



# 中華基督教會全完中學



家長教師會 家長通訊 2016年7月

地址：新界葵涌上角街15號

電話：2420 5050 電子郵件：cyc@chuenyuen.edu.hk

學校網頁：http://www.chuenyuen.edu.hk/

家長教師會網頁：http://www.chuenyuen.edu.hk/~cyc-pta/

## 主席的話

有很多家長都不喜歡子女看電視及上網，但最近我在看電視時卻發現「原來最重要的東西一直在家裡」。這句話是來自演員劉丹在電視劇《愛回家》的對白。《愛回家》最後一集講到馬家發現曾孫馬家好失蹤。各人回想馬家好失蹤前的情境，其中一人突然想起曾有陌生人於酒店走近馬家好的嬰兒車，猜測馬家好是在酒店失蹤。馬家於是馬上報警。除馬家各人外，劇集內其他演員都一起前往搜尋，同時拍片上網作出尋人呼籲，昆哥亦召集江湖人馬尋人，曹總和超人更分別懸賞百萬元。眾人折騰一夜都找不到馬家好，馬虎十分沮喪。回家後，馬子仁隱約聽到馬家好的哭叫聲，各人竟然在紙箱中發現馬家好，馬虎不禁失笑指「最珍貴的原來一直在家中」。劇情雖然有點誇張，但當中帶出的信息大家又知道嗎？「原來最重要的東西一直在家裡」。

幾個月前，我聽說歌手鄭欣宜拍攝了一段感人的短片—《回家吃飯Sep 2015》，於是上網觀看。短片訪問了許多人，了解他們有多久沒回家吃飯及沒回家吃飯的原因。短片原是給製作人一個驚喜，他因為工作繁忙，已有幾星期沒回家吃飯。他的母親只想兒子能嚐到自己做的飯菜，特別是鹹魚蒸肉餅。製作人用餐時，以為自己吃的是外賣，但後來鄭欣宜與他的母親一同現身，製作人喜出望外，感動萬分。鄭欣宜看到製作人跟母親一起吃飯，頓時憶起昔日她總以不同的藉口不回家食飯，如工作、約會等，但現在她已沒有機會再嚐媽媽做的飯菜。後來，團隊給她一個驚喜，做了一些她母親以前做過的飯菜，欣宜馬上哭了起來。她很掛念媽媽，很想跟媽媽分享喜與憂，可惜再沒有機會了。所以，她提醒我們要多點回家吃飯，珍惜身邊人。父母們，其實看電視及上網不一定是壞的，只要懂得選擇及安排時間，有很多好的作品等待我們欣賞。

這兩個故事令我回想起自己的子女，由發現懷孕開始，過程已很辛苦，早期每天嘔吐，漸漸腰痛、大腿和腳部疼痛、下腹脹痛、暈眩、疲倦、嗜睡、下肢靜脈曲張、肌肉痙攣等。經過四十周，孩子終於出生了。由他們呱呱墜地至現在亭亭玉立，當中有喜有悲。小朋友總有生病的時候，相信父母都經歷過孩子發熱不退，幾天不眠不休的日子。之後，父母還要為子女安排入讀幼兒班、幼稚園、小學、中學，甚至大學。父母的憂慮又有多少人了解呢？除此之外，如何教導孩子是最大的難題，初為父母都需從失敗中學習，這個方法不奏效，下次試用其他方法。有時候，同一方法運用在兒子及女兒身上效果都不一樣，所以作為父母的我們是需要不停學習的。

後來，孩子漸漸長大，離開父母，父母必定會感失落。每天期望孩子回家吃飯，就像短片的那位媽媽一樣。而我都是父母的孩子，每當媽媽問我會否回來吃飯，我必定答應，因為爸爸已不在，我希望可以多點回家跟媽媽吃飯，多點跟媽媽去旅行，讓她看多一點。爸爸臨終前都沒有到過外地旅行，一生只是工作，之後他生病，短短幾個月便去世，一生勞碌，沒有半點享福，所以我希望媽媽可以享受多一點。媽媽開始行動不好，可以的話，我希望可以再多去一點地方，同時也希望做一個好榜樣，因為父母是孩子的榜樣，將來自己的孩子也可以多回家吃飯，因為家門永遠為孩子而打開！孩子們，無論你們有什麼問題，家人永遠在家等待你們，與你們一起分享喜悅與哀愁！



# 學校關注事項

## 電子學習 (e-Learning)

劉國強副校長

近年，經常聽到電子學習、網上學習等學習模式，究竟這些學習方式有什麼優勢？

學習的定義是「透過教授或經驗而獲得知識、技術、態度或價值的過程，從而導致可量度的穩定的行為變化」。學習必須倚賴經驗才可有長遠成效。在過去二十多年，電腦、資訊及通訊科技的發展一日千里，方便及普及程度大大提升。藉著這優勢，老師及學生可透過電子媒體促進教與學，但重點仍然應該放在學習過程上。透過電子教學，教學可更互動。老師可安排更多以學生為本的教學活動，更有效照顧個別學生的差異。

全完中學透過資訊科技組的周詳安排，全校「wifi900」項目已於二零一五年九月完成。同學已可使用流動電腦平台，進行各類的學習活動，如小組討論、問答、模擬實驗、收集數據、課堂預習和重溫等。本校盼日後能「一人一機」，以致無論在課堂內外均可有效地按照各人的需要和進度，使用電子教材進行學習。

學校的目標是要讓電子學習成為有效的學習模式，透過廣泛運用電子學習資源，務求促進學生學習的成效，讓他們具備高階思維能力，掌握處理資訊(包括尋找、評估、組織和表達)的全盤方法，並養成終身學習的習慣，使我們的學生能夠在瞬息萬變的世界中佔有優勢。



# 活動花絮：「學習廣角鏡」



家教會於3月14日至5月30日期間舉辦了「學習廣角鏡」活動，  
為中一至中三學生提供中文、英文及數學科的學習支援。

## 課程資料

學校名稱	中華基督教會全完中學
活動/課程名稱	中一至中三級 中文、英文、數學提升課程

## 整體課程評估

評核內容	學生認為課程對他們學習有幫助
1. 課程有否增進你對中文、英文、數學的知識及技巧？	93%
2. 課程有否配合你學習上的需要？	92%
3. 課程對你日後的學習有否幫助？	90%

## 導師表現評估

評核內容	良好或優良
1. 導師講課清晰程度。	81%
2. 導師授課熱心程度。	90%
3. 導師教學認真程度。	89%
4. 導師教學技巧。	83%



## PICNIC DAY



2A Lau Shun Ying Ivania

The Parent- Teacher Association picnic was held on 24th January. That day was the coldest day for 59 years in Hong Kong.

My parents and I arrived school very early on that day. As my mother is the committee of Parent- Teacher Association, she was responsible to take the attendance of the outing and I was her assistant. The temperature was too low so all the games were played in the school hall. My best friend Jenny and I had joined two games and we found the games were quite exciting. Although we lost in the game, friendship was more important to us!

On the coach, we had a fun time. My mother had prepared some IQ questions with prizes. The atmosphere was lively as the schoolmates and parents answered the questions enthusiastically. When we arrived at the Clear Water Bay, the temperature was 2.9°C. It was freezing, people got off to take photos then rushed back to the coach. Then we had our lunch in a Chinese restaurant. After that, we walked in Sai Kung Town before going home.

The weather was really disappointed and spoiled some itinerary, my parents and I enjoyed the outing though. Hope next year our outing will go under sunshine!





## LUNAR NEW YEAR'S GATHERING

Mr. Daniel Ko

Thank you Lord for your blessings! On 20th April, 2016, the weather was fine. The Parent-Teacher Association organized the Chinese New Year party in the afternoon, right after the Parents' Day of the year. There were 55 participants, including the Principal, teachers, parents and students, joining our gathering.

At the beginning of the party, we all sat in a circle. Miss Yeung led the ice-breaking game "musical ball". The "winners" needed to introduce themselves and sing a song out loud! When we got the ball, we quickly passed it to our neighbour. When music stopped, the "winners" were thrilled! Everybody gave them a big hand for encouragement, so all of them sang out a wonderful song happily.

After the game, we shared our delicious food together. The homemade food was the most popular - sandwiches and chicken wings, Chinese dumplings and noodles, Sichuan spicy sausages and the Principal's signature dish Chinese beef brisket stew, rainbow jelly, cookies and all kinds of desserts. Two students had made a cake for the party too. The food was all yummy, and all of us were really talented and generous.

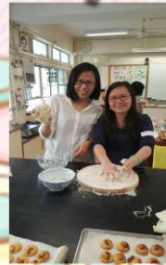
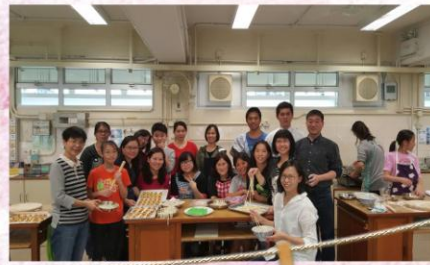
At the end of the party, we had a lucky draw. The gifts included supermarket cash vouchers and kites. Besides, our PTA's chairlady also contributed her handmade scarfs as the gifts. Most of us could receive a gift. We all felt happy and warm.

At last, on behalf of PTA, we would like to give thanks to all the participants for their presence and involvement so that we could have a fruitful and unforgettable day. No matter what the academic results their boys and girls had achieved, all of us enjoyed being together on that day. We are looking forward to meeting you next year.



## 義工家長興趣班-烹飪班

興趣班於2016年3月19日(星期六)下午二時至四時於本校家政室舉行。當天共有多個義工家庭參與，由家長義工梁嘉茵女士教授製作餃子麵及家長義工陳純純女士教授製作腰果酥。



## 學校圖書館圖書檢測

感謝家長義工抽空參與學校圖書館盤點工作，盤點工作得以順利完成。  
參與盤點工作的家長義工：



組別	班級	學生姓名	家長姓名	組別	班級	學生姓名	家長姓名
紫組	2B	周世君	周健先生	藍組	1C	陳泳瑤	陳凱芝女士
紫組	2C	李諾	關建飛女士	藍組	1D	湯浩然	周詩華女士
紫組	4C	林毅俊	盧靜女士	黃組	1D	徐樂欣	黎梅珍女士
綠組	4E	彭詠詩	李倩微女士	黃組	1D	張樂林	甄惠屏女士
綠組	5B	王恩瞳	楊菲菲女士	黃組	3C	陳小慧	廖彩鳳女士
綠組	5D	葉尚釗	葉啟明先生	黃組	4D	施晉諾	陳純純女士

# 北京航天科技服務之旅

本校德育及公民教育組與通識教育科於2016年3月23日至26日聯合舉辦北京航天科技服務之旅。是次活動除前往參觀北京的古蹟及博物館外，更帶領學生到北京石景山社會福利院服務，探訪當地長者。

5A 林琦玲

在四天的北京航天科技服務之旅中，我們到了水立方、鳥巢、王府井大街、故宮、慕里長城、天安門廣場、南鑼鼓巷、北京航空航天博物館等景點。從參觀宏偉的著名建築物至富有北京特色的胡同小巷，我們盡了解北京的文化以及在科技上的發展。

首先，令我印象最深刻的是到北京航空航天博物館參觀。館中展出了中國多架大型飛機模型及多種火箭部件，讓我能了解中國科技的先進發展。

此外，登上蜿蜒曲折的慕里長城，使我親身體驗到中國古人的堅毅。我們小心翼翼拾級而上，往下望的畫面更讓我們觸目驚心，真的難以想像古人是如何在缺乏機械協助下興建這條壯麗的長城。

除參觀不同的景點外，我們更到了當地的老人院服務。我們分為三組：第一組負責和長者一起唱歌、第二組負責和長者一同健康拉筋、我們組則負責示範太極。即使我們的太極缺乏功架，但公公婆婆仍給予我們熱烈的掌聲和適時的鼓勵，彼此亦樂在其中。

在這四天之旅中，我們不僅參觀了北京著名的景點及了解到中國現代航空科技業的發展，更透過服務學習中獲得與長者相處的機會。是次北京之旅可謂拓寬眼界，獲益良多！



# 獲獎消息

## 家長委員獲嘉許

我畢業了！

很高興有機會修讀「朋輩家長輔導員」課程，整個課程令我對兒童及青少年的成長及親職技巧有更深入的認識。在學習的過程中，使我更明白自己，更懂得適應環境、面對難題和解決困難。更難得的是，我認識到一班來自不同家庭的家長，大家都為著同一目標努力學習，發揮助人自助的精神。

陳純純女士

恭喜家長教師會家長委員陳純純女士修畢「朋輩家長輔導員」課程。



## 職工獲獎

蔣偉光先生

我為何捐血維持了29年之久？我從1987年開始第一次捐血。當時的我是一個23歲的年青人，但因患有言語障礙，不容易與別人，甚至家人溝通，可說是根本沒有人明白我。有一次，我更被人稱做「廢柴」。自此之後，我就開始思考，我要做些甚麼來證明我不是「廢柴」！

有一天，我送貨到中環時，看到一輛捐血車停泊在天星碼頭旁。我想了約15分鐘，因之前從未接觸過或了解過捐血的過程，所以我有點害怕。那枚粗粗的抽針會否令我疼痛萬分呢？但最後我下定決心，作出我第一次的捐血行動。直至今今，我仍定期作這件極具意義的事！

最初，我捐血只是想獲得認同，證明自己並不是「廢柴」。可是，在捐了血幾年後，我才知道有很多人需要O型血，所以我便繼續這個有意義的行動。直至今今，已經是第100次了。不過，我還會繼續捐下去，希望可以幫到更多有需要的人。

恭喜本校職工蔣偉光先生於香港紅十字會輸血服務中心捐血達100次，並榮獲紅十字會嘉許。感謝蔣先生的無私奉獻！盼望大家能一起參與捐血救人及器官捐贈等極具意義的行動，把愛和希望獻給他人。





# 學生獲獎

尤德爵士紀念基金高中學生獎 2015-2016	6F	杜文瀚	
荃灣、葵涌及青衣區傑出學生選舉 2015-16 優異學生獎	5D	余健鋒	
全港中學學界廣告實橋王 2015-2016 高級組品牌大獎(紫花油)	4D	許遠龍	4E 林筱珊
	4D	羅曉琳	4E 梁嘉恒
	4D	莫穎科	4E 沈錦榮
	4E	林國欣	4E 黃子俊
第十屆「文化新人類 — 青年領袖獎勵計劃」 進步獎	4B	劉綺婷	5E 陳頌華
	4E	吳洛琳	
第十屆「文化新人類 — 青年領袖獎勵計劃」 積極參與獎	4E	葉凌暉	5D 鍾詠琳
	5C	潘家莉	
全港中學學界虛擬商城橋王爭霸戰 季軍及最具創意大獎	5A	陳敏芝	5B 梁復豪
	5A	何樂晴	5E 徐子慧
	5B	區嘉琪	

## 數學

真光女子數學邀請賽 2015 優良	4E	古鈺	
----------------------	----	----	--

## 科學

香港中學生生物奧林匹克比賽 2015/2016 一等榮譽	6E	張顯騰	
香港中學生生物奧林匹克比賽 2015/2016 三等榮譽	6D	黃若妍	6F 余復樂

## 體育

葵青區分齡網球比賽 2015 男子單打青少年組冠軍	2D	李凌堯	
葵青區分齡網球比賽 2015 男子雙打青少年組亞軍	2D	李凌堯	
葵青區校際田徑錦標賽 2015-2016 男子丙組推鉛球第二名	1B	林嘉豪	
健康生活計劃清新籃球友誼比賽 季軍	2B	吳偉豪	4C 林毅俊
	2B	譚碧峰	4E 梁銘希
	3B	陳展鋒	5A 姜家豪
	3C	潘文禧	5B 薛國麟
	4A	劉錦熙	5C 唐易謙
	4A	潘熹	5C 黃偉傑
	4A	黃健誠	5C 邱建泓
	4B	梁俊怡	6C 林學軒
4C	黎頌賢		
葵青區校際田徑錦標賽 2015-2016 女子乙組推鉛球第一名	3C	李文恩	
2016 省港澳青年排球埠際賽 (女子青年隊) 女子青少年組冠軍	5B	王凱琪	
中學校際排球錦標賽 2015-16 小組亞軍	3A	甘禮瑜	4E 許爾殷
	3A	盧浩儀	4E 吳洛琳
	3C	李文恩	4E 彭詠詩
	3D	梁焯琳	5B 胡曉晴
	4A	張宇妃	5B 王凱琪
	4A	楊詠珊	5E 余溫儀
屈臣氏集團香港學生運動員 2015-2016 香港學生運動員獎	4C	鄧雅靜	6C 黃詠
	5B	王凱琪	

## 朗誦

第 67 屆香港學校朗誦節			
中學一年級男子組詩詞獨誦 (粵語) 優良(冠軍)	1A	韓瑞翔	
中學一、二年級女子組散文獨誦 (普通話) 優良(季軍)	2D	黃子芸	
中學五、六年級男女散文合誦 (粵語) 優良(季軍)	5A	周凱翹	5C 倪靜婷
	5C	區德成	5C 潘家莉
	5C	陳紫晴	5C 司徒諾婷
	5C	陳玉婷	5C 唐易謙
	5C	周蓉彤	5C 蔡一水
	5C	周慧穎	5C 黃嘉輝
	5C	周永俊	5C 黃汶軒
	5C	范例	5C 王心濤
	5C	許浩謙	5C 王秀華
	5C	甘若琳	5C 黃偉傑
	5C	郭嘉恒	5C 楊帆
	5C	林浩朗	5C 邱建泓
	5C	劉健邦	5C 余順琳
	5C	劉倩伶	5C 余蘊慈
5C	劉悅琪	5C 袁嘉穎	
5C	李美嫻	5D 嚴穎湘	
5C	李沃平		
詩詞獨誦(英語) 第二名	2A	吳卓欣	
詩詞獨誦(英語) 第三名	1B	潘智軒	5B 楊子晴
二人朗誦(英語) 第三名	5A	呂珊珊	5A 林玲玲
詩詞獨誦(英語) 優良	1A	胡展禧	1D 葉芊衍
	1A	韓瑞翔	2D 彭思睿
	1D	錢海晴	2D 黃子芸
二人朗誦(英語) 優良	4B	李凱盈	4B 吳保怡
個人短誦(英語) 優良	3A	高曼峰	4A 羅曉晴
	3A	黃婉媛	4A 黃慧然
	3C	胡嘉茵	4D 許焯琦
第二十二屆聖經朗誦節學校組中四至 中六級二人對誦 (廣東話) 優良獎	5A	陳敏芝	5A 呂珊珊



## 人物訪問- 外籍老師分享

### WHO IS MR. DUNLEA?

Ronan Dunlea was born in children. His older sister is a His father was an accountant a part-time tour guide and



After leaving school, he Arts in psychology for 4 years He thought the course was want to pursue it as a Australia for a year and got a job as a travel agent!

Dublin, Ireland in 1978. He is one of three lawyer and his older brother is a psychiatrist. (but has now retired) and his mother works as housewife.

went to university and studied a Bachelor of including one year living in Madrid, Spain. very interesting but later decided he didn't career. Instead, he went to Sydney,

He returned to Dublin after a year and continued working in a travel agency. Later, he heard about an opportunity to teach English in Japan and decided to apply. Luckily, he was accepted on the programme and moved to Osaka where he learned a lot about Japanese culture and language and finally decided what he wanted to do with his life: teach English to foreigners!

Do you know the Hello Song? Watch this funny video of Mr. Dunlea teaching this song to Japanese kids: <https://www.youtube.com/watch?v=GI1xdH3Uewg>

He returned to Europe after 3 years of living in Japan and Madrid where he found a job in a language school. Later, he Education and became a qualified teacher. During this course, of new techniques and set up his own blog about the <http://ronandunlea.blogspot.ie/>



moved back to did a Master's in he learned a lot environment:

Then, he the chance to culture had landed a the road from



He worked French classes classmate! She dislike decided to heard that a school called Chuen Yuen was looking for a NET and the rest is history, as they say!

heard from a friend who was living in Hong Kong about work as a Native English-speaking Teacher there. Chinese always interested him so he decided to apply and teaching position with Buddhist Sin Tak College, just down Chuen Yuen College!

in BSTC for 4 years as their NET and during that time took in the evening. In his first lesson, he met his future wife - his is from Guangdong province (so please don't tell him if you Mainlanders!) They got married a year later and then move back to Spain once again. A few months ago, he

## WHERE IS HE FROM?

Mr. Dunlea is Irish. Here are some quick facts about his country, the Republic of Ireland:

- It's an independent state in the European Union
- The capital city is Dublin
- The currency is the Euro (not the British pound!)
- The population is about 5 million
- Hong Kong has 7m but is 64 times smaller!
- It is the birthplace of Halloween (oooooh!)
- There are 2 official languages – Irish and English
- 85% of the population are Roman Catholic
- The most popular food is the potato
- St. Patrick's Day (17th March) is the national day.



On this day, people around the world will dress in **GREEN** (the national colour!)

- National symbols are the harp (a musical instrument), the shamrock (a green leaf) and leprechauns (little men who are very lucky but even harder to find!)
- If you ever visit Ireland, don't forget to bring your umbrella because it rains A LOT!!!
- Watch Irish dancing here:

[https://www.youtube.com/watch?v=w0v\\_pu6miJ8](https://www.youtube.com/watch?v=w0v_pu6miJ8)



## WHAT ARE HIS HOBBIES?



In his free time, Mr. Dunlea likes hiking, swimming, watching nature and science programmes (and movies of course!), and playing squash and badminton. As he used to sell holidays for a living, he also loves travelling the world and learning languages.

This a photo of Mr. Dunlea's class when he was only in Form 1! Can you find him?

本校的學校社工連同輔導組及教育心理學家於三月晚上為初中家長安排了一個有關「青少年流行文化」、「青少年的煩惱」及「青少年的溝通模式」的講座。講者為香港基督教服務處駐本校的社工冼月圓姑娘，黃雅文姑娘以及駐本校的教育心理學家謝凱能先生。

初中學生正處於面對升中的轉捩點及踏入青春期的階段，除了需適應外在環境的轉變外，踏入青春期的生理變化亦促使他們於情緒、行為及思考模式上的蛻變。

為了讓家長更了解現時青少年的轉變及成長需要，透過認識現時的流行文化及了解他們於這個階段中面對的困難及挑戰，有助父母調節他們的管教模式，從而作出有效的親子溝通模式。

## 1. 認識你的子女 —— 青少年成長心線

爭取獨立	反叛性強	自卑感重、 自尊心強	找尋認同的 對象	開始注意異性
1. 事事希望自己抉擇，不願長輩多問，最怕別人代他安排一切。	1. 你越是壓迫他，他越是你作對。 2. 「包拗頭」，事事和你爭論，從而肯定自己的觀點。	1. 喜歡別人記得及稱讚自己，想得到別人的注意。 2. 經常與別人比較。 3. 對自己樣貌、身材等非常敏感。	1. 崇拜英雄、歌星、明星。 2. 模仿偶像的言行打扮，欠缺主見。	1. 注意外表及自己在異性面前的表現。 2. 對異性產生好奇心，但覺得迷惑。

## 2. 青少年的處境/煩惱

生理	荷爾蒙分泌旺盛	--> 情緒容易起伏
認知	尋索個人身份價值	--> 容易質疑自己的價值
環境	學業/朋輩/家庭	--> 壓力源



## 3. 如何面對青少年的煩惱

*忌：	
過份介入	不停分享個人意見/教導子女
否定情緒	怪責子女有負面情緒
視而不見	對子女的負面情緒表示質疑的態度
以負制負	認為自己需要負上責任 災難化事件
宜	
提升子女自我效能感	1. 每個負面經歷都要賦予正面的價值。 2. 做得好/小進步，立刻加以肯定。 3. 做得不好，檢視過程中忽視的難處，幫助認識自己，肯定這些難處是他們生命中的養份。