



# 保良局莊啟程第二小學

P.L.K. Vicwood K.T. Chong No.2 Primary School

電郵: mail@plkvkctc2.edu.hk 電話: 24621722 地址: 屯門良才里2號 傳真: 24627901

2025年  
2月

## 校長的話

我們常鼓勵學生作不同嘗試，本年度上學期，學校亦曾為學生帶來各範疇多媒介新設的學習活動，讓學生透過不同的方式進行學習。

首先，學校於24年10月10日首次舉行多元學習日，讓各級學生進行不同類型的學習活動：一、二年級同學按老師的指示，完成各種學習任務，透過這些任務進一步加強自學的能力及精神；三年級及六年級的同學在校進行正向藝術活動，學生可以選擇自己喜愛的藝術活動，在悠和的音樂襯托下，邊調節自己的呼吸及情緒，邊進行藝術創作，如乾花拼貼畫、心靈磚、馬賽克樽等，除藝術活動外，學生亦進行了班際運動比賽，當天同學們為自己班打氣的聲音可響亮了，亦將熱烈的氣氛推至更高；五年級同學則在導師指導下，進行STEM活動，製作電動小旗桿，進一步理解旗幟的升降原理；而四年級同學相信是最雀躍的了，因為當天全體四年級同學一起參加由教育局主辦的「同根同心——深圳自然環境及歷史文化探索之旅」，百多名同學浩浩蕩蕩地乘車前往深圳，參訪各個展覽場所或歷史文物，增進對國家歷史及發展的認識。

當日雖然兵分多路，但相同的是活動後很多家長和同學都讚賞學校是次安排，我在此感謝家長們的支持，日後有機會定會再作同類嘗試。

第二，學校除與福建省長樂師範學校附屬小學締結為姊妹學校外，本年度亦與四川樂山師範學校附屬小學締結姊妹學校，更於24年12月初帶領40名五年級學生前往參訪。是次考察，除到訪學校，與樂師附小的同學以一對一的形式進行交流外，同學們亦前往不同地方參觀，如樂山大佛、三星堆博物館、都江堰水利工程、自貢恐龍博物館等，而最令同學興奮的，就是參觀成都大熊貓繁育研究基地了，學生能夠不用隔着玻璃觀看大熊貓的各種可愛動態，因此「謀殺」了不少照片。而在離開的前一天晚上，學生更可現場觀賞四川著名的川劇及變臉藝術，大開眼界。

以上活動，可能在一些家長或同學看來，好像「浪費」了正常上課的日子，但其實我覺得參加這些活動，可以讓小朋友學得更多，他們不但可以學到一些課本以外的知識，更能親身體驗，而在活動中與同學的相處，亦讓他們學會了互相幫忙、互相體諒、互相包容，他們不但提升了溝通能力，也增加了觀察力，在老師的指引下，解難能力亦有所提升。當然，學生們對自己的優點缺點，亦有進一步的認識。

策劃這些活動，耗費老師不少心力，然而只要同學們能得到益處，我們都認為是值得的。希望家長們繼續支持學校，讓我們為同學們注入新的經歷與能量。

## 國家安全暨國民教育學習日

同學們在導賞員的帶領下參觀國家安全展覽廳，對祖國及國家安全有更進一步的認識。此外，同學們還到科學館參觀，認識古代生物、當代科技等，過程中同學分組學習並記錄學習重點！



## 聖誕聯歡日

當天老師和同學們非常投入，一同進行不同的聖誕活動，包括低年級合唱團與同學齊唱聖誕歌、外籍老師表演魔術、一至三年級聖誕攤位遊戲、最受同學們歡迎的「幸運大抽獎」等。大家一同感受節日氣氛，慶祝聖誕節的來臨！



## 訓育

## 正向莊三校園

## 校園環境佈置

校園內張貼正向語句卡，課室亦增設「情緒天文台」和「情緒探熱針」佈置，讓學生表達與記錄每天的情緒變化，既有助了解自己，更能關愛他人。透過各學習活動，學生從實踐過程取得經驗和有所體會，培養成長型思維，有效把正向教育融入校園生活中。



## 莊二為你打打氣活動

於家長日為學生、家長及教職員注入正能量，所獲得的打氣券上印有正面話語字句，又可憑券換領飲品和小食，一起打打氣！活動有助深化校園的正向教育與氛圍，促進師生及家長的正向情緒和身心健康，提升校園歸屬感。



## 眾心行善義工服務

## 活動簡介

參與義工服務對個人和社會有莫大裨益，有見及此，本校參與了「賽馬會眾心行善」計劃，為學生提供義工體驗式學習課程和外出實踐活動。

學生在學習課程後，更能夠親身到老人中心探訪，製作禮物和與老友記們聊天玩遊戲，為老友記們送暖。助人自助，實屬難得的學習機會！



## 學生感想

### 6A 羅愛林

我參加完長者的義工活動後，有一些感想。

我覺得這個活動的意義很大。那些長者們不知多久才有人探訪他們，因此他們很寂寞，很憂鬱。我們探訪長者能令他們綻開笑容，感受到另一股愛。看到他們玩遊戲時的笑容，我才鬆了一口氣。「原來他們真的很開心呢！」

不論小中大老，我們都要全心地關愛他們。不分年紀，都應該一視同仁。

### 6A 葉晉高

今天羅Sir和社工帶我們到老人中心探訪老人家。

九時正，社工哥哥先給我們講解一些和老人家一起玩的遊戲。做好一切準備後，我們就出發了。

到達後，我們按分組來分座位。當我坐到婆婆們的面前，婆婆們就很熱情地跟我們介紹自己了。到玩完所有遊戲時，我拿出準備好的禮物送給面前的婆婆，婆婆頓時覺得非常窩心。臨離開之前，婆婆還祝我學業進步呢！

回到學校後，我在想時間真的過得很快，要好好珍惜身邊的親人，「樹欲靜而風不息，子欲養而親不在。」

### 6A 吳焯慈

經過這次的義工活動後，我學會了一些事情。

在我們和長者見面的時候，他們已經露出了一副歡迎和開心的神情，還精神奕奕地跟我們說：「早！」

這就讓我知道他們很開心我們探訪他們。雖然他們不能常常跟自己的家人見面，但是他們每天都可以和其他老友記聚在一起，看來非常歡樂。玩遊戲時，他們都非常投入地參加，我想幫忙也無法插手呢！

雖然在這次的探訪中，長者們都看似非常開朗，但還是有一些獨居長者是非常孤獨的，所以我們要盡力關心他們。

在我們做香包的時候，有位婆婆就像我外婆一樣向我解釋那些材料有甚麼用途，這讓我倍感親切。

通過這次活動，我明白長者是非常需要別人關心的。關心其實是一門很簡單的事，你只需要每個星期抽一些時間去探訪長者們，和他們聊聊天，他們已經非常快樂了。

### 6B 藍皓晴

我在這次探訪中學到很多東西，平時我以為長者都是行動不便、手腳不敏捷的，可是透過是次活動的遊戲，我發現原來很多長者不但行動快捷，頭腦也很清晰，包括：在猜乒乓球在哪個杯時，婆婆們都很快就猜到了，她們也很輕易地用筷子夾起乒乓球，運送到目的地。

我很開心看到長者們滿足的笑容，希望下次可以再來探訪老友記。我以後也會多關心長者。

祝老友記們身體健康！



6B 陳韋橋

我們到護老院當義工，事前要準備物資，因此，我們在出發前把各種香料放到不同盒子裏。

讓我印象最深刻的是因為我和同學要用匙子把香料放到盒子，不能用手，我們每次都只能拿起少許香料，經過不斷嘗試，我們終於成功了。

到了護老院，我和長者們一起製作香包，我發現她們比我想像中更活潑，工作人員忘記給我們匙子拿香料，但長者們想到可以用盒子直接把香料倒進香包。

最後，我一直以為長者的行動比較笨重，其實她們比我想像中好多了，這真讓我喜出望外呢！

6C 潘宣諭

在這次探訪老人中心的義工活動中，我感到十分開心。

本來，我和同組的同學都十分害羞。當其中一位組員開始主動起來時，我和其他組員都慢慢地變得主動起來。我們和老人家們談起了大家的愛好，其中有位伯伯的興趣是看粵劇。

然後，我們一起玩集體遊戲，十分有趣。我們又做了香包，在製作的時候，大家會互相幫助。

最後，我們依依不捨地離開了，有緣再聚！

6B 翁梓桐

通過這次探訪長者活動，我覺得長者十分需要我們的陪伴和關懷。只是簡單的幾個遊戲已足以讓婆婆們開心和滿足。

在過程中，我學會了堅持和忍耐。儘管婆婆夾乒乓球的時候不太順利，我依然耐心地幫助她。在我跟婆婆們聊天時，即使當中有很多內容我並不明白，我都繼續聆聽和嘗試回答，因為我覺得這一次相處的機會難能可貴。

總括而言，透過這次探訪長者活動，我對跟老人家相處有更深入的了解，理解更多他們的需要和想法。只要在他們身上多投入一點愛，他們便會感到愉快和溫暖。這是一次難得的經驗，既讓我學懂了和長者相處之道，亦為我帶來一次愉快的經歷。



### 校本學生培育活動

## 輔導

### 成長的天空及區本活動

#### 小四至小六「成長的天空計劃」

本校每年均申請「成長的天空計劃（小學）」撥款，利用「香港學生資料表格」識別出有較大成長需要的小學四年級學生，於小四至小六期間提供為期三年的成長小組訓練。

「成長的天空」是一套以抗逆理念為基礎的個人成長輔助計劃，旨在提升學生面對逆境的能力，透過「輔助課程」一系列的小組、歷奇及親子活動，協助學生掌握面對逆境的態度、學習解決困難以及情緒管理的方法，從而積極面對成長中可能遇到的挑戰。

如家長對此計劃有任何查詢及了解，歡迎與學校社工黃Sir及林姑娘聯絡。

在小四啟動禮中，邀請老師及家長一同參與，支持及見證學生在計劃中的改變。

計劃亦有不同的戶外活動，讓學生有不同的活動體驗，透過活動及分享，能夠互相學習和進步。



#### 區本計劃系列活動

本年度區本計劃提供不同類型的成長活動，讓學生得到多方面發展。

下學期即將會再推出各類型活動，敬請留意電子通告。

LEGO遊戲箱溝通小組——透過互動遊戲，讓學生學習與別人有效溝通的方法。

小一適應小組：學習學校的規矩及自理能力，幫助適應小一的轉變



#### 開學小一適應週活動

開學五天為小一同學提供了四節的適應活動，讓同學提升對小學生活的認識，增加對學校的了解，提升對學校的歸屬感。



#### 精神健康

10月24日舉辦了全校「精神健康日」。各班設有「精神奕奕加油站」，全校所有師生及職員一起進行「小動作·大愛心」行動，宣揚正向打氣力量。



精神健康日精華片段，家長可掃描觀看



#### 聖誕點播站

12月16至12月19日的小息及午息時段進行「聖誕點播站」廣播活動，由小DJ讀出全校師生點唱的歌曲及鼓勵信息，同學一起感受音樂帶來的正能量及為身邊的人說出鼓勵說話，提升校園正向氣氛及互愛互助的精神。



## 小一百日感恩派對

11月29日與小一同學舉行了「百日感恩派對」，老師同學一起玩遊戲及觀看「成長片段」，以慶祝他們成為小學生第一百天的日子。



小一成長片段，家長可掃描觀看



## 多元學習日——正向藝術體驗

學校於10月10日進行多元學習日，三年級及六年級的同學透過藝術體驗活動，提升正向力及放鬆平日學習的壓力。



## 莊二 K-pop 跳舞隊

學校K-POP跳舞隊於2025年1月1日受大埔浸信會邀請，出席成為「2025愛心慈善跑」的表演嘉賓，到大埔超級城表演，每位隊員經過數月來的練習後都有出色的表現，更有多位家長到場支持，鼓勵學生探索不同的興趣及發揮在跳舞上的潛能。



## 德育及公民教育

### 《憲法》和《基本法》學生校園大使培訓計劃

本校參加了《憲法》和《基本法》學生校園大使培訓計劃，並成功提名8名同學，成為《憲法》和《基本法》學生校園大使，肩負在校推廣《憲法》和《基本法》的使命。此外，各位大使還有機會參加不同的活動，在上學期，他們參加了詠春體驗工作坊。



先禮後兵

校長頒授綵帶予各《憲法》和《基本法》學生校園大使

決戰木人槍

### 心繫祖國

為加強同學對祖國的認識，本校分別舉辦了「深圳自然環境及歷史文化探索之旅」及「四川歷史文化及生態探索之旅」，我們一起來看看精彩的片段。



四川之旅：到樂山師範學校附屬小學交流



深圳之旅：同學認真地學習



四川之旅：參觀成都大熊猫繁育研究基地

### 青少年軍

本校正式成為香港青少年軍總會的地區縱隊，接受總會的正規訓練，適逢總會成立十周年，除了參加密集的綵排及訓練外，我們的隊員還有機會參加總會的十周年檢閱儀式。讓我們來看看當天的花絮吧！



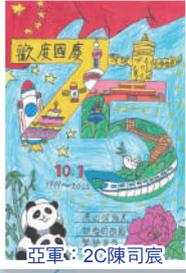
密集的訓練，辛苦隊員了！



戎裝上陣，好不威武！

### 慶祝中華人民共和國成立 75 周年

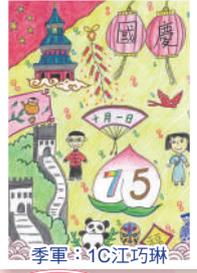
為慶祝中華人民共和國成立七十五周年，本校舉辦了「親子國慶賀卡」及「送給祖國的祝福語」設計比賽，參賽作品的質素良好。以下是「親子國慶賀卡」的得獎作品。



亞軍：2C陳司宸



冠軍：1E陳凱晴



季軍：1C江巧琳

### 2024-2025 待人有禮好少年選舉

本校參加了由屯門區青年發展及公民教育委員會及屯門民政事務處合辦2024-2025「待人有禮好少年」選舉，經過各位班主任提名及同學和老師兩輪投票後，本年度的高、低年級待人有禮好少年順利誕生。他們分別是6B吳蔚同學和2A梁永迦同學，恭喜兩位同學！

班主任對吳蔚的評語：  
吳蔚在學校謙和有禮，敬師愛友，善意迎人，克己助人。  
班主任對永迦的評語：  
永迦待人親切有禮，而且熱心幫助老師及同學，是大家的好榜樣。



左：2A梁永迦 右：6B吳蔚

## 中文

### 金紫荊盃香港校際作文暨 普通話朗誦大賽

5A曾楚宜、5B梁希怡參加了由香港教育大學及藝術香港主辦「我愛我的祖國·立德樹人篇」金紫荊盃香港校際作文暨普通話朗誦大賽。兩位同學撰寫講稿，並以普通話朗誦講辭。她們於10月19日參加了在香港故宮文化博物館舉辦的頒獎典禮。



### 第十五屆全港小學校際辯論賽

本校辯論隊同學分別於2024年11月2日及11月30日參加了「保良局主辦第十五屆全港小學校際辯論賽」的初賽及複賽。辯論隊同學在比賽中雄辯滔滔，力陳我方觀點，表現良好，6B吳蔚同學更榮獲最佳辯論員獎項。



### 中文科校內書法比賽 24-25

得獎者名單：

	冠軍	亞軍	季軍
一年級	1A 林芷潼	1D 陳祉菁	1E 賴盈敏
二年級	2B 楊卓蕎	2D 姜夕然	2B 梁心怡
三年級	3B 曾竣皓	3D 莊梓銳	3A 方健曦
四年級	4A 馮琪琳	4B 江奕瑜	4A 譚芷悠
五年級	5B 鄭穎琳	5B 陳子佑	5A 劉心言
六年級	6A 勞巧怡	6A 羅子喬	6C 余思海

## 英文

Christmas, a joyful festival that people around the world celebrate it. This year, our English Ambassadors would like to share their joy with the fellow schoolmates. Besides, our two Net teachers, Mr Philip and Mr Bryan, also dressed up themselves as the significant characters at Christmas, Santa and Elf. They took the main role and led the ambassadors to visit all the classrooms. They took photos, played games, sang songs and gave gifts to all the students. Everyone had a wonderful time.



## 常識科

本校部分四及六年級學生分別參加了由薈色園所舉辦「飛嘗航天任務」及「天文千里眼」的天文課程。透過多元化學習活動，學生體驗專業級天文望遠鏡的運作，了解人類探索宇宙的歷程和成果，以及國家在航天領域的發展，並培養學生對科學求真的態度。



## 數學

數學科在不同級別進行了各項課堂活動，讓學生通過實作的經驗學習及鞏固學科知識，同時提高學生的學習興趣。

一年級學生運用數粒，從具體到抽象，找出快速計算減法的方法。

三年級同學在「公里」一課中，嘗試以接力的方式行走一公里，看看行走一公里大約所需的時間，從而加強對「公里」和「米」的量感。



四年級就「八個方向」一課中，運用平板電腦及QR code找到寶藏密碼。本年度更加入了自設路線這個環節，同學們都很投入遊踪活動。



五年級學生在認識「圓」的單元中學會了圓的定義，並從觀察中發現圓無處不在，最後更以圓來進行創作，繪畫作品。



## 課程

本校參與優質教育基金主題網絡「透過STEAM教育及自主學習有序發展STEAM素養」，與香港教育大學科學與環境學系伙伴合作，配合未來的科學科「工程與設計」，設計四年級級本STEAM課題——製作保溫箱。學生在活動中發揮他們的創意潛能和解難能力。



小學科學科將於2025-2026正式推行，本校積極配合，除參加教育局「小學科學教育領航計劃」，成為核心學校，亦與同屬保良局的「領航學校」朱正賢小學及教育局同工合作，定期進行備課，更與網絡內其他友校分享實踐經驗及積極參與推展科學教育的研討會，例如去年12月舉行的「推展科學教育小學課程領導研討會」，會上于宏宇教授分享小學教師怎樣與小學生共築科教興國夢及內地專家教師分享科學科教學經驗；本年1月舉行的「全球華人科學教育研究學會2025年會」，會上國內外科學教育領域專家分享有關科學教育研究和改革的最新進展。



## 環保

### 屯門區社區種植日

本校一向致力推動低碳綠色生活，本校的環保大使於11月23日參加了由康樂及文化事務署舉辦的「屯門區社區種植日2024-2025」。同學們透過樹木導賞團認識了各種觀賞性的樹木，其中楓香樹更大受同學歡迎。同學們亦於攤位遊戲及花園種植環節中認識了各種植物的習性及栽種技巧，自製押花書籤，亦進行了植樹活動，體驗種植的樂趣和提高愛護樹木的意息！

歡迎各位同學和家長到場小坑錦簇花園參觀由我校同學負責的花園！

(楊小坑錦簇花園毗鄰輕便鐵路青雲站，園內種滿樹木花朵，中央有一個廣場，數個圓尖頂的涼亭坐落在噴水池旁，四周林木蔥翠。花園的環境清幽怡人，遊人可於園內的小徑怡然漫步。)



## 視藝

本年度水墨畫班同學參加由世界中軸線文化遺產（香港）協會舉辦的藝術活動，與其他學校學生共同創作「金魚版北京中軸線建築群」壁畫，以混合媒體的形式展現康乾盛世的北京城壯麗的場景。開幕禮當天同學亦參加了金魚導賞及藝術體驗活動。



## 體育

本校於保良局屯門區第十一屆聯校陸運會獲取佳績，分別於女子乙組奪得團體亞軍、男子乙組及女子甲組更勇奪團體冠軍。



本校於今年度家長教師會接力比賽勇奪冠軍，此項賽事是疫情後首次復辦的賽事，給家長及教師留下深刻的回憶。



# 家長教師會

## 主席的話

4C 郭加斐家長馮楚嫻女士

在這充滿希望的季節裏，向大家發送這份會訊，分享近期的發展及未來的計劃。

首先，我要感謝每一位家長和老師的支持，正是大家的共同努力，在過去的一段時間裏取得顯著的成就，無論是在學術表現上或是各類活動中，我們的老師、家長和學生都展現了卓越的才能，這是大家努力的成果，令我記憶猶新的當然是我校聯校陸運會的家長教師盃接力賽，實在太精彩！

此外，我上個月已完成了幹事培訓課程，能強化專業知識與技能，我們深知教育不僅是知識的傳授，良好的項目管理變得尤為重要，能有效規劃與執行各項活動的技巧，確保能夠順利完成，我還想分享一個網站給各位家長

《家長智Net》網<https://www.parent.edu.hk>

我在培訓課程中認識到這個教育網站，能為幼稚園及中小學家長提供支援學童身心發展的資訊。

未來，家教會將舉辦工作坊及講座以促進親子關係，請大家踴躍參加！

最後讓我們攜手合作，為孩子創造更美好的校園回憶。

新的一年，祝身體健康、生活愉快！

## 陸運會後感

2B 李昕桐家長張愛芬女士

今天，陽光正好，微風不燥，正是陸動會的好時節，亦恰逢迎來了保良局屯門區第十屆聯校陸運會。之前因疫情關係停辦三年，上年才復辦，對我而言，算是久違且珍貴的。

在陸運會上，我看到四校運動員們的活力與拼搏，各自為學校爭光，為目標拼盡全力，那種爆發力勢如破竹。啦啦隊們也為各校大聲喊出自己的校名，為運動員打氣。整個比賽不僅展示了同學出色的表現，更傳遞了堅持不懈的體育精神，同時也讓我感受到老師和家長義工們的關愛和大力支持。他們都是在忙碌的生活中抽空為運動員們打氣，一張張燦爛的笑臉，一聲聲響亮的加油，讓我們度過了難忘的歡樂時光。我相信參與是一種快樂，過程是一種享受，團結更是一種幸福。

在陸運會中，有獲得名次的激動，也有錯失獎牌的失落，但我認為比賽結果固然重要，但積極參與揮灑汗水的過程才是最美好的。希望在這股力量的帶動下，莊二的同學能把賽場上的衝勁帶到學習上，不斷超越自我，展現自我，成為自己心中的那個太陽。

## 國家安全暨國民教育學習日

2A 鮑奕楠家長何棠尼女士

在12月13日，學校為一至六年級學生安排了「國家安全暨國民教育學習日」。於同一日，分開3節時間，為七百多名學生安排一次校外參觀，簡直是一個壯舉。

原來從展覽預約、時間編排、交通安排、活動習作的設計，學校都花盡心思，目的就是讓學生對這陌生的課題循序漸進地有更深入了解。當日我協助一、二年級的學生出行，看見他們一面聽導賞員講解，一面發問或回答問題，覺得他們年紀雖小，但很懂得思考，很有禮貌地作適當回應，亦很守紀律，好讓當日的家長義工也有機會聽導賞呢！

導賞團最後會安排看3D動畫，以短短幾分鐘時間帶領學生「快閃」香港各大名勝，而且看到可愛的熊貓，學生情緒都十分高漲呢！活動完結後，家教會亦根據家長義工的觀察，向學校作出提議，希望下次舉辦類似的活動可以更流暢。



## 財務報告

保良局藍啟程第二小學家長教師會  
2024-25年度財務結算表 (1/9/2024 - 31/12/2024)

	\$	\$	\$
收入			
23-24年度結餘	173,925.77		
24-25年度會費	11460		
總收入		185,385.77	
支出			
23-24年度揮春(補回法團)	814.00		
聯校陸運會衣	1,572.62		
新春賣物會(首批貨)	7,239.62		
會員大會+陸運會物資	770.50		
新春賣物會(第二批貨)	1,005.27		
揮春	814.00		
親子旅行第一期訂金	15,000.00		
總支出		27,216.01	
結餘			158,169.76
項目總結	收入	支出	盈餘/(補貼)
23-24年度結餘	173,925.77		173,925.77
23-24年度揮春(補回法團)		814.00	(814.00)
24-25年度會費	11460.00		11,460.00
聯校陸運會衣		1,572.62	(1,572.62)
新春賣物會(首批貨)		7,239.62	(7,239.62)
會員大會+陸運會物資		770.50	(770.50)
新春賣物會(第二批貨)		1,005.27	(1,005.27)
揮春		814.00	(814.00)
親子旅行第一期訂金		15,000.00	(15,000.00)

## 多元學習日

3D 甘鑽澄家長譚鑑怡女士

家長心中都會有這個疑問：有甚麼活動更有助於學習呢？家長心中的疑問可能有了答案呢！

去年10月10日的多元學習日，學校為各級別的學生舉辦了各類活動。三年級的學生參加了班際競技比賽和正向手工藝。

當晚，我剛踏進家門，鑽澄便滔滔不絕地講述各種比賽的刺激情況。說她要把豆袋放在頭頂，然後和同學輪流把豆袋運到另一邊，加上同學們的吶喊聲，讓她差點把豆袋掉下來。聽著她說這簡直讓我如置身於現場。當我以為她已經說完，還打算放下手袋時，她便拿出一個袋子給我，並告訴我這是老師教她製作的藝術活動作品。我仔細端詳，原來她將自己喜愛的卡通人物繪製在袋子上，變成了一個獨一無二的環保袋。

她還告訴我那天她非常開心，不知道學校何時會再舉辦呢？

# 家長教師會

## 流感疫苗

4C 劉港瑜家長王雅儀女士

今年學校繼續籌辦季節性流感疫苗學校外展計劃，接種疫苗是預防流行性感冒及其他併發症最佳的有效方法之一。

10月中旬，疫苗接種隊到校為一至六年級學生免費接種滅活四價疫苗注射式第一劑，我們在5樓設置登記區和注射疫苗區。老師帶領學生到登記處，職員向打疫苗的同學送贈貼紙和維他命C軟糖，同學們都十分開心，之後就接受疫苗注射。

注射區有醫護人員和義工家長協助，帶領同學坐下。醫護人員非常細心和有耐性地幫小朋友打針。有些同學害怕打針，義工姨姨便抱着同學並安撫他們，以減低他們的緊張感。醫護人員會跟同學聊天，分散他們的注意力，很快便能完成注射。有些同學很勇敢，一點也不怕打針。

活動進行得十分順利，在此感謝醫護人員和義工們的協助。

## 改「膳」，人人有責

2D 黃睿祈家長陳詩嘉女士

能夠擔任家教會成員是一項重要使命，因為我們在家長與學校之間架起友好的橋樑，並協助滿足學生在校園中的各種需求。飲食是學生成長過程中的關鍵因素，因此家教會特別重視學生的訂餐安排。根據教育署的指引，學校採取措施以督導、統籌和改善學生的膳食安排。

本人參與膳食試食環節，定期檢視服務質素，確保學生獲得健康且營養豐富的午餐。試食過程中，我們會測量食物的溫度及營養成分，確保穀物類、蔬菜和肉類在食盒中的比例為3:2:1，並至少包含一份新鮮蔬菜，使用低脂烹調方法，同時減少高脂肪肉類及連皮禽肉的供應。

除了重視食品品質，我們也會現場觀察供應和分配的模式，確保校內有適當的地方和保溫設備，讓學生能在潔淨和安全的環境中享用午餐。課室內也設有足夠的洗滌盆，方便學生在用餐後清潔雙手，配備齊全。

在關注學生對餐盒的滿意度時，有學生表示希望能有更多口味和款式。然而，我們也需注意避免學生出現肥胖問題，因此供應商必須減少脂肪、鹽及糖的含量，兩者之間需要取得平衡。這樣能鼓勵學生養成健康的飲食習慣。

透過這次的試飯和義工派飯活動，我驚喜地發現校內小一新生的自理能力相當出色，這一點值得讚賞。希望我們能繼續努力，為學生提供最佳的膳食安排。

## 聖誕聯歡會

3C 何建濠家長葉詠恩女士

這天為學校一年一度的聖誕聯歡會，同學的臉上總是掛着彎月，相信家教會在前一天所作的準備都是值得的。

這天有不同的表演，有動聽的聖誕歌，有精彩的魔術，同學們都目不轉睛地欣賞，沉醉於聖誕氣氛之中。

令我印象最深刻的便是攤位活動。我負責的遊戲是「移形換影」，同學要猜出豆袋的顏色。意想不到的是，大部分同學都能勝出遊戲，十分厲害！見到他們勝出後的笑臉，所有的努力與汗水都是值得的。

祝各位度過一個快樂的聖誕節！



## 身體力行放第一

6B 劉注文家長劉中瑩女士

2024年12月13日，我做義工姨姨跟車，跟一、二年級同學去香港歷史博物館和科學館參觀學習。離開學校，到校外體驗學習，本來是一次很愉快的學習旅程，但也是身體的一次考驗。

在巴士啟動大約五分鐘，駛進了公路後，有一個小朋友身體有反應，開始不停嘔吐，還不斷冒汗，時而發熱，時而發冷。在老師及家長義工照料下，終於到達目的地。下車後，小朋友繼續嘔吐。他很疲憊，要坐下休息，無法跟老師、同學一起參觀了。

回想自己病倒的時候，感覺連坐都是一種負擔，必須要躺下休息，並且要長時間進入深度睡眠，才能慢慢恢復體力。病時，即使躺在床上，有人在身旁說話，大多聽不清楚，只感覺有嘈雜聲，所以請家長聽取我的建議：如果小朋友身體不適，就儘量留在家中休息，不要勉強上學。就算勉強上學，也只是徒勞，根本無法學習。

後來我向校長和老師反映意見，建議小朋友身體不適就儘量在家休息。言談之間知道校長關心同學的學習情況更甚於家長，她希望學生珍惜學習機會，不要輕易放棄任何學習機會，當然首要是同學能夠健健康康、開開心心上學去。

多謝學校每位老師，幾經艱難和辛苦，都堅持不放棄小朋友的任何一個學習機會。最後，一年伊始又新春，祝大家身心健康快樂，小朋友學業進步！

