



華湘人

仁濟醫院王華湘中學

2026年3月出版

電郵：info@ychwsss.edu.hk

地址：<https://www.ychwsss.edu.hk>

電話：27060477

周朗翹，2025年DSE取得5**5*555，
現於香港理工大學修讀職業治療學



周朗翹(中間)

問：為什麼選讀職業治療呢？升上大學以後，學習情況怎麼樣？

答：我的性格不大適合坐在辦公室工作，高中時已認定將來做一些不必應酬，不用坐在辦公室，同時能幫助人的工作。起初我選擇修讀護理學，結果在DSE取得比預期好的成績，於是改選升學志願。職業治療師可以幫助有需要的病人重拾生活技能，協助他們康服，改善生活品質。

開學之後有一段時間我學習得比較困難，學科資料主要是英語，老師也多以英語授課，我英語能力不強，課堂上不能全部明白老師的講授，下課後要花時間重新整理課堂筆記，讀資料也較慢，不過如今都適應過來了。上學期我取得不錯的成績，例如解剖學和生理學的成績應該在全體修讀同學的前25%內。大學的學習跟中學不一樣，一節課涉及的範圍很多，量化起來可能有幾十頁資料，學生必須在課堂以外主動學習，否則不可能跟上進度。很多課程功課都是幾周、甚至幾個月才交的，所以要安排好時間逐一完成。值得一提的是理工大學要求每位學生起碼修讀一門與AI有關的課程，也鼓勵同學運用AI輔助學習。學校採用了一些措施防止學生完全以AI生成功課，例如運用一些網站檢查每份作業的AI成份，違規者的成績會被降級處理。

大學學習跟中學有很多不同，例如上課時間表是按自己所選科目而定的；同班同學很多，較難發展友誼，要好的朋友較少。最難適應是中學的測驗考試有範圍，大學考核則是整個學期的教學內容；大學也沒通告，所有學生事務、學科資訊都透過電郵通知，可以說大學主要靠學生自律。我現也為將來的職業做準備，我參加了靈實醫院的義工服務，每月有兩個星期六到醫院與病人聊天；二年級和三年級時，做義工的時數還會增加。



周朗翹(右二)



周朗翹(右一)

問：你在DSE取得佳績，能分享一下心得嗎？

答：首先，我們要對自己有期望，要在校內測考爭取好成績。學習方面，我主張上課專心聆聽，盡量理解老師的講授內容，回家溫習課本時可嘗試以生活例子詮釋一些概念，如果不能舉出例子，或者在詮釋時有困難，意味對這個概念的理解不透澈；其次，做功課要全力以赴，不能敷衍了事，必須在家獨立完成；最後，可以善用學校上載的校內試卷，我會把三年的試卷全部做一次。每年的長假期也應善用，例如我在升中六那個暑假曾到自修室溫習，從早上9點到黃昏6點，共去了二十幾天。

英文是我的弱項，我會在YouTube看影片，內容多關於我感興趣的外國時事新聞、法庭案件之類；我喜歡玩遊戲機，也會看外國評論遊戲的影片。BAFS是我的強項，這是一個較公式化的科目，較重視邏輯思維和作答技巧。這科目操練試卷尤其重要，我把2012-2024年的試卷反覆做了兩、三次，研究答錯的題目，不懂就問老師或到YouTube看解題影片，操練成果是到了中五下學期我看到題目已十分熟悉，學習這科就得更得心應手。

中文科方面，必須在指定篇章爭取高分，除了《廉頗》一課外，我全都背熟了，而且要深入理解每課的主題思想。白話文閱讀理解方面，我大概一個月做一次，緊記答題步驟是論點+文章素材+說明！文言文則要多做，培養感覺。如同學打算寫議論文，則需在平時累積例子；寫記敘文的話，一定要記下幾個常用的框架，如能在敘事上加插意象，必能深化文意。

余子諾，2025年DSE取得 5*5*5*5*44，現於香港中文大 學修讀保險、金融與精算學



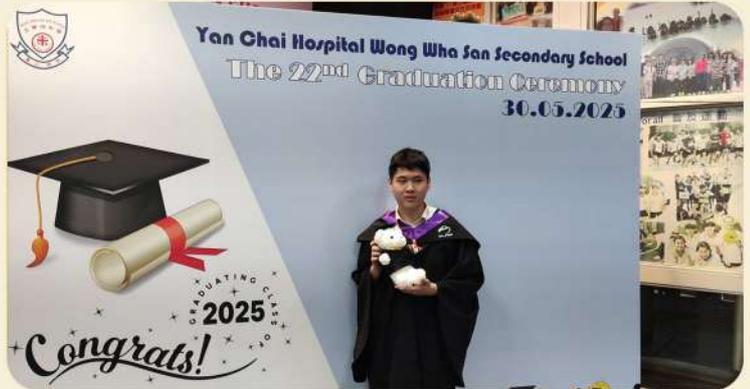
余子諾(左一)

問：請介紹一下你就讀的學科和現在的學習情況。

答：我自己比較喜歡數學，小學時數學成績已較突出。報考聯招時本沒明確的方向，後來林詠芯老師建議我可考慮中大這個課程，我瞭解後發覺也頗感興趣。保險、金融與精算學的課程設計以保險業為著眼點，內容包括認識保險市場和金融市場的運作，也要學習管理資產組合和金融衍生工具。學生還要掌握一些精算學理論，一些關於人壽和非人壽風險的統計學知識等等。畢業生主要投身保險業、銀行業、會計業，從事精算或金融分析的工作。現在學業比較繁重，每天起碼有兩小時在看學習資料，遇上考試或繳交作業的日子，每天要花4、5個小時準備。我在上學期取得GPA3.7(4是滿分)，成績還可以吧，讀這個科目跟會計一樣，將來還要不斷進修考取各種專業資格。



余子諾(右三)



問：你的公開試成績優異，各科成績也很平均，有什麼學習心得？

答：我覺得學習習慣最重要，從小到大我都有不錯的學習習慣，對不會的功課、知識我會找方法學懂。中二、中三開始，我慢慢摸索適合自己的學習方法，說穿了其實很簡單，只是每天溫習罷了，我本身不是外向的人，中學期間也較少參加活動，每天放學回家就是做功課溫習。無論翌日有沒有測驗，我每天6點到9點都會溫習，9點後就是娛樂時間，即使在應付DSE期間也如是。我的溫習時間不會超過9點，這個方法適用於所有科目，竅門只是提早預備而已。即使在周六、周日，我也在黃昏溫習兩小時，這個習慣維持至今。

為了準備校內的各科測考，我會提早部署溫習日程，確保每科有足夠的溫習時間。舉中文科為例，平時測驗很多，溫習量最大，我通常把全部測考範圍溫習3、4次，每次間隔一兩天。第一次把全部內容通讀一次，快速瀏覽，喚起記憶；第二次和第三次則詳細溫習，該背誦的就背誦，應理解的就透澈理解，尤其留心不懂的地方。多看書對中文閱讀理解很有幫助，我初中時經常看奇幻主題的翻譯小說，例如《查理九世》系列、《波西傑克森》系列，所以中文卷一成績較好，在DSE也取得5*。

準備各科公開試則要多做歷屆試題，各科我都完成了2012-2024年的試題，化學科更重做了幾次。化學科要搞清楚概念，而且每個專題都是環環相扣的，前面不懂的必須學懂，否則後面的知識就會愈來愈難學了。M2的公開試題目我全部做了兩次；數學也是不斷做練習，我重視題型，會記解題方法，完成公開試題目後，我還買了出版社的題目來做。

我也很重視在網上搜索學習資源，YouTube有很多受歡迎的頻道，例如一個叫Herman Yeung的人，他的頻道內容豐富，我經常看的包括物理、M2、數學等科目的短片。網上的學習資源其實非常多，我建議即使是相同題目大家也可以比較一下不同人的講解，從中尋找最適合自己的解題方法。

鄭敏敏，2025年DSE取得 5*5*5*54，現於香港中文大學 修讀計算機科學與工程學



問：能為我們說明現在的學習情況嗎？

答：開學的一段時間我有點迷惘，因為學業負擔很重，教學進度很快，我下課往往感到腦海空白。後來決定先看資料再上課，然而學習資料多為英語，我讀得較慢，於是借助AI來輔助學習，每天晚上花兩小時準備翌日的上課內容，才慢慢適應過來。大學學習真的要靠自律、自學，否則幾個星期就會大幅落後。明年我要在「計算機科學」與「計算機工程」中選擇其一作為主修，前者側重軟件開發、網站維護、網絡安全、雲端技術等，就業前景比較好，也是較多同學選擇的主修科。「計算機工程」也包括上述幾個範疇，但會涉及多一點硬件技術。

中大近年修改了宿生的計分制度，我不符入住資格，這間接減少了我參與課外活動的機會，所以我沒有「上莊」，只會參與一些短期任務，例如書院院慶的籌備委員會等等，這樣不用花太多時間。學系很重視實習經驗，第二學年開始，我們會爭取到不同企業實習的機會，也可以申請到外國院校當交流生。

問：你選讀這個科目跟中學的經歷有關嗎？能一併談談你準備DSE的經驗嗎？

答：我初中時參加過鄭天暉老師安排的Robot Master活動，也參加過馮定聰老師安排的「雲計算課程」，這些活

動讓我知道自己的興趣和升學路向。我在ICT取得5*，我認為上課留心聽講最重要，起碼令我掌握了七、八成教學內容，課後溫習遇到不懂的地方，要馬上找老師解決。另外，也要擅於從日常經驗裡思考背後的理論。ICT的公開試題目有部分經常重複，所以操練試題很重要，我基本上做完了過往10年的題目。

經濟科我也取得5*，劉桂眉老師教得很好，我們每個星期三中午都要去413室補課，這門學科也是聽講最重要，課本也寫得很清楚明白，只要肯花時間學習，應該可獲不錯的成績。劉老師也安排每周測驗，讓我們鞏固所學；平時我也會多看YouTube的影片，尤其多看選擇題的講解。

至於M1，我學習得較輕鬆，這科目的題型頗重複，我會集中操練同一個主題的題目，大概自己安排每兩天做一次。中五開始，我放學後就去自修室溫習，大概9點才離開，這個習慣一直維持至中六study leave期間。我認為大家應該摸索最適合自己的方法，我記得中學每逢有測驗，我會在5:30起床溫習，這個方法適合我，卻未必人人能用。每逢暑假、聖誕假等長假期，我會安排自己做歷屆試題。從小到大我都害怕自己成績不好，所以努力鞭策自己不要落後，這也算一種自主學習的心態吧。

問：中學生活有甚麼難忘回憶？

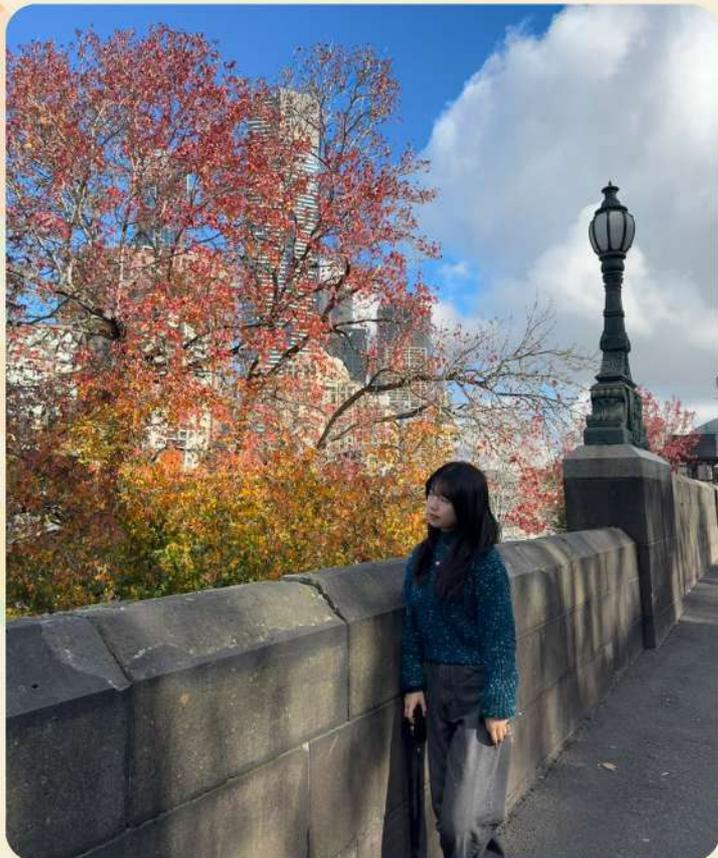
答：我很感謝學校提供了許多學習和成長的機會，我感謝所有教過我的老師，尤其感謝鄭天暉老師，他經常在課餘聆聽我們的心聲，常常開解我們，同學們都很信任他。中四時我是仁社社長，仁社在四社競賽的往績很好，我身為社長自然想延續這個傳統，記得有一次參加「舊曲新詞」比賽，我們幾個核心社員忙到凌晨，翻來覆去討論，這是很珍貴的中學回憶。

問：為什麼選讀護理學呢？現在的學習情況如何？

答：我一直對醫療行業感興趣，首選是放射治療，我之前參觀過中文大學，很喜歡那裡的環境和氛圍，可惜放榜後成績未達錄取要求，最後獲中大護理學系取錄。當時也有人建議我不如再多考一次DSE，我覺得再考一次的話可能要多取5分左右才達到門檻，我沒有很大把握，就放棄了這個想法。在聯招階段我已跟家人商量過到海外升學這個選項，他們都支持我修讀放射治療，於是我當時就同步報考了澳洲阿德萊德大學，在中大開學以後，我接獲澳洲方面的錄取消息，所以在中大完成了一個學期的護理學課程後，我就離開中大並在2026年2月到澳洲升學。

問：放棄護士課程不感到可惜嗎？到澳洲升學要面對的問題也不少，你有心理準備嗎？

答：在修讀了一個學期的護理學課程後，我更感到護士未必適合我，我擔心自己的體力難以應付長時間的輪班工作。至於到海外升學，我也考慮過去英國，不過英國的氣候天陰多雨，我還是較喜歡陽光充沛的澳洲。澳洲放射治療師的資格符合香港的學歷認證要求，醫療行業未來的就業情況仍是較樂觀的，AI的發展只會協助診斷或減少誤診率，不會全面取代醫護專業人士。報考澳洲的大學時，我也考慮過悉尼大學，但那邊的學費比阿德萊德貴一萬澳元，住宿費更加貴一倍以上。到澳洲升學也不是沒有煩惱，加上阿德萊德華人較少，我也擔心一個人生活會很孤單，可能難以交到朋友，所以我已報名參加大學的迎新活動，希望能盡快融入校園生活。幸運的是，今年阿德萊德大學竟然有四位王華湘的畢業生入讀！我會與其中一位同住一個宿舍房間！



傅雅莉，2025年DSE取得5*5555，現於澳洲阿德萊德大學修讀醫學放射科學(主修放射治療)



問：你在經濟科取得5*，在中文、數學、生物和化學都取得5，有什麼學習心得？

答：經濟科主要靠劉桂眉老師的教導！她為我們在中四中五時打下了很好的基礎，到了中六study leave期間我幾乎沒有花時間在經濟科身上！當然，我已把2012-2024年的歷屆試題做完了，還編寫了錯題簿。其實良好習慣是取得好成績的關鍵，身邊的同學多在中六才發力，我在初中開始已建立溫習習慣。疫情時只上學半天，我會利用下午時間溫習；恢復全日上課後，我每天放學後5-7時或9-11時都會溫習。這個習慣令我在高中讀得較輕鬆。中文科方面，老師每年都編製了文言文練習並安排我們每周做兩篇，我會認真做；高中時的「指定篇章」我會背熟；出版社有一些寫作範文，我會買來詳細看，記熟一些好的句子，也會記住佳作的框架，到考試時就可以採用符合題目要求的框架。學好語文也要培養語感，我初中時看很多日本推理小說，如東野圭吾的作品，所以我對閱讀理解有一定把握。數學和其他幾科有關聯，例如化學也涉及很多數學，我遇到學習上的困難就會在YouTube看Herman Yeung的影片，他的頻道基本上包括所有理科和商科的知識，對自學很有幫助。數學科這幾個科目的歷屆試題我全部做過了，做得差的年份一段時間後要多做一次。