

零售價
每本\$10

玩樂提案
中秋DIY特集
7大推介

2013-2024年度連續12年獲選為

《Marketing Magazine》

「最佳親子雜誌」

連續12年
No. 1

SMART PARENTS 親子王

周刊



小學生
生涯規劃

鋪靚教育賽道

助攻升學路

健康養生

5大類食材做優質早餐
提升孩子專注力+記憶力+免疫力！



尖子學堂

聖公會油塘基顯小學3尖子
讀書要Work Hard Play Hard



9 772958 519002



文：劉佩樺 圖：李沃濤、陳仲樑、PhotoAC、Freepik、受訪者提供



●張靖浩 (Jeremy) TIMO 2025四年級組別世界季軍

●洪煥僊 (Cryus) TIMO 2025七年級組別世界冠軍

●黃子皓 (Anson) 香港乒乓球U13排名第一

●周芷萱 (Angela) 2024 - 25年以8.21秒破女子乙組短跑區際紀錄成績奪得冠軍

小學生生涯規劃

認清志向 綻放光芒

現代人注重生涯規劃，凡事要有plan。小學生的生涯規劃看似遙遠，實則「有plan有前景」，及早發掘個人潛能，繼而透過各類型競賽發揮所長，不僅為自己與學校贏得榮譽，更開拓出理想的升學路，逐步實現夢想。夢想從來都值得尊重，透過公平競賽展現天賦更是難得，最可貴的是，同學都在擅長的領域傾注心力與汗水，努力成就自我，年紀雖小，志向遠大，在專屬舞台綻放光芒。



出戰數學奧林匹克 發揮數學天分

運動尖子以專項及穩妥成績突圍而出，優才（楊殷有娣）書院數學科統籌主任及TIMO 2025香港隊總領隊Dr Keff Chin坦言世界急速進步，單純以考試的學科成績，或已不足以作為學校的收生指標。今年4月，他與五位領隊帶領由來自本地各區名校的數學精英所組成的中國香港代表隊，出戰土耳其安塔利亞舉行的「2025土耳其國際數學奧林匹克」(Turkic International Mathematical Olympiad, TIMO 2025)，港隊成員中有兩位表現非常出色。其中洪煥禧(Cyrus)為香港隊贏得兩面金牌，奪得七年級組別的世界冠軍，而張靖浩(Jeremy)於兩卷分別奪得一金一銀的成績，並贏得四年級組別的世界季軍，數學帶領二人走上了國際奧數舞台。

二人創出如此佳績，不約而同源於天生熱愛數學，Jeremy笑言自少愛格價。「我好認真研究呀！舉例便利店的媽咪麵賣7元一包，超級市場賣15元5包，所以一定要格價。」真不能小覷這種「價格上落」，讓Jeremy因而愛上數學。至於Cyrus的「數學成長日記」竟然跟巴士站有關。「好細個就對數字『敏感』，在巴士站看到巴士號碼如6、10、26，就會想它們能否有不同的規律？」

計得慢一點

可以想像兩位的數學成績很不賴，基本上校內課程沒有甚麼能難倒他們，運算速度也極快，不過Jeremy曾自我質疑。「好幾次考試，發現自己是最後停筆那幾個人，後來才曉得是自己不想計算步驟出錯、不停覆核才『變慢』。」教Jeremy不再質疑當然是收到成績的一刻，但他很謙虛，只說「有盡力」而已；而中學生Cyrus也提醒自己要計得慢一點，增加穩定性。「本來沒有覆核題目習慣，當升上G5後發現多了失誤，原來是計得太快，中間運算容易有閃失，一個步驟計錯就會牽連計錯答案。」Cyrus形容這些錯失是「唔抵」，Jeremy不住點頭「所以我咪計多幾次囉」。

平日數學科突出，二人順理成章加入數學資優班，漸漸亦迷上難度較高的奧數，Jeremy直說奧數令他更易應付日常功課，Cyrus形容奧數的解難方法令他學懂從多角度思考題目，培養出數學直覺，從而更快找到關鍵步驟，亦因於選拔賽表現出色，他們均順利獲選入香港代表隊並接受特訓以出戰TIMO 2025。



●數學令我找到自信，因為父母及學校也支持及鼓勵我。

衝出亞洲好緊張

談到遠赴土耳其比賽，首次參加TIMO的Jeremy與Cyrus直言緊張，即使之前曾代表香港去過韓國、馬來西亞、日本等國家參加奧數比賽、拿過獎項，出國前也做足集訓，可是這次衝出亞洲，單是比賽時圍繞四周的面孔已經不一樣，既新鮮也不安。Jeremy說：「比賽時還是Grade 4，嘗試越級挑戰五年級考卷，當刻也感到有難度，但最終這份卷也拿到銀獎，非常開心。」

身為七年級組別的「世一」，Cyrus於決賽時遇到一條超難的幾何題，本來以為卡關了，突然想起集訓時老師教的原理，終於排除萬難、解開難題。「賽後有機會跟全球選手交流，大家盡情談論數學，這種興奮非筆墨能形容。」個性活潑的Jeremy，透過比賽結識了來自阿塞拜疆、科索沃的朋友，他們同樣興奮能認識來自半個地球以外的一位小學生，彼此都說要好好連繫友誼。



●Dr Keff Chin (優才(楊殷有娣)書院數學科統籌主任、香港隊總領隊)

尖子也是常人

數理科突出的同學，都被視為尖子，Cyrus倒不以為然。「家人和我都認為尖子只是一個標籤，不應是壓力來源，也不應因此而限制發展其他興趣。我享受計數、比賽過程甚於得獎，我都是每天上學、讀書、學習，跟一般中學生沒分別，(不覺得自己數學很厲害?)不會呀！(害羞地笑了一下)真正的尖子應該樂於分享，所以很樂意教同學解題。」可愛的Jeremy認為自己說不上是尖子。「好多同學叻過我呀！家人從沒有給予(學業)壓力，經常鼓勵我要多嘗試，比賽前不停提醒要放鬆。」怪不得Jeremy常常笑容滿面，一臉快樂，Cyrus雖然最初會怕生，但熱身後也大方交談，說到計數就兩眼發放光芒，有一種純粹的熱愛。二人數學如此出色，問他們日後升讀大學選科甚至生涯規劃會否跟數學有關？現時Grade 5的Jeremy年紀還小，只表達喜歡數學和STEAM相關科目，日後選科應該以此為方向，而Grade 8的Cyrus就想得較遠。「擁有良好數學基礎，賦予我優秀的邏輯思維和變通能力，日後選科無疑有更大空間。我希望將來成為醫生，以我的能力幫助更多人，善用我的邏輯分析力來更精準分析病理，更有效地解決臨床難題，成為一位好醫生。」



計數令我放鬆

Cyrus形容自己真的很喜歡計數，有時候要溫習比較頭痛的科目，因為有數學這個「朋友」陪伴才「走得過」。「計數給了我強心針，讓我有自信，有時候溫中文溫了很久，我會計幾條數放鬆一下。」Jeremy也說如果當天是溫習數學，他會很興奮也溫得很快，可是中文「就要耐少少」了。「請你們拿挑戰世界比賽的勇氣來克服中文啊！」沉迷動漫的記者沒來由激動納喊。「好呀！」Jeremy眼神有火回答，Cyrus在旁展露禮貌的微笑，點頭「好」。



領隊及教練的話：
比賽為成績加持

Dr Keff Chin是今次出戰土耳其的香港隊總領隊及教練之一，對於香港隊今次奪得37面獎牌的新紀錄，獎牌榜名次僅次於主辦國土耳其，他歸功於所有隊員也極其投入，多次特訓也認真參與，甚至比賽前一晚，整團人就蹲在大堂最後操練，毫無怨言。「我們今年加入了小學生隊員，整個氛圍頓然改變，大哥哥大姐姐眼見小學生這麼努力，也不敢怠慢。」

K：Dr Keff Chin

Q1：作為港隊教練，如何評價這兩位出色的同學？

K：他們本身的數底很強，而且非常認真，這點真的很難得。每次訓練，他們都準備充足，會想辦法逼出自己的潛能，又好好把握提問時間，主動發問是非常重要的，不少同學練習時遇有不懂又不發問，最後就得過且過。幸運地今次整個團隊的成員都很願意發問，彼此能刷出新思維。畢竟你報名參加比賽，一定希望有所收穫，而態度往往決定了你能帶走多少。

Q2：學界渴求尖子，不論學術或體藝都各有成就高的同學，是否也影響了家長對孩子的栽培方向？

K：說到家長和學校的想法，確實會有這些考慮：舉例一所中等水平的中學要招生，難道只看成績嗎？早在很多年前就已經不是這樣了，比如學生在游泳方面表現出色，而成績也具一定水平，學校便大有可能取錄，因為有能力為學校爭取榮譽，實在也是一大優勢，這種考量不僅是中學，連大學也有。眼見坊間已漸多各種界別比賽，全因世界各地(學生)也需要透過各種比賽來為自己的成績加持，為自己帶來某種光環。我們有同學去年參加了土耳其的數學比賽並獲獎，之後就收到劍橋大學的conditional offer。若說參加比賽這回事，個人認為沒有好與不好，好的方向是同學從低年級開始就有機會發揮所長，在實踐中吸收經驗，而且開闊眼界。我們以前哪有這麼多機會參加比賽？參加校際比賽已經很厲害，九龍區和新界區鬥鬥亦是威風，那會想到遠赴土耳其跟世界各地的學生一起比賽呢？

Q3：個人是如何發掘具數學天分的同學？

K：當然不止是看校內成績，因為校內成績無法完全反映學生的多方面數學思維，尤其奧數需要擁有更多元的數學頭腦才能招駕。我們會透過一套專門的測試，觀察學生屬於哪類型的數學思維者。由於奧數極為注重多元解題和靈活思考，會看重學生做卷時如何思考題目及解難，這種不畏艱難的韌度才是一位奧數選手需要擁有的特質。☺