



連繫快訊

(2015-2016)

地址：新界上水彩園邨

電話：26727395

傳真：26790330

電郵：ptakyd@gmail.com

網址：<http://www.twghkys.edu.hk/~pta/>

東華三院甲寅年總理中學家長教師會

2016年2月24日



第十四屆家長教師會 (2015-2016) 執行委員會名單

顧問：吳鳳嫻校長、藍艾雄副校長

主席：黎慕儀女士

副主席：梁敬成先生、張天蔚老師

文書：黃劍蘭女士、林頌恩老師

康樂：溫華蓮女士、陳啟盛老師

出版：關淑敏女士、暨榮樺老師

聯絡：鍾笑琮女士、張蔓林老師

總務：黃英女士

主席的話

黎慕儀女士

「家庭」是人生中第一所學校，而「父母」就是小孩子生命裏的第一位老師，因此「家庭教育」對孩子性格的培養有着非常密切的關係。有言「知識就是力量」，是人類文明進步的最大動力。要培育一班有學識的優秀人才，有賴於學校和老師的悉心栽培。所以「家庭」和「學校」的教育方法對所有孩子的成長均有舉足輕重的影響，「家校合作」更對青少年的成長有着極其重要的意義。

今年十月中，新一屆的家長執委已經誕生。在此我要向各位家長及家長執委致以衷心的感謝，得到大家的信任，本人有幸連任，成為第十四屆家長教師會主席，我深信「薪火相傳，並肩前行」的力量，我們一定能夠同心攜手，持續發揮「家校合作」的精神，為家長和同學舉辦更多元化的講座及活動，共同為子女經營更美好、和諧的家校生活。



吳鳳嫻校長

本學年我們以「建立追求卓越學術表現的文化」、「推動甲寅的核心價值，幫助學生孕育高尚的品格」及「在不同的學習階段為學生提供生涯規劃輔導」為學校重點發展項目。為此，我們投放不少資源及人力，致力推動校本資優教育課程。一方面，學校建立了「人才庫」(Talent Pool)，致力發掘學生各方面的潛能 (Talent Search) 及培養人才 (Talent Development)。另一方面，各級不同科目皆配合學生需要，提供多個拔尖班及增潤班，如中五通識科批判思考及寫作技巧培訓課程及初中英文增潤班等。為了持續確保甲寅學生品學兼優，我們更安排多元化的生涯規劃課程及價值教育活動，如安排同學參加「恒隆一心建築導賞活動」及中三選科晚會等。我深信在各位家長及老師同心協力下，甲寅於本學年將會是豐收的一年。新一年新氣象，祝各位身心康泰，萬事如意！

校長的話



吳鳳嫻校長與中一同學



東華三院甲寅年總理中學

家長教師會 2015-2016

活動計劃

月份	2015-16
全年	執委會會議
十月	a) 校服轉贈 (一) (與輔導組合辦) b) 第十四屆會員大會暨執委選舉 16/10
十一月	中三選科講座 (13/11)
十二月	a) 中一家長教師研討會 4/12 b) 捐血日 (公益少年團主辦) 4/12 c) 陸運會啦啦隊評判及義工 21-22/12
二月	a) 出版《連繫快訊》 b) 家長日講座 20/2 c) 新春義工燒烤 26/2
三月	參與服務學習在中國 27-31/3
四月	a) 親子旅行 17/4 或 24/4 b) 校服轉贈 (二)
五月	高中升學講座 6/5 法團校董會家長校董選舉 18/5
七月	校服轉贈 (三)
八月	中一迎新日 (輔導組主辦)
九月	a) 招募新一屆工作人員 b) 家長敬師日 7/9 c) 出版《連繫》第二十六期 d) 初中家長工作坊

第十四屆家長教師會會員大會暨就職典禮回顧

中四乙班 潘雅芝

中四丙班 李蘊琪

第十四屆家長教師會會員大會暨就職典禮於十月十六日順利舉行。是次活動除了頒獎感謝狀予以往積極參加家長義工活動的家長和同學之外，還報告了過去兩年的會務以及財政狀況。隨後便是第十四屆執委會候任委員及就職典禮。受訪家長認為會務報告十分詳盡及清晰，他們可以透過主席對會務的講解，加深對家教會的認識及深入瞭解學校的情況，而非單靠自行觀察。

同一時間，家教會也舉行「成為孩子的生涯規劃諮詢師」講座，講座的目的是讓父母協助子女的生涯規劃。主講的東華三院教育心理學家和註冊社工唐瑩博士建議家長讓子女多思考將來的意向，引導他們尋找目標，培養他們自主思考的能力，關心自己的人生，而非只叫他們埋首苦讀，也切忌把自己的意願強加在孩子身上。另外，家長亦要學習從孩子的角度思考，做事有商有量，多鼓勵孩子想清楚自己將來的路向，繼而向目標努力進發。



該晚大會中，令家長最印象深刻的就是就職典禮及講座部分。家長認為就職典禮能反映家校合作，家長及老師均熱心參與活動，為學校服務。大會的充足準備也令活動能順利舉行。而講座十分有意義，唐博士的講解深入淺出，把「生涯規劃」這廣闊的題目精要地介紹，輕鬆帶出「將來是要自己努力爭取」的訊息，令他們獲益良多。

總括而言，參與是次活動的各位都獲益不少。期望家長們能繼續支持及參加新一屆家教會的精彩活動！



新一屆家長及老師執委於典禮後合照

專題講座—— 家長應如何成為孩子的生涯規劃諮詢師？

中四丙班 郭建希

為了讓學生及初中家長更了解「生涯規劃」的重要性，家教會於會員大會當晚邀請了東華三院心理學家及註冊社工唐瑩博士主持「成為孩子的生涯規劃諮詢師」講座，讓家長能在子女的成長過程中協助及鼓勵他們規劃人生。唐博士選擇與各出席家長和老師近距離互動，以生動的手法談談生涯規劃。

唐博士指出，據中文大學梁湘明教授的解釋，「生涯規劃」是「深思熟慮的過程，整全地計劃」。唐博士以真實的例子解釋：三位十優狀元雖為尖子，但卻有着不平坦的人生，面對許多挑戰。當中的一位狀元，對工作充滿熱誠，在成為心臟科醫生後，幾經辛苦下成立基金會，為大眾提供援助。她借此例子說明人生需要熱誠、堅毅、接受挑戰、保持專注，和相信努力便能成功的良好心理素質，人生才能活得精彩。

此外，唐博士認為引領子女無懼挑戰是家長的職責，作為父母，應糾正子女以結果的好壞為學習目標的觀念，因為若子女只着重與他人比較自己是否能幹的人，當遇上挑戰時，可能因面子而退縮，忽略了學習的真正目的是為將來累積經驗。家長與子女溝通時應多鼓勵他們努力，欣賞子女的付出，讓他們建立自信，明白努力才是成功之道，而不是分數，不要讓子女只顧與他人比較。同時為子女提供安全感，為他們提供無條件的愛，才是家長應實行的方案。另外，家長要關注子女的心理需要，讓子女學會自主，不要過分管束和強求結果，重視子女思索的過程，就他們的意願提供適當建議，並引導他們思考自己的強、弱項，以自己的經驗，作子女的明燈。

最後，唐博士希望各位家長教同學牢記「4C」：Concern（關注）、Curiosity（好奇）、Control（控制）及Confidence（信心），面對挑戰。



中一家長教師研討會

中四乙班 潘雅芝

中四丙班 郭建希、李蘊琪

中一家長教師研討會於 2015 年 12 月 4 日舉行，旨在加強校方與家長的溝通，讓家長藉此瞭解中一新生的校園生活。

吳鳳嫻校長介紹不少幫助中一新生適應校園生活的活動，例如「中一學習能力提升日」幫助同學在首次測驗前熟習考試題型及答題技巧，做好準備；「中一生活營」則透過不同活動，讓同學從集體活動中互相合作，培養勇於嘗試及堅毅的精神。此外，吳校長也概括了每位班主任對同學的評價，讚賞同學都十分受教、純良及勤奮。校長期望家長們不要對孩子「無慾無求」，也不要「緊捉不放」，因為學校希望每位學生能有學養、活力、責任感及愛心。

隨後，香港基督教女青會社工黃德信先生及本校 2B 楊庭曉、4B 陳家濬同學向家長分享講解執行技巧訓練。兩位同學參加了由本校輔導組及香港基督教女青年會合辦的「天天 Teen 程」手機應用程式及執行技巧訓練小組，分享他們如何在小組中養成管理功課的習慣。黃先生向家長提供與子女討論學習情況的小提示，指家長應關心子女的學習情況，面對子女犯錯時宜心平氣和及分析子女的不足之處，減少指責。家長應靈活地教導子女運用執行技巧，把事情分拆處理，因「千里之行，始於足下」。對於子女專注力不夠高的難題，黃先生也提供了兩大心得：先在子女的學習環境著手，避免子女能接觸電腦或其他引誘，然後便是子女的坐姿，要確保他們坐姿端正，腰板挺直，眼望前方，提升專注力。

接著藍艾雄副校長分享協助子女面對考試的心得。有見中一學生認為英語教學、普通話拼音及文言字較為困難，及不瞭解地理、綜合科學、數學等科目的溫習方法和答題技巧，他建議家長從旁協助，與子女提早溫習，甚至給予適量的額外練習鍛煉答題技巧，以加強子女對課文的瞭解和應用。最後，家長與正副班主任分班座談後，研討會便圓滿結束。

會後有家長表示社工所分享的執行技巧能使他們更瞭解子女的情況，並能因應情況給予適當的幫助，同時希望高年級的師兄師姐能在學業以至交際上幫助他們的子女，增加子女對學校的歸屬感。他們期望能每隔數月舉行同類活動，令平日工作繁忙的家長，也能緊貼子女的成長歷程。兩位中一班主任許榮耀老師及尤麗萍老師都認為家長投入當晚的會談。許老師建議家長收到成績單後與子女查看哪些學科需要改善，找出問題癥結，也要留意同學寫手冊和用手機的習慣。他提醒同學不要因升中試過了就過份放鬆，應更用功學習。尤老師覺得有時家長過度擔心，其實同學有自理能力。她還認為同學擁有很好的學習能力，建議同學應及早複習預備測考。兩位老師分別勉勵中一同學中學的生涯剛開始，只要肯努力便能取得好成績，可以把學習目標定高一些，以精益求精。



楊庭曉同學及社工黃德信先生分享執行技巧要訣

中三選科小貼士

中五戊班 梁盈熹、廖紀嵐

面對選科抉擇，中三同學及家長難免會有疑慮。有見及此，學校特意於上學期測驗後舉行中三選科講座，為中三同學和家長簡介選科的安排和注意事項，並邀請了中六級的師兄師姐分享他們的選科心得。



四位中六同學向中三同學分享選科心得
(左起楊俊偉、王芷茵、葉倩彤及歐陽倩儀同學)



葉倩彤

- ◆ 以自己的興趣為選科準則，令同學保持學習的熱衷，更有奮鬥的動力。

王芷茵

- ◆ 如目標為升讀大學某特定學科，便以升學為選科考慮要素，例如預先了解心儀大學學科的入讀要求，根據要求挑選高中選修科。

歐陽倩儀

- ◆ 若對各科目沒有任何特別興趣，可先以能力為選擇準則，因為擁有一定能力能令同學在修讀時更得心應手，讀起來較不吃力。

楊俊偉

((選修物理、化學、世史及數學延伸單元三 (M2)))

- ◆ 同學可先參考未來想報讀的大學學科有否要求同學修讀M1/M2，並按興趣選擇。
- ◆ 某些科目的概念是相關的，例如物理科和化學科，因此同學可考慮一同選修相關科目，令學習事半功倍。

除了參考師兄師姐的經驗及心得，以下我們亦提供了一些關於家長與子女一同選科時的小貼士：

- 1) 家長和子女應優先按子女的興趣和能力選科，避免人云亦云，讓子女在日後高中學習生活更得心應手。
- 2) 家長可與子女一同商討選科事宜，耐心聆聽，接納子女的想法及意願，心平氣和地向對方表達意見，並就意見作適當的調節，一同作出最佳選擇。
- 3) 不少大學學系需要學生修讀特定選修科才能入讀，從事相關職業，因此選科時家長可引導子女一併考慮未來出路、理想職業等。

給甲寅同學的信

陳曉瑩老師

很榮幸能夠加入甲寅這大家庭，我深信我們彼此相遇是命運的安排。

學生們常常問我：為什麼要當老師呢？因為我於高中時受到地理老師啟蒙。適時汶川大地震發生，他趁機教導我們應珍惜自己擁有的恩典，勤奮讀書，他日有能力幫助有需要的人，把自己的幸運和他人分享。我受到他「以生命影響生命」的理念感染，立志成為地理老師。後來我幸運地進入香港大學，修讀地理和日本研究。大學畢業後，我不顧一切地去了內地韶關義教一年。雖然韶關學生所得資源匱乏，可是他們認真、好學，除了讀書外，還要照顧家人，年紀輕輕分飾多角，堅毅精神令我敬佩。



陳曉瑩老師

我感激東華三院學務主任張業崇先生和吳校長，因為他們給我機會遇上你們。從甲寅學生身上，我看見了希望。甲寅學生天資聰穎，如無數顆他日在社會上發熱發亮的星星，具備潛質成為未來社會棟樑。因此我的使命就如農夫一樣播下好的種子，種植好的作物，造福人群。因此我希望在甲寅能夠實踐《聖經》說的話：「教養孩童，使他走當行的道，就是到老他也不偏離。」——箴言 22:6

甲寅的學生們啊！你們要好好珍惜自己所擁有的恩賜和資源，堅守勤、儉、忠、信的校訓。願你們在往後成長的路上都滿載恩典！



我和 4B



韶關義教時與當時的學生合照

美味食譜——蘋果批

中三級家長 黃劍蘭女士

去屆家長教師會曾舉辦「親子興趣班」，主席黎慕儀、出版鍾笑琮和我一同教授製作蝴蝶酥及蘋果批，大受家長及同學歡迎，名額很快爆滿，活動舉行當天大家都對自己辛苦焗製的蝴蝶酥及蘋果批非常滿意。當看到家長、同學們滿臉笑意埋首做餅時，便令我想起和女兒在家焗蘋果批的歡樂時光。記得一次女兒將蘋果的酥皮砌成風車狀，更讓我看見女兒充滿創意的一面！

這次我趁此機會，向其他上次未能參加興趣班的家長，分享蘋果批食譜。大家不妨在閒暇時間，和子女一同入廚，共享親子時光！

份量：1-2個

材料：

酥餅皮一塊（可在大型超市急凍食品櫃或家政材料店購得）

青蘋果 1 或 2 個	葡萄乾 40 克
糖 30 克	玉桂粉 1/2 茶匙
水 30 克	雞蛋 1 隻

做法：

1. 將酥餅皮切成四片，兩片作底部，兩片作面部。將作面部的酥餅皮向橫對摺，用利刀將它向直切開，每個切口距離 1.5 厘米。
2. 將作餡料用的蘋果去皮、去心、切片，加入糖和水一起煮至軟化、收乾水份。待餡料冷卻後，加入玉桂粉和葡萄乾混合攪拌均勻。
3. 將作底部的酥餅皮放在鋪好焗爐紙的烤盤裏，鋪上餡料，兩邊邊緣留 1 厘米空間。
4. 將作面部的酥餅皮拉間蓋在餡料上面。
5. 用叉子將邊緣壓緊，塗上適量蛋液。
6. 放在烤爐的底層，以 200°C 的爐溫烤 30 分鐘或至金黃色。



女兒做的風車型蘋果批

毋忘華人移民史——

學生參與「懷善披遠—香港·東華三院與華人遷徙」展覽有感

2015 年為東華三院創院 145 週年，為此東華三院籌劃了一整年的精彩慶祝活動。去年，我校三位中五同學獲選為「東華學生大使」，接受培訓，聯同其餘 17 所東華屬校學生大使分別參加美國洛杉磯及廣東開平參訪團，了解東華三院於華人移民史中扮演的角色。其中梁盈熹同學及其餘 17 位東華學生大使前赴美國洛杉磯，於當地華美博物館舉行的「懷善披遠—香港·東華三院與華人遷徙」展覽中，擔任講解員；黎雪君及廖紀嵐同學則往開平考察，三位同學獲益良多。因此《連繫快訊》特邀三位同學撰文，分享感受。

5E 梁盈熹（參與東華三院學生洛杉磯參訪團）

「你們謹記要把這段歷史的美麗告訴人們，正如你們所見的一般，讓這段珍貴的歷史得以傳揚開去。」這段是我們與華美博物館董事梅元宇先生話別時，他贈予我們的提醒。

這次參訪團中，讓我有最大改變的，是我對歷史傳承的看法。我們不斷研究華人移民史，了解當中的變遷，再讓他人認識這段歷史，為的是傳揚正確的價值觀——尊重。我的使命除了是傳承這段歷史，更希望當中華人的可貴精神能感染他人，讓這樣歷史倍添意義。所以身為「東華學生大使」，我們更要背起責任，讓世界重視當中的價值。



梁盈熹同學於展覽中擔任講解員



一眾東華三院總理、美國洛杉磯參訪團師生與華美博物館成員合照

5D 黎雪君（參與東華三院學生開平參訪團）

是次開平之旅，除了讓我認識平日課堂上無法學習到的地區傳統風俗與歷史外，更好好地上了一堂人生課。從旅程的一開始，我不斷反問自己，我們到開平的目的為何？我們利用課餘時間吸收東華歷史知識又有何意義？在旅程中，我看見了一個城市由昔日繁華演變成今日的冷清，原來在不知不覺間，一個地方的痕跡可以在時間的前進下被人遺忘至此。這促使我更想深入了解這地方的歷史。我並不希望昔日人們的過去，會有一天被我們年輕人拋棄得無影無蹤，因此我們不應只向前看，我們更不可忽略向後回望的重要性。



黎雪君同學訪問東華三院檔案及歷史文化
總主任史秀英女士

5E 廖紀嵐（參與東華三院學生開平參訪團）



廖紀嵐同學參觀廣東開平碉樓

去年 10 月，我有幸獲選參加廣東開平參訪團，前往當地了解有關「原籍安葬」的一地一物。相信很多人認為，開平是一個毫無參訪意義的落後地方，然而在真正到訪當地以後，原來開平所蘊藏着的歷史、文化皆比我們想像的還要多。

到訪金牛山義塚、自力村，這些地方在平常的旅行團未必前往參觀，但正因如此，我和參訪團的其他學生更加深刻地體會到當中的意義。現代的一切，均是由前人為我們建設的，但他們辛酸的歷史卻漸漸被世人遺忘，教人唏噓。

回到香港，我總會想起到訪開平時所見的一切，彷彿在提醒我們不要忘記每件事背後都有它們的歷史。我也會盡己所能，將我從參訪團所學到的向更多人介紹，好好珍惜前人留給我們的福蔭。

家教會活動花絮 (9月-12月)

敬師日

2015年9月9日



家長茶聚

2015年9月11日



第十四屆會員大會暨執委就職典禮

2015年10月16日



中三選科晚會

2015年11月13日



中一家長教師研討會

2015年12月4日



陸運會啦啦隊評判及義工

2015年12月21至22日



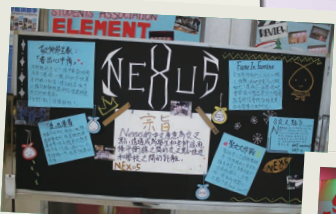
學校活動花絮 (9月-12月)



參加「恒隆一心建築導賞活動」
2015年9月2日



關愛老戰士——
中大成書分享會
2015年9月12日



學生會選舉
2015年9月22日



大北游泳比賽
2015年10月11日



F.3 English Lunch Activity
2015年10月12至16日



理想藍圖生涯規劃工作坊
2015年10月13日



中一生活教育營
2015年10月19至20日



初中級班際長跑
2015年10月27至29日



德育組「國旗下的講話」
2015年11月2日



中文大學升學諮詢及講座
2015年11月11日



學界大埔及北區越野賽
2015年11月17日



數學學會 Rummikub 比賽
2015年11月25日



**奧比斯飛行眼科醫院慈善
籌款表演**
2015年12月3日



甲寅喜訊



賀許榮耀老師弄璋之喜!

徵稿啟事

家教會《連繫》將於2016年9月出版。在這屬於各家長及老師的園地，大家可交流經驗，加強溝通，傾訴心聲。為使《連繫》更形充實，希望各家長及老師踴躍投稿，對會報全力支持。

字 數：短約數十字，長約一千字均可，請用原稿紙書寫、電腦列印或用電腦檔案提交

內 容：會員近況、生活點滴、教子心得、創作小品等

投稿方法：可用網上電郵、郵寄或經貴子弟交給暨榮樺老師

電郵地址：ptakyd@gmail.com

來稿請附作者姓名(可用筆名發表)、子女姓名及班別、聯絡電話。

截稿日期：2016年5月30日