



東華三院辛亥年總理中學

2017-2018 年度家長教師會通訊



地址：香港新界屯門湖景村

電話：2464 5220

電郵：mail@shd.edu.hk

幸福家庭力量大

周慶中校長



2017 年香港中學文憑試，本校許炯倫同學於中文、數學、數學延伸部分單元二（代數與微積分）、通識、物理 5 科皆考出 5**，另外，他在化學科獲 5* 及英文科獲 5，為本校文憑試第一名。本港至少三份報章報導炯倫艱苦學習之路，他被譽為本屆文憑試探花。

炯倫的亮點在於他出身於基層家庭，與本校大部分同學一樣居住於湖景邨，家裏只有母親上班，做點心師傅維持家計。緊絀的家庭經濟不會成為炯倫學習的障礙，父母沒有鼓勵炯倫兼職賺外快，而是以身教培養他過簡樸生活，並鼓勵炯倫閱讀學習。炯倫在學校一直名列前茅，在高中時，炯倫覺得視野有限，於是他在中四時，代表學校參加聯校科學展覽，並擔任隊長一職，學習溝通及領導技巧；中五暑假時，他參加遼港青少年夏令營，隨同本人前往瀋陽，到姊妹學校遼寧省實驗學校學習，同時考察了不少歷史古蹟及國家現代化設施。我認為這些活動能擴闊炯倫的視野，對他應考文憑試的中文、通識及科學等科目特別有幫助。



炯倫在學習上遇到困難，總是自行在圖書館尋找答案，或是求問同學及老師。因家境關係，炯倫從未花分文在補習上。中六時，他與同學組織溫習小組，互相砥礪，由此可見，只要有毅力及決心，懂得尋找老師幫助，一樣可以在公開試獲得佳績。炯倫最終獲香港大學文學士（文學研究）及法學士雙學位課程取錄，最令師長欣慰的是，炯倫能體會辦學團體東華三院服務社群的精神，加入「陳校長免費補習天地」的教師團隊，由暑假開始免費為區內學生補課。

炯倫苦學成材的經歷，令我想起了本校 2013 年畢業的越南裔學生阮樹瑞張，阮樹瑞張的父母於上世紀 90 年代從越南偷渡來香港，被關在屯門望後石禁閉式難民營內，他們在營內認識結婚，並誕下阮樹瑞張。難民營於 2000 年關閉，阮樹瑞張一家走入社會生活，阮樹瑞張輾轉入讀本校。父母不懂中文，不能直接幫助女兒學習，但阮氏夫妻能建立溫暖和諧的家庭，全力支持女兒學習，最終女兒憑著自身的努力及老師的幫助，在文憑試考獲佳績，入讀香港城市大學翻譯系，並贏取東華三院陳婉珍博士獎學金。



各位家長，成功學生背後不一定有充裕的經濟背景。家庭和諧的氛圍、師長適切的鼓勵和對學校的信任，一樣可以為您的子女鋪出一條成功路，願大家都能够支持子女，走向理想的路。

家校合作好，子女成材易！

2016-2017 會務報告

家教會主席潘蔡逸榕女士

校長、各位老師、各位家長、各位同學：

大家好！

本人很榮幸今年能再次成為家長教師會主席。跟各位家教會委員一起熱心為學校服務，大家度過了美好且有意義的時光。

讓我們一起來回顧一下家校會的各項活動吧：我們舉辦了大受歡迎的辛亥家校新春晚會、「綠色親子之旅」攝影及心聲卡創作比賽、舊課本買賣活動；我們今年開放辛亥教室，歡迎家長來觀課；我們還舉辦了家長講座，指導家長鼓勵子女閱讀，及運用正面紀律的管教技巧處理子女的網絡問題；為方便家長聚會，我們有「薑汁紅棗椰汁千層糕」製作班、親子自製潤唇膏及驅蚊水製作班；當然少不了家長教師會學金、家長也敬師活動；為了傳播健康生活的資訊，我們參加了「開心」「果」日校園推廣計劃。

我是一個雙職母親，我希望我能在工作之餘，依然可以「教養孩童，使他們走當行的路。」

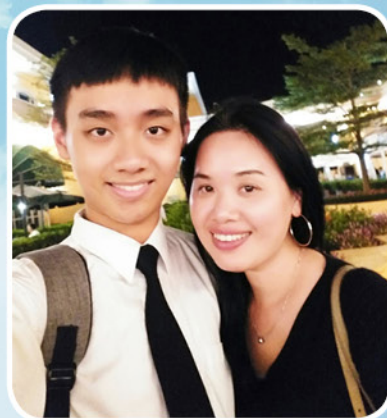
當年，我被貴校「學行並駕創高峰，辛亥為家樂融融」的辦學方向深深吸引，我決定讓兒子報讀辛亥年總理中學。在兒子過去四年的中學生活，我見證了他每天的進步。兒子

不但開心學習，他還通過課外活動，增加了自信心，嘗試為自己訂下的目標，並努力實踐。現在他已經成為辛亥中樂團的團長，他的學習生涯實在多姿多采。

我經常來學校，老師總會向我報告兒子的校園近況。兒子在校的一些被稱讚或被批評的行為，我都一一知道了。這樣的親善和關懷，使我感到學生被重視，家長被尊重。這種家校合作的方式讓我安心。

成為家教會執委，家長可以更了解學校的發展方向，可以隨時向校長反映家長的意見，所以過去四年，除了是兒子在過辛亥生活，我也在過辛亥校園生活。

「家校合作好，子女成才易。」望來年在家教會的活動中，可以看到更多年輕家長的身影。謝謝大家！



為母則強

曾詠珊副校長



一年一度為家教會刊物撰寫文章，突有感而發，希望跟大家分享一個辛亥小故事。

辛亥年在湖景邨已經渡過了超過三十六個寒暑。不同年代的學生在這裏尋夢、追夢。有人往海外留學，見識異域風光；有人當上律師、牙醫或警員，踏上服務社會的征程，學生們起步不同、經歷各異。

服務辛亥二十年，經歷甚多，許多片段令我成長，啟迪我心。莘莘學子得以茁壯成長，除了有賴老師悉心的教導外，父母無私的培育亦居功至偉。所謂「養兒一百歲，長憂九十九」，哪種愛比得上父母對子女的愛那麼豐富多層次？其中「辛亥媽媽」的小故事，一直深刻地印在我的腦海裏……

我從不能忘記這位媽媽。初來辛亥年任教，某家長日的早上，一位衣著簡樸、頭髮半白、一臉仁慈的女士，十分猶豫地向我一步一步走近。女士主動自我介紹，然後馬上向我道歉，表示因要準時上班，所以希望提早替兒子取成績表。我還沒有開口，她已經連番致歉，一直說「不好意思」、「請

莫見怪」等，她的禮貌令我當時不知如何是好。那女士真誠地解釋她是單身母親，身邊一直帶著三名小朋友。為了維持生計，她獨自扛下三份工作，從早到晚不停忙碌著，因她學歷不高，故只可幹粗活，要日以繼夜辛勤工作。

她眼神堅定地對我說：「我決心要擔任子女的榜樣，期望透過親身經歷，讓他們學習如何成為一個盡責的人。他們必須靠自身努力多讀點書，好讓將來的生活有更多選擇。」

古有中國四大賢母聞名於世，孕育出為後世敬仰的榜樣。孟母為了選擇良好的教育環境而三次遷居，孟子長大後成為著名大儒學家，更被譽為「亞聖」；陶母為了款客范滂，不惜偷偷剪下自己的長髮賣給鄰人，換錢購買酒菜。她的誠意深深打動了范滂，於是兒子陶侃便得到范滂的賞識，踏上仕途；歐陽母家境清貧，但她以堅強的意志面對難關。家裏沒錢買筆墨紙硯，她用蘆葦杆代替，更把沙和地當為紙張，一筆一畫地教兒子歐陽修寫字。歐陽修長大後，成為北宋著名的政治家和文學家；岳母為了讓兒子永遠銘記大丈夫精神的訓誡，不惜用繡花針把「精忠報國」刺在他背上。岳飛投軍後奮勇殺敵，很快便屢建戰功，成為一代名將。同樣地，今有一位無名的「辛亥媽媽」無私地栽培她眼中最非凡的兒子。媽媽對生活的努力，便是兒子最好的身教榜樣。

辛亥媽媽的故事是我教學生涯中的法寶之一。她的激勵使我更堅強，最辛勞的日子我也能欣然度過；我更明白該怎樣做，才是學生的榜樣。現在，那位辛亥媽媽當年的「小朋友」早已長大並學有所成。「辛亥媽媽」經過無數的堅持和付出，換來她作為母親的最大成就。莎士比亞曾說：「搖動搖籃的手是推動世界的手。」母親是孩子最早的老師，更是孩子終身的導師。

家長教師會 2016-2017 年度收支結算表

收入	\$	支出	\$
2015-2016 年度結存	27,464.60	綠色親子之旅費用	16,960.00
本年度會費	14,500.00	辛亥家校新春晚會費用	28,881.10
東華三院教師活動津貼	7,937.10	家長教師會學業進步獎學金	2,000.00
家長與學校合作事宜委員會活動津貼	12,520.90	親子自製潤唇膏及驅蚊水製作班材料費	800.00
綠色親子之旅報名費	6,480.00	家長也敬師禮物及「開心」「果」日校園推廣計劃	3,647.20
薑汁紅棗椰汁千層糕製作班報名費	450.00	雜項	103.90
辛亥家校新春晚會報名費	14,160.00	總額	52,392.20
促進校園健康飲食基金	1,926.30	結存	33,621.70
親子自製潤唇膏及驅蚊水製作班報名費	500.00		
銀行手續費退款	75.00		
總額	86,013.90		

締造希望、自強不息

李慧蘭副校長

家庭教育、學校教育及社會教育三位一體，影響孩子一生的處事態度，甚至是一生的前途。心理學家及教育工作者均指出，父母是子女第一位老師。所謂「三歲定八十」，在子女還未接受學校教育之前，家庭教育扮演一個非常重要的角色。家長的一言一行，都會直接影響子女的思想行為和道德價值觀。在孩子們未懂分辨對與錯時，他們便模仿學習，有樣學樣。因此，作為父母，我們要特別注意我們的言行舉止和思想觀念。所謂「身教勝於言教」，父母應「以身作則」、「身教言傳」，讓孩子耳濡目染，成為孩子的好榜樣。

「言傳」指從話語中傳遞正確的理論；「身教」就是將這些理論用行動具體表現出來。孔子主張「其身正，不令而行；其身不正，雖令不從」，若父母只「得把口」與「得個樣」，對教導子女絕對沒有說服力，長大後的孩子也只「得把口」及「得個樣」。因此，作為父母、作為教育工作者的我們，應身體力行、言行一致，做個好榜樣給我們的孩子看。

好的身教來自好的習慣、健康的生活方式及積極的人生態度。吸煙、粗言穢語、無禮貌都是不良的習慣；相反誠實守信、謙恭有禮、積極快樂都是好的生活習慣。

本年度我們把「締造希望、自強不息」定為本校輔導主題，目的是希望同學在人生道路上認同自己、欣賞自己，鼓勵自己面對順境逆境自強不息，活出

命正能量，實現人生更大的價值。作為父母，我們遇到困境亦應冷靜思考解決方法，不應怨天尤人，產生負面情緒。我們要靠自己的選擇、意志、毅力和決心去克服和接受磨練，在各種艱難的環境中建立正面心態，培養一種面對逆境仍能「自強不息」的精神。這樣，相信我們的子女必能接收正面訊息，在學業、人生態度及生活方式上都充滿期望及正能量，成就一個強大的自己。

「有甚麼的習慣，就有甚麼樣的命運」、「思想決定行動，行動決定習慣，習慣決定命運」，教育不是一朝一夕可以完成的。希望各位家長、教育工作者以身作則，身教言傳，永遠成為孩子的好榜樣。



家長學堂——抗逆力！抗逆力！

作者：岑麗娟（註冊社工，曾任香港小童群益會督導主任。）

抗逆力（Resilience）是人類天生的一種潛能，能使人於嚴重的危機後仍順利地反彈復原的能力。擁有抗逆力的人能轉化逆境令生命更強，即使面對困難、失敗和挫折都能正面積極地回應和面對。

學生常遇到的逆境		
家庭方面	學校方面	個人方面
被爸媽責備	學習一種新東西	患有疾病
跟爸媽分離	面對功課考試	不喜歡自己的外表
爸媽關係不和	爸媽過份重視學業成就	玩太刺激的遊戲
爸媽常將他與別人比較	升讀中學	害怕某種動物／物件
與兄弟姊妹爭執	被同學排斥	沒有機會做一些有興趣的事情

如何助學生提升抗逆力	
（一）提升自信心	鼓勵孩子肯定自己的優點。肯定和讚賞的話，能使孩子更有自信。
（二）增強社交技巧	鼓勵孩子與別人建立良好社交關係。朋友多的人，即使面對不合理的行為時，他們都有能力處理。
（三）正面處理情緒	讓孩子學懂表達感受，有效地控制負面情緒，恰當地疏導情緒。
（四）懂得解決問題	父母可引導孩子思考及分析各種解決問題的方法，協助他們選擇最合適的解決方案。
（五）學習處理壓力	幫助孩子認識紓緩壓力的方法，在需要時懂得主動尋求父母和老師的援助。

版權屬「香港教育城有限公司」所有。（有改動）

原文摘自：https://www.hkedcity.net/parent/challenges/page_5285930a25b719d913160000



東華三院辛亥年總理中學 第十九屆家長教師會執行委員會名單 (2016-2017)

職位	家長委員	教師委員
主席	潘蔡逸榕女士	
副主席	許李雪茵女士	黃慕貞老師
司庫	向林桂鳳女士	鄭傳媛老師
秘書	王袁靜婷女士	郭兆雯老師
康樂	黃張本明女士	劉偉春老師
聯絡	李張詠珠女士	曾詠珊副校長
總務	林陳麗芳女士	陳一欣老師 黃璐儀老師

我與你，在一起

第十九屆家長教師會會員大會暨委員就職典禮



這裏正召開本校的第十九屆家長教師會會員大會。



社工提供講座：「溝通管教有妙法」。

我們支持家長教師會舉辦的所有活動。



STEM 是把科學（Science）、科技（Technology）、工程（Engineering）及數學（Mathematics）四個學科整合，提升辛亥學子在科技發展的競爭力。



家長與班主任攜手協助孩子適應中學生活。



辛亥家校新春晚會 2017

拿紅包，兌獎品。



校長捐贈金豬一頭，為新春晚會拉開序幕。



我們家坐在第 28 桌！



老師和同學們一起大聲唱。



到了競技項目，誰的毛筆字最工整？



財神爺出場，祝賀各位同學學業進步！



清脆的搖鈴聲飄蕩空中，讓我們宛如行走在絲綢之路上。



今晚也是畢業班同學的惜別會，明天就是「溫習假期」了。

綠色親子之旅——尋奇訪勝南丫島



星期六的清晨，我們一家人走進大嶼山，瞭解中國廟宇文化。

走過泥濘上的小木橋，回憶60年代的香港漁村風情。



我們是辛亥一家人。



佛教典籍——《心經》，你看懂多少？



品嚐大澳海鮮街道上的蜜糖豆腐花。



在水一方，有粉紅色的中華白海豚。

「綠色親子之旅」攝影及心聲卡聲創作比賽



「心有靈犀」獎 5A 羅彥惠 4D 潘超略



「長幼有序」獎 2A 鄧尚沛 4A 林焯文 4D 向家傑



「形貌齊一」獎 3D 胡澤榮

「幸福笑容」獎 4A 黃鴻榮

親子閱讀講座



學會閱讀，解決你生活中林林種種的問題。



這些書本我喜歡，請你也選幾本吧！



和父母一起來學習閱讀策略。

家長也敬師



家教會主席潘蔡逸榕女士
代表全校家長向全體教職員
的無私付出致謝。

老師們，旅行收納包
送給您！放假時請
多去旅行散心。



家長教師會學業進步獎



同學們，你們真棒！



這次輪到我們
拿學業進步獎了。



家教會主席把獎學金分發給
中一級學業進步優勝者。

家長聚一聚



家長就校政與校長
交流意見。



親子教育難題，
你答對多少條？

「薑汁紅棗椰汁千層糕」製作班



我們也來學習製作糕點。



金魚造型的年糕，
祝大家年年高昇。



做港式甜品，先來
學習卡路里資料！



根據食譜行動。

「親子自製潤唇膏及驅蚊水」製作班



我們做出了高品質的驅蚊水和潤唇膏。



我們互相幫助，控制原材料的份量，根據黃金比例做產品。

舊課本買賣



我們希望同學們珍惜用品，實踐環保主義。



準備開賣！



賣家擺賣前，請先了解一下「可供買賣之舊課本名單」



中一級的舊課本全數賣光！

「開心」「果」日校園推廣計劃



每日 2+3，2 份水果 3 份蔬菜，我們做得到！



家長執委為我們提供「開心」「果」日的健康資訊。



答對了問題，獎品是一個紅彤彤的蘋果！

校服商到校服務



我們的校服尺寸絕對合身。



歡迎同學們試穿校服。

書商到校服務



學校安排書商到校服務，為同學省卻舟車勞頓之苦。