校運會以「全力爭勝」與「公平競技」為核心價值，鼓勵同學將賽場上的奮鬥精神融入學習與生活，切實踐行學校「一人一體藝」的培育目標，促進學生在德、智、體、群、美、情意及靈性的全面發展。

比賽當日，四社的社長及運動員代表在"運動員進行曲"的樂聲中整齊列隊進場。升旗禮畢，盧蘭馨校長致開幕詞，特別引用澳門舉行的WWT澳門冠軍賽中，國家隊王楚欽與孫穎莎展現的拼搏精神——每一分全力以赴，落後時不慌亂，領先時不鬆懈，賽後向對手致意、感恩國家與教練——以此勉勵同學們學會堅持、尊重以及勝不驕、敗不餒的品格。呼籲全體運動員秉承奧林匹克「卓越、堅持、友誼和尊重」的精神投身各項比賽，並向組委會、教練員、老師、職工、同學、澳門紅十字會及澳門體育局各部門的辛勤付出表示誠摯感謝。隨後，學生會會長尹康辰同學帶領全體運動員宣誓，校運會正式拉開帷幕。



澳大附校本屆校運會歷時兩天，合共超過1900名師生、校友及家長運動員參與，角逐87個專項比賽獎項。賽場上，四社健兒奮力爭先，奮力拼搏，共打破7項學校大會紀錄，最終誕生348個冠、亞、季軍獎項，成績可喜。個人方面，各組別的全場冠軍分別是：男子甲組唐正匡、女子甲組馮詩穎、男子乙組劉柏迪、女子乙組易晴、男子丙組李樂然、陳學俊、女子丙組林梓晴、男子丁組劉承謙、女子丁組唐穎沁、羅唯槿。團體方面，本屆校運會全場總冠軍為黃社。附屬學校盃四社教職工接力賽由綠社奪得冠軍；「男、女子親子接力賽」由程奕森及其家長、張翺怡及其家長分別奪冠；「家長、教師、校友接力賽」更是將全場氣氛推向高潮，最後由校友隊奪得校長盃冠軍。

四月十日下午四時正，由澳門大學附屬應用學校校董會主席莫啓明教授、學校協會監事長張國祥教授、副監事長黃小美女士、學校協會理事會副理事長葛萬金先生、秘書關小燕小姐、家長教師會理事長王秉正教授及盧蘭馨校長主持閉幕儀式。眾嘉賓祝賀校運會的成功舉行，希望同學再接再勵，來年爭取更佳的成績，促進全人發展。

盧校長在總結發言中表示見證了親、師、職、生、友的英勇拼搏，她指出這種體育精神將成為同學未來學習與生活的寶貴動力。她再次呼籲同學積極參與「一人一體藝」計劃，發掘潛能、修善品格，並以國家運動員為榜樣，挑戰自我、超越自我。最後，她以鏗鏘有力的四句話勉勵全體師生：「活力附校，攜手鑄造、盡顯才華、樂在其中！」全場報以熱烈掌聲，標誌著2025/2026學年校運會圓滿落幕。盧校長衷心感謝教練員的悉心指導、全體工作人員及四社社導師的付出，以及體育局、運動場管理人員和家長教師會的支持，冀望同學來年再接再厲，在追求卓越的道路上不斷前行。



