

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

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

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



【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。



@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】

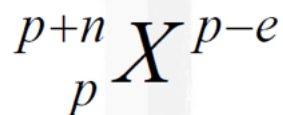
Chemistry: Protons, Neutrons, Electrons

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

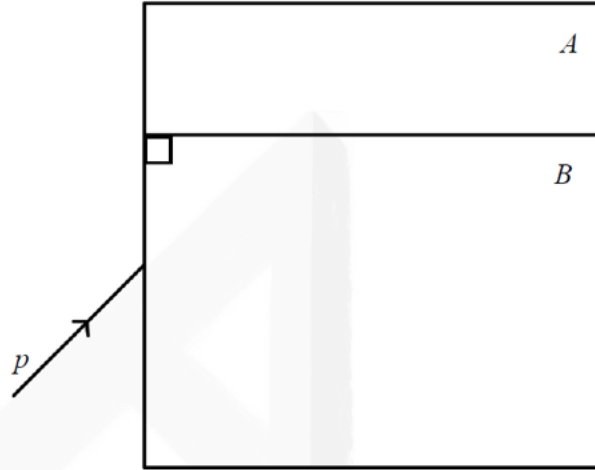
中大碩士·數理專業

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)
- _____
- _____

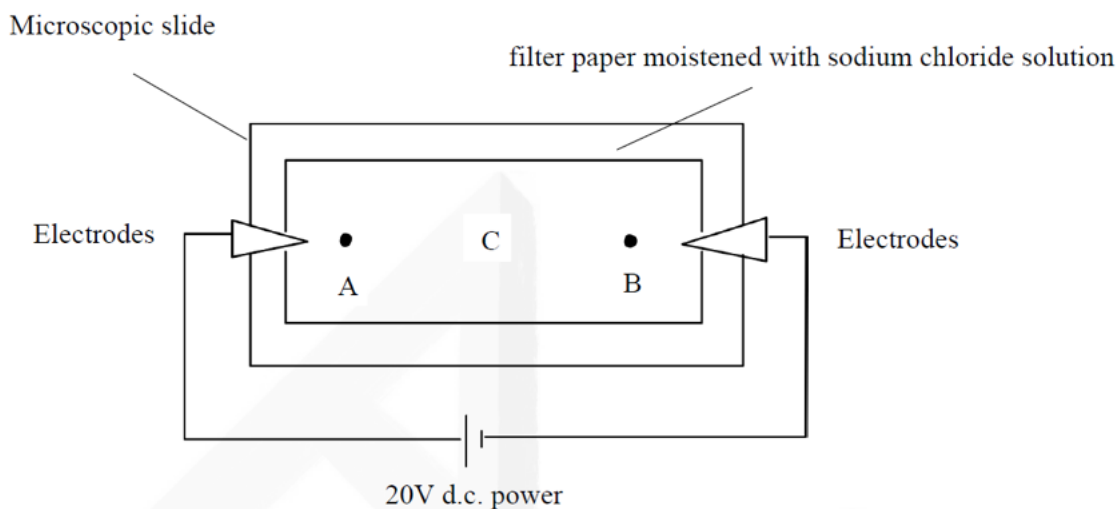
我們卻總是和過去過不去，以為未來還未來。

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)

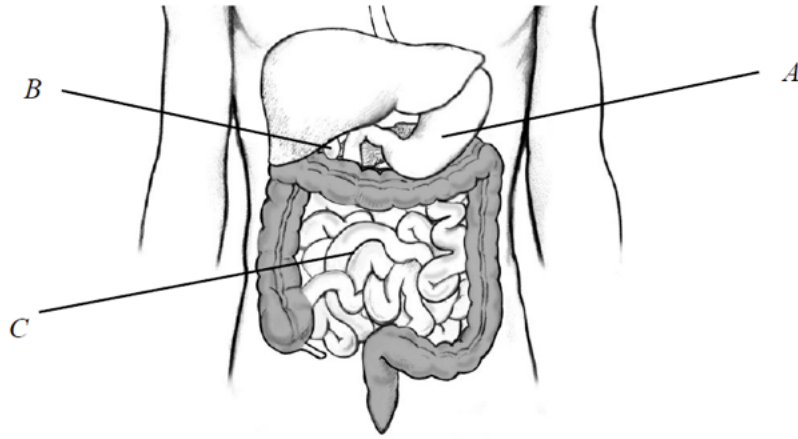
我們卻總是和過去過不去，以為未來還未來。

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。

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

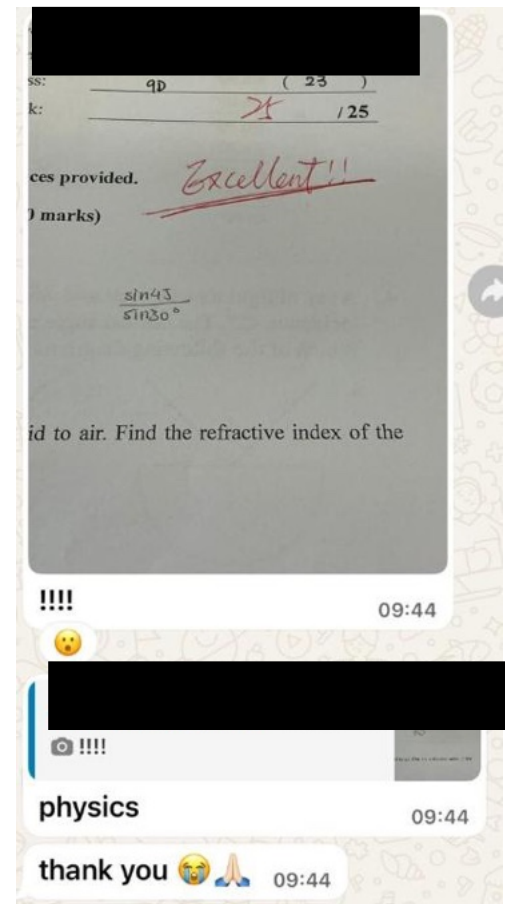
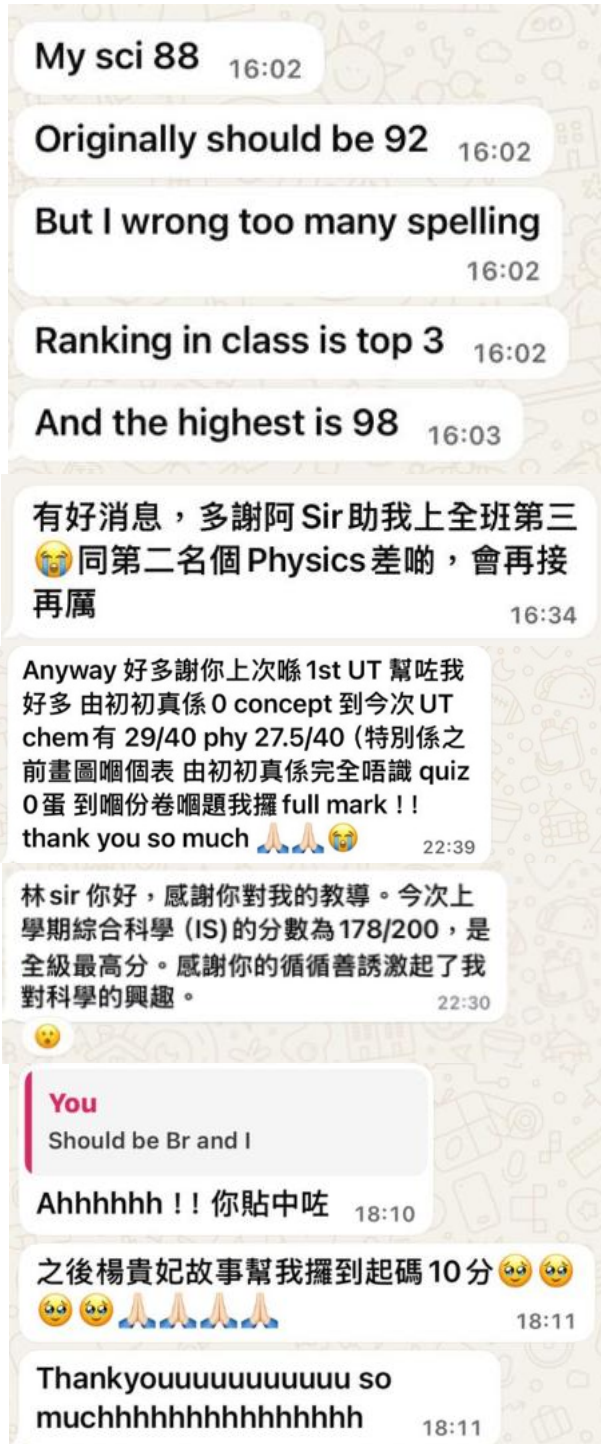
(進步 20%-30%!)

我們卻總是和過去過不去，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 啲 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。

老實講 中1 中2 我IS有一次合格過。所以未上到中3之前本身對住呢三科係好抗拒 覺得連一科都搞唔掂 邊有可能三科會搞得掂 肯定次次都單位數了。。。但最後誤打誤撞見到廣告之後就走咗嚟試1 day 上完之後 唔知點解開始對呢科冇咁抗拒 覺得其實可以靠技巧去做到 或者之前係用錯咗方法去溫 諗住試吓補!! 結果一補 omg phy chem bio all pass 連屋企人都好開心 未見過我可以合格 仲要成績都唔算話好差!! 佢都叫我唔明嘅話就一定要問你 唔好抗拒!! 所以我好多謝你! 🙏除咗作為補習老師之外 其實可以令我開始唔再抗拒一科 真係好難得 thankyouuuuuuuuuuuuuuuuuuu

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 比着我一定瞓死㗎 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

聞唔關因為佢係 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

聞唔關因為佢係 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 19:48

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

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 00:01

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

I feel a bit challenged, can I try? 21:38

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

Real depth, Apparent depth 21:43

Real depth unchanged 21:44

我們卻總是和過去过不去，以為未來還未來。

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