



# 恩家訊

恩主教書院家長教師會通訊

<http://www.valtorta.edu.hk>

2021年7月

## 主席的話

張配燕女士

親愛的恩記家人：

大家好！在此獻上最深切的問候，望各位都過得一切安好。

本屆家長教師會快將屆滿。在過去兩年因各種原因的影響，本會大部份的活動都未能如常舉行，減少了與老師們、家長們及同學們相聚的時刻，感謝您們的包容和體諒！

祝願新一屆家教會的活動能順暢地舉辦，期待家長們加入我們的團隊，共同扶持我們的孩子一起成長。

藉此感謝校長、老師們及家長們在過去的歲月裏，對家教會的信任與幫助，同時特別鳴謝家長教師會內的老師及家長的付出。

縱使在這段艱難的日子裏，我們不能在恩記大家庭中碰面相聚，有感無奈可惜！但大家都明瞭各有難題難事，願彼此謹守在自身的家庭中，在風雨飄搖、動盪不安中，以愛相待家人——彼此扶持、信賴、接納、包容。

家需要彼此用心經營，用愛維繫；不計較付出，不計較收穫。若家有愛，它就是我們堅固穩妥的後盾——我們的安全區、休憩處；它能讓我們身、心靈都得到滿足、幸福和安全感。家中的難題難事，需要大家後退一步、海闊天空；多行一步、互勉互勵。為了這個家，大家都不能做個懶惰的人，反之要做個積極的付出者，這個家自然會變得更好。

我們中六的孩子們畢業了，終於排除萬難能舉行畢業禮！中六畢業生好好地享受你們能擁有的一天，樂在其中。讓它成為你們美好而甜蜜的回憶和祝福！

親愛的中六孩子們，請帶著感恩的心——感激教導與陪伴你們的校長和老師，互相扶持的同學們！

祝願中六畢業生——帶著自信昂然向前走，前程萬里！

並祝願各位

活在有愛的家，幸福平安！



# 校長的話

賀妙珍校長

親愛的家長：

恩主教書院重視全人發展，全方位學習英語。校方期望由學生個人出發，並在班本、級本、社區以至世界的不同層面，提供大量英語學習的資源，營造良好的學習氛圍，鼓勵學生將所學回饋母校及社區。做法就與「修身、齊家、治國、平天下」同理，能帶來生生不息，持續發展的效應。



## 學生為本

### 暑假設銜接班 適應全新環境

恩主教關顧學生入學前的英語發展，在升中講座設示範課，並將課室搬到禮堂，邀請小六生及家長觀課，感受英文中學的英語學習環境，學校會特別挑選小學生從未接觸的企業會計與財務概論、綜合人文科等作介紹，更即場抽出約 30 名小六生，用英語上視覺藝術課，並教授他們畫水墨畫，親身體驗該校的授課模式，疫情下校方亦體貼地將授課片段放上校網，供有意入讀的學生及家長參考。

暑假期間，學校會安排一連四日的銜接課程，由外籍老師以全英語授課，讓學生正式上課前先熟習常用名詞及基本禮儀的表達方式。到開學首月，英文堂會加強教授各學科的基本用詞，透過練習打下根基。其他學科亦設銜接課，例如科學課會教授英語句式、答題技巧，利用默書幫助學生熟習生字，務求幫助他們過渡到全新的學習環境，學校更會為每個學生建立個人檔案，持續追蹤他們的英語學習進展，資料將回溯到「中一入學前香港學科測驗」成績，並加上每年校內的兩測兩考、中三的「全港性系統評估」，有助全面地評估學生的成績變化。學校也會為落後的學生安排課外輔導，舊生亦會幫忙回校支援，無償幫助師弟、師妹。



## 班本精神

### 着重跨學科學習 活學活用

我校新生會按英語能力分班，因材施教，並重視跨學科語文學習(即 **Language across the Curriculum**，簡稱「**LAC**」)，透過活動加強學生的英語會話能力。新生會在下學期分組設計攤位遊戲，由數學科老師負責指導遊戲內容，外籍老師教授活動相關的英語用詞，讓學生在 **LAC** 活動日上展示學習成果。遊戲過程需用英語對答，外籍老師會擔當司儀搞氣氛，訪問同學感想，創造輕鬆愉快的學習氣氛。到高中階段，學生需在中三、四級的數學課本上抽出一條題目，用英語拍片記錄拆解過程，讓同學自由採用合適的教學形式，扮演「小老師」角色。學校更會儲存優秀的影片，供日後師弟、師妹面對疑難時參考。學生將所學回饋學校，比起單純完成一份只供教師閱覽的習作，更具意義。教師會要求學生儘量不重複選題，有助建立資料庫，期望之後能做到「同學教同學做」。

跨學科協作在其他學科亦有實踐，將成果融入平日的學與教之中。在電腦課上，學生需要針對同學的報告，給予有建設性的回饋，有助鍛煉英語表達技巧，並讓他們明白到英語在不同範疇都可以活學活用。網絡世界與社會密不可分，就算是英語的訓練亦不再局限在紙張之上。因此，我校與教育局合作進行名為「**Effective Use of Digital Media**」的先導計劃，訓練學生的批判性思考及創意。中三英文課會進行環保單元的延伸學習活動，要求學生設計電子傳單，如呼籲大眾停止食用魚翅，過程中學生要學習搜集及篩選資料，並結合新媒體，撰寫出有說服力的文本，不但訓練學生測考的能力，更希望能培養他們的素養。



## 級本精神

### 專題研習 有聲書助自學

級本層面強調自主學習，學校特為中一生採購 STEM 模型車部件，並提供小冊子供他們考試結束後在家自學。中二全級設分組專題研習，分為科學、人文學科等不同範疇，學生要自行擬題探究，例如當他們撰寫實驗室報告時，需要準確而有技巧地運用英語陳述事實、成因等，過程幫助訓練他們的英語寫作能力。最後，每個組別的優勝者要在周會上用英語介紹作品，學校更會邀請家長前來，一起分享同學的自學成果。



恩主教亦致力推動閱讀文化，鼓勵自學，每個循環周設一節閱讀課，老師另會邀請學生製作有聲書，書本題材可以自選，經過教師的指導訓練，配上簡報製作成約 5 分鐘的動畫，在閱讀課上播放，給予適合靜態學習的學生一個自我表現的好機會，幫助他們建立學習英語的方法。由同學讀同學聽，更感趣味之餘，亦會因為同儕的表現而激發起學習動機。本校亦有意繼續讓學生負責推介英文書，做到「Train the Trainer」(培訓導師)。





### 校本活動

#### 多元活動 誘發興趣

校園各層均設漂書角，當中的讀物更是飄洋過海而來。最初有位神父認識澳洲及美國的教友，後由教會收集他們的捐書，再獲恩人負擔 30 箱書的運費，最後經老師篩選上架，因此，每本書都是得來不易的寶貴資源。漂書的精神是物主無償捐書，讓書籍仿如漂流瓶般邂逅下一位愛書人。當海外的書籍越洋抵達恩主教，學生同樣可以自由取走，或選擇交到下一位同學的手上，推廣閱讀。其他的校本支援除了包括午間英語角等課外活動，培訓英語思辨能力的辯論隊。今年尤其受到新生歡迎，他們更在校外比賽中奪得新界區冠軍。Toastmaster(即席演講)課程要求參加者在 3 分鐘內回應題目，訓練口才，亦吸引到一些初中學生參加，該活動更與沙田區英文中學聖公會曾肇添中學合辦，雖然疫情下兩校學生不能見面，但同學反應依然熱烈。

中四的班際英語話劇比賽是恩主教的重頭戲，勝出班別會向全校公演，成為校內文化一部分。老師只會從旁指導技巧，劇本、服裝、化妝、排練全由學生一手包辦，過程不但能發掘他們的潛能，亦能提升全班的凝聚力，成為學生學習生涯難以忘懷的印記。疫情下比賽被迫叫停，學校為重建正面的學習氣氛，在英語周加入獻歌環節，讓學生點歌之餘，亦給同學及老師寫上睿智的話語，互相激勵。此外，學校經常會邀請作家來校分享，包括請本地詩人教授高中生寫詩，透過不同活動讓他們明白，學英語不應只為考試。更能提升自己的語文鑑賞及創作力。

學校亦替恩主教教育基金籌款，幫助有需要的學生，提供實踐的寶貴機會，讓他們活用企業，會計與財務概論科的課堂知識，學生需要構思商品項目，策劃營銷方針，更要使用商業英語撰寫建議書、預算等，進一步磨練不同範略的英語应用能力。此外，受疫情影響，學校未能帶學生參觀北京的姊妹學校，因此特別購入平台軟件，以 VR 技術進行交流，請校內同學用英語向內地學生介紹校園。

## 世界視野

### 回饋交流 貢獻社區

我校學生每年亦會籌辦社區性的月餅罐收集比賽，並在禮堂下的空地展示成果。去年更發揮創意，將月餅罐推砌成骨牌，吸引同學的注意。此外，畢業於天主教聖母聖心小學的校友每逢周六會回到母校擔當英語大使，協助小學生進行英語活動，貢獻社區，回饋母校。

曾參加加拿大交流團的學生會在周會上以英語分享旅程點滴，期望學生在世界的層面上理解到英語與個人發展息息相關，又曾安排同學在暑期到澳洲及紐西蘭參與為期三周的英語學習及交流活動，跟當地同學一起上課。



## 社工分享一遊·牧社工

駐校社工- 查濟偉先生(偉 SIR)

各位大家好！我是新來的「遊·牧」社工，「遊」是因為我會在不同的學校遊走，所以留在恩記書院的時間只有星期一，四及五。「牧」是因為我會在牧養青少年生命，感恩有機會在這個恩記家庭工作，與各位老師同工，與各位家長同行，與各位同學一同成長。

過去是特別的一年，由於疫情關係，不論是學校或家長，都面對新的生活模式，或許有些家長能夠在家工作，而學生亦面對「停課不停學」的居家線上學習，好處是彼此多了時間相處，但亦帶來不少的「強烈的溝通」。聖經中提到一節經文：「他必使父親的心轉向兒女，兒女的心轉向父親」。我曾接觸過的家長，就是未能彼此的轉向對方，在家中「緊密」的關係上，往往建立在事務上。例如：「點解仲未做功課？仲打機！唔做功課不如打掃下屋企啦。」如果子女不處理這些事務，久而久之，衝突就慢慢展開，父母與子女之間猶如打仗一樣，外憂疫情與功課，內有關係角力。事實上，在面對天災人禍之下，彼此都面對不同的適應，家長擔心工作的安排；子女亦面對學習及社交的生活改變，他們不再有團體生活，唯一可以聯繫到社交或學習就是電話/電腦，但電話/電腦亦限制人的關係，畢竟文字是冷漠的，視像是不清的，作為家長，如何引導子女平衡生活是重大挑戰。

正如上述經文提到，我們的心應如何互相轉向？首先要願意關心及聆聽，聖經亦提到：「人要快快的聽，慢慢的說，慢慢的動怒。」這裡「快快的聽」是指專注地聆聽對方說話，能易地而處（同理心），讓對方先把說話說完，不立即加以批判；「慢慢的說」是指慎言，根據和諧家庭網站的調查 — 青少年眼中父母的 10 大最 hurt 說話，頭三名分別是：「睇人地幾叻，你學吓人啦」、「死蠢/無腦」、「讀書又唔見你咁叻」，而青少年階段的自我價值建立在認同感之上，如果家長看成績等同於一切，那麼孩子就會連結到好成績就是成功，成績差就是失敗者，而成功的定義是否只是單一標準？面對著大風大浪的社會環境變化，抗逆境的能力亦同樣重要，所以慎言與多方面的欣賞宜多做多學，最後的是「慢慢的動怒」，或許有些時候真的會令彼此生氣，這是人之常情，但如果我們很快宣洩心中的怒氣，有些行為及說話會衝口而出，造成一個永久的心理傷害，即使花了 10 年去建立的一段關係，但只需一句說話亦足以摧毀，如果真的十分生氣，不妨離開現場冷靜一下。

管教與順服往往是雙向的，但我相信正面的溝通與接納能讓彼此達成共識，希望我這「遊·牧」社工，在遊走的期間，亦能駐足於「恩記」，發揮「牧」的職份，協助學生與家長走向和階的關係中，未來的路依然要走，學習如何適應社會的環境變化，是大家共同努力的，盼望未來能夠與大家為下一代建立良好的生活及學習環境。

## 「家長教育無界限」計劃一家長分享

### 1C 孔繁霖家長

隨着小女由小學踏入中學階段，我也帶着感恩的心嘗試融入恩主教書院的大家庭。這個由東亞家長教育促進會負責的「家長教育無界限」計劃，目的是希望通過手機平台，令因工作無暇經常親身參與學校講座的家長們，可以利用空餘時間，有機會與其他家長溝通及共同研習學習。

剛聽到這個計劃的介紹，我感到很好奇，也佩服設計者、教育人士的用心！的確，對於教育孩子，相信每位家長都有心，但卻有各種各樣的局限，顯得無助，因此有專業人士的引導，有家長們的同行，促使我很踴躍地報名參加。其實當孩子一出生，如果走對了路，教養孩子是一件容易的事情；但如果發現走錯了，便要加以提醒，令她走向正路。這個摸索過程真是不易，所以我們要「活到老學到老」，再接受家長教育！

家長教育計劃為期四個星期，一同參與討論四個個案，導師們及家長們都不放棄任何細節及空餘時間積極去研究所面對的情景與想法，更無私的分享個人的經驗以及親職教育知識。期間我盡可能利用自己的時間去學習，聽到很多新的觀點，例如：「六何法」、促進親子關係的「愛心存摺」、善用「我的訊息」及「五種愛的語言」等技巧締造和諧的家庭生活。每個個案都讓我領會觀察的重要性；如何教導孩子理財及自我管理；掌握正面了解事情發生的原因，學會發掘案例所隱藏的問題……也從大家共同尋找可行的解決方法中學到如何處理親子衝突、如何令親子關係更親密。

再次感謝這個教育計劃總負責人吳焯元博士及梁維基先生、梁黃婉玲女士、余馬婉君女士，感謝他們引導家長們再次出發，進入深層的親職教育學習，向前踏上更完美的家長之路！

### 1C 洪梓竣家長

我非常感謝學校提供一個既方便又具實際效益的學習平台，在個案討論中讓我既學習到別人優質的教導方法，亦能夠發掘到自己的不足而作出補救，對往後我怎樣教導兒子有了更清晰的方針。「做到老學到老」，希望家長們繼續努力！





## 1D 楊錦俊家長

您們好！我是今年新加入恩主教大家庭的中一學生家長，有幸能參加「家長教育無界限」Whatapps 群組。在平台內，通過家長們的無私分享，讓我更明白自己在教養孩子的不足，明白到「亦師亦友」的相處模式是最好的陪伴，互相學習才能建立更好的親子關係。

## 2C 陳柏熹家長

好開心能參與「家長教育無界限」親職家長培訓計劃。有幸成為其中一員。

感謝學校得到恩人贊助，請來專業家長教育團隊人員，在 2 月至 3 月期間的四個星期裡，透過 whatsapp 作為平台，與 32 位中一、二的家長一起進行個案討論。

在過程中，家長可隨時、隨地、隨心圍繞個案作分享，從中家長們能互相提醒及鼓勵。

我從此活動中，分享自己的親職經驗，並學習其他家長與子女和諧的相處模式，再作參考，用在我與柏熹的關係上，陪伴柏熹經歷不一樣的青春。

在艱難的疫情中，能在親子關係中注入正能量元素，實在非常難能可貴。

再次感謝學校、校長、導師們。

## 2C 侯日建家長

本人透過恩主教書院推薦，獲邀加入「家長教育無界限-手機平台家長教育計劃」感謝家長教育協助員 Shirley、Felix，在每個個案中作出清晰的指引、分析和總結，也謝謝各家長們分享不同的寶貴經驗和感受，每個個案都令我印象深刻，獲益匪淺！在我未參與這計畫之前，我是一個比較情緒化的媽媽，經常對著子女發脾氣，從而令到和子女之間時常產生衝突。參與之後，我從中學習到與子女應該如何相處的技巧，例如：善用五種愛的語言；明白到有時事情未必適合即時處理，可待冷靜後再與子女分析，再表明自己的擔心；嘗試改變自己的心態，多换位思考，不帶指責/命令，不強行停止子女正進行的活動等等，這讓我們親子關係更融洽。

## 活動回望

### (1) 中六畢業祈禱會 (26/2/2021 星期五)

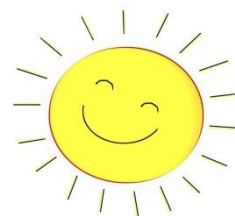
當天為中六同學最後上課日，全級聚首一堂。每班委派代表分享在校六年，一起共同進退、有笑有淚的寶貴時光，為中六畢業生祈禱及打氣。家教會致送吹夾予中六畢業生留念。

### (2) 聯校家長講座—抗逆力大挑戰 (8/5/2021 星期六)

疫情期間，子女們都面對不同的挑戰。作為家長，我們如何可以培養子女的抗逆力，好讓他們能迎戰困難、增強自信，並勇敢地離開「安舒區 (comfort zone)」，迎接成長中種種挑戰。本會聯同天主教聖母聖心小學家長教師會，邀請註冊職業治療師溫成顯先生到校主持聯校家長講座。

### (3) 舊書轉售及校服轉贈 (13/7/2021 星期二)

舊書轉售及校服轉贈既環保又不浪費資源，讓學生學習善用及珍惜。



# 外借書籍

借還方法：

(1) 登上本校網頁選取：

[https://www.valtorta.edu.hk/CustomPage/30/PTAlib\(13-12-2019\).pdf](https://www.valtorta.edu.hk/CustomPage/30/PTAlib(13-12-2019).pdf)

(或www.valtorta.edu.hk(學校網頁) → PTA → 資源 →  
家教會圖書角書目)

(2) 每位會員每次可借 3 本書，期限為一個月。

(3) 請先填寫下表，然後著 貴子弟交圖書館職員辦理手續。

(4) 如有遺失，請自行購回該項目，以作賠償。



## 家長教師會圖書角借書表

書 號：	_____	書 名：	_____
家長姓名：	_____	學生姓名：	_____
家長簽署：	_____	就讀班別：	_____
聯絡電話：	_____	學 號：	_____
借書日期：	_____	還書日期：	_____

