

A. Lam

S.2-3 科學（物理、化學、生物）/ S.4 物理（補習課程）

請各位同學留意：

- 章程上所有課程的開課日期和時間均有機會改動，請以報名時收據上列印的資料為準；報名後如上課安排有所改動，本校會以學生所填寫的聯絡電話作個別通知。
- 同學必須保留收據，並按收據上的日期、時間、地點上課。
- 每區的班數有限，如同學需要調堂，雖可依照相關守則提出申請，惟本校不保證一定能夠成功申請，更不確保可原區補上，亦不會因為學生缺課而退回部分或全部學費。
- 同學報名或續交前應仔細考慮個人時間表。
- 如因天氣、社會環境、衛生或疫情等情況而無法在原定地點上課，本校方保留權利將有關課堂上載至學生網上平台，所繳學費將不會退還。



S.3 常規課程 // 包含10個獨立課程 合共40堂

每堂課時為1小時30分鐘

上課地點	課程編號	開課日	時間	課堂形式	*學費 (每個獨立課程4堂)
太子第二分校 (協成行)	SRN26AM301-L	19/9 (SAT)	3:30pm-5:00pm	Live 現場授課	\$1460
九龍灣	KRN26AM302-L	20/9 (SUN)	2:30pm-4:00pm		
銅鑼灣	CRN26AM303-L	20/9 (SUN)	11:00am-12:30pm		
荃灣(海晴軒)	WRN26AM304-L	19/9 (SAT)	1:00pm-2:30pm		
屯門(安定)	HRN26AM305-L	16/9 (WED)	5:00pm-6:30pm		
沙田	LRN26AM306-L	19/9 (SAT)	9:45am-11:15am	Online 在家觀看教學影片	
ONLINE [^]	ORN26AM300-1	25/9 (FRI)	N/A		

[^]同學可於Online 班影片上載後，或報讀課程日起計(以日期較後者為準) 60天內觀看2次。

備註：

1. 已報讀 A.Lam 2026-27 學年 S.3 常規課程【第1 - 5個月任何一個月】的學生，可以**資助價\$600**報讀 S.3 增潤課程【第1 - 4個月任何一個月】。資助只限分校報名使用，不設後補。
2. 已報讀 A.Lam 2026-27學年 S.3 常規課程【第6 - 10個月任何一個月】的學生，可以**資助價\$600**報讀 S.3 增潤課程【第5 - 9個月任何一個月】。資助只限分校報名使用，不設後補。
3. 已報讀 A.Lam 2026-27學年 S.3 網上限定物理精讀課程：熱學Heat 的學生，報讀 S.3 常規課程【第7個月】、【第8個月】及【第9個月】時，每個月課程可**獲減\$365資助**。資助只限分校報名使用，不設後補。
4. 因加快進度，第7個月、第8個月、第9個月課程第2堂改以網上形式(Online)上課，同學可以登入網上平台，點選「課堂一覽」觀看該堂教學影片，敬請留意。

Live: 代表導師每期現場授課3至4堂，職員會根據學生人數及登記情況安排入座次序及班房。

Hybrid: 代表Live / Video / Online / Zoom 的混合上課模式，詳細上課安排請以備註為準。

Live Broadcast: 代表導師以現場直播形式，跨區實時授課。

Video: 代表導師預先錄製教學影片，並於凝皓分校播放。

Zoom: 代表導師透過 Zoom 平台實時視像授課，**學生毋須回校上課**。

Online: 代表導師預先錄製教學影片，**學生毋須回校上課**，並可登入凝皓網站觀看。影片設觀看期限、次數及權限。

*此為參考學費，一切以報名時收據上列印的學費為準。

課程簡介
Course Introduction

A. Lam

我們卻總是和過去過不去，以為未來還未來。

中三科學（物理、化學、生物）
S.3 Science (Physics, Chemistry, Biology)

常規課程
Regular Course

課程簡介
Course Introduction



@alam.science



6747 8341



alamscience.com

A. LAM

中大碩士·數理專業

課程簡介

Course Introduction



【導師簡介】

數理雙全

- 香港中文大學物理系理學碩士畢業，專科專教，獲授中大物理學理學碩士優秀表現獎獎學金，為坊間少有物理專業的碩士級導師。
- 本科時期副修物理學，物理、數學根基紮實
- 高中選修科為物理、化學、生物，在香港中學文憑試中，連同數學與 M2 均獲 5 以上佳績
- 2019 年 DSE 成績為全港 top 1.6%
- 曾參加國際初中科學奧林匹克的香港選拔賽（HKIJSO）以及香港物理奧林匹克（HKPhO）獲獎，後獲邀於中大、科大接受港隊訓練

中英兼擅

- 香港中文大學中國語言及文學系本科畢業，自畢業起參加多年香港中學文憑試中文科，每次均取得 5**，箭無虛發
- 於 2019 年香港中學文憑試中文科、英文科同時取得 5**，全港僅 0.2%
- 中大中文系本科畢業，雙語語言能力、表達能力出眾，善於以生動比喻講解抽象概念，及創作故事協助學生背誦必背內容。
- IELTS 8.0，英文水平於全球有認受性
- 香港中文大學伍宜孫書院黃學斌紀念獎學金優異新生得獎者
- 香港中文大學學業優異入學獎學金得獎者

教學傳承

- 於 2020-2022 年間舉辦網上課程，獲過百名中小學生家長青睞，主持課堂富有經驗
- 曾於小型補習社為初中學生提供面授課程，對小班教學的課室管理有心得
- 擔任林溢欣專業學術團隊成員多年，了解筆記製作、作業批改流程，工作態度一絲不苟
- 獲邀成為奪星講座嘉賓，能為學生提供選科、升學建議和指導
- 於 2024 年度首創¹中三物理、化學、生物合教課程，對課程編排、考試題型均有經驗和心得
- 推出的皇牌常規課程參照不同學校的課程進度反覆修訂，能夠照顧大部分中三同學的需要
- 於 2025 年度中三課程獲數百名同學信賴報讀，學生人數倍增，更有部分班別滿額

¹ 據 2024 年 7 月 1 日，在同類型教育機構（以連鎖式經營 3 間以上、以中學補習為主要業務的私營教育機構）任職的補習導師中，A. Lam 是首位開設中三綜合科學（物理、化學、生物）課程的導師。

我們卻總是和過去過不去，以為未來還未來。

課程簡介

Course Introduction

【課程特色】

本課程最大賣點：平、靚、正

- 平：一科價錢補三科，性價比極高。
 - 靚：專業雙語自製教材、小測、模擬試卷、配套齊備。
 - 正：專業導師、無限問書，近朱者赤，Learn from the best。
-
- 同一課程內涵蓋物理、化學、生物。
 - 課程圍繞解難能力設計（Problem-solving based），每期課程都設有導修（Tutorial）與練習（Exercise）。
 - 課程編排善用間隔重複效應（spaced repetition），有助鞏固記憶。
 - 由理科專業出身老師授課，曾參與科學奧林匹克港隊訓練，可解答同學一些超出課程範圍的疑難。
-
- 課程內容按照新高中課程（DSE）的基礎部分制訂，
 - 更貼合校本進度，順利銜接高中內容。
 - 課程筆記將會以中英對照，協助同學熟悉陌生概念。
（筆記內容一切以英文版本為準）
 - 免費無限網上問書、問功課服務，短時間內解答學生問題，更有答題 Whatsapp Group。
 - 設有定時小測，學以致用，也設有課堂問答比賽活動，令學習更有趣味。
 - 設有面授以及網上課堂，每節課堂均有錄影，供請假同學補課。

課程形式	設有面授以及網上課堂，每節課堂均有錄影
課節	10 期 × 4 堂 = 40 堂
時長	每堂 1 小時 30 分鐘
配套	實體中英對照筆記、導修與練習、定時小測、無限問書

我們卻總是和過去過不去，以為未來還未來。



@alam.science



6747 8341



alamscience.com

A. LAM

中大碩士·數理專業

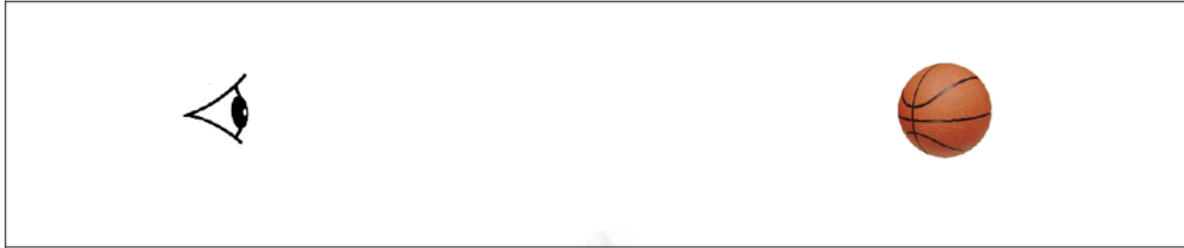
課程簡介

Course Introduction

【筆記範例】

Case 0: Point object, point observer

情況 0: 點物件，點觀察者



Case 1: Extended object, point observer

情況 1: 有長度的物件，點觀察者



Case 2: Point object, extended observer

情況 2: 點物件，有長度的觀察者



Case 3: Extended object, extended observer

情況 3: 有長度的物件，有長度的觀察者



我們卻總是和過去過不去，以為未來還未來。

課程簡介

Course Introduction

【筆記範例】

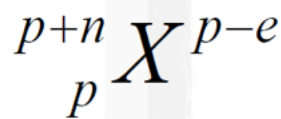
Chemistry: Protons, Neutrons, Electrons

化學：質子、中子、電子



Particles 粒子		Mass 質量 (kg)	Charge 電荷
proton 質子	p^+	1.6726×10^{-27}	+1
neutron 中子	n	1.6749×10^{-27}	0
electron 電子	e^-	9.109×10^{-31}	-1

Chemical Symbol 元素符號 (Nuclear notation)



位置	公式	常見符號	名字
左上角	$p + n$	A	Mass Number 質量數
左下角	p	Z	Atomic Number 原子序
右上角	$p - e$	e	Electric charge 電荷

術語	Terms	說明	例子
元素	Element	右上角 = 0 (忽略不寫)	${}^{12}_6\text{C}$ 、 ${}^{12}\text{C}$ 、C
離子	Ion	右上角有正負 +/-	${}^{32}_{16}\text{S}^{2-}$ 、 ${}^4_2\text{He}^{2+}$ 、 ${}^{35}\text{Cl}^-$ 、 N^{3-}
同位素	Isotopes	左下角一樣	${}^{79}_{35}\text{Br}$ 、 ${}^{81}_{35}\text{Br}$

- Isotopes are atoms of the same element, 同位素是同一種元素的原子,
- with same number of protons/atomic number, 質子數/原子序相同,
- but different number of neutrons/mass number. 但中子數/質量素不同。

我們卻總是和過去過不去，以為未來還未來。



@alam.science



6747 8341



alamscience.com

A. LAM

中大碩士·數理專業

課程簡介

Course Introduction

【筆記範例】

4.10. Enzymes in digestive juice 消化液中的酶

	Carbohydrates 碳水化合物	Lipids 脂質	Proteins 蛋白質
Salivary glands 唾腺	Amylase Starch → maltose 澱粉酶 澱粉 → 麥芽糖	-	-
Gastric juice 胃液	-	-	Pepsin Protein → peptide 胃蛋白酶 蛋白質 → 肽
Bile 膽汁	-	Bile salts 膽鹽 Emulsifying lipids 乳化脂質 [Physical] 【物理消化】	-
Pancreatic juice 胰液	Amylase Starch → maltose 澱粉酶 澱粉 → 麥芽糖	Lipase 脂肪酶 Lipids → fatty acids + glycerol 脂質 → 脂肪酸 + 甘油	Protease 蛋白酶 Protein → peptide Peptide → amino acids 蛋白質 → 肽 肽 → 氨基酸
Epithelial cells in ileum 小腸的上皮細胞	Carbohydrase 碳水化合物酶 Di → Mono 雙糖 → 單糖	-	Protease 蛋白酶 Protein → peptide Peptide → amino acids 蛋白質 → 肽 肽 → 氨基酸

我們卻總是和過去過不去，以為未來還未來。



@alam.science



6747 8341



alamscience.com

A. LAM

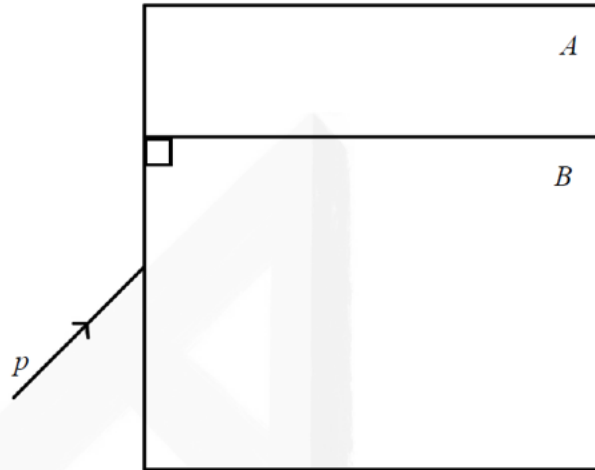
中大碩士·數理專業

課程簡介

Course Introduction

【題目範例】

1. A light ray p is travelling from air to block B . ALL angles inside block A and B are right angles. The refractive index of block A is 1.2, while the refractive index of block B is 1.8.



- (a) The incident angle of ray p on block B is 68° . Mark it as a on the graph above. (1)
- (b) Calculate the angle of refraction of ray p . (2)

- (c) By using Snell's Law, calculate the critical angle between block A and B . (2)

- (d) The ray hits the boundary between block A and B . Explain whether the light would enter block A . (1)

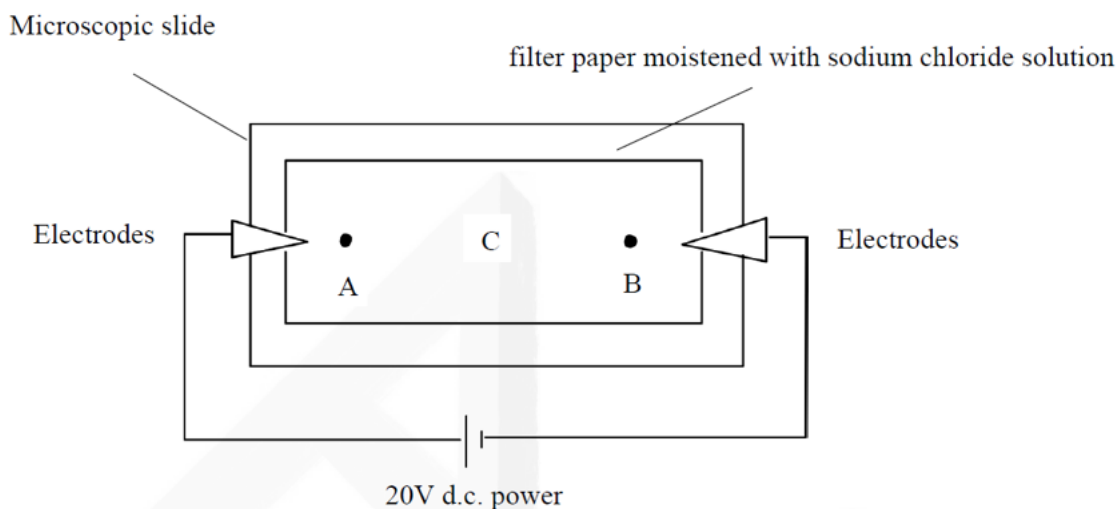
我們卻總是和過去過不去，以為未來還未來。

課程簡介

Course Introduction

【題目範例】

2. The following experimental set-up is used to study the effect of ionic migration. A small crystal of copper(II) dichromate is placed at point C.



- (a) Explain why the filter paper is moistened with sodium chloride solution. (2)

- (b) The power is turned on for 15 minutes.

- (i) What is the colour at point A? (1)

- (ii) What is the colour at point B? (1)

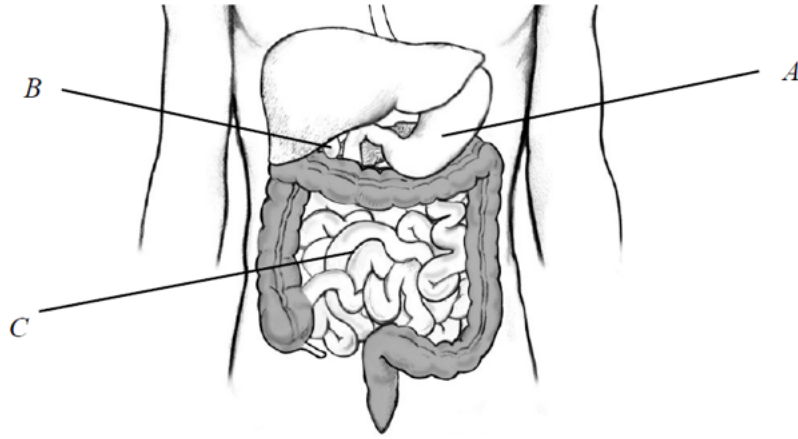
我們卻總是和過去過不去，以為未來還未來。

課程簡介

Course Introduction

【題目範例】

2. Shown below is a cross-section of a human body.



- (a) Write down an example of physical digestion and chemical digestion. (2)

- (b) (i) Name *A*. (1)

- (ii) Circle the suitable pH value for the environment in *A*. (1)

2 / 6 / 14

- (iii) Explain your answer in (ii). (1)

我們卻總是和過去過不去，以為未來還未來。

課程簡介

Course Introduction

【課程大綱】

Reg	物理 Physics	化學 Chemistry	生物 Biology
1	反射 Reflection	原子結構 Atomic structure	細胞 Cells
2	折射 Refraction	電子排布與離子 Electronic arrangement & ions	物質進出細胞 Movement across membrane
3	全內反射 Total internal reflection	元素週期表 Periodic table	酶與新陳代謝 Enzymes & metabolism
4	透鏡（一） Lenses I	金屬鍵與離子鍵 Metallic & ionic bonding	食物物質 Food substances
5	透鏡（二） Lenses II	共價鍵 Covalent bonding	飲食、食物測試與缺乏症 Diet, food tests & deficiency
6	電磁波譜 Electromagnetic spectrum	結構與性質 Structures & properties	人體營養（一） Nutrition in humans I
7	熱學（一） Heat I	金屬的存在與提煉； 海洋回顧 Metals — occurrence & extraction; ocean recap	人體營養（二） Nutrition in humans II
8	熱學（二） Heat II	金屬活性 Metal reactivity	非傳染病 Non-infectious disease
9	熱學（三） Heat III	材料、石灰循環； 大氣回顧 Materials, lime cycle; atmosphere recap	傳染病 Infectious disease
10	總溫習 + Final Essence		

備註：實際課程內容有機會因應進度有所調動。

我們卻總是和過去過不去，以為未來還未來。



@alam.science



6747 8341



alamscience.com

A. LAM

中大碩士·數理專業

課程簡介

Course Introduction

【選修配套】

因應個別學校進度，另設：

1. 增潤課程 / 模擬試操卷班
2. Heat / Light / Chemistry / Biology 網上精讀課程

詳情以個別課程簡介為準。

【增潤課程】

- 全年共 9 期，每期 3 堂，每堂 1 小時 15 分鐘。
- 設有面授以及網上課堂，每節課堂均有錄影，供請假同學補課。
- 已完結的期數仍可選購網上錄影版本，同學可按學校進度與需要，隨時自由選報個別期數。

期數	科目	內容
①	化學 Chemistry	地球 Planet Earth I、II 【暑期課程第 2 期內容延伸】 【與常規課程第 7 - 9 期內容部分重複】
②	物理 Physics	熱學 Heat I、II 【與常規課程第 7 - 8 期內容重複】
③	生物 Biology	消化系統 Digestive system 【與常規課程第 6 - 7 期內容重複】
④	綜合 Integrated	Mock 1 — 模擬試操卷班（一） 【物理卷只考光學 Optics ONLY】
⑤	化學 Chemistry	摩爾 Moles
⑥	物理 Physics	電路 Electrical circuits
⑦	生物 Biology	循環系統 Circulatory system
⑧	物理 Physics	潛熱 + 熱學模擬試 Latent heat + Heat mock 【與常規課程第 9 期內容部分重複】
⑨	綜合 Integrated	Mock 2 — 模擬試操卷班（二） 【物理卷只考光學 Optics ONLY】

我們卻總是和過去過不去，以為未來還未來。



@alam.science



6747 8341



alamscience.com

A. LAM

中大碩士·數理專業

課程簡介

Course Introduction

與常規課程的關係

每一期增潤課程與常規課程的關係並不相同。報讀前請看清楚屬於哪一類。

甲類：與常規課程內容重複，只是把時間提前

- 第①期地球 Planet Earth I、II — 暑期課程 Planet Earth 部分的直接延伸：海洋部分承接暑期內容，地殼部分與常規課程第 7–9 期化學內容重複。
- 增潤課程第②期（熱學 Heat I、II）與常規課程第 7–8 期物理內容重複。
- 增潤課程第③期（消化系統）與常規課程第 6–7 期生物內容重複。
- 增潤課程第⑧期的潛熱部分，與常規課程第 9 期物理內容重複。

報讀甲類，是因為學校的考試次序比常規課程早。內容重複是刻意的；常規課堂不會因此略過或加快。

乙類：常規課程沒有的內容

- 第⑤期 摩爾 Moles
- 第⑥期 電路 Electrical circuits
- 第⑦期 循環系統 Circulatory system

上述不屬中三常規課程範圍，同學可按校本需求選修。

丙類：模擬試操卷 — 只在增潤課程開設

- 第④期 Mock 1 — 十二月 First Exam 前開設的操卷班，每堂一份卷。
- 第⑧期 熱學模擬試 Heat Mock — 只在此開設；常規課程並無熱學模擬試。
- 第⑨期 Mock 2 — 六月 Final Exam 前開設的操卷班。物理卷只考光學，因熱學已在第⑧期操練。

我們卻總是和過去過不去，以為未來還未來。



@alam.science



6747 8341



alamscience.com

A. LAM

中大碩士·數理專業

課程簡介

Course Introduction

【課程報讀指引 Roadmap】

時間段	建議報讀課程
中二 S. 2	中二綜合科學常規課程 S. 2 Integrated Science Regular Course
中二升中三暑假 S. 2 → S. 3 Summer	中三科學暑期課程 S. 3 Science Summer Course
中三 S. 3	中三科學常規課程 S. 3 Science Regular Course (另設增潤課程、Heat 熱學網上課程，和其他物理、化學、生物分開的網上精讀課程)
中三考試前 S. 3 Before exams	中三科學增潤課程 — Mock 1 / Mock 2 操卷期數 S. 3 Science Enrichment Course — Mock 1 / Mock 2 Sessions
如選修物理 Elective: Physics	
中三升中四暑假 S. 3 → S. 4	中四物理暑期課程 S. 4 Physics Summer Course
中四 S. 4	中四物理常規課程 S. 4 Physics Regular Course (另設 Heat 熱學網上課程及 Optics 光學網上課程)
中四考試前 S. 4 Before exams	中四物理操卷班 S. 4 Physics Mock Drilling Course

我們卻總是和過去過不去，以為未來還未來。



@alam.science



6747 8341



alamscience.com

A. LAM

中大碩士·數理專業

課程簡介

Course Introduction

【學生佳績】

(對話記錄太多，恕未能盡錄)

A.Lam Sir，多謝您的悉心教導，阿仔
上年暑假開始上您的IS堂，經過一
年，成績有顯著的進步，希望您繼續
努力幫到更多同學仔👍

Year 2025/2026			
Name: [REDACTED]	Class: 3 [REDACTED]		
Subject	科目	Second Term 第二學期	
		Grade 等第	Rank 名次
Chinese Language	中國語文	A	
English Language	英語語文		
Mathematics	數學		
Integrated Science	綜合科學	A	
Year 2024/2025			
Name: [REDACTED]	Class: 2 [REDACTED]		
Subject	科目	Second Term 第二學期	
		Grade 等第	Rank 名次
Chinese Language	中國語文	E	
English Language	英語語文		
Mathematics	數學		
Integrated Science	綜合科學	E	

(中二科學 E → 中三科學 A)

alam crazy !!!!! 11:06

我從 ut 52/100 升到今次
72.5/100(87/120) 11:07

多謝你啊 (๖o๖) 11:07

你扇貝個故事真係考左！ 11:08

Hii 我係銅鑼灣 live 第八期插班嗰個女仔
🙄🙄🙄 今次我 final exam phy chem
bio 全部平均進步咗 20%
Physics:45/54,Chem:55/60
Bio:49/60
雖然唔係最高分嗰堆人 但係都全部 above
精英班 average!! 🙄
感謝您嘅教導👍👍🙏 17:46

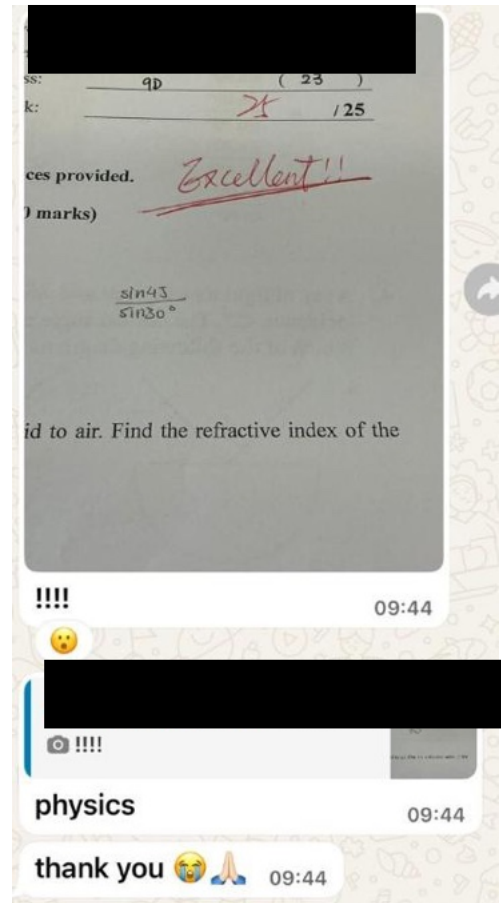
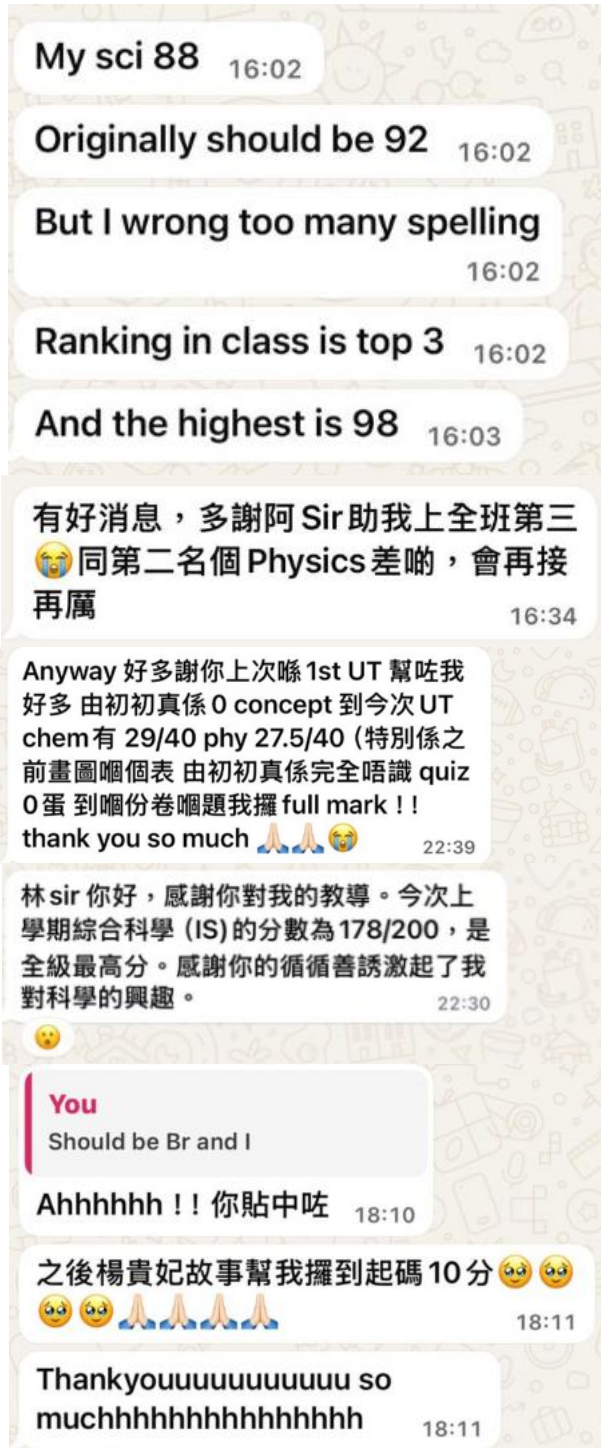
(進步 20%-30%!)

我們卻總是和過去过不去，以為未來還未來。

課程簡介

Course Introduction

我們卻總是和過去過不去，以為未來還未來。



【學生好評】

講真我
chem 雖然都係好差但係跟左你之後嘅
concept 清楚左好多 上堂一啲都唔悶
好 fun 講書 highlight 都好認真 嘅 quiz
都好高質素 比嘅 pp 都好貼學校 有一題
直接同學校今次 exam 卷一模一樣 上
你堂好開心的 🤔🤔🤔

總之上你堂好 fun 啦哈哈 無限問
書服務真係正到傻。

[illegible]

但其實真係😭你無論 phychembio 都講得好好而且易明 啲 quiz 又 pro 教得又好 pro 我睇完 1 day 嗰條片之後我即刻背到嗰 20 個 係真係睇咗一次已經記到依家！同埋你係一個好俾心機教書嘅人囉😭！上堂 fun 得嚟又學到嘢 我覺得好正囉

我記得你之前同我講嚟補習就係要學到野 問幾多都無所謂呢句我好感動呀真係。

我覺得你已經將成個上堂
mode更加有氣氛好多了!! 日後老
師個d齋講英文 我又聽唔明 比着我一
定訓死㗎 係要啲搞笑氣氛先可以吸引
到我^^
1 day就係咁 落咗堂之後 跟住即刻衝
出去報到 依家我無一日後悔過^^ 繼續
講多啲 嘅故事俾我哋聽 令到
我哋記phy chem bio 必背嘅嘢可以記
得有趣d ^^

老師你教得好👍😊你的課程對她有幫助👍😊她鍾意上你的課😊辛苦老師了🌹她會加油的💪

19:10

我們卻總是和過去過不去，以爲未來還未來。



@alam.science



6747 8341

 alamscience.com

A. LAM

中大碩士・數理專業

課程簡介

Course Introduction

【無限問書】

(對話記錄太多，恕未能盡錄) (回答方式包括打字、錄音、畫圖不等)

to draw like this in another question 01:22

but i searched it on google it should go like the blue line 01:23

關唔關因為佢係 2f n f 所以係唔一樣㗎? 01:27

hi i'm... from ur class today 02:20

hello 02:20

which way should the ray goes actually 02:20

blue line is correct 02:20

經過 focus 要出平行 02:20

關唔關因為佢係 2f n f 所以係唔一樣㗎? 02:20

exactly 02:20

cuz my teacher taught the class to draw like this in another question 02:21

同埋留意一個係 concave, 一個係 convex, 唔同畫法 02:21

for convex, 來自 F 嘅光會全部互相平行, image formed at infinity 02:22

is the ans A & D 19:32

Should be A and B 19:46

q10 is easy to get wrong 19:46

starch will turn into maltose after 10 mins 19:46

maltose is reducing sugar 19:47

so originally only starch: negative for Benedict test 19:47

10mins after maltose is present: positive for benedict test 19:48

how abt glucose 19:51

唔該我想問下呢個點做? 15:07

Photo 16:07

佢 group 7 所以 最外層 7 粒電子 16:07

咁係 non metal 16:07

potassium 就 group 1, 最外層 1 粒電子 16:07

metal 16:07

metal 同 nonmetal 就係 ionic bond 16:07

所以你要畫 potassium 最外層無電子, iodine 最外層多咗一粒 16:08

Complete ray diagram 16:17

Sorry, may I know how to answer these questions? Thank you 00:01

唔該, 我想問呢條點做? 16:17

唔該, 我想問呢條點做? 16:19

Thanks 16:21

15:53

21:37

我覺得 aiii 幾有挑戰性, 可以試做 21:38

You 21:39

留意呢幅圖 (條題目) 畫得係有問題。個 X' 應該要 directly above X。Y' 同理 21:39

21:43

0:59 21:44

我們卻總是和過去過不去，以為未來還未來。



@alam.science



6747 8341



alamscience.com

A. LAM

中大碩士·數理專業

課程簡介

Course Introduction

【聯絡方式】



Whatsapp
6747 8341



Instagram
@alam.science



Website
alamscience.com



我們卻總是和過去過不去，以為未來還未來。



@alam.science



6747 8341



alamscience.com

A. LAM

中大碩士·數理專業