

紅棉

第五十二期
二零二零年七月



知足
珍惜
感恩

匡智翠林農崗學校家長教職員會

目錄

			頁數
副校長的話	生命教育點滴	陳小燕副校長	1
專題	生命教育就這樣「停擺」嗎?	阮堯聰老師	2
學校新面貌	翠林新面貌	陳國源老師、蕭詠輝老師	6
學與教	工作實習分享—九巴 CAFÉ 1933	柯倩儀老師	8
	CAMPUS 週	冼玉萍老師	9
	科學活動週	科學活動週統籌老師	10
	結業及暑期繽紛週	結業及暑期繽紛週統籌老師	14
	課餘活動	黎美琪老師	15
學生心聲	疫情下及復課後的感受	陳玉貞老師	17
家長心聲	逆境中的陽光	陳志城家長	23
	不一樣的七年之養	羅雋瑞家長	24
	另類祝福	蔡晔熙家長	25
教師心聲	孩子比我更懂的事	吳海旻老師	26
	分享	張鏡光老師	27
	從危機中學習，從學習中成長	黃嘉浩老師	28
專業人語	感恩之光 照亮你我	教育心理學家陳以欣先生	29
	走過高低的摩天輪	社工李小燕姑娘	31
	「ST 話你知」分享活動	言語治療師李瑞雲姑娘	32
IT Corner	本校網上教學之推行	蔡偉業老師、麥榮譽老師	33
美食坊	粟米蝦球食譜	張麗然老師	36
	祛濕湯水食譜	阮堯聰老師	36
學生成就、喜悅分享		整校獎勵組	37
學校活動花絮		陳玉貞老師、譚兆東先生	54
家長教職員會專訊		陳玉貞老師	56
齊來動腦筋		方玉娟老師	58



一場世紀疫症令全世界來得措手不及，過去習以為常的生活好像在一夜間扭轉，大家才猛然發覺生命如斯無常和脆弱！究竟生命的意義何在？一直是古今哲學家致力思索的問題。

從積極的意義看生命，每個人都是世界上獨一無二的個體，這種與生俱來的獨特性凸顯了生命的可貴。只要我們能夠盡職盡責做好自己的角色，再平凡的人生都能得以成長和提升。從教育工作者的角度，教育的目的便是幫助學生成長。「師者，傳道、授業、解惑也。」教師的職責不僅是讓學生學到人生所需的知識技能，更重要的是能豐富其心靈的內涵和生命的經歷。這也說明了生命教育的重要。

美國思想家愛默生（R. W. Emerson）說：「我們的一舉一動、一言一行，都是生命中不可磨滅的痕跡、我們怎樣的想，就成為怎樣的人。」我們對生活的想法和態度，足以造就不同的人生。而生命教育的目的正是幫助學生認識自己，思考生命的積極意義，體會生命的可貴，珍惜生命，以至推己及人，對周遭的生命抱持尊重和關懷。

過去數年，學校積極推動生命教育。透過公民教育課和體驗活動，讓學生對生死、飢餓、戰爭、貧富等生命問題有所感受和啟發；在潛移默化中建立「知足、珍惜、感恩」等正面價值觀，學習以積極和負責任的態度看待生命。

生命教育也是一種生活的教育，它需要人與人的交流開始，在生活經歷中慢慢累積和實踐。這次疫情正好是活生生的生命教材，讓同學藉著身歷其境，對不同的價值加深了體會。明白「知足」，因為健康和自由的呼吸不是理所當然；學懂「珍惜」師生一同學習、相處的時光；為家人和師長的關懷愛護、醫護人員的付出而「感恩」。

生活中實在有太多突如其來的事情，而持續的疫情和繃緊的社會氣氛，更帶來難以想像的衝擊。如何面對人生中的種種衝擊，只能靠我們自己不斷的學習、適應和轉化，走出困局。學校推動生命教育另一個目標，正是讓同學建立正面的自我概念和價值信念。成為抵抗逆境的力量，提升應對人生挑戰的能力。

願與各位家長共勉，讓生命教育從學校走進家庭；彼此本著共同目標，相互配合，陪伴每一位學生造就屬於自己的人生色彩。





生命教育就這樣「停擺」嗎？

阮堯聰老師

疫情令我們的生活近乎停擺，一切活動都取消了，生命教育的也不例外。

課停了，惜食大使入班的分享停了，正能量大使協助失明人士的體育活動停了，愛心大使到社區飯堂的服務也停了。我在思考如何在有限的空間內繼續傳遞生命教育三個核心元素 – 知足、珍惜和感恩？對象是誰？又怎樣讓我們的大使參與其中？

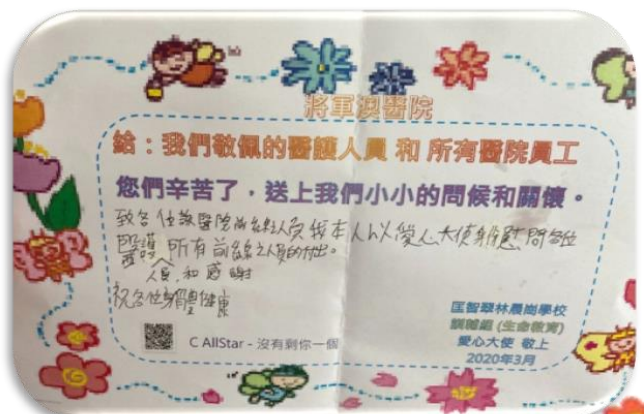
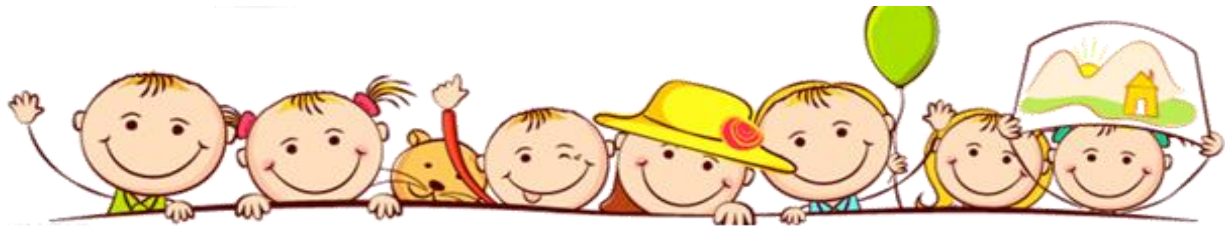
首先，讓我想起的是我們的大使，很想鼓勵他們，提點他們珍惜擁有(仍然活着)和心存感恩(仍有一個安全的家)，於是我聯繫生命教育的同事一起為大使送上鼓勵信。

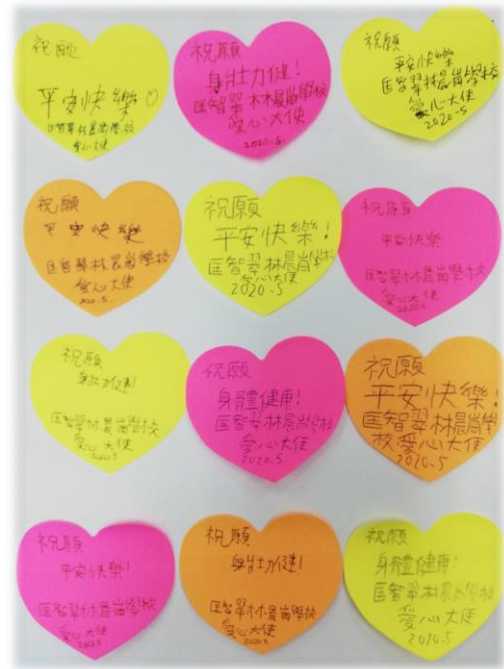
接着，我很想為醫護人員打打氣，便聯絡愛心大使，讓他們知道有一班守護香港的醫護人員日夜辛勞地工作，我們該如何向他們表現珍惜和感恩？提點他們只要做好防疫，多注意健康，減輕醫護人員的工作，那便是珍惜的表現。期望他們學習感恩自己有健康的身體、感恩家人對自己關心和感恩香港醫護人員的貢獻。於是我便安排愛心大使協助書寫鼓勵卡，然後直接寄往八大醫院。

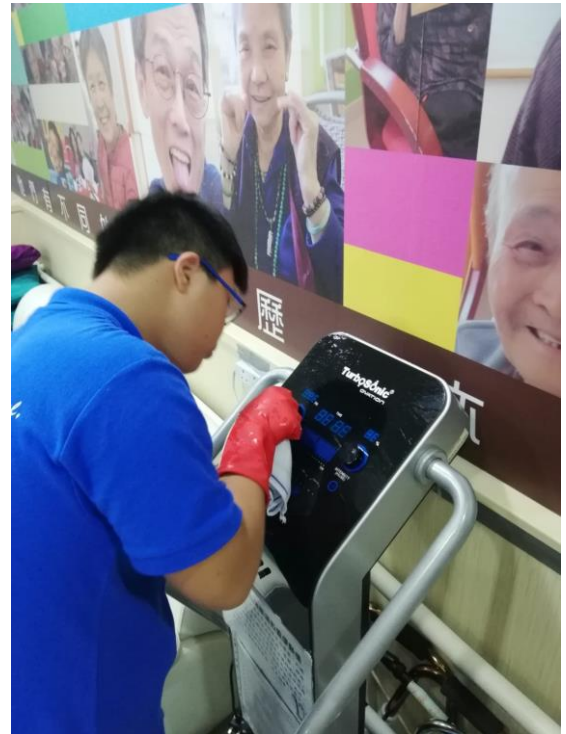
還有，我也想向我們服務的社區飯堂長者表達關愛，再一次聯絡愛心大使，由他們為長者寫上祝福句子，把完成的祝福字句先寄回學校，以便我連同防疫物品送給機構。

由於停課，原本一個小息的時間可讓愛心大使完成的事情，只能改用電話、電郵和郵寄的方法與他們講解、溝通和聯繫，因而增加不少工作量，但我也很感恩能讓愛心大使參與其中。愛心大使向醫護人員和社區飯堂的長者送上關愛和祝福的過程中，也讓他們學會了交代和責任感。

現在，我們仍不清楚疫情何時結束？但我們很清楚生命教育三大核心元素 – 知足、珍惜和感恩會繼續下去的。







愛心大使會到社區飯堂，為該區的長者提供服務，例如：協助盛飯餸和清潔長者健身器材等。期望學生學會珍惜自己所擁有的一切，感恩自己有能力服務社會，從而把生命教育組三個核心元素：知足、珍惜和感恩傳揚開去。



翠林新面貌

陳國源老師、蕭詠輝老師

每次看到樓盤廣告，心裡便想製成品與預覽圖必定有很大的落差。今年3月，第三期工程終於落成，實際環境比預覽圖更具活力。現在讓我們回顧三期的工程。



02

第二期工程

2018年8月，第二期工程完成，包括：設計與科技室、怡情軒及社工室。



01

第一期工程

SIW 工程由 2017 年 12 月動工。

2018 年 5 月，第一期工程完成，將四樓的悠閒天地變成活動室，並將一樓的社工及護士室變成新教員室。



03

第三期工程

2018 年 10 月，第三期工程開始，包括：
有蓋行人路、三間課室及一間護士室。
工程於 2020 年 3 月完成。



04

新面貌

SIW 工程已全部完成，在此感謝各位家長、教職員與同學在工程期間的包容與付出。增加校園裡的設施，目的是提供一個更佳的學習環境。期望日後大家多享用新設施，留下更多精彩的畫面。

最後，外牆正進行翻新工程，期望大家於新學年看到翠林的另一新面貌。





工作實習分享—九巴CAFÉ 1933

柯倩儀老師

在近年的高中工作實習計劃中，有一新工作實習場地——九巴CAFÉ 1933。此場地無論是在工作性質或是要求上，對學生而言都是一個嶄新的嘗試和挑戰。

在工作性質方面，九巴給予我校很高的自由度。無論是在營運、人手、餐單或服務皆由實習學生一手包辦。在帶隊老師的引導下，學生能就餐牌設計、工作流程和分工上表達個人的意見，並學習協商，得出共識。實習學生在參與度大大提升下，工作自然更積極投入；對學生而言，實在是一個珍貴的工作體驗。

在完成一個學期的實習後，四位實習同學都克服了很多外在的困難和內在的擔憂，同時建立了獨立工作的自信、接受客人意見的誠懇態度。而作為帶隊老師，最欣賞的是學生能有接受「未知」的心，應對CAFÉ不同的突發情況。

最後，在此要感謝機構的信任和包容、家長和老師多年的循循善誘，讓學生能在有限的空間，發揮無限的可能性！



下學期，高中同學在 CAMPUS 週參加了由學校和「匡智會智閃亮計劃」提供主題活動。活動有動又有靜，包括：認識獨特的你、工作的價值、情緒管理、認識就業市場、職場人際、台式蛋餅、和諧粉彩畫創作、烘焙製作、自製口罩及畢業準備等，學生在自我概念、職業發展和自我管理方面也獲益良多。





科學活動週

科學活動週統籌老師

初小組

七月初，學校進行了一連五天的「科學活動週」。透過多元化及具特色的學習活動，加強學生對科學知識與生活的聯繫，並提高他們學習科學的興趣。



高小組



初中組



高中組





結業暑期繽紛ZOOM

結業及暑期繽紛週統籌老師

因為疫情關係，全港學校再次停課，所以學校將暑期活動學習材料包送往不同派發點，交給家長。

同時，透過 ZOOM 進行本學年的「結業及暑期繽紛週」，讓學生和家長一同參與精彩的暑期活動及一個不一樣但難忘的結業禮。



《成長之路》

校長分享

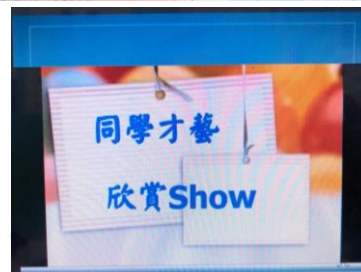
2020年7月22日



結業暑期繽紛ZOOM 直播時段安排(14/7-22/7/2020)

時間	14/7(二)	15/7(三)	16/7(四)	17/7(五)	20/7(一)	21/7(二)	22/7(三)
9:00	早會	早會	早會	早會	早會	早會	早會
9:30	全校	全校	全校	全校	全校	全校	全校
10:00	德育及公民教育	德育及公民教育	德育及公民教育	德育及公民教育	德育及公民教育	德育及公民教育	德育及公民教育
11:00	德育及公民教育	德育及公民教育	德育及公民教育	德育及公民教育	德育及公民教育	德育及公民教育	德育及公民教育
11:30	德育及公民教育	德育及公民教育	德育及公民教育	德育及公民教育	德育及公民教育	德育及公民教育	德育及公民教育
12:00	德育及公民教育	德育及公民教育	德育及公民教育	德育及公民教育	德育及公民教育	德育及公民教育	德育及公民教育

註：內容如有變動，不另行通知。

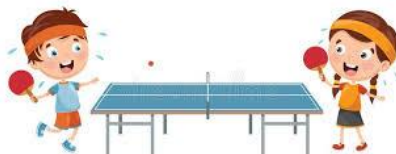




課餘活動

黎美琪老師

乒乓球班



非洲鼓班





跆拳道班



綜合畫班





學生疫情下及復課後的心聲

陳玉貞老師

同學們經歷了他們人生中第一次嚴重的疫情，經歷差不多四個月的停課，終於在六月復課了！讓我們也聽聽學生在疫情下及復課後的感受和心聲！

初小組



初小 A 班



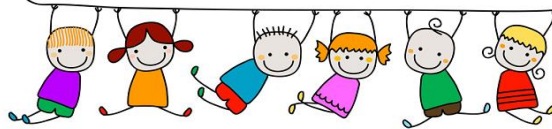
初小 B 班



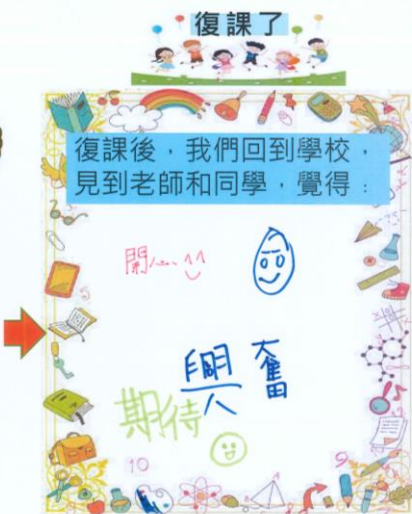
初小 C 班



高小組



高小 A 班



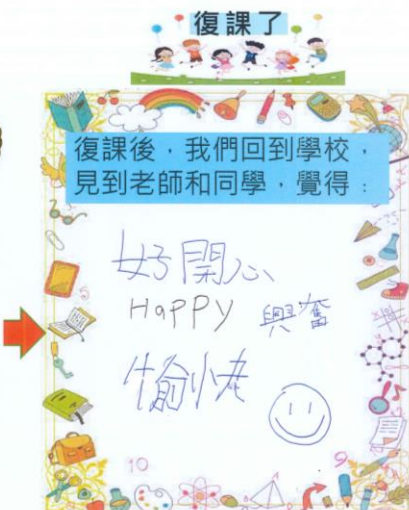
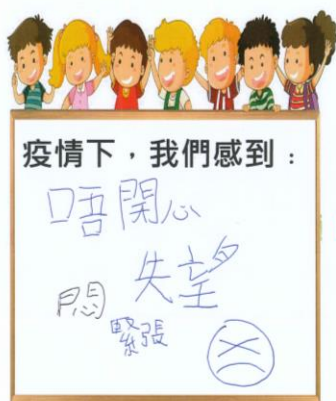
高小 B 班



高小 C 班



高小 D 班





初中 A 班

疫情下及復課後的體會：

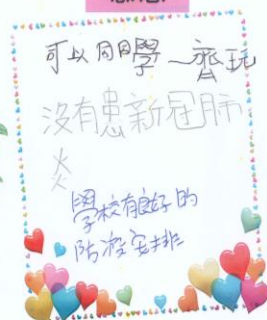
知足



珍惜

自己有健康。

感恩



初中 B 班

疫情下及復課後的體會：

知足



珍惜



感恩



初中 C 班

疫情下及復課後的體會：

知足



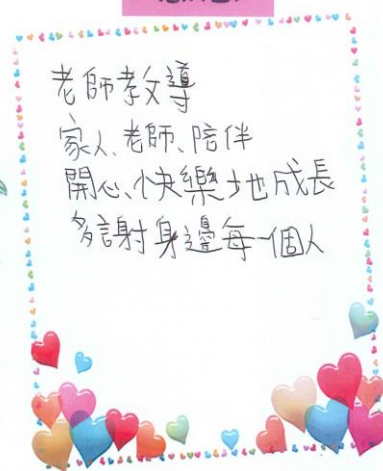
這是

珍惜

的表現



感恩





初中組

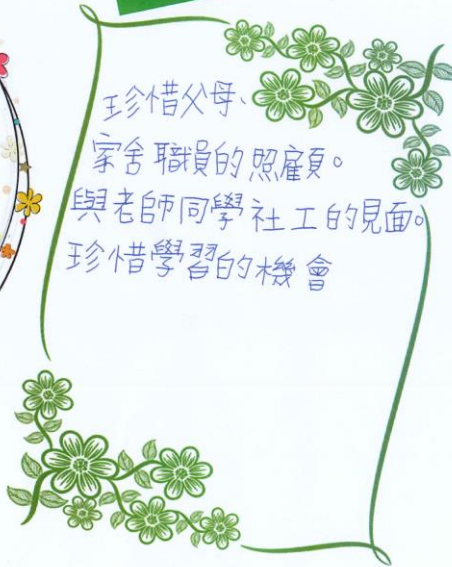
初中 D 班

疫情下及復課後的體會：

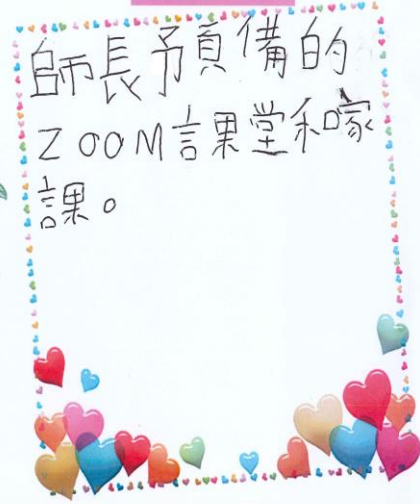
知足



珍惜



感恩



初中 E 班

疫情下及復課後的體會：

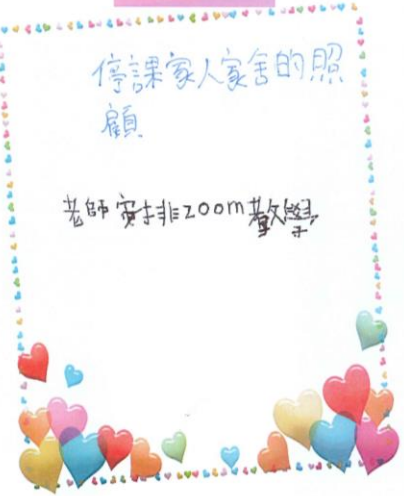
知足



珍惜



感恩





高中 A 班



疫情下及復課後的體會：

知足

復課後的時候可以見到老師、社工、同學
……呢，大家都知足、感恩和珍惜。
多謝您辛苦啦。 芳瑩

可以有飯食。
洪益謙

我可以想做自己想做的事情。
朱嘉駿

感恩可以
上堂。建榮

感恩可以
返學。錫

家舍姑娘的
教導。麗

感恩

珍惜

珍惜老師在
用Zoom教導我。龍

珍惜上學的時光。蕭

和家人相處。敏

高中 B 班

疫情下及復課後的體會：

知足

1. 有溫暖的家

2. 有東西吃

大家有健康的身體

感恩

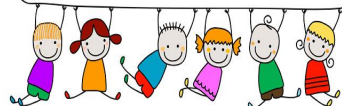
珍惜

1. 主動做家務

2. 感謝家人



高中組



高中__C__班

疫情下及復課後的體會：

知足

知道衛生校園
的重要性
知道有老師教導
有機會返學好開心

感恩

珍惜

珍惜學習機會
努力學習。

高中__D__班

疫情下及復課後的體會：

知足

老師製作網上
功課及 Zoom
供我們學習！
更佳外兄有一個自修室
可以復課已經很開心

感恩

珍惜

更珍惜見到老師
同學的時間

高中__E__班

疫情下及復課後的體會：

知足

很高興可以
有畢業禮

感恩

珍惜

珍惜每天
回校的時間



感恩的心



「逆境中的陽光」

溫巧玲女士
(初小 B 陳志城家長)

在香港這繁華的大都市，一場疫情的到來，打亂了眾人的生活，弄得人心惶惶。然而在這個特殊時期，我們要學會微笑。無論你是在成功的頂峰，還是在失敗的谷底；無論你是受風雨的肆虐，還是享受陽光般的明亮，我們都要用生命中那份真誠、那份寬容，把外界的嘈雜、生活的窒悶，加以詩情和畫意去塗抹。只要心是晴朗的，就沒有雨天。生命，需要用微笑去珍惜。





不一樣的七年之養

羅國華先生
(初中 A 羅雋瑋家長)

今年剛好是雋瑋在匡智翠林晨崗學校讀書的第七年。養是教養，感謝多年來教職員提供管教雋瑋的意見，讓我解決不少問題。年初開始發覺雋瑋開始有自己的想法，和老師討論後，開始嘗試聆聽他的想法，畢竟他已經長大了。

雋瑋喜歡乘坐升降機，每當進入升降機內，他都很雀躍。每次乘坐升降機時，雋瑋都喜歡跟其他住客打招呼，他甚至記得他們所住的樓層，還會主動幫他們按樓層按鈕，因此，居住在不同樓層的住客都認得雋瑋，還稱讚他有禮貌。曾經在農曆新年時，雋瑋在升降機內收到不同住客所給予的利是，而他們是我不認識的。



現代都市人，總愛加上保護罩，對陌生人會有很大抗拒。但雋瑋想法比較簡單，有他自己快樂之道。不過，其他人對於雋瑋這種熱情，有時會報以不太友善的眼光。



感謝過去七年來，學校所有教職員對雋瑋的教導，希望他可以繼續享受校園生活。





另類祝福

蔡業標先生
(初中 B 蔡暉熙家長)

生活愉快確是一件不容易的事，每天面對不同的生活挑戰，縱然努力拼搏，但往往仍是得不到預期的回報。當家裡有自閉症的孩子時，生活就變得更加不容易，無時無刻憂心孩子的成長，每個階段所遇到的困難，心裏總是掛心，父母難有平安喜樂心境。



但觀察所得，孩子正因自閉症而常常活在自己的童話世界，憑著他的行為舉止、自言自語及歌聲，可肯定他是開心快樂！他能與外界有距離，不受社會的混亂而不安，仍然開心地過每一天，完全不知愁滋味。轉另一角度來看，這正是很多人所渴望追求的生活！他性情純真且乖巧，同時四肢健全，受父母、姊姊、親友和老師的疼錫和接受。他的健康快樂，令父母更懂珍惜，希望一直有能力為他付出，繼續守護著他，繼續為他的進步，成長而感恩！雖然他和其他年青人不同，正因如此，感恩他就是如此獨特，是上天給予他另一種的祝福！

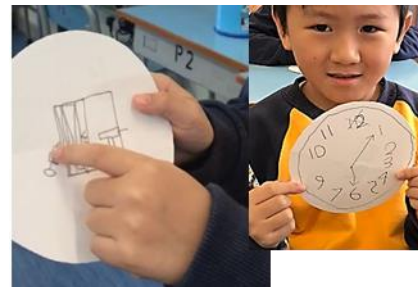




孩子比我更懂的事

吳海旻老師

數學課，我著學生繪畫鐘面。眼見 1 至 12 的數字，長短針齊備。我一臉滿意準備收起作品，他卻堅持塗塗畫畫。心想：「忍多你 10 秒！」原來他把鐘背的電池盒也畫出來了。待人處事，不可只看單面。



聯歡會，熱心的家長安排他帶來一大桶薯片，在班主任引導下，他逐一與班內小朋友分享。平日「無兩句」的他倆，熱切地餵上一口。愛的訊息不在言語。

舞蹈比賽日期定了，你告知當日要入院進行牙科手術，明知沒有出賽機會，卻積極練習。萬估不到，全港停賽，來年你可再穿上那華麗舞衣了。努力！總有你的舞台。



疫情期間在家工作還要執教鞭，追逼女兒功課。她總是漫不經心，我裝「兇」作勢：「你要我做媽咪定做吳老師呀？」本想以自己的「專業身分」阻嚇。誰知她一句：「吳老師。」「因為老師會慢慢教我。」女，你有道理。媽咪不應用「老師」嚇唬，更不想讓「老師」取代親職。

孩子，謝謝你讓我懂得更多。





分享

張鏡光老師

抗疫期間，一「罩」難求，感謝一位認識多年的教會弟兄代訂外國口罩，口罩到港後更親自駕車逐家逐戶送到樓下，解決了一家燃眉之急。

弟兄的熱心感動了我，帶著這份感動，立即致電一位獨居長者，聽說她只餘下幾個口罩……



曾聽一個故事：天堂和地獄都有豐富的食物，而且每人都有一雙長長的筷子。地獄的人個個瘦骨嶙峋；而天堂的人個個體格壯健。原來地獄的人只會顧自己，各人拼命用筷子夾食物給自己吃，但因筷子太長，結果總是看得見；吃不到。天堂的人不同，他們用長長的筷子夾食物，互相把食物送到別人口中，結果人人飽足。



「施比受更有福」，互相分享，這是人一生應學習的功課。





「從危機中學習，從學習中成長」

黃嘉浩老師

大家如何分析「危機」兩字呢？有些人認為十分負面，因為我們的生活大受影響。然而，我卻認為有「危」便有「機」，並以一個正向思維去面對疫情。

回想起數月前，不論老師、家長與學生也不太適應網上教學包括其學習模式、風格及基本操作。直至現在，大家也十分享受網上教學帶來的方便與樂趣。雖然復課在即，但疫情促進了網上學習的推展，為網上教學帶來新趨勢。



我十分慶幸自己身在香港，知足有一班同事互相支持及支援、珍惜香港的疫情不算嚴重及感恩自己有健康的身體去衝破難關。



總結，「迎難而上，勇於創新」，是人生中不可或許的「正能量」，希望大家也能時時刻刻堅強面對。





感恩之光 照亮你我

教育心理學家
陳以欣先生

近年受大眾歡迎和重視的正向心理學，指出感恩與幸福感有顯著的因果關係(Emmons & McCullough, 2003)。研究發現，感恩能帶來很多的好處，例如更多正面情緒、提高生活滿足感、提升人際關係等。



感恩縱然好處多不勝數，但在現實生活中，面對各種生活壓力以及急促無暇的生活節奏，大家都經常處於緊張、急燥、悲觀的負面情緒之中，讓不少人都認為要做到感恩並不容易。其實，值得感恩的事不在乎大與小，而是在於我們有多用心留意生活中的每一項細節，並懂得珍惜和感謝身邊的人和事。例如，今天早上上班時交通暢順，讓自己下車後能慢慢走回公司，便已經是一件值得感恩的事。又或是今天午餐有自己喜愛的食物，亦是一件值得感恩的事。

心理學不只是理論，更著重實用性。以下為大家介紹幾種可於日常生活中應用的感恩練習，希望大家都能在生活中更易實踐感恩之心，從而提高自己的幸福感和心理健康。

感恩日記

找一本喜歡的筆記簿，每日安排一個舒適、空閒的時間，在簿內記下至少一件值得感恩的事。不少人會選擇在睡前抽幾分鐘的時間，靜靜地寫自己的感恩日記。寫滿了一半簿，或是寫了五十天、一百天後，再細心回看日記，覺察自己的轉變吧！





感恩便利貼

「為人點燈，明在我前」。每週寫一張便利貼，送給這星期裡曾經幫助你的人，把你感恩的心情也傳達給他/她吧！感恩的正面影響力，不只是能讓自己變得更幸福，也能把這份幸福感帶給身邊的人。

在社交媒體上分享感恩的事

大家每天都在用的 Facebook、Instagram、Twitter 等，都曾有人發起「感恩挑戰 (Thanksgiving Challenge)」，這可算是「感恩便利貼」的公開社交版本。通過社交媒體，與更多的人分享自己的感恩心情，並漸漸形成一個「感恩社群」，讓這正面而有意義的活動擴展開去，讓更多的人參與這感恩行動。



參考資料

Emmons, R. A., & McCullough, M. E. (2003). Counting blessings versus burdens: An experimental investigation of gratitude and subjective well-being in daily life. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(2), 377-389.





走過高低的摩天輪

社工李小燕姑娘

從摩天輪上欣賞風景，有不同的心情，坐在高端上，要有迎接低谷的準備，而在低處時，也可以有重新出發的機會。假如摩天輪上的每個玻璃車箱代表著不同的人生態度時，在 2020 這年間，讓我經驗了……



◇ 知足

停課不停學，師生、家長齊齊學，使用新電子工具資源，參與培訓及提供網上課堂學習，雖有壓力且不及平日在校的課堂學習節奏，但能繼續照顧學生的學習需要而感到知足。

◇ 珍惜

停課期間，學校為保障教職員的健康及安全福祉，提供部份時間在家工作，除在工作崗位上盡心外，作為身兼家長一職的媽媽，珍惜能夠陪伴孩子共度疫情變化的時光及感謝學校對員工的關愛。

◇ 感恩

在疫情口罩難求的 2 月初，感恩分別收到家長、同事及學校主動捐贈口罩，由社工協助送給有需要缺乏的學生家庭送上暖意。復課了！感恩見到每張熟識的學生臉孔，雖然大家帶了口罩及保持社交距離，但學生的神態及表現充滿微笑與歡喜地返到翠林大家庭，當中不少學生又長高了。

走過摩天輪的高低順逆，生活在疫情及變幻莫測的社會氣氛下，常提醒要持守初心，教育學生追求真理，建立良好品格。最後，祝願大家喜樂平安、善待自己、珍惜擁有及抱持希望迎接挑戰。





「話你知」分享活動

言語治療師
李瑞雲姑娘

「話你知，等你唔使心思思！」

為鼓勵同學學習敘述技巧，養成與人分享事情的習慣，言語治療組由上學年起定期於小息時段安排同學上台分享生活趣事。而上面這兩句說話就是「話你知」活動的口號。

回顧這兩年同學所分享的事情，相信都在他們腦海裏留下深刻而愉快的記憶。每當問同學「你有咩嘢想分享呀？」，他們的回應都叫姑娘們不禁「嘩」連聲讚嘆；有的分享與親友的豐富聚餐，有的講述爸爸媽媽如何與他們慶祝生日，也有的是與家人遊玩時的所見所聞。全都是家人悉心預備的活動，一想起都是快樂回憶，很幸福呢！



對於同學來說，敘述事情的技巧不是易事，因運作程序需要牽涉回想、重整資料，然後再用說話有條理地表達出來。說話有時會斷斷續續，或者稍欠完整；但不要少看那兩三分鐘的內容，因為同學們能昂然走上台，在其他同學面前分享，那份勇氣很值得欣賞！每當他們分享完畢，眼神都流露著滿意的神采。

與人分享開心事，可以將快樂指數提升，增加正能量。如同學們還有精彩的活動想分享，記得找言語治療組姑娘安排一下！





本校網上教學之推行

蔡偉業老師、麥榮譽老師

在疫情的肆虐下，不同行業都經歷了一次範式轉移(Paradigm Shift)，很多我們在日常中習以為常的事，都從根本中發生了巨大的變化，學校教育也不例外，讓我們就此機會整理本校在疫情停課其間的網上教學進程。

第一階段：

在停課之初，學校把老師分組，並分別負責製作語文、數學、常識、通識的 Google Form 網上練習，學生可以登入「學生學習平台」進行學習。Google Form 具有互動性的問卷格式設計，可提供不同題型的練習，學生在提交答案後，系統可以自動批改，並顯示成績和正確答案。老師在設計題目時，以溫故知新，鞏固學習為主。其後，老師製作簡報，配合 Google Form 網上練習，讓學生能透過簡報自學，並完成網上練習。



第二階段：

因疫情未有退卻跡象，停課時間可能較長，學校決定透過 ZOOM 雲端視訊軟件進行直播教學。相信大家對視訊軟件絕不陌生，也可能在日常生活中經常使用。然而，運用 ZOOM 進行直播教學，對大部份學校來說都是一件很新鮮的事，無論學生、家長，甚至老師都需要適應和學習。

在學生和家長方面，需要安裝和登記 ZOOM，並學習在當天上課時間提早到「學生學習平台」開啟 ZOOM 課堂。學生亦需要熟悉 ZOOM 的介面和功能，例如：改名、解除靜音、舉手、聊天室等等，讓學生能在直播課堂上與老師或同學互動和學習。



在老師方面，直播課堂是一個挑戰。本校老師都願意跳出「舒適區」一起試用和練習 ZOOM。在直播初期，一些掌握 ZOOM 較快的老師，率先進行直播教學，吸收經驗，嘗試不同的功能和教學手法，找出可行和有效的教學流程和教學設計。然後，老師在復活節假期中進行培訓、自學練習，資訊科技組更為老師、社工、言語治療師進行測試，確保相關教員能掌握 ZOOM 的功能和運作，進行直播教學。

老師在直播課堂上，運用簡報教學，讓學生透過聊天室、舉手、動作和問卷表達自己的選擇和意見，老師亦在課堂上讓學生回答問題。在簡報中安排家中延伸活動，學生可以在「學生學習平台」重溫簡報，完成網上練習。

第三階段：

這時，無論學生和老師都已熟習運用 ZOOM。為了鼓勵學生有良好的學習態度，在課堂上加入 ZOOM 獎勵計劃，老師選出課堂表現良好或有進步的學生，在課堂完結前，給予口頭讚賞，鼓勵繼續努力，並在復課後獲得小禮物。

從學校數據來看，停課期間仍有不少學生沒有使用 ZOOM 參與學校課堂，原因可能是家長不懂得/無時間學習如何操作 Zoom，故無法幫助子女在家學習。其實，現在的孩子是含著 iPad、iPhone、智能手機長大的一代，他們基本上已建有自我摸索電子教學 apps 的能力，家長只要花很少時間，參考 <http://intranet.hcmstl.edu.hk/zoom.html> 的內容，便能幫助他們使用 ZOOM 進行學習。



另一方面，從 ZOOM 課堂中，發現部份同學未能以中文輸入更改使用者名稱及在聊天室中回答問題；除了資訊科技課堂教授不同的中文輸入法外，家長亦可參考以下附頁，讓學生掌握視窗 10 手寫輸入法的技巧，讓他們掌握輸入中文的方法。

使用視窗 10 手寫輸入法

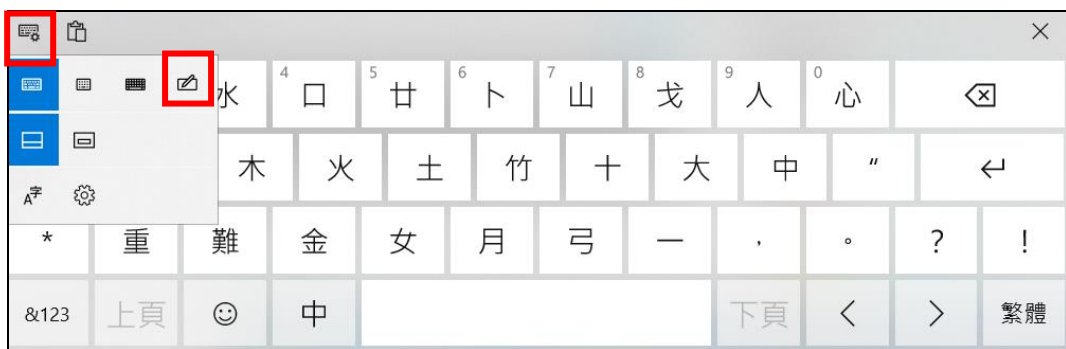
1. 在視窗 10 屏幕右下方，按滑鼠右鍵，點擊“顯示觸控式鍵盤按鈕”



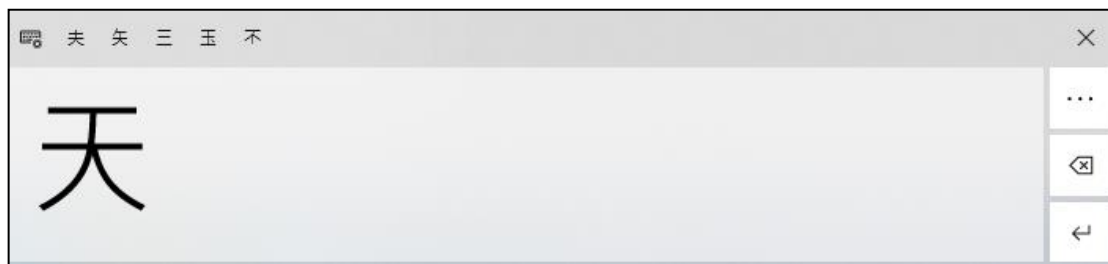
2. 在屏幕右下方工具欄上看到觸控式鍵盤圖標



3. 點擊觸控式鍵盤圖標會彈出觸控式鍵盤，然後選擇觸控板



4. 使用滑鼠於觸控板書寫中文字





粟米蝦球

張麗然老師

材料

中蝦	20 隻
粟米粒	1 包
西蘭花	1 個
三色椒	各 1 個
無皮方包	2 片

調味料

鹽	1/8 茶匙
糖	1/2 茶匙
生粉	1 湯匙
胡椒粉	少許
麻油	少許



做法

1. 西蘭花洗淨，切成小顆，灼熟，滴乾水份，備用。
2. 蝦肉解凍、洗淨、抹乾。用刀拍打蝦肉直至扁平，並剁碎。
3. 蝦肉加入調味料(麻油除外)，放入湯碗內用筷子順一個方向拌勻，最後加入麻油拌勻至起膠。
4. 粟米粒瀝乾水備用；拌入蝦膠內，放入雪櫃醃約 20 分鐘。
5. 方包切粒，備用。三色椒切粒，備用。
6. 挖出蝦膠並壓成圓粒，面鋪上方包粒。
7. 燒熱油鑊，下適量油，將蝦球用中細火炸至金黃色。
8. 蝦球上碟後，將西蘭花及三色椒鋪上，即成。

好好吃



祛濕湯水

阮堯聰老師



祛濕老黃瓜

增強免疫力 去水腫

7:03

https://www.youtube.com/watch?v=l7usU_DgrWk&feature=youtu.be



生薏米



熟薏米



檸檬薏米水

檸檬薏米水

清熱 降火 消暑祛濕 美白消腫 夏天喝最好！

3:22

<https://www.youtube.com/watch?v=cdi9XUAaAgY&feature=youtu.be>

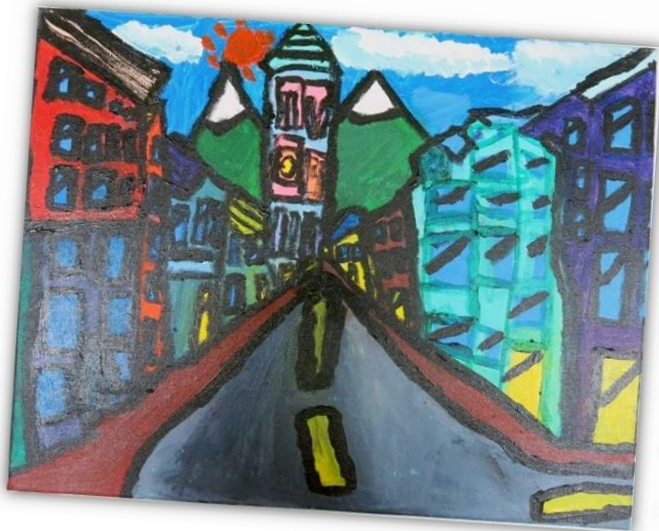


學生成就、喜悅分享

整校獎勵組



本校響應香港關顧自閉聯盟(HKAAA)一年一度舉辦的繪畫比賽，本年度數位同學參加了由該機構主辦的2020香港世界關顧自閉日《A視點》－香港自閉特色人士繪畫比賽。初中E班陳晉暉同學取得季軍，初中D班譚雲峯同學得優異獎。



姓名：**譚雲峯**

創作意念：

別以為這個城市很繁榮，這是一個喪屍入侵的廢墟，我運用了所學，將一點透視法，應用在這次創作



姓名：**陳晉暉**

創作意念：

三條不相識的魚兒在水中爭奪，爭取氧氣求存



敬師運動委員會

Committee on Respect Our Teachers Campaign



填色創作比賽2019
(特殊學校)

優異獎

高小C班 郭思洛

嘉許獎狀及書券一張



高小 B 班梁恩浩同學獲得由香港教育城舉辦的「中文狀元挑戰計劃 2019/20」中級組個人獎項：中文狀元。在抗疫停課期間，恩浩善用網上資源，藉著有趣多元的閱讀理解、語文知識練習和遊戲，持續增進中文能力及知識。



初小 C 余丞湙、高小 C 黃濤言 及高小 D 黃耀鋒 三位同學在 2020 年 7 月 4 日，參加了由 Teacup Productions 舉辦的兩文三語「童你說故事」兒童故事演講總決賽。雖然多次停課，影響訓練的進度，但透過老師提供語音教材及電話培訓，加上家長的協助下，三位學生均在總決賽中奪得 1 冠 2 季的好成績，這實在是家校合作的成果！





本校四名學生與主流小學學生一起參與了一場激烈和高水平的英詩獨誦比賽，並在眾多參賽者的比賽中也能勇奪優良和良好成績。

初小 B 班黃翰淇同學於全港英詩獨誦比賽中獲取 84 分，評為優良等級。



初小 B 班陳天禮同學於全港英詩獨誦比賽中獲取 82 分，評為優良等級。

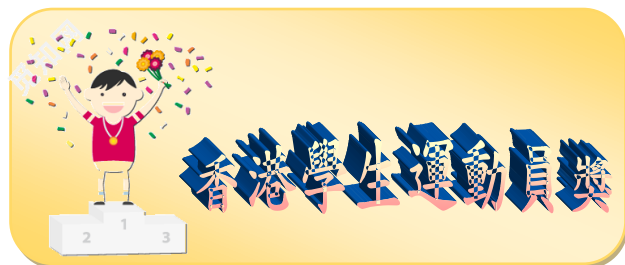


高小 C 班黃浩言同學於全港英詩獨誦比賽中獲取 83 分，評為優良等級。

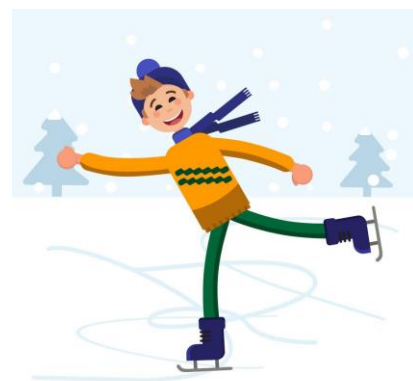
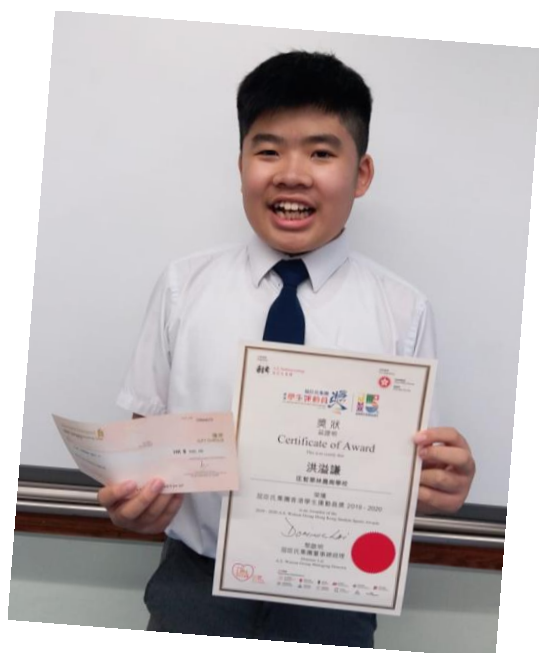


高小 D 班李采兒同學於全港英詩獨誦比賽中獲取 78 分，評為良好等級。





高中 A 班洪溢謙從小參與特殊奧運會花式滑冰活動，並代表香港參加世界花式滑冰比賽，獲學校推薦 2019-2020 年度屈臣氏集團「香港學生運動員獎」。



2020 年 1 月 12 日，同學、家長和老師在添馬公園參加了東華三院「奔向共融」— I Run 香港賽馬會特殊馬拉松 2020，3 公里挑戰盃女子和男子少年組比賽。

女子組方面

初中 E 班潘珮宜同學獲得：
小組第七名，時間為 0:17:05.51

初中 C 班黃泳桐同學獲得：
小組第八名，時間為 0:17:10.31

男子組方面

高中 A 班余建榮同學獲得：
小組第七名，時間為 0:12:29.88





我的廚房

高中 D 班慧怡同學於第十屆「我的廚房」烹飪比賽中表現突出，她不負眾望晉身決賽，並贏得優異獎！慧怡同學將會在本年度畢業，在此祝福她繼續向理想目標努力奮鬥，加油！





校內獎項



勤學獎

初小A 蘇蔚哲
初小B 陳卓伽
初小C 張家宇

高小A 蔡浚希
高小B 趙汝懿
高小C 黃濤言
高小D 吳殷霖

初中A 黃俊熙
初中B 楊采欣
初中C 何國維
初中D 譚雲峯
初中E 陳浩然

高中A 陳睿琳
高中B 梁敏游
高中C 林保琛
高中D 慧怡
高中E 黃嘉耀



服務獎

初小A 龔嘉進
初小B 戴凱欣
初小C 劉俊豪

高小A 陳盈希
高小B 劉晉曦
高小C 文麒麟
高小D 周偉峰

初中A 何穎思
初中B 林晉毅
初中C 陳展程
初中D 劉曜熙
初中E 陳晉暉

高中A 趙凱恩
高中B 陳彥祖
高中C 吳煒霖
高中D 陸浩鉸
高中E 李皓勤



進步獎

初小A 張可欣
初小B 鄧庭軒
初小C 陳康洋

高小A 黎子培
高小B 黎蔭鋒
高小C 周鈞鴻
高小D 梁佩荃

初中A 鄭縉謙
初中B 劉嘉豪
初中C 賴香
初中D 葉陽明
初中E 潘珮宜

高中A 李賢健
高中B 陳雋熙
高中C 陳詩敏
高中D 符冬梅
高中E 陳偉彤

翠林

學業金獎

初小B 黃翰淇
初小C 陳康洋
初小B 李尚佳
初小A 林煒竣
初小B 陳天禮
初小C 余丞浠

高小C 黃濤言
高小C 文麒翔
高小B 楊釋然
高小C 郭思洛
高小D 李采兒
高小A 吳殷霖
高小A 黎子培
高小A 蔡浚希
高小B 劉卓然
高小B 羅煜恒

初中D 譚雲峯
初中D 黃鼎皓
初中D 楊婉瑩
初中A 劉麗嫦
初中A 黃灝栢
初中B 顧惠森
初中B 楊采欣
初中C 陳俊希
初中C 何國維
初中C 洪樂熹
初中D 陳潔瑩
初中D 劉倬伶
初中E 陳德熺

高中D 慧怡
高中E 馬詠怡
高中A 張家得
高中A 朱嘉駿
高中E 樊子聰
高中A 趙凱恩
高中A 楊芳瑩
高中A 余建榮
高中B 陳彥祖
高中E 嚴沁聰



翠林

品德金獎

高小C 湯浩綸
高小C 文麒翔
高小C 黃濤言
高小B 劉卓然
高小A 陳盈希
高小D 周偉峰
高小D 黃耀鋒

初中B 楊采欣
初中E 劉駿熙

初中D 譚雲峯
初中E 吳思翰
初中C 洪樂熹
初中E 陳浩然
初中D 楊婉瑩
初中B 顧惠森
初中D 陳潔瑩
初中A 黃俊熙
初中B 伍海燕
初中C 黃泳桐

初中B 李家榮
初中B 賴學禮

高中D 游惠媚
高中B 梁瑋樟
高中D 施卓諾
高中B 陳彥祖



體育金獎

高小D	黃耀鋒	初中E	陳煒德	高中C	李晉偉
高小B	張家恩	初中D	石志偉	高中C	庄駿軒
高小B	梁恩浩	初中E	陳浩然	高中B	陳傲榮
高小D	李采兒	初中C	孔謙子	高中A	余建謙
高小B	劉晉曦	初中E	黃譜華	高中A	洪溢樟
高小B	洪兆華	初中C	潘珮宜	高中B	梁璋君
高小B	高子曜	初中E	洪樂熹	高中D	黃君豪
高小D	陳諾瑤	初中C	林健豐		
高小D	司徒柏	初中D	陳樂文		
高小D	陳柏添	初中C	蘇衍仁		



藝術金獎

初小B	黃翰淇	高小B	陳諾瑤	初中E	陳晉暉	高中E	黃嘉耀
初小C	陳康洋	高小B	梁恩浩	初中E	劉駿熙	高中A	余建榮
初小B	李尚佳	高小C	郭思洛	初中E	方紫珊	高中A	陳步陽
初小A	林煒竣	高小C	文麒翔	初中E	陳浩然	高中D	慧怡
初小B	陳天禮	高小A	陳沛鈴	初中D	譚雲峯	高中A	楊芳瑩
初小C	余丞滄	高小B	施宇晴	初中B	楊采欣	高中C	林保琛
		高小A	鄭晴琳	初中A	鄺嘉倩		
		高小C	吳俊皓	初中A	王嘉欣		
		高小A	黃嘉儀	初中C	黃泳桐		
		高小C	周鈞鴻	初中B	伍海燕		
		高小D	鄭祉瑜	初中B	陳冠頤		
		高小A	陳盈希	初中D	陳潔瑩		
		高小A	劉家城				
		高小A	植穎芝				



翠林

服務金獎

高小C文麒麟	初中B陳冠頤	初中C黃泳桐	高中B梁瑋樟
高小D周偉峰	初中E方紫珊	初中B黃泓祺	高中E黃嘉耀
高小A陳盈希	初中E劉駿熙	初中E陳浩霖	高中E呂浩然
高小C黃濤言	初中A方家齊	初中A黃俊熙	高中A鄭傑晉
高小B張家晴	初中D劉曜熙	初中B顧惠森	高中D施卓諾
高小D黃耀鋒	初中E陳浩然	初中B韓宗甫	高中C周以衡
高小C湯浩	初中D譚雲峯		高中B陳傲軒
	初中B楊采欣		高中A朱嘉駿



翠林

工作金獎

高中E呂浩然	高中A羅凱文
高中A鄭傑	高中E姜善
高中A陳步	高中B陳彥
高中A朱嘉	高中A張家
高中A林偉	高中A黃俊
高中A余建	高中A趙凱
高中A莫可	高中A莫恩



整校獎勵
翠木林票誌設計比賽

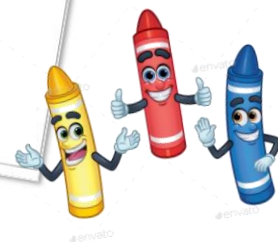
初小組
作品與得獎名單



冠軍
初小C 郭微駿



亞軍
初小A 嚴廷軒



季軍
初小C 黃子珊



高小組 作品與得獎名單

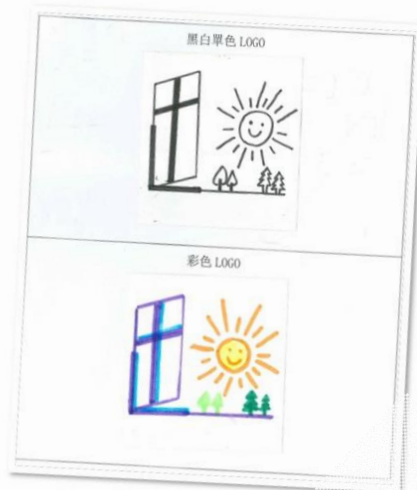
親子組



冠軍
高小B 龔榆心



亞軍
高小B 梁恩浩



季軍
高小A 陳盈希



高小組 作品與得獎名單 學生組



冠軍
高小B 陳諾瑤



亞軍
高小A 蔡浚希



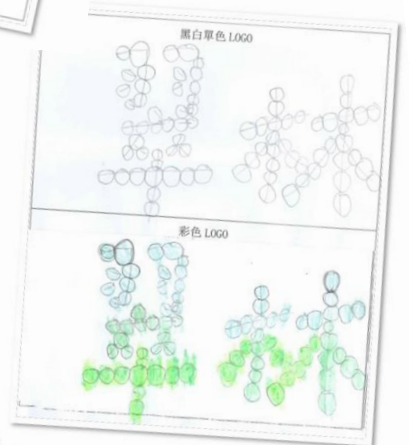
季軍
高小C 吳俊皓



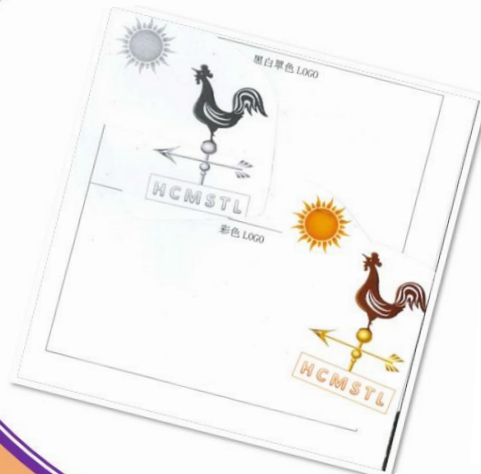
初中組
作品與得獎名單
親子組



冠軍
初中C 黃泳桐



亞軍
初中B 賴學禮



季軍
初中B 楊采欣



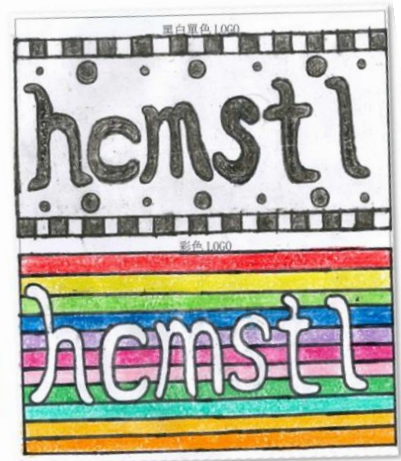
初中組
作品與得獎名單
學生組



冠軍
初中E 陳浩然



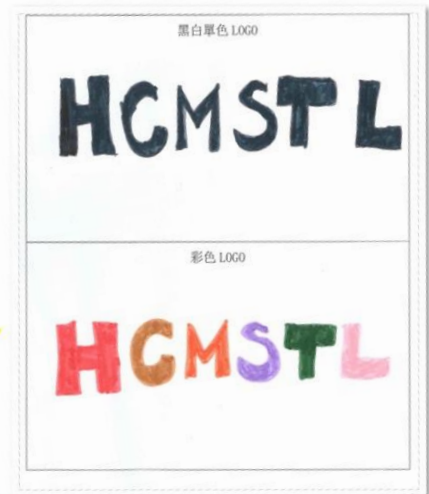
高中組
作品與得獎名單
學生組



冠軍
高中E 黃嘉耀



亞軍
高中D 施卓諾



季軍
高中A 余建榮

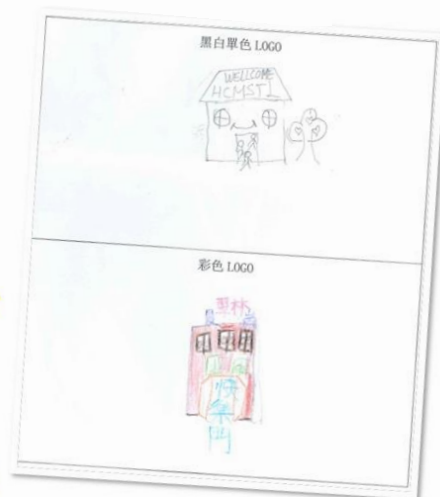
高中組 作品與得獎名單 親子組



亞軍
高中E 李嘉俊



季軍
高中E 樊子聰



整校獎勵翠林樂志設計比賽



總冠軍



高中C 周以衡



學校活動花絮

陳玉貞老師
(設計：譚兆東先生)

本學年因抗疫停課，下學期的大型活動未能如期進行。現與大家分享學生在聖誕節及農曆新年聯歡會的喜悅，為大家打打氣！

學校
活動

聖誕聯歡會

2019年12月20日，本校舉行了聖誕聯歡會，當天活動由中港獅子會贊助，讓學生除了能享用豐富的自助餐外，還在聖誕大抽獎環節中獲得聖誕禮物。此外，言語治療師更聯同家長義工製作了聖誕錄音故事，在聯歡會中分享，讓學生認識節日的起源，為聖誕聯歡會增添不少節日氣氛。



校長、小聖誕老人和
得獎學生合照



學生在台上演唱
聖誕歌曲



得獎學生與嘉賓合照



學生在班中用膳



嘉賓與學生合照



學生排隊取自助餐食物

2020年1月21日，本校舉行了農曆新年聯歡會。是次聯歡會除了得到家長教職員會的贊助外，家長義工更到校協助學生進行活動、預備食物及製作湯丸。各班學生喜氣洋洋地和獅頭合照，令整間學校都充滿節日的氣氛和歡笑聲。



霍俊榮校長及陳小燕副校長
為醒獅點睛



校長和醒獅隊合照



致送學生製作的紀念品予
家長義工



賴主任與獲獎學生合照



家長義工、學生和老師
預備食物



校長與獲獎學生合照



家長教職員會專訊



2020年1月3日，家長教職員聯會舉辦了「水仙花培植班」。當天參與的家長互相交流水仙花培植心得，十分愉快！



Happy
Smile





2020年1月19日在學校舉行了「家校心連心」活動。活動分為兩部份，分別為：主題分享-學習支援政策及「我和老師有個約會」。透過是次活動，希望讓家長了解子女在學校的整體表現，亦有助老師了解家長教導子女的疑難。



齊來動腦筋

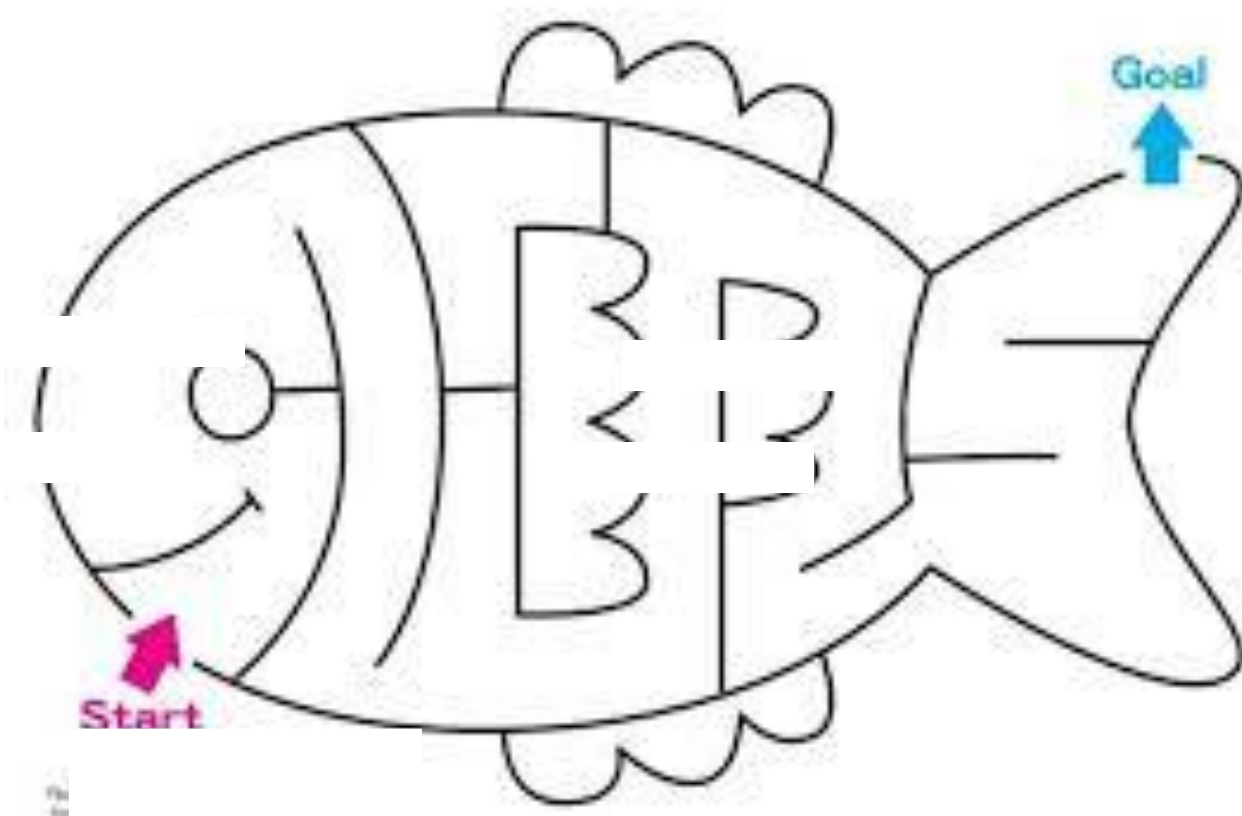
方玉娟老師

小學組初小組



迷宮遊戲

請由 ➡ 走出迷宮到這裏 ➡，你可以嗎？



姓名：_____ 班級：_____

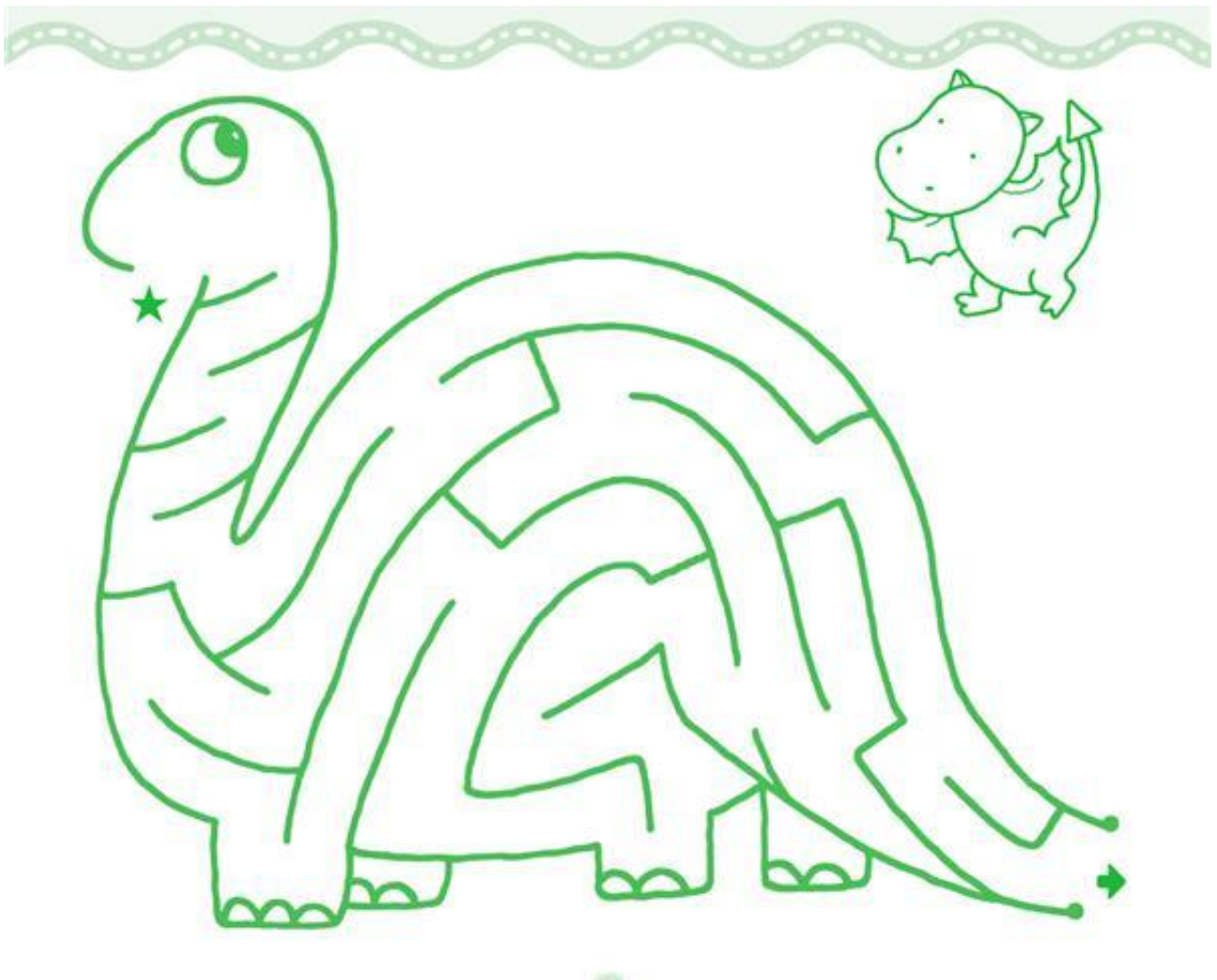
請將填妥之表格交陳玉貞老師。答中者可獲精美禮物一份。



齊來動腦筋

小學組高小組

考考你：你能挑戰下面的迷宮嗎？



姓名：_____ 班級：_____

請將填妥之表格交陳玉貞老師。答中者可獲精美禮物一份。



齊來動腦筋

中學組初中組

請順序把點連起來，看看是什麼？

答：()



姓名：_____ 班級：_____

請將填妥之表格交陳玉貞老師。答中者可獲精美禮物一份。



齊來動腦筋

中學組高中組

猜謎語：把答案寫在橫線上。

有槍不能放，有腳不能行，天天彎著腰，
總在水裏游。(猜一動物)

答案：_____

身穿綠衣裳，肚裡水汪汪，生的子兒多，
個個黑臉膛。(猜一植物)

答案：_____

五個兄弟，住在一起，名字不同，高矮不齊。
(猜一身體部位)

答案：_____

姓名：_____ 班級：_____

請將填妥之表格交陳玉貞老師。答中者可獲精美禮物一份。





美好的一天
由一顆知足、珍惜和感恩的心開始！

編輯委員會

顧問：霍俊榮校長

總編輯：陳玉貞老師

編輯：羅國華先生(初中A羅雋瑋家長)、方玉娟老師、蕭詠輝老師

校對：關家歡女士(高中A洪溢謙家長)、蔡業標先生(初中B蔡暉熙家長)

美術設計、排版：陳玉貞老師、吳鳳亭姑娘、譚兆東先生

封面及封底設計：譚兆東先生