

暖流集

黎澤倫題



天保民學校家長教職員會通訊

39

暑期活動花絮



- 1 藝術日
- 2 活力繽紛競技同樂日
- 3 創意工作坊
- 4 馬兒入校營
- 5 樂韻悠揚迎夏日
- 6 大自然同樂日
- 7 企業面面觀
- 8 同舟共濟一家人龍舟比賽
- 9 共融競技互動日
- 10 舞蹈班
- 11 門球興趣班
- 12 港島一日遊



目錄

| | | |
|--------------|--|-------|
| 專題：活得健康 | 基督教聯合那打素社康服務刊物—健康資訊 | 1-6 |
| 家長心聲 | 柯雪妍家長、姚斯雅家長 馬鴻琳家長、楊霆鈞家長 | 7-12 |
| 生活隨筆 | 容詠雅家長、黃詠彤家長、鄧浩研家長 黎恩諾家長、黃卓軒家長、邊皓玥家長 | 13-18 |
| 人物專訪：黎志華副校長 | 楊霆鈞家長 | 19-22 |
| 教師心聲 | 關潔儀老師、陳美燕老師、 | 23-24 |
| 新教職員巡禮 | 江嘉欣老師 | 25-31 |
| 家長會、家長教職員會通訊 | 社工組 | 32-33 |
| 學校快訊 | 李錦貞主任、岑慶鳳主任 | 34-47 |
| 學生天地 | 周玉興主任、李佩玲助理老師 | 48-53 |
| 校護的話 | 鍾慧雅姑娘 | 54 |
| 圖書推介 | 陳長有老師 | 55 |
| 網址介紹 | 成漢倫老師 | 56-57 |
| 校長信箱 | 陳惠英主任 | 58-60 |
| 編輯委員會成員名單 | 編輯委員會成員名單 | 61-63 |



神經衰弱越來越普遍

(本文節錄自基督教聯合那打素社康服務刊物 — 健康資訊)

生活在香港這個繁忙的大都會，每人每天都要面對不同的競爭和挑戰，沉重的壓力、緊張的情緒極有可能在不知不覺間對我們的身體造成影響。失眠、頭痛、疲累、胃痛是都市人經常出現的情況，但你又是否知道，神經衰弱也越來越普遍。根據香港醫學會的估計，每十個人中便有一人患上神經衰弱。此外，美國洛杉磯在一九九七年進行的一個大型華人研究顯示，在一千七百多人中，6.4%的人被發現有精神衰弱，可見此病的普遍性。

分類和病徵

神經衰弱可分為下列五大類：

(1) 焦慮症(Anxiety Neurosis)/焦慮性神經衰弱

焦慮症極為普遍，其病徵牽涉全身各器官。

- 心臟血管系統病徵：心跳、心慌、胸口騷痛。
- 呼吸系統病徵：呼吸困難、呼吸急促。
- 消化系統病徵：口乾、吞嚥困難、胃部不適脹悶、噯氣、作悶、嘔吐、食慾不振或狂吃、肚瀉、腹痛。
- 泌尿系統病徵：小便頻密。
- 性機能病徵：性慾減退或增強、男性不舉或早洩、女性經期紊亂或性冷感。





(2) 抑鬱症/抑鬱性神經衰弱(Neurotic Depression)

抑鬱症病徵有：

- 情緒低落，悶悶不樂，有時甚至有自殺意念。
- 提不起勁，精神不能集中，容易疲倦。
- 總是想起不好或不愉快的事。
- 如有人或事物將其注意力轉移，可暫時忘卻抑鬱。
- 失眠，惡夢。
- 抑鬱情緒早晚相同，或晚間較為嚴重。
- 便秘，胃口欠佳。
- 疑病，總是懷疑自己這裡有病，那裡也有病。

(3) 強迫觀念症(Obsessive-Compulsive Neurosis)/強迫性神經衰弱

患者有強迫性的行為或思想，要重覆去做或想某一些事。

(4) 歇斯底里症(臆症)(Hysteria)

患者將其不能解決的矛盾情緒、不安或憂慮，透過其潛意識的力量，化為各種身體上或精神上的病徵，藉以逃避所面對的困難，或藉此引人注意。

(5) 恐慌症(Panic Disorder)

患者會有多次的無緣無故突發的恐慌。恐慌發作期間，會出現心跳、出汗、全身顫抖、氣促、窒息感、胸口悶痛、作嘔、暈眩、害怕會失去控制、害怕會發狂、害怕會死亡等感覺，有些患者會害怕單獨離家外出，害怕乘搭巴士、火車、地鐵、船隻、飛機或其他交通工具，害怕排隊、乘搭電梯、上天橋、過隧道，害怕去人多的地方或害怕單獨留在家。

成因

神經衰弱的原因，可從下列兩方面來分析。

(1) 性格的弱點

每個人的性格是自小養成的，決定一個人的性格的因素包括有：

- 遺傳
- 自小的教養，幼年及以後的經歷。
- 腦部的任何創傷。每一個人的性格都有其優點，亦有其弱點。一個人性格上的弱點越大，他只要遇上較小的環境壓力，便會患上神經衰弱。反之，一個人性格上的弱點越小，他便要遇上較大的環境壓力，才會患上神經衰弱。常見的性格弱點包括：過度緊張，過度悲觀，過度認真和固執，多疑，情緒不穩定，暴躁，孤獨內向等等。

(2) 環境的壓力

- 緊張，例如考試，上司壓力，工作緊張。
- 憂慮，例如擔心健康，經濟等等。
- 刺激，例如失戀，親朋傷亡，生意失敗。
- 過勞，例如讀書或工作過勞，夜生活過多，缺乏足夠休息。
- 受驚，例如遇劫，戰爭，目擊意外發生等。

多年來的研究已證實，遺傳是神經衰弱的重要成因之一；近年的研究亦發現，神經衰弱患者的多種腦傳媒體有不平衡的現象。

治療方法

神經衰弱的治療包括：

- 藥物治療
- 心理治療和行為治療
- 環境控制
- 微型腦部手術

這些治療可以單一或聯合採用，視乎病況需要而定。患者應及早就醫，以收事半功倍之效。



預防方法

有心事，說出來

向家人、朋友傾吐心事有助鬆弛神經，聆聽別人的意見及想法，同時亦可以防止自己「鑽牛角尖」，令你客觀地看清楚自己的處境和找出解決問題的方法。

有憤怒，用不傷害別人的方式發洩

出現憤怒情緒時，嘗試用不傷害別人的方法來發洩，如跑步、打球、游泳、唱卡拉OK、抹車等等。當心情冷靜下來的時候，你不妨想一想，除了生氣及打罵之外，其實還有其他發洩的方式。

短時間的抽離

一旦遇到暫時無法解決的問題時，宜稍作短時間的抽離，例如做運動、到公園散步、看電影、看書等等，紓緩一下緊張的情緒、沉重的壓力，待身心狀態得以平衡及恢復之後，再重拾問題並加以處理，那時候，應該會感覺較容易想出解決辦法來。

有爭論，要留有餘地

與別人起爭論時，千萬要緊記，自己未必是百分之百對，對方也可能不是百分之百錯的。很多時，一般人就是因為不肯吃虧，以致小事化大，並可能演變出影響深遠的負面情緒與後果。

助人為快樂之本

感覺不開心、不快樂的時間，不妨嘗試伸出同情之手，幫助別人做一點事，心情應該會隨即輕鬆、愉快起來。





預防方法

處理事情，宜分先後次序

當你需要在同一時間面對及處理大量的事情時，你也許會感覺頭暈眼眩，不知從何入手；此時，宜先冷靜下來，花點時間整理一下手頭上的事情，按其重要性、緊急性排列優先次序，逐一把事情完成。

量力而為，訂立可行的目標

有些人也許會覺得即使是盡了力，也不能夠把事情做到最好？其實，大家必需了解清楚自己的能力，看看自己的目標是否訂得過高，切記凡事要量力而為，把目標降至較能達到的水平，然後慢慢充實自己，事情漸漸就會做得更好。

對別人的要求不宜過高

總是覺得別人不對？世上並沒有完美的妻子、丈夫、父母、子女、朋友、上司、同事，大家一定要接受每個人都有他的優點與缺點，對別人的要求不宜過高，同時更要尊重別人不同的價值觀和想法，務求「求同存異」，大家自然會感覺比較快樂。

感覺孤立畏縮時，嘗試主動參與

自卑感使你畏縮不前，只有主動積極參與，才可幫助你恢復自信。





預防方法

感覺身心疲累，要定時休息

疲累的身心對精神健康有負面的影響，所以必需要定時休息，例如規定每天或每周騰出一段時間，停止手上所有的工作，拋開一切事務，小休片刻，或做做運動、進行自己喜愛的娛樂和嗜好。要回復體力，不可缺少的條件，當然是充足的睡眠。

塞翁失馬，焉知非福

親友離世、遺失了重要的物件，固然會令人傷心、不快樂，但人生無常，凡事千萬不要太執著，在得與失之間亦毋需看得過份認真，要知道「塞翁失馬，焉知非福」，樂觀面對，處之泰然，情緒自會舒暢怡然。

不要憂慮得太遠

對於未來，我們應有粗略的預算，不過，太遠的事情存在著太多的未知之素，憂慮、擔心也只是徒然。抱著「船到橋頭自然直」的心態，盡量把憂慮減至最少。

不要過份偏激

凡事採取中庸之道，不偏不倚。試想想，節儉是美德，但太過節儉則是吝嗇；勤力是好，不過太勤力的話，健康便極有可能受損。

請教專業人士

一旦情緒到達不能控制的時候，或感覺精神狀況不斷惡化，便要立刻請教專業人士，接受適當的治療及輔導。





我的感想

小五A柯雪妍父親

若干年前，有同事提到感恩的問題，認為出生的子女若是健健康康已是最大的恩賜。當時我是認同的，但沒有太為意。今天雪妍(雪雪)已是十歲，我的感受和經歷亦大大不同了。

當雪妍兩歲時，從各方面的醫學資料顯示，她的身體和智力都是差於同年紀的兒童，而被評估為中度智障，於天保民學校被編入A班學習。在這裏我衷心感謝天保民學校師生員工對雪雪的照顧。

在這八年多來對雪雪的照顧，是苦惱和愉快的。

現在讓我與各位分享一下這幾年來有關照顧雪雪的部份心路歷程。

事情發生當初令我很感到意外和困惑，常會有“為什麼會選中我”的疑問，亦會因照顧雪雪的起居飲食和間中為她的吵鬧行為而煩躁不安。

雪雪是一個很可愛和有禮貌的小朋友，在不鬧別扭和不使情緒的情況下，和她相處是一個非常快樂的經驗。這些經歷也舒緩了因照顧她的需要所做成的壓力，再加上家人(特別是內子)的全力照顧，我也慢慢適應下來。

對於雪雪天生的障礙，我非常憂慮她將來怎樣在社會生活(特別是我和內子相繼離世後)，“怎麼辦？”有關這類問題一直困擾我。然而理性的分析及積極的安排使我和內子現在已能坦然面對問題。





首先我認識到雪雪不用跟其他同齡的小朋友一樣去面對香港的正規教育所造成的壓力和刻苦的學習經歷。她每天都在學校及家人的愛護底下成長，快快樂樂的渡過每一天，這不是任何一個普通或正常人所能擁有的福份。

另外，我會為雪雪努力工作，不會提早退休(我以為我的工作很艱辛，常常有提早退休的念頭)，計劃能儲備適量的財產去提供雪雪未來的基本需要。我也經常向雪雪的姐姐和哥哥灌輸將來由他們照顧雪雪的觀念和指出應有的責任，希望他們能承擔部份工作。

對於我來說，雪雪的降世使我認識到生活在另一個世界的族群，我會更有同理心、更有耐性、更有愛心、更能刻苦、更明白自己比其他人幸福和更易滿足。她使我每一天都很充實，沒有很多的閒暇時間，所以不會覺得苦悶。

雪雪的存在，也令到家人更加團結。

我還有一個很快會實現的景況，就是我於幾年後退休，雪雪將會是陪伴我和內子到處玩樂的一個良伴。

這幾年有關照顧雪雪的點點滴滴使我更加感恩，將“為什麼會選中我”的疑問慢慢丟淡。希望這篇文章能與因照顧子女而遇到困境的家長一同共勉，一同努力去克服困難。





勵志篇

小六B姚斯雅家長

愛是不分彼此；
心要全心全意。

用諒解與關懷，
建個快樂和諧的家。

心裡陽光常照耀，
眼光處處是生機。

《八段感》

- (一) 身教重於言教
- (二) 言行一致，貫徹始終。
- (三) 放棄專制，平等對話。
- (四) 先聆聽，後討論。
- (五) 設身處地，互相體諒。
- (六) 冷靜對事，不要人身攻擊。
- (七) 多欣賞、鼓勵、支持；少挑剔、批評。
- (八) 自小培養互相溝通的習慣。

《怎樣成長就變成怎樣的人》

在譏詐中成長的人苛於責人。
在敵對中成長的人常懷敵意。
在嘲笑中成長的人畏首畏尾。
在羞辱中成長的人過於自責。
在鼓勵中成長的人滿懷信心。
在容忍中成長的人學會忍耐。
在讚賞中成長的人懂得尊重。
在公平中成長的人有正義感。
在贊同中成長的人能夠自愛。
在安全感中成長的人對人信賴。
在接納、友愛中成長的人找到愛。



‘意大利話劇’

中二A班馬鴻琳家長

數年前開始帶鴻琳去看兒童話劇，發覺她很投入及專注。自此便經常去看不同的話劇及音樂劇。

最近作出了一些新嘗試，包括與鴻琳一起去欣賞醫學會管弦樂團(車老師也有份演出)及爵士樂等演出，每次鴻琳都會跟著打拍子，十分享受。

在10月份的「地中海藝術節」中，我們觀賞了一個意大利話劇：
Commedia dell'Arte - ARLECCHINO
說也奇怪，鴻琳既聽不懂意大利文，也看不懂中英文字幕，但她竟然很投入，有時她會安靜地看劇，有趣時她會開懷地笑，相信這是與演員的精湛演技有關，當然也有特別的時候一男女主角吵架鬧分手，她也哈哈大笑！

劇目共長3小時15分鐘，我們過了一個愉快的晚上。



P.S.

每年的國際綜藝合家歡(7至8月)都有很多有趣的劇目，
Website 供大家參考 <http://www.hkiac.gov.hk/>





“陽光依然燦爛”

小四B楊霆鈞爸爸
2007年7月15日見證

過去這一年多以來，我和太太回轉歸入主耶穌基督後，讓我們領受何謂喜樂和平安。祂改變了我過去四十年的人生觀，無論我的家庭、事業和習慣都改變了，原本我是一個非常驕傲和自信的人，許多事情總認為在自己掌握當中。

霆鈞是我第一個孩子，從他出生那天，就十分令家人「痛錫」，樣子可愛而且喜歡笑，當他十八個月時會叫媽媽，但很快消失了。一張可愛的臉兒開始變得呆板，不能用語言表達自己的需要，只是捉住大人的手去拿他想要的東西，經過醫生評估後，評定他有自閉症傾向和言語障礙，我完全不能夠接受和不明白為何兒子會這樣？原來生命並不是由自己掌權！

我經常跟兒子說話，但他完全不理睬，自己好像在跟木頭說話，但他是我的兒子；有時候覺得他像一隻寵物，但他會擁抱我。從此每一年我的生日，最希望收到的禮物，便是兒子叫我一聲爸爸，直至他五歲生日後，才能夠叫我一聲爸爸。

我和太太一直從各方面尋求醫治兒子的方法，無論用多少時間和金錢，自己能力可以付出多少便付出多少，希望醫治好兒子，用了很多方法，霆鈞仍然不會用語言跟我們溝通。除了兒子的問題外，自己的事業在零三年沙士疫症襲港時，經歷了低潮。問題出現時，人的本能反應一般不是感恩，即使有一百件值得感謝的好事——但只要一件事不好，人就會鑽牛角尖，只想那些不好的事！





人難免有灰心喪志的時候，就在這個時候，有一位朋友跟我說：「神會賜下智慧和勇氣，並讓周圍的主內弟兄姊妹分擔你們的重擔，雖然問題仍在，但你會有能力去面對！」

現在看著兒子逐漸進步時，內心的感恩，實在是神賜予我們一家的恩惠。霆鈞有一個比他年幼四年的弟弟，有一次在超級市場內，弟弟頑皮，太太說：「要留下弟弟在超級市場！」霆鈞立即拖住弟弟，不肯離開，令我感動！原來家人的愛讓霆鈞不是只活在自己的世界中。

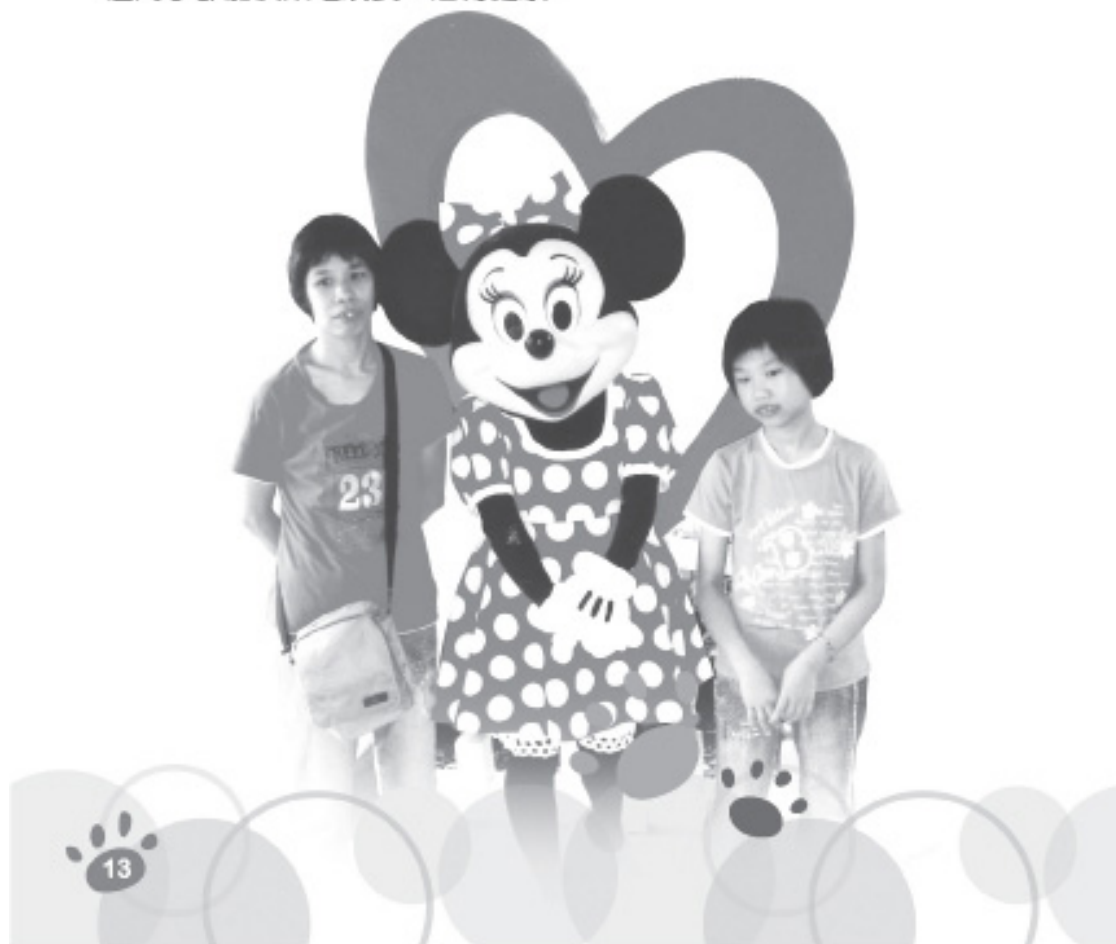
在2006年7月16日神揀選了我和太太，我們一起受洗歸入基督，接受主耶穌的愛。我們學習將一切重擔和憂慮卸給神，現在有的是喜樂和平安。每一個人都會遭遇有雲的日子，有時只是幾片薄雲，有時是可怕的烏雲密布。你今天無論面對哪一種雲，都可以邀請世界的光——耶穌，幫助你透過雲層，看見祂的榮耀，祂對你生命的計劃。



容詠雅家長

詠雅是個輕度智障自閉兒，她個性很急躁。記得有一次，我們去迪士尼樂園旅行，當詠雅看見一個機動遊戲，便立刻排隊去玩，沒跟我一起，十分危險，幸好沒意外發生。玩完了遊戲，她才來找我。其實家長應留意子女的自律性，需要時為他定下規則。

不經不覺，詠雅在天保民學校讀了四年多，多謝老師、社工教導她，她在功課和認知方面有了很大的進步，也能愉快地成長。在此我希望每個同學都能快樂地成長，活得健康！





中一A黃詠彤家長

轉眼間，詠彤已經12歲了，而且還升上了中學。回想當年她剛入讀天保民只有不足30磅的體重，無法想像現在是個有接近90磅的「肥妹仔」。猶記得當年她非常偏食，飲食習慣非常固執，不吃蔬菜，無論多細多碎的蔬菜她都能從口裡吐出來，而且絕對不會嘗試新食物。有一次在學校因要訓練她吃菜，她竟然躺在地上不吃，還給許副校長拍下照片。現在大部份蔬菜她都肯吃，而且也願意嘗試新食物，雖然每次她都會說只吃「少少」，但已是一個很好的開始。說話能力也從只說單詞到現在可說比較長的句子，亦能作有問有答的簡單對話，固執行為也較前大大改善。她還參加了速度滑冰、彈琴、口風琴和游泳的訓練，已略見成績。今年還在校運會取得50米短跑和立定跳遠兩面金牌，另學業方面也能掌握，期間經老師們悉心的教導和我們一起多番嘗試、堅持、不放棄，才有今天的成果。我衷心感謝學校給與的機會和照顧，雖然詠彤還有很多不足之處，但我相信只要憑著愛、耐心的教導，她必能一天比一天進步。





小四B鄧浩研家長

今年的暑假，我們一起去了海南島遊玩。第一天，我們乘中國南方航空到達海口，需時約四十五分鐘，因為飛機殘舊，所以很不穩定，接著我們再坐車兩至三小時，便到達博鰲的索菲特大酒店，導遊說因為環保關係，這裡的酒店大堂是沒有冷氣的，但房間就有空調加吊扇。房間內很不錯，有兩大張雙人床，有個很大的開放式浴室和洗手間。我們吃過晚飯後，便一起去浸溫泉，那裡有很多溫泉選擇，例如：咖啡、牛奶、當歸和靈芝等等，接著我們去了最好玩的人造浪海灘，初時浩研坐在浮船上玩，但因海浪越來越大，嚇得他大叫和想哭，後來他姐姐游過去安慰他。我們在那裡玩得非常高興，入夜才上房休息，這真是一個難忘的晚上。



第二天，我們坐車回到海口，領隊帶我們去參觀椰子廠，那裡有很多的椰子製成品，例如：椰子汁、椰子咖啡、椰子糖、椰子蛋卷等。到了晚上，我們吃了一餐椰子宴，但味道一般。跟著回到酒店又浸溫泉，但只得兩個很小的溫泉池，所以孩子沒有興趣，不久我們便回房睡覺，第三天一早便乘機回港。



一封來自黎恩諾家人的信 中一A黎恩諾家長

2006和2007年是兩個重要的年頭，對於黎恩諾及所有家人是一種試煉。

7月、12月的兩個矯形手術將改變恩諾的外表，亦要冒險，是否可以得到希冀中的結果，一切交託神的手裡！

手術前爸爸和恩諾已表現出緊張和焦慮，一家人相互支持。手術後的傷疤使爸媽和家人都感受到那種痛！

——要平和地去面對及接受，去等待復原，不要強求之後的結果，勇敢面對，欣然接受！這就是生命里程。

在這裡要感謝前正副校長及車老師的支持！



小四B黃卓軒家長

轉眼間，卓軒已在天保民學校就讀第四年課程。這三年多軒軒都是乘搭校車的，所以我偶然才到學校，但每次到學校都覺得很溫馨、很暖。同學們都很有記性，我不認識的同學也會叫我黃太或卓軒「媽咪」，他們很有禮貌。有位同學說他在運動場上看到我和軒軒一起，所以記得我，令我很感動。而老師的教導和努力更是少不了。軒軒能在這環境中學習，真是開心的一件美事。感謝天保民學校的同學給我美好的回憶。感謝神。

願主祝福、看顧每一位老師、同學、家長、職員、校工...





小二B邊皓玥家長

自從小兒被評估為自閉症之後，心情不言而喻，“望子成龍”對我們來說已經很遙遠。

但是不管他變成什麼都好，他始終是我們的孩子，一定要面對。憑著那份堅持，那份信心，到處求醫，做治療。當發覺孩子有「小小」的進步時，我們全家人都會很開心。特別是入讀天保民一年半之後，這隻大脾氣、過度活躍的“小馬騮”似乎有所轉變，變得很喜歡上學（如果有一天不舒服不返學，他就會不自在），很在乎老師的獎罰。雖然，有時候脾氣很大，但是只要跟他說“回到學校跟老師傾下”，他就會很緊張地答“不要、不要，我會乖乖地”，所以我覺得跟老師的溝通是很重要。每當教導孩子方面有問題或困難時請教老師，老師們都會很用心傾聽，為我解決問題。

這是我年多來的心得。說真的，只要孩子開心，老師關心，我做家長的已經無所求了。



人物專訪 — 黎志華副校長

最近學校所有人都很忙碌，特別是校長和副校長，為自評與外評經常開會。在黎副校長無需授課的一個下午，找緊時間做了這個訪問。

今期的《暖流集》，大家都很想找黎副校長作一個訪問，相信許多家長都很想知道有關黎副校長的事情，黎副校長在天保民學校工作超過了三十年，讓我們一同分享她的甘與甜！

記：楊鑑鈞家長

黎：黎志華副校長



記：黎副校長為甚麼選擇投身特殊教育的工作呢？

黎：我自幼便喜歡當教師，我是一個很喜歡說話的人，外表嚴肅，是非觀念很強，所以認為教書的工作適合自己。

70年代末期，香港發展新市鎮，人口有很大的遷移，市區學校縮班的情況嚴重，在市區，很難找到一份教席，在一個偶然的機會下，我被引薦到天保民學校當教師，由於那時很少人認識特殊教育，我也從來沒有接觸過這類小朋友，這對我來說是一個新挑戰，幸好很快便適應下來，還發覺自己很喜歡這份工作。回想起來，不是我特意投身特殊教育，而是特殊教育揀選了我。



記：在天保民學校工作多年，對學校有甚麼感想？教學多年經歷過甚麼困難和值得高興的事情呢？

黎：早年的天保民學校被喻為「天堂」，原因是這裡的同事關係和諧，相處融洽，有很強的團隊精神，學校宛如一個大家庭，我在這裏長大，有很強的歸屬感，在這裏工作雖然辛苦，但很開心。

教學多年困難的事很多，我是天保民第一位自閉症學童輔導老師，也是第一位家長輔導老師，工作從無到有，沒有先例可循，要尋索新方向，面對的壓力大，挑戰也大，正因如此，工作給我很多操練的機會。不同時期學生的問題都不同，教師要教好學生，也要自求多變。我明白「多種的多收，少種的少收」，努力付出是不會白費的，看見學生日漸進步，那種滿足是一種莫大的回報。另一方面因著處理學生的問題，與家長建立了友誼，這是另一種滿足。

現在面對的困難，是學生類別多樣化，問題多元化，師生比例不足，教學上有力不從心的感覺，二十多年前我們已向教育署爭取減少師生的比例，可是一直失望。現在政府考慮推行小班教學，希望特殊學校也能夠爭取到小班教學，好使老師們能有空間提升教學質素，讓有特殊需要的學生得到更大的福祉和更好的照顧。





記：出任副校長以來，面對繁重的工作，心情是怎樣的？如何面對？

黎：我從來沒有想過當副校長，只想專心教好書。為甚麼我會答應出任副校長一職？是由於前任正副校長同時退休，我是天保民資歷較深的一位老師，也許能對學校的穩定性提供一點幫助吧！不過最大的原因是在2005年我丈夫急病過世，這事件對我打擊很大，我經常問神：「祢的心意何在？」丈夫去世不久，我常覺胃痛，痛得厲害時，曾入院治療，期間也曾向神求死，最後留下來了，我再問神：「祢要我留下來做甚麼呢？是否還有我未完的工作？」翌年，學校找我出任副校長，經過一段時間的祈禱和印證，最後我答應了。

面對繁重的工作，雖然早有心理準備，還是感到吃力和辛苦。教學工作和行政工作同樣吃重，兼顧的事情可多著呢！每天早上，我都帶著禱告上學，我深信「我靠著那加給我力量的，凡事都能作。」

一直以來我對天保民學校有一份情誼結，在往後的日子裏，如果仍能夠用得著我，我會盡自己的能力做好。其實這份工作幫助我渡過了艱難的日子，忙碌充實的生活，沒讓我有太多時間胡思亂想，工作醫治我的傷痛。我希望在我退休的時候，得見學校更加進步！教師教得愉快，學生學得開心！



記：黎副校長是一位虔誠的基督徒，在信仰怎樣幫助妳克服困難？可否與家長們分享和鼓勵我們呢？

黎：我相信人的一生是神所安排的，信仰對我的幫助很大，支持我經歷困難的時間，自我丈夫過世後，我體會到做人不要太執著，其實人生短暫，基督徒看地上是寄居的，一切的不開心，一切的困難，都會過去的。我們只要仰望天上長久的快樂，才是真正永恆的快樂！

聖經說「兒女是神所賜的產業，所懷的胎是祂的賞賜」，我們的孩子是神所賜的，是一份禮物，既然是禮物，就要存感恩的心面對。我們作父母的，只是一個受託人，乳養和教導孩子的責任既已交託在我們手裏，就讓我們盡力而為。要知道幸福和快樂都不是必然的，是要我們用耐心和愛心栽種的，懂得欣賞和接納，孩子才會有進步。



記：我想有許多家長，特別是女家長很想黎副校長分享妳對衣著的心得？讓我們學習！

黎：哈哈！我是一個「貪靚」的人，以前丈夫是我的時裝顧問，經常和我一起選購衣服。現在沒有太多時間購物，女兒知道我的喜好，逛街時會替我揀選，然後帶我去試穿，適合的甚至會買下幾件，我本身喜歡黑色，打開我的衣櫃，你會發現我大部份的衣服款式都很相似，實在沒有甚麼穿衣心得和研究，我穿衣只著重舒服和看來端莊斯文吧了。



梁孟平老師主編
關潔儀老師

休息了差不多一年，重投教學，令我感到既興奮又緊張！

「天保民學校」的名字，我在舊校(另一間特殊學校)已經常聽到，但確實的位置，「見工」時才會去查看地圖找找看！沒想到有幸成爲他們的一份子！

我家在港島南區，上班的交通安排是一個首要解決的問題，從不同的渠道尋找，現在已找到可信任的路線，因爲稍有差池必定「遲到」！

交通安排妥當，適應學校生活又是另一課題。正式踏足校門，先要視察環境。「嘩！很大的校舍！」，學校經過擴建，校舍亦分爲不同的樓層，我參觀完一圈後，仍然覺得迷茫，剛巧在眼前出現兩位工友姐姐，急忙上前問一問，她們教曉我如何分辨不同的樓層，好讓我初步掌握了一些竅門。

正式開會，認識了我的拍檔——黃穎兒老師，她是一位個性爽直的老師，她第一樣事情告訴我，就是「有話直說」，有不明的地方儘管說出來，一起解決，心裡覺得很是安慰！同事之間就是互相合作，建立積極的團隊精神吧！

正式上課了，很多地方仍需要自我調適及改進，希望自己能盡快適應！





陳美燕老師

感謝天父帶領我加入天保民這個大家庭。

雖然天保民學校中的每一位學生對我來說都是陌生，但在開學的第一天，他們的一個微笑，一個招呼，一聲問候，使我深深地感受到他們的熱情，他們的可愛。

教學已經過了一個多月，每位學生的學習能力都有不同，性格也各有獨特之處。面對不同學習能力的學生，老師自然要用不同的教學技巧，誘導他們的學習興趣。天保民的老師不但具備豐富的教學經驗，而且十分了解每位學生的需要，我真的要好好地向他們學習。

信、望、愛是天保民學校的校訓。聖經中說：這三樣其中最大的是愛。我會本著這個精神，愛我們的學生，繼續努力教學，與學生建立良好的關係。希望學生能感受到教職員對他們的愛，而最重要的是讓他們學習到彼此相愛。大家一同努力加油吧！



江嘉欣老師主編



姓名：何漢詩

職位：教師

工作範圍／

任教科目：小三B班級任，任教語文、
數學、音樂、常識、
德育公民、多元智能、
常規等科目。

興趣：旅行、看電影、聽音樂、游泳

感想：願每天與同學渡過愉快的校園生活，大家一同成長和學習

姓名：吳寶珠

職位：教師

工作範圍／

任教科目：小六B班級任，任教
常規、常識、德育公民、
聖經、語文、
體育等科目。



興趣：球類活動及遠足

感想：希望與同學一起愉快成長！



姓名：陳美燕

職位：教師

工作範圍／

任教科目：中一B班級任、幼童軍領袖、
任教數學、常識、輔導、
常規、德育公民、多元智能
等科目。

興趣：聽音樂、吃東西

感想：這裏的同學們很親切和熱情。每個同學都有可愛、獨特之處。希望各位同學都能在校園中愉快地學習。

姓名：鄧青怡

職位：教師

工作範圍／

任教科目：小六A班級任，任教
語文、常識、自理、
感知、溝通、德育、
公民、多元智能、
常規等科目。



興趣：逛街、吃東西、游泳

感想：希望能夠認識每位同學，讓我們在這學校的大家庭中一起愉快成長。



姓名：關潔儀

職位：教師

工作範圍／

任教科目：小一B班級任，任教數學、
常規、常識、德育公民、
自閉症輔導等科目。

興趣：游泳、跳舞

感想：十分開心能成為天保民學校的一份子，希望能將自己所學
運用出來，協助學生學習和成長！



姓名：莫麗芬

職位：教師

工作範圍／

任教科目：小三A信班級任，任教
語文、常識、輔導
等科目。



興趣：旅遊、看話劇、看電影

感想：凡事謝恩、珍惜今天。



姓名：梁孟平

職位：教師

工作範圍／

任教科目：幼童軍領袖，任教語文、
數學、常規、自理、
德育公民、感知、
多元智能等科目。

興趣：運動、閱讀、烹飪

感想：這裏的每個孩子都有着獨特的形像和性格，
那天真可人的臉容給予我很多快樂。盼望很快可以與他們拉近距離。

姓名：彭家怡

職位：教師

工作範圍／

任教科目：小二B班級任、幼童軍
領袖，任教語文、數學、
常識、電腦、常規、
多元智能、德育公民
等科目。

興趣：逛街、吃東西、游泳

感想：希望能夠認識每位同學，讓我們在這學校的
大家庭中一起愉快成長。





姓名：黃婉琪

職位：社工

工作範圍：負責學生個案工作，
推動及發展家長會、
家長資源中心、畢
業生計劃等工作

興趣：打排球、閱讀、逛街

感想：加入天保民這個大家庭只有數個月的時間，但已感受到這個家庭充滿愛，特別是每個星期的週會，學生唱著美妙的詩歌，合眼祈禱，令我非常感動。而家長對子女的關心、與學校忠誠的合作，亦令我印象深刻。



姓名：招俊匡

職位：資訊科技技術員

工作範圍：技術支援、學校電腦及
伺服器之維護

興趣：踏單車、拍攝、旅行

感想：在天保民學校工作令我有一種很親切的感覺。同學們同心協力地
一起工作，他們的教導，使我在工作上獲益良多。



姓名：李佩玲

職位：助理教師

工作範圍：協助教師教學、製作教具

興趣：聽音樂、閱讀、彈琴、旅行、看電影

感想：天保民的學生很可愛，看見同學們一
張張笑臉，就是我每天工作的動力。



姓名：陳澤彬

職位：教學助理

工作範圍：協助教師教學、
製作教具

興趣：足球、籃球、游泳、繪畫

感想：見到一班可愛活潑的同學，我感到十分快樂，
希望可以看著同學們快樂地成長。

姓名：何翠婷

職位：IT種子

工作範圍：協助教師教學、製作教具



興趣：聽音樂、閱讀、旅行、看電影、逛街

感想：很高興可以在天保民學校工作，在這裡，我接觸到之前
沒有接觸過的人、事、物，令我學到很多東西。

2007年世界夏季特殊奧林匹克運動會



- 13. 胡海峰同學參加男女混雙羽毛球比賽
- 14. 胡海峰同學於男女混雙賽事勇奪銅牌
- 15. 陳潔芳同學參加體操比賽
- 16. 夏季特殊奧運會香港代表團回港於機場留影
- 17. 陳校長與學生代表一起到機場接機
- 18. 梁舒恒同學於是次賽事中打破兩項香港紀錄
- 19. 歡迎你們回來喇!
- 20. 我們會繼續努力!

環保教育



21-22. 校友會活動 - 環保之旅
 23. 環保考察 (尖鼻咀) - 教師工作坊
 24. 環保小先鋒之有機耕種
 25. 水瓜熟了 26. 大豐收!
 27. 我們種的一串紅長出嫩苗了!
 28. 環保小先鋒「減低空調耗電計劃」— 定期記錄室內溫度

第二十屆校運會 (2-11-2007)



- 29: 升旗禮
- 30: 超越自己
- 31: Jason 向高欄杆直跑
- 32: 樂樂 銜點在躍躍
- 33: 我要跳遠的
- 34: 我要跳遠的

- 35: 親子競技遊戲 (虎躍龍騰展新姿)
- 36: 親子同心
- 37: 親子競技遊戲開獎
- 38: 校長致辭
- 39: 主禮嘉賓王日祥博士與友校接力比賽獲獎隊伍合照
- 40: 學生代表柯雪妍同學致送紀念品予黎澤倫校長

家長工作



- 41- 新生適應日
- 42-43- 新生家長日
- 44- 新生家長小組
- 45- 圖話製作家長工作坊
- 46-48- 家長職工聯誼日



家長會

2007-2008年度活動計劃

社工組

| 日期 | 活動名稱 | 參加名額 | 地點 |
|--------------------|-------------|------|----------|
| 7/9/2007 | 新生家長日 | 40 | 本校 |
| 11/2007 | 家長委員暨義工聯誼活動 | 50 | 小橋 |
| 29/12/07 | 冬日離島一天遊 | 80 | 南丫島 |
| 26/1/2008 | 冬日家庭樂 | 96 | 元朗大棠、流浮山 |
| 23/2/2008 | 家庭日營 | 95 | 西貢戶外康樂中心 |
| 3/2008 | 家長興趣班 | 20 | 本校 |
| 5/2008 | 父/母親節自助餐 | 100 | 待定 |
| 20/6/2008 | 周年大會及謝師宴 | 100 | 待定 |
| 7-8/2008 (逢二至五) | 暑期游泳班 | 24 | 九龍仔泳池 |
| 7/2008 | 閱報活動(A) | 50 | 待定 |
| 8/2008 | 閱報活動(B) | 100 | 待定 |
| 8/2008 | 日營/全日戶外活動 | 100 | 待定 |

2007-2008年度家長委員名單及分工

| | |
|--------------------------------|-------------------------------|
| 會長：嚴何敏儀女士 | 第一副會長：黎鍾惠儀女士 第二副會長：林海清先生 |
| 暖流集：*楊陳懿璇女士 陳姚美蓮女士 | 司庫：黃劉妙卿女士 |
| 膳食：*文楊玉嫻女士 楊陳懿璇女士 張黃小燕女士 | 校服：袁楊佩華女士 尹梁國榮女士 陳姚美蓮女士 |
| 校巴：蘇鄧日帶女士 陳世運先生 曾張秀好女士 | 社工：梁恩賜社工 黃婉琪社工 |

*者為0708家長會代表參與家長教職員會

家長教職員會

本學年由高楊蓓菁女士當選主席，兩位副主席分別由張歐慧儀女士及馬福常副校長擔任。

家職會本學年將籌辦多項活動:

| 日期 | 活動名稱 | 參加名額 | 地點 |
|--------------------|-----------------------|------|-------|
| 1-2/12/07 (六及日) | 順德、番禺長隆大馬戲 2日1夜精華遊 | 約100 | 順德、番禺 |
| 15/12/07(六) | 家長日(上學期) 表揚家長活動 | 全校 | 天保民學校 |
| 8/3/08(六) | 球類競技同樂日 | 全校 | 天保民學校 |
| 26/4/08(六) | 展藝顯才華 | 全校 | 天保民學校 |
| 7/6/08(六) | 家長教職員聯誼聚餐(下學期) | 全校 | 天保民學校 |





課程發展

李錦貞主任、岑慶鳳主任 主編

2007-2008年度工作計劃

1. 設計及編寫教學活動建議：
 - (1.1) 數學科教學活動指引
 - (1.2) 語文科教學活動指引
 - (1.3) 實用英語科教學活動指引
2. 建基課程【中度組】：
 - (2.1) 語文科建基課程
 - (2.2) 數學科建基課程
3. 製訂其他科目之課程指引：
 - (3.1) 圖書科課程內容【輕、中】
 - (3.2) 普通話科課程內容【輕、中】
 - (3.3) 電腦科課程內容【輕、中】
 - (3.4) 設計與工藝科課程內容【輕、中】
 - (3.5) 實用技能科課程內容【中】
 - (3.6) 家政科課程內容【輕、中】
 - (3.7) 音樂科課程內容【輕、中】
 - (3.8) 視覺藝術科課程內容【輕、中】
 - (3.9) 體育科課程內容【輕、中】
 - (3.10) 聖經科課程內容【輕、中】
 - (3.11) 資源教學課程內容
4. 跟進及重整課程指引：
 - (4.1) 常識科課程內容【中：重整】
 - (4.2) 數學科課程內容【輕/中：跟進】
 - (4.3) 語文科課程內容【輕、中：重整】
 - (4.4) 德育/公民教育課程內容【輕、中：重整】
 - (4.5) 實用英語科課程內容【輕：跟進、中：新】
 - (4.6) 自理科課程內容【輕：重整】
5. 與其他單位協同工作
 - (5.1) 協調圖書館主任準備「主題」的資源
 - (5.2) 協調IT組製作與「主題」有關的資源
 - (5.3) 其他科組





體育科

【第二十屆校運會】

本校第二十屆校運會已於本年十一月二日假九龍仔運動場順利舉行。當日本校十分榮幸邀得香港賽馬會賽馬人才發展經理兼見習騎師學校校長陳念慈小姐及香港醫學會管弦樂團副主席王日祥博士為大會主禮嘉賓，令是次校運會生色不少。當日天朗氣清，同學們都全力投入比賽，爭取佳績，而全校學生則落力為健兒們打氣。

經過一整天激烈的比賽，最後由本校中一A、小四B及小五B，分別成為A班及B班的金牌龍虎榜盟主，並一同獲頒「校董會杯」。運動會於中午時段亦舉行了一場精彩萬分的「親子競技遊戲」，四十多位學生在家長陪同下參與比賽，過程充滿歡樂與溫情，最後由綠組勇奪冠軍。而下午舉行的「友校接力邀請賽」中，本校輕度女子接力隊取得第三名，而輕度男子接力隊更勇奪冠軍。

【2007特殊奧運夏季世界比賽(中國上海)】

本校共有9名學生入選香港代表隊，參與在9月29日至10月12日假上海舉行的「2007特殊奧運夏季世界比賽」，並取得11金8銀8銅共27枚獎牌的佳績。

| 比賽項目 | 學生姓名 | 獲獎項目(名次) |
|-------|------|--|
| 游 泳 | 梁舒恆 | 50米自由泳(第一名)、50米背泳(第一名) |
| | 黃效能 | 25米自由泳(第一名)、25米背泳(第二名)、4x25米自由式接力(第二名) |
| | 李翹斌 | 25米蝶泳(第一名)、4x25米自由式接力(第二名) |
| | 區展鴻 | 25米自由泳(第一名)、25米背泳(第二名)、4x25米自由式接力(第二名) |
| 田 徑 | 馬俊森 | 4x100米接力(第二名) |
| 羽 毛 球 | 胡海峰 | 男子單打比賽(第三名) |
| | | 男子雙打比賽(第一名) 混合雙打比賽(第三名) |
| 體 操 | 畢嘉傑 | 鞍馬(第一名)、跳馬(第三名)、吊環(第三名) |
| | 陳翠芳 | 自由操(第一名)、高低槓(第三名)、平衡木(第三名)、跳馬(第二名)、個人全能(第一名) |
| | 羅嘉儀 | 自由操(第一名)、高低槓(第三名)、平衡木(第二名)、跳馬(第一名)、個人全能(第三名) |

**香港弱智人士體育協會 * 精英/技術改良訓練/新秀訓練班**

今年度本校繼續有多名有潛質的運動員入選下列訓練班，接受長時期有系統的訓練，以提升他們的運動技能，準備參與各項本地或國際性賽事。

下列是各訓練班的運動員名單：

| 訓練班名稱 | 入選運動員 |
|----------|---------------------|
| 游泳精英訓練班 | 梁舒恆 |
| 游泳B班 | 文浩熾 |
| 游泳C班 | 區展鴻、李頌沅、林信廷、馮淦璋、黃效能 |
| 滑冰集訓隊 | 黃慧彤、葉皓天、馮淦璋、劉欣琪、馬俊森 |
| 羽毛球精英訓練班 | 胡海峰、倪朗震 |
| 田徑精英訓練班 | 馬俊森 |
| 田徑初班 | 劉頌熙、鄧浩研、潘鎮昌 |
| 體操精英訓練班 | 羅嘉儀、鄧穎珊、畢嘉傑、陳翠芳 |
| 體操技術改良班 | 陳紹統、陳麗芬 |
| 乒乓球訓練C班 | 趙學彥 |
| 賽艇訓練班 | 周澤彬 |
| 高爾夫球班 | 林信廷 |
| 雪鞋初級訓練班 | 鄧慧怡 |
| 保齡球技術改良班 | 莫浩然 |
| 籃球技術改良班 | 潘鎮昌 |

體育興趣班

為提高學生對參與運動的興趣，本校於9-12月之午膳及課餘時段舉辦多項體育活動及興趣班，讓更多學生能認識及學習不同類型的運動。以下是各體育活動/興趣班的詳情：

午膳時段舉行的體育活動

項目：接力訓練、排球訓練、乒乓球培訓等

課餘時段舉行的興趣班

名稱：勵進游泳班、初級滑冰班、乒乓球班、小型網球班、攀石班及足球訓練

此外，本校將於2008年1至2月份舉行『摘星行動』，是次活動為本校與香港弱智人士體育協會(下稱協會)合辦之體育訓練計劃，目的除了鍛鍊學生體魄外，亦讓學生有機會接觸不同類型的運動，從而培養他們對運動的興趣。協會更透過是次活動去挑選具有運動潛質的學生作長期培訓，日後或有機會代表香港到海外比賽。

男童軍快訊

本年度新加入了多名男童軍隊員，我們非常歡迎他們成為我們的一份子，也希望他們能透過參與童軍活動，有更多發揮潛能的機會。本學期的隊員訓練，主要包括遠足活動和進度性的技能訓練。此外，本團童軍與女童軍近日一同參與「童心護耆心」計劃，目的在於訓練他們學習關愛別人及掌握與人溝通的技巧。

女童軍快訊

本年度女童軍歡迎4位同學正式加入，她們分別是黃詠彤、黎恩諾、石軒婷和劉欣琪同學。此外，我們亦很高興增添了3位領袖-鄧青怡老師、關潔儀老師和何漢詩老師。現時本隊總共有9位領袖及26位女童軍。

女童軍除了逢星期五放學後舉行集會外，還會參與不同類型的活動，包括聖誕聯歡會、露營暨日營活動、興趣章評核日等，使各成員既能學到基本的童軍技巧，更能享受多姿多采的團體生活。

為了加強女童軍與其他團體的聯繫，本團除了參與九龍城區服務計劃之共融活動外，更與本校男童軍攜手參與「童心護耆心計劃」，跟隨一班順安長者地區中心之長者學習做手工和探訪技巧，並於聖誕節期間進行探訪長者活動，讓一眾女童軍能實踐服務社區的使命。



公益少年團

本年度共招收了25位團員,其中有8位為新團員。全年目標為深化學生之環保意識及提升學生之公民責任感。活動計劃如下:

| 推行日期 | 活動 |
|------------|-------------|
| 13/10/2007 | 周年大會暨委員選舉 |
| 17/11/2007 | 愛心舊旗日 |
| 12/1/2008 | 嘉道理遊蹤 |
| 5/2/2008 | 參觀電力世界 |
| 3/2008 | 社區活動 |
| 12/4/2008 | 海下灣海洋教育考察活動 |

畢業生計劃

| 推行日期 | 活動 |
|------------|------------------|
| 15/11/2007 | 畢業生出路座談會 |
| 22/11/2007 | 參觀基督教服務中心綜合復康服務 |
| 29/11/2007 | 參觀區智會馬頭角工場 |
| 06/12/2007 | 基督教懷智服務處美田綜合復康中心 |
| 04/03/2008 | 參觀明愛樂務綜合職業訓練中心 |
| 12/04/2008 | 面試工作坊 |

訓育組

| 推行日期 | 活動 |
|---------------------------------|------------------------|
| 20/9/07 (四) | 放學安全知識講座 |
| 5/10/07 (五) | 好學生口令比賽/頒發風紀領袖生委任狀 |
| 11/2007 | 好學生選舉活動「禮貌之星」 |
| 11/2007 | 與社工組合作推行小組活動(午間活動時段推行) |
| 19/11/07 (一) | 與九龍城區警民關係組合辦「交通安全」專題講座 |
| 2-3/2008 | 好學生選舉活動「環保之星」 |
| 3/3/08 (一) | 與九龍城區警民關係組合辦「店舖盜竊」專題講座 |
| 5/2008 | 好學生選舉活動「愛心之星」 |
| 小息/午間訓練: 與社工組合作舉辦小組活動, 推動預防性的工作 | |



校友會

校友會於14/10/2007(星期日)舉辦環保之旅，當日暢遊大埔滘自然護理區、自然教育徑、野外研習園及參觀粉嶺環境資源中心，共有31位校友及家長參加。

27/1/2008(星期日)早上，校友會將舉辦喜氣洋洋迎新春，歡迎校友及家長報名。

音樂科

1. 9月10日敬師日，合唱團於週會時段上台獻唱一曲「感激您」，代表全體同學向所有教職員致敬。
2. 口風琴組於11月2日校運會上演奏校歌及校運會歌，獲得在場人士的讚賞。
3. 12月2日合唱團出席一年一度的九龍城區學校音樂匯演。大會假高山劇場舉行，本校是唯一獲邀參與的特殊學校，能與同區的中小學及幼稚園同學同台演出，機會難能可貴。

視覺藝術科

本年度視藝科學辦了多元化的課餘興趣班。十月份有製作趣緻飾物的「輕黏土班」及中國水墨畫進階班。此外，為提升同學的畫畫的技巧，視藝科亦於十一月份舉辦課後「綜合畫班」，以培養同學畫畫的興趣。

為促進傷健人士之間的了解和推廣藝術創作的精神，本校共有十多位同學參加了「共融•明天」填色比賽，比賽已於十一月底完成。

舞蹈組

舞蹈組已報名參加第四十四屆學校舞蹈節，比賽將於二零零八年年初舉行。此外，上學期舞蹈訓練班亦已於十月二十九日開始，是次課程由專業導師葉步騰先生負責。

多元智能活動組

本年度的多元智能活動組分為四大組別，分別透過繪畫、音樂、肢體律動等趣味性的學習內容，培養學生多元化的興趣。本組活動安排於星期五第七及第八節進行，學生會定期轉組，藉此讓同學們能接觸到更多不同的活動。以下為各組的資料：

A1—A8 組：

為中度班而設，分六個時段轉組。組別包括有玩具樂園/身心運動、故事天地/活力小跳豆、兒歌天地/益智趣味坊、遊戲樂園/動畫世界、展藝組、創意小手工、美食製作、電腦初階等八個組別。

B1—B5 組：

為輕度小學班而設，分六個時段轉組。組別包括有開心學跳舞、音樂工作坊、創意藝術、多媒體創作坊、ABC美味廚房等五組。

S1—S4 組：

為輕度中學班而設，分四個時段轉組。組別包括有中國文化研習坊、綠色小先鋒、開心學手語/棋藝紙牌、球類活動等四組。

F1—F5 組：

組別包括有幼童軍、小女童軍、合唱團和兩組的游泳/球類活動組。此五組學生不用轉組，成員包括有中度及輕度組的同學。



藝術教育推展委員會

藝術教育推展委員會爲了培養學生對藝術活動的興趣，並提升他們對藝術文化的認識，本年度將安排學生參與多項多元化藝術活動，詳情如下：

【康文署學校文化日計劃】

| 活動名稱 | 日期 | 地點 | 參與班別 |
|---------------------|----------|-----------|------|
| 1. 赫藝坊劇團「反」出創意話劇 | 05-10-07 | 荃灣大會堂演藝廳 | 高小 |
| 2. 「管風琴音樂會」 | 18-10-07 | 香港文化中心音樂廳 | 初中 |
| 3. 亞洲木偶系列展覽 | 06-11-07 | 沙田大會堂展覽廳 | 高中 |
| 4. 城市當代舞蹈團「當代舞的新浪潮」 | 13-03-08 | 高山劇場 | 高中 |
| 5. 趣味科學示範/綜合節目 | 30-05-08 | 香港科學館 | 高小 |
| 6. 穿梭香港 | 05-06-08 | 香港歷史博物館 | 高中 |

另本校成功申請由香港展能藝術會舉辦的「賽馬會藝力顯光華」其中兩項藝術計劃：

<A>賽馬會校本藝術計劃：『種子計劃』

將有4位藝術家於07年10月至12月到校開辦活動，藉以推展粵劇布偶，讓學生認識中國傳統藝術，詳情如下列：

【種子計劃：粵劇布偶】 導師：黃詠琴小姐

| 活動名稱 | 日期(2007年) | 地點 | 參與班別 |
|-----------------|-----------|------|----------|
| 1. 粵劇布偶工作坊(一) | 11月 | 校內 | 中庭班親子組 |
| 2. 粵劇布偶工作坊(二) | 11月至12月 | 校內 | 輕度中學班 |
| 3. 粵劇布偶預演及布偶介紹 | 12月10日 | 校內禮堂 | 全校學生及教職員 |
| 4. 賽馬會藝力顯光華週年匯演 | | 待定 | |



賽馬會校本藝術計劃：「藝術家駐校計劃」

香港展能藝術會將安排藝術家謝明莊先生於2007年至2008年到校開辦兩個有關視覺藝術的興趣班。

此外，藝術教育推展委員會亦會在校內推廣藝術和舉辦相關的比賽，並於2008年在校內舉辦一項全校活動，名為「奇趣藝術無限fun」。

新高中課程

為配合全港「三三四」學制的轉變，於09-10年度開辦中四至中六的高中課程，本校近年已積極作出準備，以期達至逐步銜接，順利過渡。採取的策略包括：

1. 制訂實施新高中課程的方向和策略

明確訂立09年開辦中六的目標，以緊貼政府有關發展政策，盡量吸納可用資源，全力試行及建構校本課程為主要發展策略。

2. 率先參與教育局新高中課程種籽計劃

本校06年起成為第一批參與種籽計劃的先導學校，與教育局及其他試點學校建立緊密的伙伴關係。由此掌握了有關學制及課程之最新資料，並通過提交檢討及試行意見，為完善有關課程作出貢獻。

3. 著手建構及試行校本的新高中課程

選擇先試行新高中的核心課程—中國語文、數學及通識教育(獨立生活)，再逐步擴展至體育、視藝等選修科目。

4. 探討實施新高中課程的各種可行模式

積極探討新高中課程各組成部分—核心課程、選修課程、其他學習經歷—的比重，以及各科目未來的定位。此外，亦盡量讓學生嘗試不同類型的應用學習課程，為未來高中課程之發展奠定基礎。



5. 加強教師培訓，參與教育局的借調教師計劃

為有份參與策劃及任教新高中課程之教師，安排出席各項有關的講座及研討會，以增強他們的投入感和推行新課程的能力。同時，校方亦委派教務主任參與借調教師計劃，專責統籌有關工作。

6. 開拓及準備足夠的資源，供新高中課程未來發展之用

校方一方面須慎重策劃有關新高中課程撥款之運用，一方面亦計劃以籌款方式，為新高中課程未來所需之額外經費，作好儲備，預留充足的發展空間。

7. 在規劃上做好逐步擴班的準備

如要開辦中六班，未來還需要作好擴班的準備，包括增設課室、添置器材，以至其他的人手編排及配套設施，在現時有限的空間及資源底下，校方更須及早計劃。

現時新高中學制事在必行，是進一步擴闊學生學習空間的良好契機。正在建構中的各科預期學習成果，將具體反映大家對未來高中畢業生的最終期望。這將直接影響到前一基礎教育階段的課程取向，若要順利銜接，小學與初中階段的課程將無可避免要作出相應的調整。可以預見，這將會是一項環環緊扣及影響深遠的課程變革，我們有需要為此作好充分的準備。



環境教育委員會

本校已成立「環境教育委員會」多年，目的為提高校內師生的環保意識，同時為學生提供更理想及健康的學習環境。委員會積極綠化校園；成立「綠色小先鋒」，提供多元化環境教育課程及活動，讓學生走出課室，接觸大自然，實踐環保生活。

本年度舉辦的環保活動：

| | |
|--------|---|
| 環境教育活動 | 旅行日清潔大使 環保之星選舉 |
| 綠化活動 | 「綠化校園」盆栽種植 校園內除草及整理田園/盆栽活動 參加一人一花計劃(康樂及文化事務署舉辦) 參加第七屆「綠色學校獎」 |
| 藍天行動 | 節約能源大使 減低空房耗電計劃 |
| 回收廢物活動 | 廢紙、膠樽、鋁罐分類回收 校服回收轉贈活動 |
| 戶外學習 | 郊野公園實地學習 「嘉道理農場」遊蹤 |

香港綠色學校獎

參加此項比賽的學校必須要在校內宣揚環保、實踐環境保護、推廣綠色生活及綠化校園等方面有卓越成就才可獲獎。本校已連續多年參加比賽，在全體師生、家長努力合作下，今年再度榮獲「環境保護委員會」舉辦之「第六屆香港綠色學校獎」。





07-08家長資源中心工作計劃

(一)活動

| 活動名稱 | 日期 | 題目/內容 |
|-----------------|-------------|--|
| 做自家情緒CEO | 29/11/07(四) | 1. 認識正、負面的情緒 2. 情緒管理技巧訓練 (包括減壓技巧) |
| 家長分享小組 | 7/12/07(五) | 1. 管教之苦與樂 |
| | 13/12/07(四) | 2. 輕鬆管教心 |
| | 20/12/07(四) | 3. 假日家庭樂 |
| 新現實治療法簡介會 | 24/11/07(六) | 1. 簡介新「現實治療法」與「選擇理論」的概念和理論 2. 淺析「外控心理學」如何破壞關係並造成情緒困擾 |
| | 8/12/07(六) | 3. 探討如何運用「選擇理論」與子女/學生建立良好的關係，並以「素質世界」及「完全行為」的概念引發和深化子女/學生的改變 4. 鼓勵學習及善用「選擇理論」，並採用關顧習慣使人際關係更潤澤和諧 |
| 身心健康嘉年華 | 5/1/08(六) | 健康舞、攤位遊戲(手工藝、問答比賽、填色比賽、口令比賽) |
| 「行」出愛心—環保之旅步行籌款 | 12/1/08(六) | 籌款活動+環保 |
| 性教育—家長工作坊 | 31/1/08(四) | 1. 認識青春期學生的生理和心理轉變 2. 探討家長所面對的困難及處理方法 |
| 戶外家家樂 | 15/3/08(六) | 北潭涌上窩家樂徑 |
| 愛護大自然 | 19/4/08(六) | 大埔滘自然教育徑 |
| 性教育—家長工作坊 | 29/5/08(四) | 1. 認識個人對「性」的態度和價值觀 2. 如何輔導子女與異性交往 |
| 性教育—家長工作坊 | 4/08 | 性侵犯、自我保護 |



(二)興趣班

| 活動名稱 | 日期 |
|-------|------------------|
| 家長瑜珈班 | 16/10/07-4/12/07 |
| 家長瑜珈班 | 01/08-03/08 |
| 家長瑜珈班 | 04/08-05/08 |

家長資源中心

- 設於本校四樓，環境舒適、寧靜，是家長們一個理想的落腳點。
- 開放時間：逢星期一及星期五，早上 9 時至 12 時。
- 開放時間內有 2 位義工當值，協助中心運作。
- 歡迎各家長親臨中心借閱書籍、玩具、VCD等。





學生獎勵計劃

本校向來積極鼓勵學生作多方面的嘗試，勇於接受挑戰。在剛過去的暑假，本校學生首次組隊參與第十一屆美國冒險樂園好學生獎勵計劃。該計劃以「未來領袖，我做得好」為主題，參與的學生除要出席有關的領袖工作坊外，並須構思及製作出一座「我最欣賞的領袖」的雕塑。本校陳麗芬、周澤彬及黎敬華三位同學，最後選擇了以曾蔭權特首作為素材，利用汽球、紙張等物料製成了一座頗具特色的塑像。經過大會嚴格的面試評審後，本校隊伍最終脫穎而出，奪得幼稚園及特殊學校組的冠軍，榮獲獎盃一座及叁仟元獎金。事後有關同學還公開接受傳媒採訪，講述創作過程和個人感受，這真是一次寶貴的學習體驗。

在九月份，本校亦提名了鄭家康、尹麗儀及甄霽汶同學，參與競逐『「史提芬」傑出唐氏綜合症人士選舉2007』的獎項，結果令人振奮。除尹麗儀同學獲得優異獎外，甄霽汶同學更榮獲冠軍的殊榮，實在值得慶賀，這是對學生、家長和老師們過往共同努力的一種肯定和嘉許。



老師眼中的學生

周玉興主任、李佩玲助理老師

我們校內的學生，每一位都有其獨特之處及可愛的一面，任教他們的老師最容易發掘他們的能力，也最能了解他們的內心世界，現在就讓我們的老師分享他們眼中的學生……



馮潤珠主任

彤彤創作的「手的世界」，線條分明，色彩斑斕，從畫中的意境，窺探彤彤的內心世界必定是充滿了色彩，充滿了盼望。



黃詠彤



黃耀宗

我身手好敏捷，參加運動會實攞金牌。



黃婉兒老師



林朗賢

唔好睇小我呀！我可以同老師一齊背主禮文嘍！



袁思妍

思妍會主動要求老師在假日陪她一起玩耍。



潘麗明主任

可能樂樂做了哥哥，果然不同，連服務態度也有很大的進步呢！



歐俊樂



林僑津

我似唔似多啦A夢呀？我的頭也是圓圓大大的呢！我自己都有一個百寶袋架！



何漢詩老師

親子布偶作品欣賞



藝術日創作展影

【水墨畫創作】



【紙盒創作】



【舞絲帶】



【面譜】



【舞扇】



【功夫表演】



藝術日創作展影



【舞大旗】



【舞龍】



【樂器演奏】



【花嫁船】



【嫁娶大典】



【分享歡樂】



創意畫班作品



黃浩然



葉泳桐



鄭嘉邦



吳冠熹



鄧澹哲



親子泥塑創作





蒲公英護齒行動

時常聽聞學生和家長這樣說：「點解我早晚都有刷牙，都仲會有牙周病？」「嘩，我好努力刷牙，點解仲會流牙血呢？」。根據2001年香港衛生署的口腔健康調查報告，原來大部份香港人都有每天刷牙的習慣，但牙周病問題仍然嚴重，這顯示清潔牙齒的技巧未能完全掌握，牙菌膜沒有完全徹底清除，引致牙肉紅腫，成為牙周病。



其實本校的牙周病患人數也不斷上升，我們對此亦十分關注，為了讓我們智障的孩子掌握一套正確刷牙方法，學習一套有系統和階段性的刷牙技巧，我們於2008年將與衛生署口腔健康教育組合作，加入「蒲公英護齒行動」。牙科治療師會到校訓練兩位老師、護士和一位家長代表成為口腔健康大使。經過一連串理論學習、假人和真人技巧實踐，再通過考核後，口腔健康大使將肩負重任，將正確護齒方法傳揚開去，像風吹送蒲公英的種子般，讓所有的學生能擁有健康的牙齒。

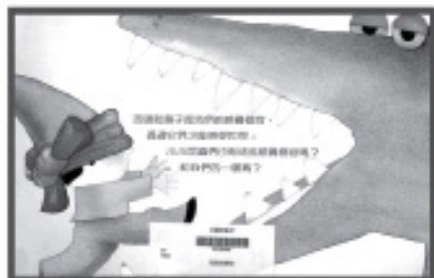


當然，要計劃成功最重要的，還是**你**的參與，我們將於2008年推出一系列「口腔健康家長工作坊」，希望將正確的護齒方法和心得與家長分享，實行「家校合作，共享刷牙樂」，請密切留意日後通告，希望到時見！

好書推介

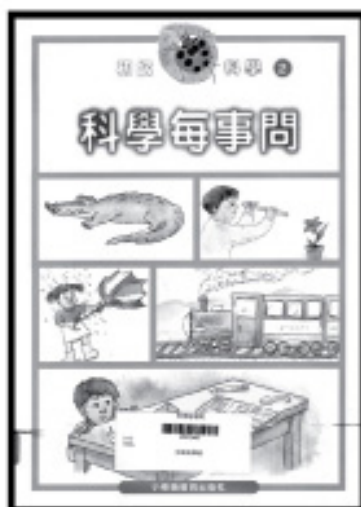
陳長有老師

- (一)書名:舌頭和鼻子
 出版社:東西圖書
 分類:故事類
 索書號:CF WAN



推介原因:

這本書將帶領孩子一起來比較人類感官能力和動物感官能力的不同：蝴蝶用腳嘗味道，但我們可不能用腳去嘗蛋糕，螞蟻用頭上的觸鬚分辨冷熱軟硬，我們卻千萬不可以用額頭去試鍋子的溫度！這些有趣的自然現象，都用諧趣創意的方式呈現，孩子會越看越覺得有趣，越想越有意思。當進行親子閱讀時，父母可以引導孩子認識自己神奇的感官能力之外，也可告訴孩子，世界上還有許多感官能力受損的人，我們應幫助他們感受世界的美好。



- (二)書名:科學每事問
 出版社:小樹苗教育出版社
 分類:自然科學類
 索書號:500 HUA

推介原因:

這是專為兒童而編寫的科學實驗叢書，書中的實驗大多取材自日常物品，目的是使兒童培養在生活中學習的精神，以生動活潑的插畫，循序漸進地引導兒童親手做實驗，使兒童瞭解科學的基本原理，讓孩子在遊戲中也能成為小小科學家。

道路安全議會

成漢倫老師

<http://www.roadsafety.gov.hk/chi/index.html>



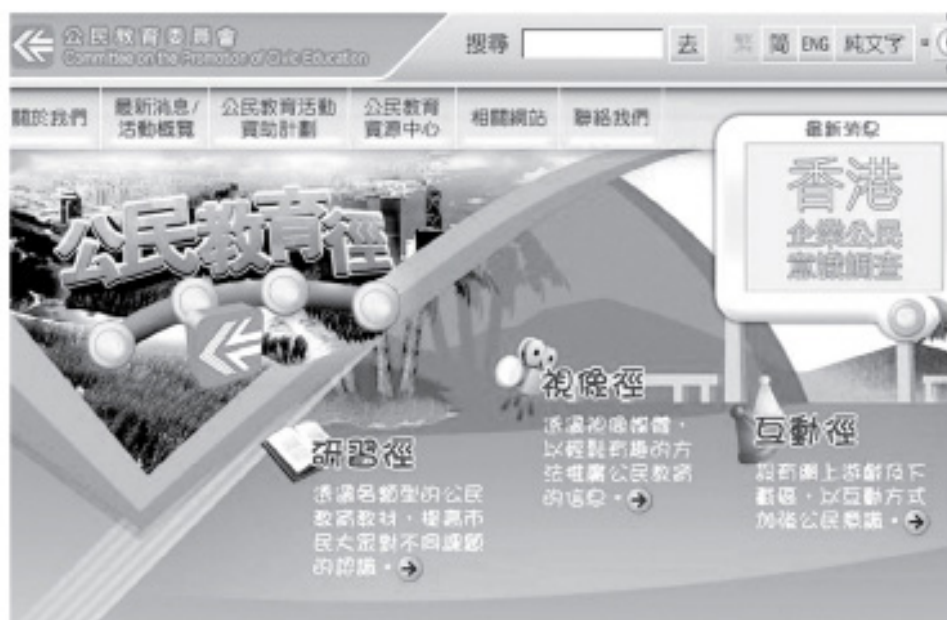
「路上零意外，香港人人愛。」這兩句口號，我相信很多人都聽過。這兩句口號是道路安全議會的宣傳口號。他們爲了提高市民的道路安全意識，更設立了一個網站。



這個網站除了介紹道路安全守則及有關的資訊外，更有六個網上遊戲。遊戲分別有「道路安全要留心」、「校巴安全Go Go Go」、「安全之旅」、「交通工程師」、「單車安全大變身」及「精明司機測試」。這些遊戲正好給予學生在遊戲中學習的機會。家長不妨和子女一同參與，提升子女對道路安全的認識。

公民教育委員會

http://www.cpce.gov.hk/main_tc.htm



大家還記得「迪迪仔週記」嗎？這節目由公民教育委員會製作，每集都有不同主題，既有趣又有教育意義。雖然「迪迪仔週記」已在電視播影完畢，但網上仍可以重溫該節目。你只要登上公民教育委員會的公民教育徑網頁，並從視像徑進入就可以了。



在這個網頁裏，主要分為互動徑、視像徑及研習徑。每個路徑都各有主題，而互動徑裏更設有網上遊戲，遊戲包括「迪迪仔週記網上遊戲」、「康樂棋」及「公民教育考考你-終極大測試」。這些遊戲都很吸引。如果有時間，大家記著要登上這個網頁，在玩遊戲之餘，學習成爲一個好公民。



陳惠英主任



1. 路嘉寶：校長，我想做風紀，可不可以？做風紀要有什麼資格？



嘉寶，你有這個心志，我也很欣賞。其實每位同學都有機會當風紀，當然老師考慮人選時會有一定的要求，例如：候選人必須具備良好的自我管理、能守紀律、服從命令、不怕辛苦、可以跟同學融洽相處、尊敬師長、愛護同學等，這些條件，你看你具備了沒有，若是還有所欠缺，就應該先好好學習，不要太急進，待你升上中學後，機會還多的是呢！



2. 吳汝謙：校長，你想收到什麼生日禮物？



汝謙，我最想收到的生日禮物就是聽到科學家宣佈，全球氣溫停止上升，二氧化碳等類溫室氣體的排放量下降，南、北兩極的冰塊不再縮小，那裏的北極熊、企鵝和海豹等各類動物可以繼續好好生活。我最想收到的生日禮物就是聽到天文台宣佈香港可以看到藍天和享受到涼快天氣的日子有所增加，空氣污染指數天天都是介乎0至10之間(污染指數介乎0-10表示空氣非常清新)。不過，在這些夢想未實現之前，我想我最希望收到的生日禮物就是你們一句簡單的祝福，配上甜美的笑容和親切的眼神，這樣的生日禮物就very good 啦！



3. 馮智成：校長，我喜歡唱歌，你喜不喜歡呢？你有沒有參加過學校合唱團？



智成，我也十分喜歡唱歌，每天早上往跑步時都會輕輕哼着詩歌，心情豁然開朗。很可惜，我讀書時未有機會參加合唱團，反而在修讀神學的兩年裏加入了神學院的詩班，每週的練詩時間就成爲我最享受的時光，現在想起來也還十分回味呢！智成，你現在有機會參加學校的合唱團，應該好好珍惜，認真投入練習，享受合唱時的快樂。你知道嗎，你們每次表演，我不但會聚精會神地欣賞，還會輕聲隨你們美妙的歌聲一起和唱呢！

4. 鄧潤林：校長，你的身體好嗎？你要多點休息。



潤林，多謝你的問候，我最近的身體狀況非常好，跟你一樣，天天早上做完運動才返學校，感到精神好多了。你剛做完手術，暫時不要做劇烈運動，不過當身體完全康復過來後，就要天天做運動啊！



5. 周澤彬：陳校長，你在天保民學校工作了多少年？任校長前，你主要教什麼科目呢？



澤彬，扣除我進修那兩年，我在天保民學校已工作了十五年，我第一年入職時你大概還未入讀天保民學校呢！我未擔任校長一職前，除了家政、工藝、音樂和視藝之外，幾乎所有科目都教過，不過，其中最喜歡的，仍要算是體育科，因為我在教導同學的同時，也可以和同學一起跑跑跳跳，享受每週兩節寶貴的運動時間，自己也頓時感到充滿活力，年輕起來。



《編輯委員會成員名單》

主編：

陳雅麗校長 馬福常副校長 黎志華副校長

編輯：

周玉興主任 陳惠英主任 李錦貞主任

排版：

周玉興主任 岑慶鳳主任 江嘉欣老師

插圖：

周玉興主任 陳少慧老師

校對：

編輯委員會

聯絡：

周玉興主任 黃婉琪社工

印刷：

盈懿設計公司

督印：

黎澤倫校監 陳雅麗校長



《暖流集工作小組成員》

● 李錦貞主任 ●

● 岑慶鳳主任 ●

● 周玉興主任 ●

● 陳惠英主任 ●

● 江嘉欣老師 ●

● 梁孟平老師 ●

● 李佩玲助理老師 ●

● 楊霆鈞家長 ●

● 陳尚融家長 ●

● 黃婉琪社工 ●



封面及封底為

🐾 林置浩同學 🐾

🐾 王梓驊同學 🐾

🐾 劉欣琪同學 🐾

🐾 黃潤銓同學 🐾

🐾 李健智同學 🐾

🐾 潘悅天同學 🐾

之作品

本校網頁提供更多學校消息，歡迎瀏覽
<http://mrs.edu.hk>

校園生活花絮



49. 本校同學周澤彬、黎敬華、陳麗芬於「我最欣賞的領袖」層級比賽中獲得冠軍
50. 劍擊訓練
51. 班際「好學生」口令比賽
52. 美國冒險樂園好學生獎勵計劃頒獎禮
53. 分班生日會
54. 乒乓球興趣班
55. 溜冰訓練初班
56. 同學於文化中心欣賞管風琴演奏會
57. 粵劇布偶工作坊—藝成品匯演
58. 參觀亞洲木偶系列展覽
59. 梁舒恆同學於比利時舉行的第五屆國際智障人士體育聯盟世界游泳錦標賽中奪得九面獎牌
60. 尹麗儀同學及區應汶同學於史提芬傑出唐氏綜合症人士選舉中分別獲得優異獎及冠軍的殊榮



出版日期：2007年12月

非賣品