



Diligence **勤**  
Sincerity **懇**  
Modesty **謙**  
Generosity **讓**

2021-2022 第四屆「樂繫校園」

獎勵計劃

主題工作報告

We are Proud of  
being Students here.



南屯門官立中學  
2021-2022 第四屆「樂繫校園」獎勵計劃  
主題工作報告：相關附件  
索引

**主要報告**

	頁數
I 行動連繫-----	3
II 知識連繫-----	7
III 情意連繫-----	10
IV 家、社連繫-----	17
參考文獻	20

**附件**

	文件	頁數
<b>I 行動連繫</b>		
附件一：「讓相片說話」攝影技巧訓練工作坊評鑑表 (內文 P.2)		
附件一 A1：學生評鑑表(量性資料)		22
附件一 A2：學生評鑑表(質性資料)		23
附件一 B：家長評鑑表		25
附件一 C：教師評鑑表		26
附件二：鬼馬運動日：學生回應 (內文 P.3)		27
《感恩珍惜·積極樂觀 全方位學習活動巡禮》(內文 P.5)		
《嚶鳴集》粵港兩地學生交流文選 (內文 P.5)		
《南官戲劇教育 20 周年》紀念特刊 (內文 P.5)		
《體藝傳承 10 周年紀念特刊》(內文 P.5)		
《小筆集》(內文 P.5)		
<b>II 知識連繫</b>		
附件三：航空課程 學生問卷調查 (內文 P.7)		30
<b>III 情意連繫</b>		
附件四：樂 TEEN 行動復課適應活動：學生回應 (內文 P.8)		
附件四 A：學生回應(中四級)(量性資料)		31
附件四 B：學生回應(中五級)(量性資料)		33
附件四 C：學生回應(中四級)(質性資料)		35
附件五：中一暑期銜接課程：學生意見調查 (1B 班)(內文 P.9)		37
附件六：國際扶輪社和平營會：學生反思集 (內文 P.9)		40
附件七：網上開放日：回應 (內文 P.9)		
附件七 A：學生回應		44
附件七 B：教師回應		45
<b>IV 家、社連繫</b>		
附件八：冰山歷情家長工作坊檢討 (家長回應)(內文 P.15)		46
附件九：網上家長日家長意見 (內文 P.16)		47
附件十：家長教師座談會意見調查 (家長回應)(內文 P.16)		48

## 2021-2022 第四屆「樂繫校園」獎勵計劃

### 主題工作報告

#### (一) 引言

哈佛大學研究 (Jeff Huber, 2020) 指出,「人與人之間的聯繫,是決定一個人活得滿足、愉快的重要因素」。而香港華人研究 (袁文得等作者, 2011) 亦提及,「學校聯繫感與學生對個人生活技能發展,包括學業、個人、社交與才能四個範疇的掌握有著顯著的關係。在學校聯繫感較佳的環境下,學生較能具備信心去應用生活技能,並且對學校、朋輩及家庭,均抱正面的觀感。」南屯門官立中學十分重視青少年的身心健康,藉着提供多元化活動、構思及規劃合適的課程、教導學生正視及管理情緒、促進同學的社交發展以及加強家校合作,協助學生建立多方面的聯繫感,從而促進同學的健康情緒發展及成長動力。

#### (二) 行動連繫

##### (1) 疫情推全方位課外活動,激發學生正向能量

據教育局對全方位學習的定義 (教育局, 2018),「全方位學習強調要讓學生在真切情境和實際環境中學習。這些切身體驗能夠令學生更有效地掌握一些單靠課堂學習難以達到的學習目標,例如培養在日常生活中解決問題的能力,培育為社會及人類謀福祉的正面態度,都需要學生經常接觸不同的人、不同的環境和情況。」

疫情期間,面授課及實體課外活動無法推行,2022年3月疫情嚴峻,教育局指示全港學校提前放暑假至4月底。南屯官即時為學生安排多元化的網上全方位課外活動,讓學生善用餘暇增廣見聞,並透過豐富多采的活動調整身心,釋放壓力。供全校學生參與的全方位課外活動多達20項,助不同學習需要的學生發展多方位技能及建立正面價值和態度。2022年3月至4月的全方位學習活動概述如下:

範疇	課外活動
健康生活	◇ 健康校園計劃「名人講座(學生篇)- 疫情下的「舒情」方法」
運動	◇ 「疫」境自強運動獎勵計劃 ◇ 體育科價值觀教育講座
虛擬旅行	◇ 跟着校長/老師去旅行 ◇ 海洋公園虛擬幕後之旅 - 海洋奇觀:水·人·動物
學術	◇ 文化導引小組 (中文科) ◇ 英語樂續 Fun (英文科) ◇ 線上英文公開演說比賽 (英文科) ◇ 邏輯思維工作坊 (數學科) ◇ 食物科學工作坊 (科學科)
創業	◇ 開拓及創新精神課程 ◇ 名人講堂(學生篇)
戲劇	◇ 中一播音及音頻技術全方位學習課程 ◇ 中二戲劇製作全方位學習課程 ◇ 中三道具設計全方位導修課程 ◇ 中四燈光效果工作坊 ◇ 戲出我天地 ◇ 舞台管理課程
攝影	◇ 「讓相片說話」攝影技巧訓練工作坊:入門班及進階班 ◇ 特別的暑假攝影比賽
藝術	◇ 「香港最南的風景—蒲台島!」藝術活動

## (2a)健康校園計劃「名人講座(學生篇)」- 疫情下的「舒情」方法

疫情肆虐，學生的壓力和負能量未免增加，其學習狀態及情緒或會大受影響。校方意識到提升學生身心健康的重要性，故推行健康校園計劃，舉辦「名人講座」，分享學生在家的「舒情」方法，以改善同學的負面情緒，增加正能量，並以積極的心態渡過困境。此網上講座開放予全校學生參與，為他們提供實用的情緒管理技巧。

## (2b)「讓相片說話」攝影技巧訓練工作坊

本校於2022年3月23日起舉行了五次攝影技巧訓練工作坊，希望透過教授基礎攝影技巧，學生能學習用相機定格某時某刻的客觀面貌，記錄鏡頭後的故事，與同學們一起探索及勇於嘗試不同的拍攝技巧和表達形式，從而發展多元才能及建立正面積極的態度。在疫情肆虐的特別假期中，此工作坊令同學獲得愉悅和滿足。有關學生、家長及教師對工作坊的評鑑，請見附件一。

## (2c)「跟着校長/老師去旅行」

因疫情的緣故，學生到境外交流及體驗各地文化的機會大大減少，為打破時空與地域限制，南屯官舉辦「跟着校長/老師去旅行」的活動，由校長和老師們分享親身的旅遊經歷，擴闊學生的跨文化視野。這個活動亦幫助有經濟困難而缺乏旅遊經驗的同學從新角度、新形式體驗旅遊的樂趣。

其中一位老師以泰國的旅遊經歷為題，與同學分享清邁環保教育之旅，讓同學反思遊玩的同時也要有保護當地動物的意識，提議同學可選擇到大象庇護所協助它們沐浴或進食，以取代「騎大象」的活動。而另一位老師則以倫敦的旅遊經歷為題，介紹大英博物館內陳列的寵物木乃伊，帶出關愛動物及培養善良的心的重要性。即使同學因疫情所限無法遊覽世界，學校仍提供渠道讓同學走訪各地。

## (2d)食物科學工作坊

本校為中一至中三同學舉辦食物科學工作坊，讓同學認識更多有關食物安全的知識，從飲食着手照顧自己和身邊的人。是次工作坊讓同學透過細微觀察，將科學知識應用於日常生活中，認識與食物相關的科學實驗，以及食物成份及添加劑對健康的影響，從而培養學生細心觀察及加強批判思考的能力。



友校教師獲邀擔任線上英文公開演說比賽評判



攝影技巧訓練工作坊(入門及進階班)深受歡迎



英文科主任分享倫敦之旅



英文科副科主任分享泰國的旅遊經歷

## (2) 推動全民運動，讓師生健康、快樂和學習放鬆

按照康樂及文化事務署於2021年出版的《社區體育會專刊：活力新一代》刊物，「適當的運動能保持身體健康，面對新冠肺炎更能有效減低感染風險……運動除改善身體機能外，同時亦能促進精神健康……鍛鍊中更能磨練出頑強的鬥志，面對困境亦能迎刃有餘。」雖然運動的好處數之不盡，但疫情期間老師和學生面對着空間不足、無法出外運動等限制，以致缺乏運動。為讓師生重拾運動的習慣，積極面對疫情，本校體育科推行喜「動」傳承－南官全民運動計劃，當中包括「鬼馬運動日」以及將新興運動納入中一至中六級體育課程。

傳統的水、陸運會對學生的體能有很高的要求，傾向吸引體育成就較卓越的學生參與，其餘同學則多為觀賽者。適逢水、陸運會因疫情暫停，體育科在兼顧防疫措施、社交距離、活動趣味性和活動原創性等的原則下，主動設計了「鬼馬運動日」，讓全校師生、家長和校友一起參與，當中包括個人及班際的體育競賽及動靜皆宜的體育活動，以及鬼馬的原創活動項目及課外活動攤位，例如機械人格鬥及虛擬實境體驗，以照顧不同學生的興趣及學習需要。學生回應請見附件二。

考慮到疫情期間不宜進行高強度的運動，體育科招募了新興運動總會教練到校進行新興運動專項課堂及體驗，包括讓中一與中二級學生接觸躲避盤及布袋球新興運動；讓中三與中四級學生接觸圓網球及旋風球新興運動；讓中五與中六級學生接觸布袋球及芬蘭木棋新興運動。當中有鍛鍊體能的、有全身運動的、有競技成份的，刺激之餘亦很有新鮮感。除了發掘同學的興趣外，更重要的是各項目對體能的要求不高，適合不同的年齡群組，加上能讓同學保持社交距離，適合於疫情下進行。



四社社長為鬼馬運動日揭開序幕



學校表揚於鬼馬運動日有卓越表現的學生



學生接觸新興運動「地壺球」



學生接觸新興運動「圓網球」



學生接觸新興運動「躲避盤」



學生接觸新興運動「布袋球」

### (3) 透過摺紙鶴和放天燈的活動，培養學生心懷感恩的價值觀

香港大學研究團隊於 2022 年為促進兒童、年輕人和老年人的心理健康及整體幸福感，提出十項建議，其中一項為「建立積極的心態，自我反思、多感恩和對他人表達善意，均有助建立心理抗逆力和面對困難的信心。」南屯官致力培育學生感恩積極的心，並於本年參與「香港天燈節 2022」，與香港社會各界一同為屯門集氣，向香港人送上祝福。在班主任的鼓勵下，全體學生協力摺紙鶴，宣揚關愛並注入正能量。在短短一星期，全校已摺得超過三萬隻紙鶴。師生代表在學校操場把一切祝福掛在自製「天燈」上，再把「天燈」由航拍機送上半空，鼓勵全體師生「疫」境自強，勉勵同學要心懷希望。



學生於聖誕聯歡會齊心摺紙鶴



在全體師生努力下，全校透過摺紙鶴宣揚關愛



摺紙鶴活動讓同學感到放鬆及療癒



師生代表把祝福掛在天燈上勉勵彼此心懷希望

### (4) 藉中國文化周讓師生歡渡新歲，喜迎新年，疫情間仍心懷希望

香港青年協會於 2021 年 11 月公布「學生情緒及健康狀況」調查結果，指出在將近 4000 名受訪學生中，愈四成八壓力指數屬偏高水平，部份學生睡眠及運動時間不足，帶來潛在的身心健康風險，而超過一半受訪學生出現抑鬱徵狀。疫情令學生身心受挫。南屯官銳意讓學生愉快學習，疫情期間，學校過去兩年仍舉辦中國文化周，希望藉着推廣中國歷史及中華文化，讓同學欣賞及傳承中國文化的優良傳統，並沾上新春的喜慶，與同儕喜近新年。頭炮活動為「中國傳統藝術飛躍舞台大匯演」，當中包括醒獅表演及各類學生表演，壓軸活動包括各級跨學科學習活動，例如音樂科介紹中國傳統音樂、中文科介紹中國人的家譜、英文科介紹十二生肖以及生活與社會科介紹中國傳統技藝：紡織、刺繡及剪紙等。全體師生透過網上直播參與大匯演，亦在防疫安全的前題下舉行各類壓軸活動，讓南屯官上上下下都抱着喜慶祥和的心情迎接新年，以積極樂觀的心期盼更好的一年來臨。



師生抱着喜慶祥和的心情迎接新年



中國文化周讓同學欣賞中國文化的優良傳統

### (5) 公開出版學生優秀作品及表揚堅毅的校友，宣揚積極樂觀的精神

疫情令學生的學習生涯困難重重，學生的學業及課外活動也受到諸般的限制，正正削弱了學生的自尊和自信心。南屯官蒐集了多年來的優秀學生作品，透過出版刊物表揚傑出校友及學生，讓同學從同儕及師長的自身經歷得到鼓勵及力量，以面對疫情期間的各樣挑戰。當中包括：

1. 收錄了學生散文、詩歌、小說的《小筆集》；
2. 記錄南屯官過去十年在體藝教育的發展與變革的《體藝傳承 10 周年紀念特刊》；
3. 記錄全方位學習活動的《感恩珍惜·積極樂觀 全方位學習活動巡禮》；
4. 紀錄學生優秀作品的《嚶鳴集》粵港兩地學生交流文選；及
5. 記錄南屯官過去二十年戲劇教育成就的《南官戲劇教育 20 周年》紀念特刊



全方位學習特刊

嚶鳴集

戲劇教育特刊

體藝教育特刊

小筆集

### (三) 知識連繫

#### (1) 優化教學與評核機制，提高教學質量

近年的疫情導致學校的學、教、評模式有顯著的轉變，不論是學生或是老師也需時適應。為了提高教學質量，本校委託有豐富學與教及行政經驗的資深主任聯同副校長統領學務組，在課業評核、課堂觀摩、教師回饋及學習評估等方面優化機制。即使面授課暫停，老師堅持運用 Google Classroom 網上學習平台收發課業及給予回饋，並配合校方進行恆常課業評核，讓同學在家仍能有效學習。在課堂觀摩方面，各科組鼓勵教師推行同儕觀課，並分別就能力卓越及稍遜的班別引進一課兩講，為不同能力的學生提供鷹架並設計分層工作紙，給予學生有系統的引導或關鍵性的指點，並讓不同學科的教師分享興趣和心得，通過協調制定共同的目標、框架和理念，共同提高教學質量。

在學習評估方面，學校堅持為所有學生安排統一測驗及評估，規定未能回校應考的學生，包括跨境生以及因確診、正接受檢測或強制隔離等原因而未能應考的學生，亦必須在家補做試卷並提交至科任老師，以溫故知新及總結所學。就此安排，學務組、考試組、WebSAMS 組、科主任以致全體老師經過多番協調及溝通，才能確保所有同學完成考試，並在科任老師的指導下分析試卷，而成績表上亦特地顯示同學在各次統測及考試的表現，讓實體測考及在家應試的學生均能檢視學習成果。此外，學校亦積極與賽馬會及香港大學合作，革新教學法以照顧學生的學習差異。



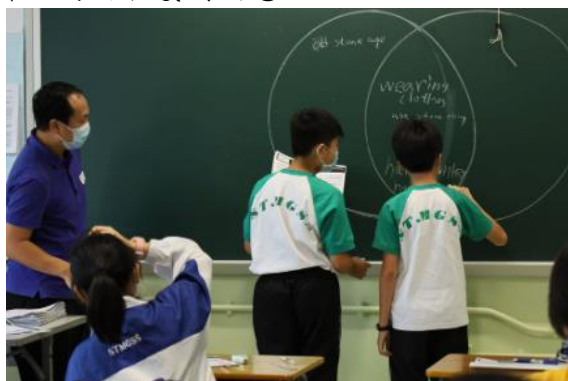
南官老師與姊妹學校中文課堂觀摩及交流



南官師生與姊妹學校作視藝交流

## (2) 深化自主學習，激發學習熱忱，啟發同學追求持續進步

根據教育局印刷的《基礎教育課程指引》(2014)，「認知風格反映個體的思考模式，是個體接收、整理、組織和記憶資料所傾向的方法和習慣，會影響個體在學習情境中的學習水平和成就……教師可以透過不同學習情境的創設，讓學生培養、發展和形成不同風格。」為提升學生的自學能力，加強其學習效能，本校學務組邀請了專業教育機構，為中一至中四同學、家長及老師舉行了摘錄筆記工作坊及學習策略工作坊，讓不同學習風格的同學學習各式各樣的摘錄筆記和整理筆記的方法，認識不同科目的學習策略，從而提升專注力，以及在課後整理課堂所學，在學習過程中經歷思考及理解的步驟，培養學會學習的能力。老師亦會定期檢閱同學的學習筆記，了解同學的學習疑難並提供適時協助。超過80%的同學及96%的學生對撰錄筆記工作坊的成效感到滿意，而多達99%的家長認為學習策略工作坊能讓他們幫助孩子按照學習提示進行溫習，從而提升學習成效。另外，超過八成的學生對學習策略工作坊的內容感到滿意。



學生在摘錄筆記工作坊學習不同技巧



同學積極參與學習策略工作坊

## (3) 照顧學生學習的多樣性，整合創新科技科

按照教育局於2016年出版的《香港學校表現指標》，「學校應按學生的需要、興趣和能力，發展校本課程，有策略地推行適切的「學與教」措施，為學生提供豐富的學習經歷，鞏固學生的基礎知識、發展共通能力、培養正面價值和態度，以奠定學生自主學習和終身學習的基礎。」為了讓同學提升創意思維，加強資訊素養，並有效地進行跨學科學習，本校重整初中「創新科技科」課程架構，於2022/23學年首先在中一級試行，將電腦與資訊科技、家政、設計與科技/視藝，以及科學、技術、工程及數學(STEM)劃入「創新科技科」名下。

此措施讓同學體驗嶄新的學習模式，並於本校各個不同特色的教室，例如虛擬科技與創新中心、創客空間、資訊科技互動學習中心及家政室上課。「創新科技科」除了維持原有的等級評核外，更加入專題研習部分。透過安排學生於科學、技術、工程及數學(STEM)範疇於每學年進行兩次不同形式的專題研習，讓不同能力及學習風格的同學靈活運用、整合及鞏固課堂所學及在日常生活應用跨學科知識。



學校成立虛擬科技與創新中心以推動STEM發展



STEM學科舉辦大腦探索講座以拓寬學生視野



#### (4) 推動 STEM 學習，激發學生無限潛能

本校參與「中大賽馬會『智』為未來計劃」，與英皇書院等十多所官立中學組成 STEM 學習圈，並計劃於 2022 年在中一 STEM 課堂展開人工智能(AI)課程。課程目的是透過一系列由中文大學研究團隊和中學老師共同設計的人工智能課程，裝備和加強學生對人工智能的知識、技能、價值觀和態度。當中的學與教資源由香港中文大學工程學院和教育學院的研究團隊製作，讓學生接觸最尖端科研，開闊思路及視野。

STEM 教育組亦安排同學參與「機甲大師體驗課程」及 RoboMaster 2021 機甲大師青少年挑戰賽(香港站)分組賽事，將編程教育、人工智能和機器人競技結合，以培育學生的編程思維以及對科技及程式設計的學習興趣，從而啟發他們的創意和潛能。南官是首次派隊伍參與是項比賽，在同學的努力激戰下，校隊最終榮獲分組殿軍。

此外，南屯官亦聘請導師推行「航空學與 STEM 試驗課程」，購買模擬飛行儀器及其他器材，讓學生透過最新科技及親身體驗接觸航天科技，從而提升學習興趣和自學的能力，拓寬學習經歷。南屯官亦於虛擬實境科技與创新中心(未來教室)增設飛機頭裝置，以便推行航空學與 STEM 課程，讓學生親身體驗航天科技，拓寬學習經歷，同時提升應用跨學科知識的能力，以應對新時代所帶來的挑戰及機遇。有關航空課程的學生問卷調查，請見附件三。



學生參與「機甲大師青少年挑戰賽」



「航空學與 STEM 試驗課程」深受學生喜愛

#### (5) 提供學術支援，以提升學生的學習動機

為協助學生重拾學習興趣，老師們花了很多心思設計課程。學校創辦特色課程以提升學生的學習動機，例如「設計思維」特色課程、鑑證科學課程及學生營商體驗計劃。這等課程革新學與教策略，引領同學歸回學習的正軌，例如中文科老師透過九型人格教授說明方法，歷史科引入戲劇教育加深同學對歷史人物的認識、中、英文科推「南官賀中秋」主題式學習活動、英文科及普通話科模擬茶餐廳、海關和百貨公司等情境進行學與教。此外，透過教授學習技巧，包括閱讀策略、時間管理技巧等為學生提供有組織的學習方法，以及透過教師之間的同儕觀課及提問技巧的交流，提升學與教效能。如此種種用心的安排，務求令學生愉快地學習及成長，以嶄新方法學習不同的學科，幫助學業能力稍遜的學生提升學習興趣。



鑑證科學課程提供渠道讓同學應用科學知識



中秋主題式學習活動凝聚師生，富有教育意義

(6) 特別假期推各科各級增潤課程，幫助學生面對學習困難

根據香港青年協會於2022年公布的「第五波疫情對中學生的影響」調查結果，「近六成四受訪學生認為特別假期影響個人學習進度及個人成長」，而香港青年協會建議學校應「加強課後學習支援，協助紓緩學生學習上疑難。」南屯官重視學生的全人發展，考慮到突如其來的特別假期會令學生感到混亂和無助，而學業進度的滯後亦為學生帶來壓力，學校鼓勵中一至中六各級學生參與各科目的增潤課程，以提升學習效能及自信心。2022年3月至4月特別假期期間，學校安排的增潤課程如下：

	S1	S2	S3	S4	S5	S6
中文科	✓	✓		✓	✓	✓
英文科		✓	✓		✓	✓
數學科	✓	✓		✓	✓	✓
數學單元二						✓
通識科						✓
綜合科學科	✓	✓	✓			
生活與社會科	✓	✓	✓			
物理科				✓	✓	✓
化學科				✓	✓	✓
生物科				✓	✓	✓
地理科				✓	✓	✓
企會財科				✓	✓	
資訊及通訊科技科						✓
健康管理與社會關懷科						✓
視覺藝術科				✓	✓	

(四) 情意連繫

(1) 老師陪伴學生愉快適應復課後的校園生活

考慮到學生在疫情期間或遇上學業、社交、情緒發展或經濟方面的困難，復課後亦需要時間重新適應校園生活，2022年5月3日恢復面授課後，學校即時為中一至中五級學生安排「樂 TEEN 行動」適應活動，透過不同的個人及群體活動，向學生宣揚感恩珍惜、積極樂觀的人生價值觀及態度，同時讓在場的老師、輔導組老師及社工識別有情緒需要的學生並作出跟進。為舒緩同學緊張的情緒，全體老師於復課首周不會要求學生即時補齊欠交的課業，待同學適應學習節奏後才再作跟進。有關學生對「樂 TEEN 行動」復課適應活動的回應，請見附件四。



「樂 TEEN 行動」培育學生積極樂觀的精神，助他們以感恩喜樂的心迎接恢復面授課的校園生活。

## (2) 支援基層學生及負向情緒較多的學生群組，啟發學生潛能

由美國教育大師威廉柏其創立的「啟發潛能教育」理論闡述，「所有的人都是有能力、有價值、有責任的；要改善教育的質素，為學生提供良好的教育，啟發他們的潛能，讓他們能在愉快的環境下有效地學習，我們必須透過 5P、即政策、地方、人物、計劃及過程的配合，方有成效。」疫情至今，部分跨境學生因通關的限制無法回校上課，負責學生事務及學務的副校長聯同班主任向該類學生提供支援，透過連繫家長及學生本人，安排網課、申請學生津貼、申請電腦設備援助、完成中一新生註冊、協助購買學生用書，以及回應學生及家長查詢，以照顧同學的學習需要。為照顧學生有考評的需要，考試組為無法回校應考的學生預備電子試卷，讓他們亦能透過備試、考核及對卷檢視及調整學習策略。

針對中一新生，本校特安排中一暑期銜接課程及中一成長工作坊，前者目的為協助新生適應中學生活，裝備他們應付嶄新的課程及社交新常態，後者目的為培育學生的品德修養及對學校的歸屬感。復課後學校亦特地安排陽光小組工作坊，以教授情緒管理的良方。針對中六學生，由於疫情大大影響他們的學習進度，關注到同學的應試需要，學校總動員任教中六級及其他級別的老師，協助中六學生應付公開試；老師們體會到中六同學對踏進人生新階段的忐忑及期望，疫情期間仍為他們舉辦惜別會及畢業典禮，向他們寄予最誠摯的祝福。有關中一暑期銜接課程的學生意見調查，請見附件五。



中一暑期銜接課程凝聚師生，拉近同儕距離



班主任陪伴同學參與中一成長工作坊



中六惜別會中播放中六各班於高中生涯的合照



學校為中六學生安排畢業禮，寄予誠摯的祝福

## (3) 推廣愛與和平，幫助學生體驗正面情緒

根據亞作拉罕·馬斯洛的「需求層次理論」(維基百科)，人類的需求層次由底至高，分別為生理、安全、愛與歸屬、尊嚴和自我實現。在疫情期間，學生或因未能預計的挑戰而缺乏安全感和歸屬感。即使疫情肆虐，南屯官在最近兩個學年仍舉辦周年開放日，以宣揚愛與和平為主題，加強學生的正向情緒，並安排學生參與由國際扶輪社主辦的和平營會。學生反思集請見附件六。

本學年開放日學校邀請到國際扶輪 3450 地區多位地區領袖，與同學分享愛及多元共融的議題，並邀請嘉賓及學生表演花式單車、芭蕾舞、弦樂演奏和鋼琴二重奏。此外，亦設有網上攤位遊戲，由各組及功能組別統籌，為吸引學生參與，學校舉行了「最受歡迎網上攤位遊戲」投票活動，勝出的首三個攤位遊戲將獲得表揚，所屬單位的學生工作人員亦獲得獎勵。而最踴躍參與網上攤位的三個班別亦獲邀到訪海洋公園作全方位學習，讓同學在是次活動經歷滿足和成就感。學生及教師回應請見附件七。



愛與和平組合屋壁畫揭幕



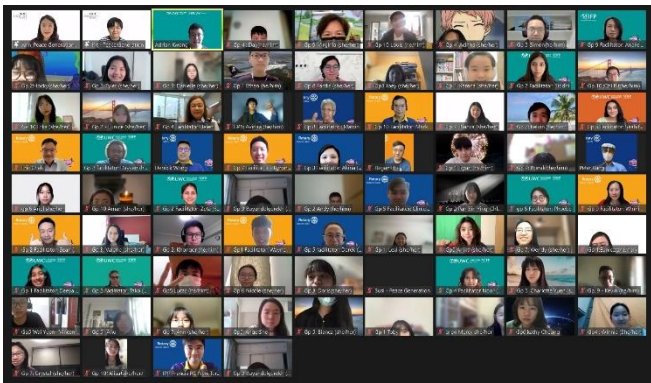
各學會在老師的帶領下推行網上攤位



以愛與和平為主題的開放日揭幕



扶輪社地區領袖與同學分享愛及共融的議題



學生參與「和平營會」，建立與他人的聯繫



#### (4) 舉辦挫折周，提升同學的抗逆力

教育心理學家林永康先生於 2017 年的「如何提升學童的抗逆力」的簡報中提及，「要改變學生的無助感，就要幫助學生學習樂觀、從新角度看事物，並教導學生多感恩，可請老師以身作則，樂觀面對失敗和困難，讓學生仿效」。學校舉行一系列指導學生衝破逆境的活動，鼓勵同學正視自己的情緒需要並積極抗逆。挫折周的內容包括：

1. 中、英文科：邀請學生以歡渡挫折為題撰寫中、英文文章。
2. 班主任節：教師及學生在班內分享面對挫折的經歷、校長及老師在全校層面分享相關經歷
3. 體育科：舉辦歡度「挫」節分享環節，邀請 2009 東亞運動會男子雙人花式單車金牌得主盧廷軒先生到校分享挫折的經驗
4. 視藝科：指引學生繪畫載有鼓勵金句的粉彩畫
5. 設「挫折長廊」：展示學生優秀作品，包括粉彩畫及中英文文章



歡度「挫」節分享環節

(5) 藉輔導活動了解學生情緒，提升同學的情緒管理技巧

按照香港心理衛生會於 2021 年刊登的《心理健康資訊》，其中一個促進心理健康的方法，就是「如果生活充滿壓力，便需要先了解壓力的來源，再尋求解決方法。」南屯門官立中學先識別有特別情緒需要的學生群組，再為其提供工作坊及活動以提升同學的抗逆力，並培訓高年級學生協助新生適應中學生活。本校輔導組本學年的主要工作包括：

	活動	對象	目的
1	「友」愛校園 - 中一成長工作坊	中一學生	協助中一學生適應中學生活
2	大哥哥大姐姐中一關顧活動	高年級輔導學長、中一學生	協助中一學生適應中學生活
3	沿途有你 - 輔導學長領袖培訓工作坊	高年級輔導學長	培訓輔導學長
4	我做不到 - 目標訂定計劃	中一學生	協助同學訂立個人目標及改善方法
5	陪我講	中一、中三、中四學生	班主任透過網上平台與學生交流
6	在班內選出守護天使	中一至中三學生	守護天使協助老師留意班上情況及向有需要的同學提供朋輩支援
7	中六壓力處理小組	中六學生	教導中六學生如何放鬆
8	中六最後上課天特別集會：積極面對 DSE	中六學生	協助學生積極面對 DSE
9	自察。自覺。減壓有法	中六學生	教導中六學生如何放鬆
10	ART 着同行義工小組	有情緒需要的學生	讓學生透過義工服務提升正向情緒
11	堅毅不拔：野戰精神	有興趣的學生	讓學生透過野戰活動提升正向情緒
12	桌遊班(執行功能發展)	有情緒需要的學生	讓學生透過活動提升正向情緒
13	社交小組	自閉症及專注力不足的學生	讓學生學習社交技巧，並嘗試將技巧應用在日常生活之中
14	藝術治療工作坊	有情緒需要的學生	讓學生透過活動提升正向情緒
15	中英數學學習技能及記憶力提升輔導班	有情緒需要的學生	提升學生的學習效能及自信心



大哥哥大姐姐中一關顧活動



輔導學長領袖培訓工作坊



「堅毅不拔：野戰精神」活動



輔導組活動加強同學之間的情誼

## (五) 人際連繫

### (1) 推行校本藝術治療，助學生釋放負面情緒

按照教育局於 2022 年出版的《在學校推廣精神健康的實用資源 - 正面迎復課，關注學生的精神健康 <老師錦囊>中學篇》，「為舒緩學生的各種情緒困擾，老師可以加強同學的社群連繫，讓學生感到被理解及被認同，從而提升他們的安全感」。疫情期間面授課堂減少，分組活動暫停，以致學生與同儕缺乏溝通，難以建立聯繫。視藝科兼顧防疫措施及社交距離的原則下，邀請學生集體創作，一同撰寫劇本及設計廣告，鼓勵同學之間開展對話，重建友誼，並因材施教，因時制宜，疫情期間舉辦「正向教育壁畫教育工作坊」、「霓虹燈製作班」、「高中藝術市集」、「組合屋塗鴉藝術工作坊」、「和諧粉彩」課程、「數碼繪畫課程」、陶泥班、手工藝課程，藝術表演以及不同的網上課程，讓同學透過欣賞、集體創作及演出，舒緩不安的情緒，視藝科老師並成立南官現場樂隊，安排師生為戲劇表演及比賽提供現場演奏，發掘學生潛能。過往有多位意氣消沉的高中學生，表示修讀視藝科讓他們發掘自我價值及重獲快樂。此等措施助同學跨過疫情的陰霾，疏解同學負面不安的情緒。



創意陶泥班讓同學施展無限創意



同學學習數碼繪畫，製作心意卡表達感恩與和平的祝願



同學於霓虹燈製作班設計獨特作品



同學在老師的指導下與同儕一同製作壁畫，享受創作的樂趣。



在老師支持下舉辦藝術市集，實現夢想



「和諧粉彩課程」讓學生體驗透過藝術洗滌心靈

(2) 疫情推「學生發展日」，凝聚學生一同衝破障礙

根據教育局的《學校課外活動指引》，課外活動其中一個功能是「促進學生的社交發展，為他們提供機會，以便能增強社會經驗、操練社交技巧及將道德和社會價值觀內植」。即使疫情令學校無法為學生安排戶外學習日，老師亦善用機會為同學安排「學生發展日」，推出了不同的學習環節，包括由校長與課外活動組為各級安排的「積極人生、勤學求真」活動，讓同學透過班際活動加強班內的凝聚力和歸屬感；電影欣賞環節讓同學既可在輕鬆的環境下學習英語，也可從影片中學習積極的處世態度；以及不同學科及學會的攤位活動，充分展現同學的創作力和學習成果。最近兩三年面授課斷斷續續，同學之間見面的機會彌足珍貴，學校藉此機會安排拍攝各班班相，以提升同學對學校的歸屬感。



班際競技賽打破同學之間的隔膜



班主任與同學合作完成目標，分享成功的喜悅

(3) 藉社際活動凝聚同學，協助學生擴闊支援網絡

按照明愛青少年及社區服務有關「認識情緒健康」的指引，「擁有良好的社交支援網絡，能得到別人的關懷。」疫情令面授課被迫暫停，因缺乏面對面的溝通，部份學生在人際關係方面感困惑和面對壓力。為協助學生透過團體活動促進社交發展，學校課外活動組引領四個學社舉辦多個網上及實體活動，助同學透過與同儕的交流及協作，建立朋輩支持及群體生活。同時，多元社際活動能豐富學生的同學經歷及促進他們的均衡及全面發展，對同學的身心健康均有益處。本學年推行的社際比賽和活動如下：

	活動	目的
1	2021/22 年度四社會員大會	維繫團員關係，鼓勵社員團結一致，彼此支持和互相包容
2	社際數理公開問答比賽	透過協作提升同學的凝聚力、團隊精神及數理邏輯能力
3	四社「正向思維」壁畫揭幕典禮	將正向教育元素融入校園當中，為學生創設關愛的氛圍
4	社際中文辯論比賽	透過協作提升同學的凝聚力及團隊精神
5	社際英文辯論比賽	透過協作提升同學的凝聚力及團隊精神
6	社際紙飛機競技大賽	讓學生應用科學及數學知識，並享受協作的樂趣
7	社際線上競技比賽	增進同學彼此間的友誼，增強學生歸屬感



四社壁畫活動加強學生對學社的歸屬感



同學參與美化校園的行動，一同建立溫馨校園



社際英文辯論比賽加強同學之間的協作



社際數理問答比賽節奏緊奏，同學奮力一搏



四社會員大會同學反應踴躍，樂在其中



社際紙飛機競技大賽寓娛樂及教育於一身

(4) 首創校園領袖計劃，提升學生的解難及抗逆能力

南屯官於 2021/22 學年始創「創高峰、求突破—校園領袖培訓計劃」，為校園領袖提供有系統的領袖訓練，從而提升同學的解難、抗逆以及社交能力。此校園領袖涵蓋了全校各科組的校園學生領袖，藉此裝備學生積極面對學業、社交以致其他範疇的各種挑戰，以達致全人教育。計劃概述如下：

	「創高峰、求突破—校園領袖培訓計劃」活動	目的
1	學生領袖就職典禮	對校園領袖表示欣賞及肯定
2	第 1 講：何謂「真·領袖」	藉著領袖特質的分享，提升同學的領導才能
3	第 2 講：問誰領風騷 - 領袖技能訓練	藉著領袖特質的分享，提升同學的領導才能
4	第 3 講：傳情達意 - 溝通原理	提升同學的溝通基本原理和技巧
5	第 4 講：當家作主(1)項目管理 - 組織活動步驟、技巧及帶領活動須知	介紹組織活動步驟、技巧及帶領活動須知
6	「問誰領風騷」領袖訓練工作坊	讓同學透過分組討論及團隊競技遊戲體驗團隊協作及領導才能的重要，加深團員之間的合作和交流。
7	第 5 講：當家作主(2) - 宣傳與設計	培育同學創作意念及提升學會形象的能力
8	第 6 講：當家作主(3) - 會議紀錄	提升同學舉行會議的技巧和效能
9	第 7 講：當家作主(4) - 演說與財務	提升同學的演說技巧和管理財務的能力
10	「沿路因您」領袖工作檢討工作坊	讓同學體驗團隊協作及領導才能的重要，加深團員之間的合作和交流。
11	結業典禮	表揚校園領袖的貢獻和學習成果



各學社及學會的學生領袖持旗進場



工作坊讓同學在愉快及安全的環境下作新嘗試





同學透過歷奇活動學習信任同儕



團隊活動讓同學在同儕的鼓勵下再創高峰



領袖生藉着龍舟活動建立團隊精神



同學對學社的貢獻及努力獲校方肯定

## (六) 家、社連繫

### (1) 強化家長教育，家校攜手輔助學生成長，讓愛與夢同行

根據《立法會教育事務委員會：促進家校合作及家長教育》文件（2021），「家長是學校教育過程中的重要持份者，在支援學生學習、培育正面價值觀及促進全人發展方面均扮演重要角色。因此，教育局一直積極透過學校支援家校合作、促進家長與學校的伙伴關係，以及推廣家長教育。」

南屯門官立中學恆常舉辦家長講座，協助家長裝備知識以及輔助子女成長，當中包括由教育心理學家及社工分析孩子的情緒行為及如何改善親子關係；由學校社工主領的「冰山歷情家長工作坊」，講解如何更了解子女的成長需要及在孩子的成長路上給予正確的引導及支持；由學校社工舉辦的當子女「機不離手」家長工作坊以協助家長與子女達成適時使用電子產品的共識；以及由生涯規劃教育委員會主領的「多元出路網上資訊講座」，讓家長了解子女的多元出路及升學與就業前應有的準備。有關冰山歷情家長工作坊的檢討，請見附件八。



「冰山歷情工作坊」助家長了解子女成長需要



「機不離手」工作坊助家長陪伴子女健康成長

## (2) 加強家校溝通，促進孩子成長

按照政策二十一有限公司為教育局進行的《家校溝通諮詢研究》(2019)，多個持份者均認為家校溝通是十分重要的，校長及教師都相信良好的家校溝通可令學生的學業成績及情緒健康有所進步，而家長則認為良好的家校合作能對兒童的成長有正面影響。南屯門官立中學非常看重家校溝通，疫情高峰期以網上家長日替代家長與班主任面對面的交流，疫情緩和後復辦實體家長日，例如於 2022 年 5 月 3 日復課後，學校已就同學的下學期統測及期考的表現，分別舉辦兩次家長日，透過面對面、網上或電話的交流，仔細向家長親述同學復課適應的身心情況，以及與人相處和學術的表現。疫情期間，學校亦邀請班主任透過陽光電話向學生及家長表示關心。就成績稍遜的學生，副校長約見相關家長以提供適時的支援。這樣能促使家長對學校建立互信溝通。此外，家教會成員亦積極參與學生活動，讓家校攜手協助子女成長。有關網上家長日的家長意見，以及家長教師座談會的意見調查，請見附件九及附件十。



家長親身到校與班主任會面，了解子女情況



校長及班主任透過 ZOOM 與家長面談

## (3) 分享南官特色課程，讓家長攜手扶助子女成長

教育統籌局家長教育推行小組刊登的《家長教育單張(青少年篇)》(2003)提及，「家校能為子女締造理想的成長環境，而家長要多認識學校，多與教育工作者接觸，以理解學校的行事依據、教育方針和教學方式……協助子女投入學校生活。」南屯官為本校及區內高小家長舉辦三場特色課程分享會，以提升家長對學校教育方針及實踐嶄新課程的瞭解，其中一個主題為「引領與跨越—回應智能時代的課程規劃」，由陳耀明校長、STEM 教育統籌主任及課外活動主任以及數理科老師分享校本特色課程，介紹學校如何優化及調整課程，以培育學生的多元能力，回應智能時代對現今人才培育的需要。第二個主題為「啟發藝術潛能及培育學生創新意念」，由陳耀明校長、視覺藝術科主任、藝術教育學習領域統籌主任及視覺藝術科老師分享校本「設計思維」課程，介紹學生如何透過一套以人為本的「解決問題方法論」，不斷反思和深化「創作步驟」，從而提升創作、解難和設計能力。第三個主題為「如何發展中學生的均衡性格」，由陳耀明校長、訓導主任及德育、公民及國民教育統籌主任分享南屯官六年一貫品格課程。此等課程提供平台讓家長對學校建立互信溝通，協助家長陪伴子女成長。



第一節：回應智能時代的課程規劃



第二節：藝術課程策劃



第二節：發展學生均衡性格

#### (4) 關心長者，啓發學生學會傳承、行出關愛

按照澳門科技大學通識教育部盧鳳蓮學者（「服務與學習：從實踐到自我發現」的簡報）表示，「服務學習提供機會，讓學生在自己社區真實生活情境，運用所學的新技能與知識。服務學習將學生學習的課室擴展至社區，而且有助於學生發展對他人關心的情感。」南屯官健康管理與社會關懷科、長者學苑及社會服務團三個單位在疫情期間仍共同籌辦『「新常態」跨代歷者長者服務學習。』，讓學生增加對長者健康狀況、人口老化及本港的安老政策的認識，並更了解長者的身心需要、從而達至跨代對話，孕育他們的同理心與敬老精神，讓他們身體力行地關愛家中及區內的長者，在社會中傳揚美善。

參與的學生透過聆聽長者生命導師的分享，深深體會到長者「老有所為」的積極人生態度。然後同學們穿上負重的長者體驗衣、戴著模糊不清的黃鏡片，體會長者的身體機能退化的狀況，明白他們走路時如何舉步為艱，從而體會長者長期面對的健康問題，學習包容及體諒他們。最後，學生設計一系列適合長者的網上節目，與長者分享。學生亦帶領長者暢遊校舍、欣賞學生優秀藝術作品及駕駛模擬飛機，真正做到「跨代共融」。這計劃讓學生有機會關心社會中比較容易被忽略的長者群體，讓同學感到有義務和責任行出關愛，對社會作出貢獻。



同學們穿上負重的體驗衣體驗長者的困難



學生聆聽長者分享生命故事，深受啓發

#### (七) 結語

我們深信照顧學生差異，為不同能力的學生創設成功經驗，方可發展學生的自尊五感，讓同學有安全感、連繫感、方向感、獨特感及能力感。學校亦着力推行全人教育，讓同學不單止局限於書本上的知識與技能，更重要是培育正面價值觀及提升身心健康；尤其在疫情未放緩的時間，更要擴闊他們的社交支援網絡，從而提升自尊及自信；學校亦會竭力支持學生、家長和老師渡過難關。就讓關愛在南屯官中流動，將愛與頌揚傳遞到每個家庭成為最美麗的祝福，並讓學校師生攜手營造一種重視連繫的校園氣氛，陪伴同學健康快樂成長。

## 參考文獻 (頁一)

Jeff Huber. (2020). Human Connection is the Key to Healthiness and Happiness.

立法會 (2021)。《立法會教育事務委員會：促進家校合作及家長教育》。香港：教育局。取自：  
<https://www.legco.gov.hk/yr20-21/chinese/panels/ed/papers/ed20210702cb4-1175-3-c.pdf>

林永康 (2017)。《如何提升學童的抗逆力》。香港：教育局。取自  
[https://www.edb.gov.hk/attachment/tc/teacher/student-guidance-discipline-services/lecture-notes/lecture-notes-201718/20171219\\_EP\\_Tom\\_LAM.pdf](https://www.edb.gov.hk/attachment/tc/teacher/student-guidance-discipline-services/lecture-notes/lecture-notes-201718/20171219_EP_Tom_LAM.pdf)

威廉柏其 (William Purkey)。《關於「啟發潛能教育」》。香港：國際啟發潛能教育聯盟 (香港)。  
取自 [http://www.iaie.org.hk/download/ie\\_aims\\_chi.pdf](http://www.iaie.org.hk/download/ie_aims_chi.pdf)

明愛青少年及社區服務。《認識情緒健康》。香港：明愛青少年及社區服務。取自  
<https://charrette.caritas.org.hk/%E8%AA%8D%E8%AD%98%E6%83%85%E7%B7%92%E5%81%A5%E5%BA%B7/>

香港大學 (2022)。《港大臨床心理學者和兒科醫生提供抗疫心理健康小貼士》。香港：香港大學傳媒。  
取自 [https://www.hku.hk/press/c\\_news\\_detail\\_24391.html](https://www.hku.hk/press/c_news_detail_24391.html)

香港心理衛生會 (2021)。《心理健康資訊》。香港：香港心理衛生會。取自  
<https://www.mhahk.org.hk/index.php/health/>

香港青年協會 (2021)。《青協公佈「學生情緒及健康狀況」調查結果》。香港：香港青年協會。取自  
<https://hkfyg.org.hk/zh/2021/11/02/%E9%9D%92%E5%8D%94%E5%85%AC%E5%B8%83%E3%80%8C%E5%AD%B8%E7%94%9F%E6%83%85%E7%B7%92%E5%8F%8A%E5%81%A5%E5%BA%B7%E7%8B%80%E6%B3%81%E3%80%8D%E8%AA%BF%E6%9F%A5%E7%B5%90%E6%9E%9C/>

香港青年協會 (2022)。《青協公布「第五波疫情對中學生的影響」調查結果》。取自  
<https://hkfyg.org.hk/zh/2022/04/07/%E3%80%8C%E7%AC%AC%E4%BA%94%E6%B3%A2%E7%96%AB%E6%83%85%E5%B0%8D%E4%B8%AD%E5%AD%B8%E7%94%9F%E7%9A%84%E5%BD%B1%E9%9F%BF%E3%80%8D%E8%AA%BF%E6%9F%A5%E7%B5%90%E6%9E%9C/>

政策二十一有限公司 (2019)。《家校溝通諮詢研究：最終報告》。香港：政策二十一有限公司。取自  
[https://www.chsc.hk/chi/content\\_pub/report/201903/P21\\_SPC\\_report\\_chi.pdf](https://www.chsc.hk/chi/content_pub/report/201903/P21_SPC_report_chi.pdf)

袁文得、陳茂釗、吳文潔、余文基、劉兆瑛、Norman C. Gysbers (2011)。《學校聯繫感及生活技能發展教師小冊子》。取自  
[http://web.hku.hk/~life/pdf/lsl/Teacher\\_Leaflet\\_Connectedness\\_and\\_Life\\_Skills\\_Development%202011.pdf](http://web.hku.hk/~life/pdf/lsl/Teacher_Leaflet_Connectedness_and_Life_Skills_Development%202011.pdf)

教育統籌局家長教育推行小組 (2003)。《家長教育單張(青少年篇) 2003》。香港：教育統籌局。取自  
[https://www.chsc.hk/chi/content\\_chsc/sub\\_3\\_10.pdf](https://www.chsc.hk/chi/content_chsc/sub_3_10.pdf)

教育局 (2014)。《基礎教育課程指引 聚焦·深化·持續 (小一至小六)》。香港：教育局課程發展議會。  
取自 <https://cd.edb.gov.hk/becg/tchinese/index-2.html>

## 參考文獻 (頁二)

教育局 (2016)。《香港學校表現指標 (中學、小學及特殊學校適用)》。香港：教育局質素保證及校本支援分部。取自 [https://www.edb.gov.hk/attachment/tc/sch-admin/sch-quality-assurance/performance-indicators/PI-2016\\_TC.pdf](https://www.edb.gov.hk/attachment/tc/sch-admin/sch-quality-assurance/performance-indicators/PI-2016_TC.pdf)

教育局 (2018)。《認識全方位學習：全方位學習的目的和意義》。香港：教育局。取自 <https://www.edb.gov.hk/tc/curriculum-development/curriculum-area/life-wide-learning/know-more/aims.html>

教育局 (2022)。《在學校推廣精神健康的實用資源 - 正面迎復課，關注學生的精神健康<老師錦囊>中學篇》。取自 [https://mentalhealth.edb.gov.hk/uploads/mh/page/training/EDB\\_20220421.pdf](https://mentalhealth.edb.gov.hk/uploads/mh/page/training/EDB_20220421.pdf)

教育局。《學校課外活動指引》。香港：教育局。取自 [https://www.edb.gov.hk/attachment/tc/sch-admin/admin/about-activities/sch-activities-guidelines/C\\_eca.pdf](https://www.edb.gov.hk/attachment/tc/sch-admin/admin/about-activities/sch-activities-guidelines/C_eca.pdf)

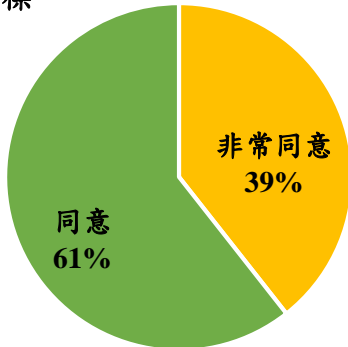
康樂及文化事務署 (2021)。《社區體育會專刊：活力新一代。第 39 期。2021 年 1 月》。香港：康樂及文化事務署。取自 [https://www.lcsd.gov.hk/en/cscb/v39/common/others/download/full\\_version.pdf](https://www.lcsd.gov.hk/en/cscb/v39/common/others/download/full_version.pdf)

盧鳳蓮。《服務與學習：從實踐到自我發現》。澳門；澳門科技大學通識教育部。取自 [https://www.av.s.org.hk/youthconference/downloads/session3\\_speaker05.pdf](https://www.av.s.org.hk/youthconference/downloads/session3_speaker05.pdf)

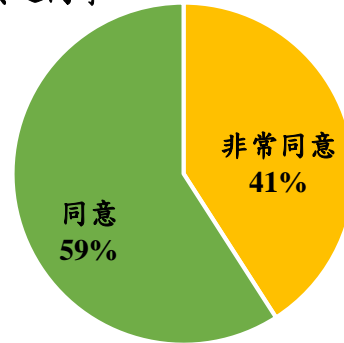
維基百科。《需求層次理論》。取自

<https://zh.m.wikipedia.org/zh-hk/%E9%9C%80%E6%B1%82%E5%B1%82%E6%AC%A1%E7%90%86%E8%AE%BA>

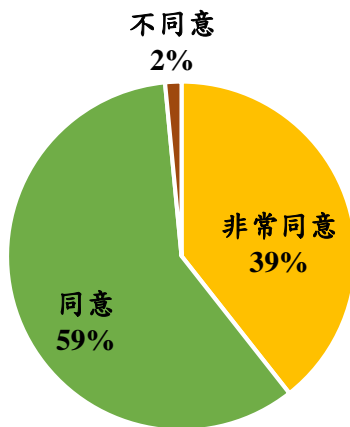
Q1. 是次活動/課程整體上能達致預期目標



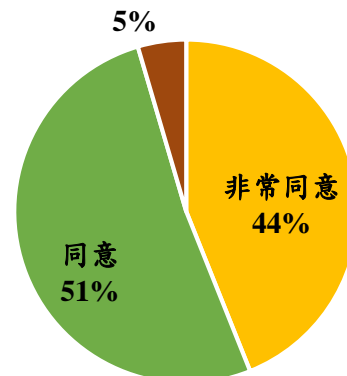
Q2. 是次舉辦之活動/課程內容適合參與之同學



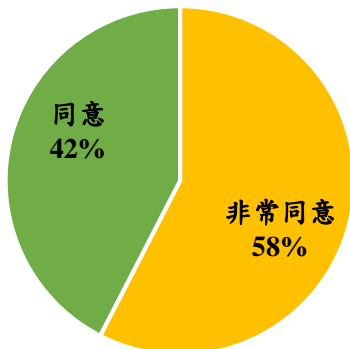
Q3. 是次活動/課程舉辦前有足夠的資訊及宣傳



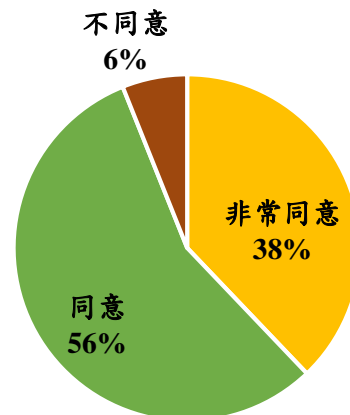
Q4. 校方/籌辦單位能提供足夠的資源(例如撥款/人手/器材/場地等)舉辦是次活動/課程



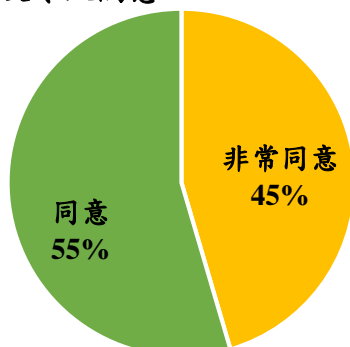
Q5. 是次工作坊能鼓勵學生嘗試新事物(如不同攝影技巧)並建立積極正面的價值觀及態度



Q6. 學生於是次活動/課程中表現踴躍並積極投入活動



Q7. 整體上,是次活動/課程的安排妥當及令人滿意



## 1. 最印象深刻的情景/事情/人生的領悟

### (1) 從拍攝反思生命意義

- 在這個課堂，我發現拍攝這一項興趣可以影響別人，每一張用相機或手機拍攝下來的照片各有意義，可以是一件簡單又幸福的事，小小的幸福帶來樂趣
- 發現單單一張相片也能帶出一個故事
- 一張照片擁有啟發別人的力量，讓人感到心靈被治癒，更能讓人參透生命的道理。
- 經過了這幾天的課堂，令我可以對身邊每一樣事物進行比往日更細微的觀察，發現更多美好的事物，原來就遠在天邊、近在眼前。平常可能太依賴電子產品以致沒有好好欣賞事物。我欣賞自己可以觀察到身邊的變化，讓我可以達成更多想做的事情。
- 最後發覺有些攝影並不是只為了攝影而是從相片中背後表達出一些含意，亦都從角度或者光線中表現到背後想表達嘅主角或者背後嘅含意，令我感受到攝影不單止只是攝影，而是帶有含意的藝術品。
- 最印象深刻是好多商店已經結業嘅照片，在疫情中，小商店真係好難生存到，只可以堅持落去。好唔容易
- From those lessons, I learnt that there is still a lot for me to learn, just like photography, I used to know nothing about it.
- 當我看到阿 sir 分享出來的相片時，一開始都沒什麼感覺，後面有一張照片是兩對父子/母女面對面上下樓梯，側身而過，被扶手隔開，而頭頂上還有一個人。雖然這相片的光影令我一開始不太喜歡，但我仔細觀察後喜歡上了這張相片，我認為它講述了人生百態與愛。
- 原來透過照片可以給人帶出不同的想法
- 瞭解都人生能以相片記錄
- 人生的頓悟是我們應該要多點留意生活中發生的事物，把它記錄下來。
- 老師給了很多圖片給我們欣賞，發現原來圖片背後的意義很多，一張相表面同埋背後的意思都不同，像人一樣。
- The programme makes me feel that I need to be more hard-working and dedicated. Before this programme I thought that I was already pretty decent in photography, but after this amazing opportunity I realized that I've got a long way to go. You need to put a lot of effort to master anything, nothing in this world is easy to master without persistence.
- 最深刻嘅嘢係最後一堂啊 sir 去影街坊小店疫情下嘅狀況，有時唔係啲相令到你覺得好有人情味，係你睇到啲相之後諗起自己同間鋪相處嘅時光，疫情後好多陪伴咗我哋好耐嘅店都執咗，但相機可以幫我地記錄段時光
- 人生的頓悟：開頭以為做攝影嘅行業係好簡單，以為只係影一張相，咩都唔使整，張相就會靚，但係睇黎五堂學左啲野，就係可能喺唔同環境下要調節唔同嘅色彩/亮度/飽和度仲有更多更多嘅野，所以我宜家知道做攝影嘅行業都要有技巧。
- Photo can be more than a photo. While Mr Chan(Sunny) is teaching about composition, I learnt that photos can in fact show a thought-provoking story, become philosophical and even reflect social issues.
- 印象最深刻的就是教師再教我們 p 相，即管相片有甚麼瑕疵，亦能透過 p 圖技巧把相片修至完美。就好像人生一樣，儘管有甚麼不足，只要努力，花多點心思時間，總會有一刻會滿意。
- 明白到拍照和人生都一樣要細心認真，人生有好多抉擇都要認真思考，需要謹慎做出選擇，攝影也一樣，要認真選擇拍攝器材以及配件，甚至需要的道具，拍攝時間，光的方向
- 我認為攝影能提升我對周遭事物的觀察能力，即使我們每日都走同一段路，可是每日會遇到的人和事都會不同，攝影讓我更留意我們習以為常的事物，增加對身邊事物的認知，甚至是對這個世界的認知。
- 生活中的點滴就像修圖，每一個細節都要想清楚
- 拍攝應有的態度
- 拍下值得紀錄的一刻
- 攝影是攝影師表達的途徑，通過用光影、色彩去表達自己眼裏的世界
- 即使人不美也可以 Photoshop，把自己變美。加上亦瞭解到在相機加上濾鏡會有另一番感覺。
- 一件小小的事未必像看上去那樣簡單

## 2. 欣賞自己的地方

### (1) 正面品格

- 欣賞自己願意抱著好奇的心態，探索攝影的有趣之處。
- 樂觀。也許我現在成績沒有別人好，但是我比別人更加努力，面對困難時更樂觀面對。
- 用心地學，用心去領悟
- 我沒有太欣賞自己的地方，大概唯一可欣賞的就是頑強的鬥志。與其說我擁有鬥志，倒不如說我固執，因為不達成目的我是不會放棄的。
- 樂於助人 日行一善 熱情投入 積極自信 專心參與 Having fully participated in the course, I think that I have become an enthusiast of photograph, not to mention my 100% attendance. Thanks for reading.
- 我欣賞自己所擁有的探索精神，以及好奇心，並且我是個願意嘗試新事物的人，同時也願意學習新事物，哪怕付出努力和時間，哪怕沒有結果。只要過程是學到知識的，滿足到我的求知慾，我就會感到開心、滿足了。
- 雖然我的攝影技術不怎麼樣，聽到老師的講解後我自己努力嘗試，我覺得這是一個好的開始
- 一開始覺得攝影實在有太多東西要學習，幸好自己堅持到底，盡力理解。
- 我欣賞自己的耐性和專心，有時課堂遲了結束，我會等導師宣佈結束才離開會議室。這幾天的攝影課程，我也專心聆聽導師的講話，以免漏了一些重要的細節。
- Passion. Vision. Aggression.
- I am optimistic and cultured
- 欣賞自己鍾意自己
- 在進行工作坊時，我能理解導師所說明的關於拍攝的理論，且我能運用在日常生活中(如拍攝食物等等)。我認為我對於知識的吸收能力優良，而我亦能從失敗中學習，並嘗試尋找最好的解決方法。
- 雖然這或許談不上是欣賞，但我作為一個對攝影一點也沒有頭緒的人，對於自己能夠理解相機的內部結構和他們如何相輔相成已是一個進步吧。
- 我欣賞自己有耐性，不會3分鐘熱度就輕易放棄，會堅持
- 就算我用我那笨拙的技巧拍攝出不太好看的照片，我還會堅持下去，繼續拍照。

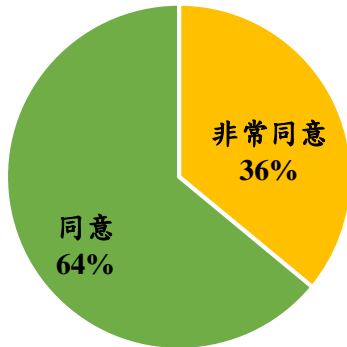
## 3. 生命影響生命 (例如：從導師、其他參與者或同學身上學了甚麼?)

### (1) 疫情期間仍保持積極樂觀

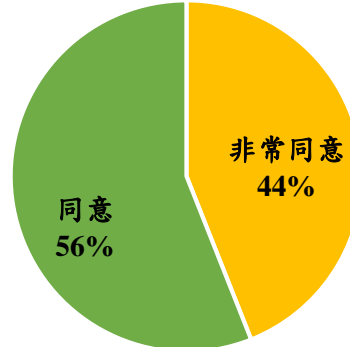
- From the teacher, I learnt that "practice make perfect". He was not good at using Zoom in the first lesson, but after a few lessons it became better.
- 導師於疫情下盡責的精神
- 各位老師係百忙之中抽時間來和我們上課，有時小息完後老師仍然盡快解決手上工作來給我們上課。
- 我很欣賞籌備這次活動的老師，老師說他本來也不太會攝影，但自己也搜集了很多相關的資訊補充給我們，還介紹了很多與攝影相關的知識。
- 雖然導師有少少唔舒服+第一次分享技巧，但佢好努力準備資料
- 我看見很多同學就算夠80%出席率，也願意上最後一課，我覺得他們是好榜樣，學習態度很好，很值得學習。
- 我覺得這個攝影活動有很多跟我相同興趣的學長學姐學弟學妹一起參加這個課程，也看到大家也是因為熱愛所以堅持一直都有上足八成的課時，因為熱愛所以堅持
- 導師雖然不懂使用 zoom，但仍然努力嘗試，將自己所學的分給別人
- 即使在假期期間，很多的同學依然積極參與學校安排的課外活動，他們沒有因為假期或者疫情而鬆懈下來和放過課外的學習機會，同時老師們也樂於在假期期間給我們提供不同的學習資源，豐富我們的學習經驗，我明白到大家都沒有因為突如其來的疫情而感到消極，放下學習。



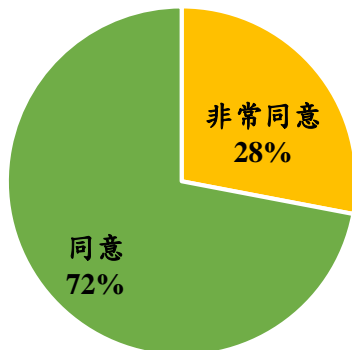
Q1. 是次活動/課程整體上能達致預期目標



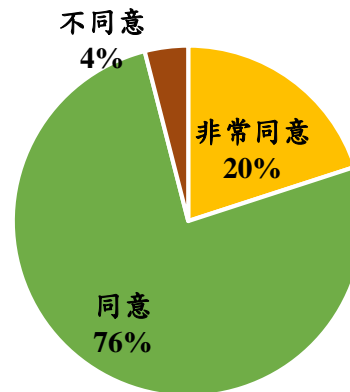
Q2. 是次舉辦之活動/課程內容適合參與之同學



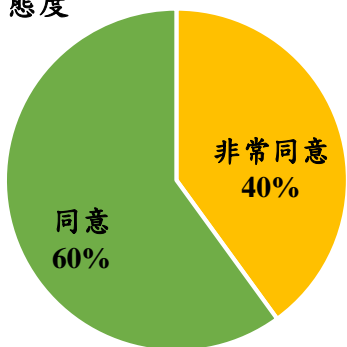
Q3. 是次活動/課程舉辦前有足夠的資訊及宣傳



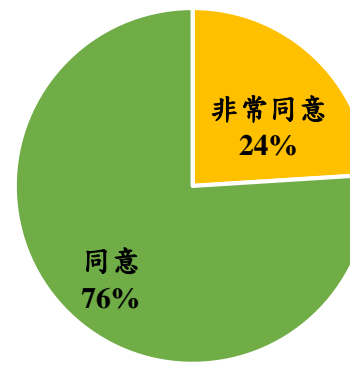
Q4. 校方/籌辦單位能提供足夠的資源(例如撥款/人手/器材/場地等)舉辦是次活動/課程



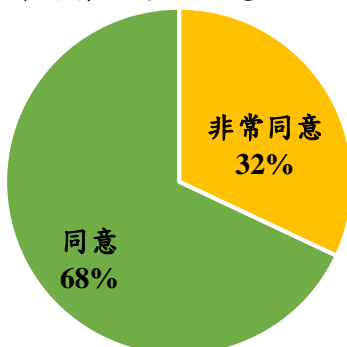
Q5. 是次工作坊能鼓勵學生嘗試新事物(如不同攝影技巧)並建立積極正面的價值觀及態度



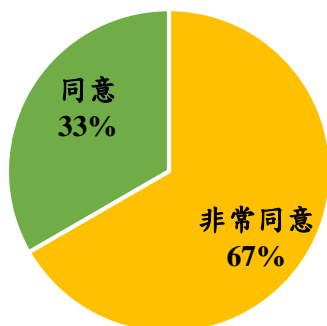
Q6. 學生於是次活動/課程中表現踴躍並積極投入活動



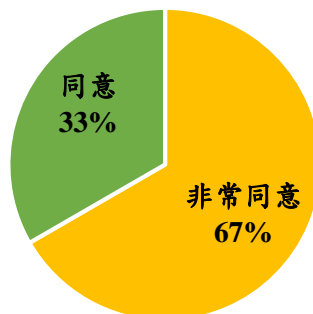
Q7. 整體上，是次活動/課程的安排妥當及令人滿意



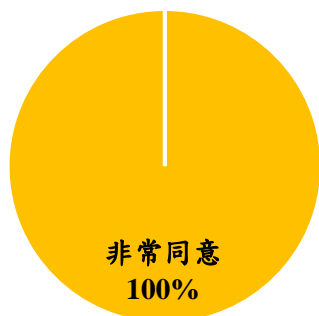
Q1. 是次活動/課程整體上能達致預期目標



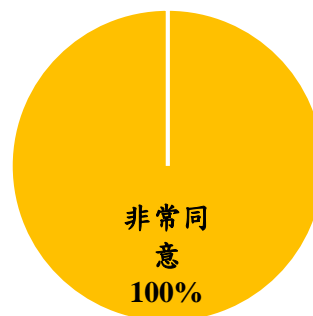
Q2. 是次舉辦之活動/課程內容適合參與之同學



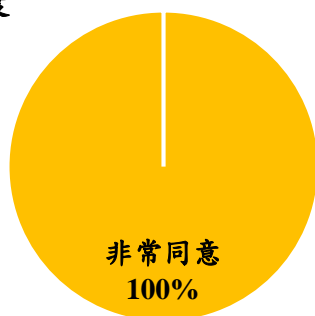
Q3. 是次活動/課程舉辦前有足夠的資訊及宣傳



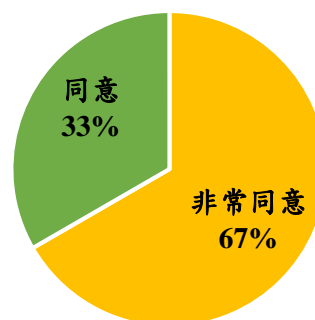
Q4. 校方/籌辦單位能提供足夠的資源(例如撥款/人手/器材/場地等)舉辦是次活動/課程



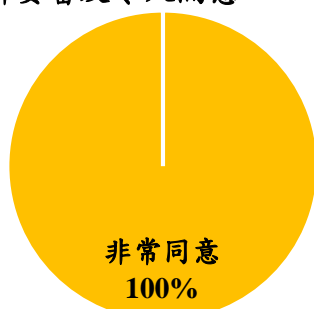
Q5. 是次工作坊能鼓勵學生嘗試新事物(如不同攝影技巧)並建立積極正面的價值觀及態度



Q6. 學生於是次活動/課程中表現踴躍並積極投入活動

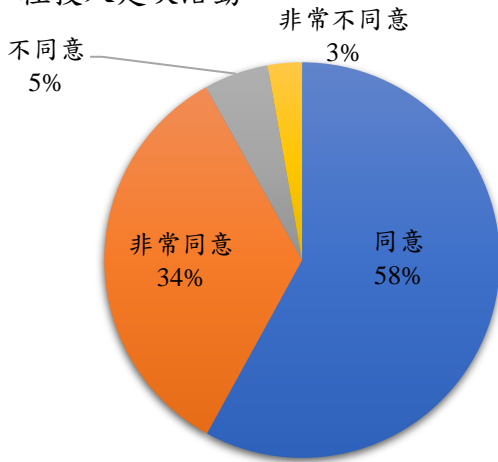


Q7. 整體上，是次活動/課程的安排妥當及令人滿意

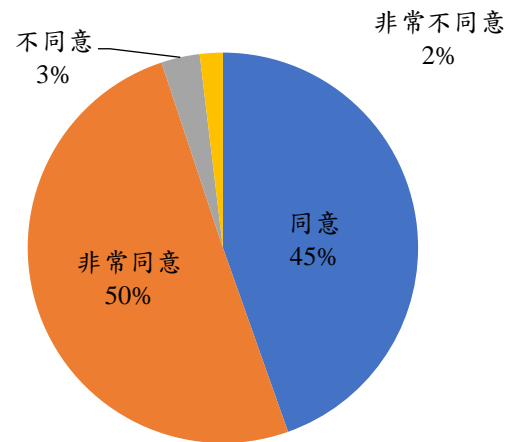


活動舉辦日期：11月23-24日

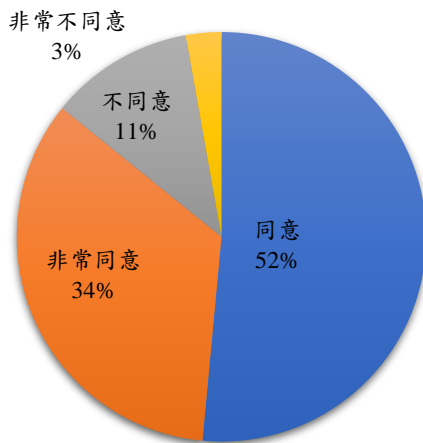
1. 整體而言，我認為同學們踴躍並積極投入是次活動。



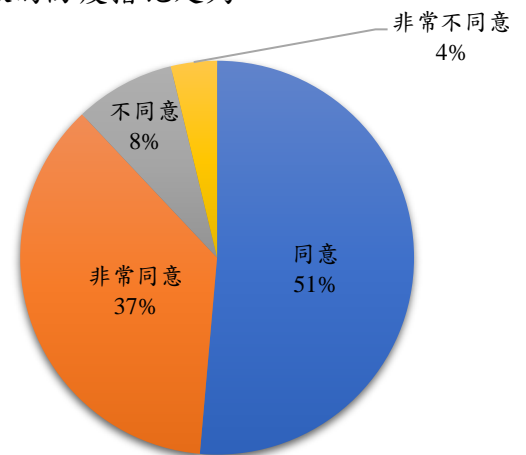
2. 整體而言，我認為老師們踴躍並積極投入是次活動。



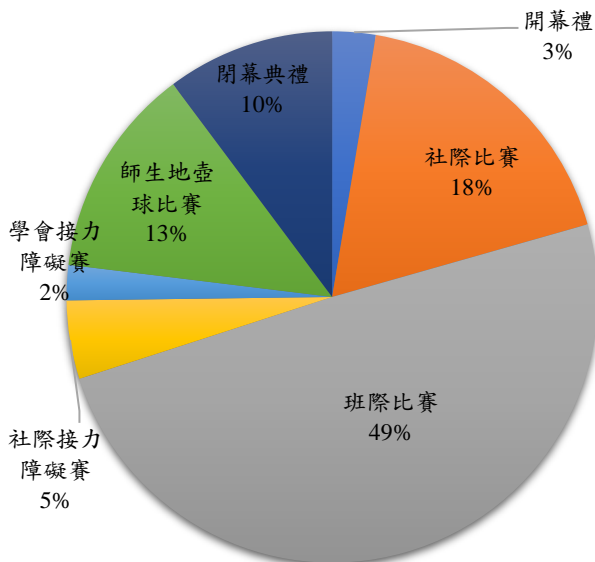
3. 我認為學校舉辦是次活動之日期、時間和地點均合適。



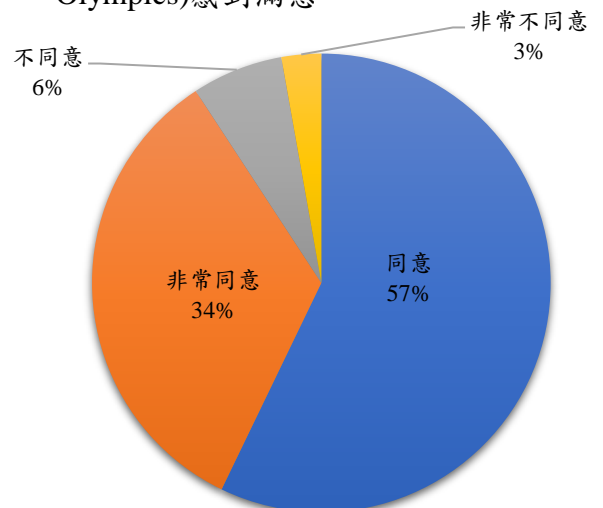
4. 整體而言，我認為學校舉辦是次活動時所做的防疫措施足夠。



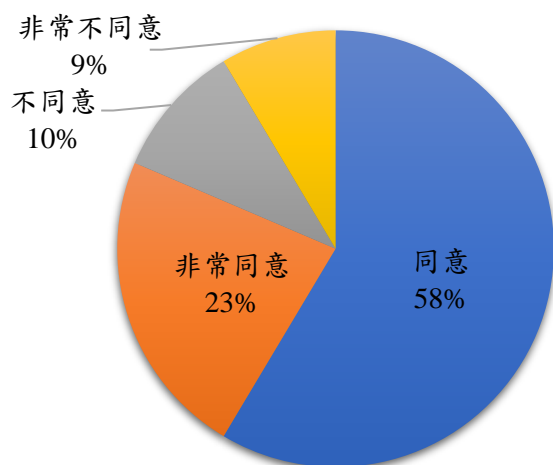
5. 我最喜愛的環節/比賽項目是：



6. 整體而言，我對本次活動(Wacky Olympics)感到滿意。



9. 總的來說，我期待學校每年繼續舉辦WACKY OLYMPICS這活動。



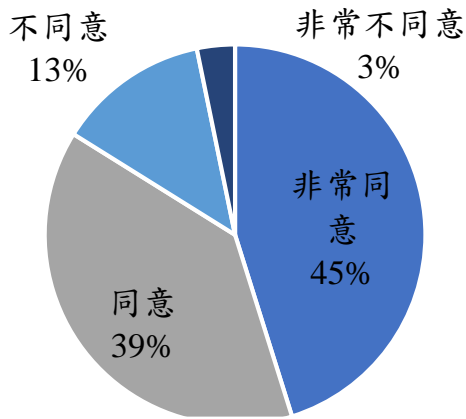
10. 本次活動最讓人欣賞的地方是(S1-3)：

<p><b>遊戲</b>            遊戲具有趣味性(17位學生的意見)            遊戲很好玩(13位學生的意見)            遊戲種類豐富(31位學生的意見)            遊戲做得很用心            有電競活動(switch)(3位學生的意見)            對學生具有較強的挑戰性            活動創新/十分有創意(2位學生意見)            除了可以參加的體育活動外還有其他的趣味活動可參加            科學科亦有活動、欣賞 Math game            社際接力的比賽方式有趣(2位學生意見)            圓網球很有趣(2位學生意見)            欣賞班際比賽</p> <p><b>老師/學生</b>            老師和當值的學生態度很好            老師們認真玩(2位學生的意見)            老師的悉心準備(2位學生的意見)            大家很守規則，十分合作(2位學生的意見)            老師很投入用心(2位學生意見)            老師可和學生一起參加比賽(2位學生意見)            全部師生積極參與(7位學生意見)            老師接力賽(4位學生意見)            師生一齊落場競技            同學們積極參與活動            有部份老師參與比賽項目            老師體育精神</p> <p><b>學校</b>            學校很重視這次運動會            沒有因疫情而取消運動會            堅持舉行運動會            雖然有疫情但仲有機會參加類似 sportsday 嘅活動            學校可以在疫情期間舉辦這個活動</p>	<p><b>氣氛</b>            每個同學都積極投入(4位學生的意見)            令同學更加團結一致(3位學生的意見)            活動氣氛好好            大家都十分努力參與活動            同學們都積極配合            The atmosphere is very nice.            Everyone enjoys the games.            團隊合作精神(2位學生意見)</p> <p><b>工作人員</b>            欣賞 Library / Sportsasso helpers(2位學生意見)            Staff 好有禮貌</p> <p><b>社際/班際比賽</b>            比賽安排好好            欣賞班際比賽(躲避盤/地壺球)(12位學生意見)            欣賞社際比賽(4位學生意見)            躲避盤呀 sir</p> <p><b>活動流程/安排</b>            欣賞開幕/閉幕典禮(6位學生意見)            欣賞場地設計(2位學生意見)            欣賞時間分配(2位學生意見)            安排很妥當</p> <p><b>其他</b>            閉幕禮很詳細地跟我們說人生道理            充分利用時間            設計場地很好            The equipment is great            防疫措施足夠(4位學生意見)            活動具南官精神(5位學生意見)            設備完善及時間安排            行程安排不錯</p>
--	---

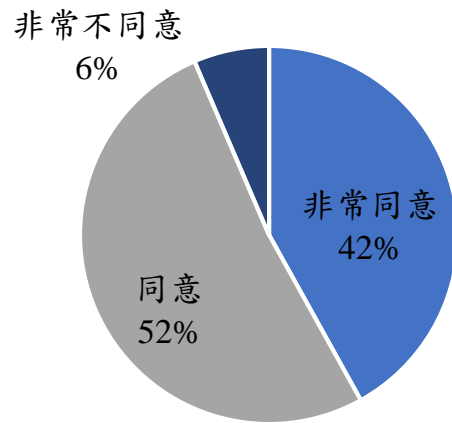
本次活動最讓人欣賞的地方是(S4-6)：

<p><b>活動</b> 活動的多元化(12 個學生意見) 活動精彩很有趣(7 個學生意見) 欣賞師生賽(3 個學生意見) 欣賞電競房有 VR 玩(5 個學生意見) 欣賞班際比賽(6 個學生意見) 可以到科學室做香皂 (3 個學生意見) 欣賞不計分活動(3 個學生意見) 活動有創意好玩(5 個學生意見) 欣賞閉幕禮 I like the fact that the former students can also attend the competitive activities. 有校友回來一起玩 欣賞接歌詞 iPad 好玩(2 個學生意見) 欣賞地壺球(2 個學生意見) 欣賞圓網球(2 個學生意見) 欣賞舉槍千里(2 個學生意見) 活動內容數量豐富(9 個學生意見) 學校非常有創意，想了很多新奇活動(6 個學生意見) 欣賞班際比賽(2 個學生意見) 活動精彩好玩(5 個學生意見) 欣賞師生比賽(2 個學生意見) 欣賞邀請咗校友返嚟參與(2 個學生意見) 有許多新運動 欣賞學會活動/社際比賽(2 個學生意見) 能扮演吉祥物(4 個學生意見) 有電競遊戲(ps4)&amp; 有 VR 玩(8 個學生意見) 欣賞地壺球比賽(2 個學生意見) 活動多樣化(9 個學生意見) 活動內容很好有創意(6 個學生意見) 師生比賽很有趣(3 個學生意見) 校友出席活動 VR game 好玩(5 個學生意見) 欣賞班際/社際比賽(3 個學生意見) 班際比賽讓我對自己班感到驕傲 有新興運動(2 個學生意見) 有貼紙可以擺^^ 欣賞吉祥物(2 個學生意見) blue hse 吉祥物很搞笑 能充分利用學校場地及資源舉辦吸引活動 每項活動使用範圍很大，減少人與人之間的接觸 場地安排適宜有班際活動 除社際及班際比賽外，在不同地方亦有額外遊戲及活動，學生從未感沉悶。</p> <p><b>時間</b> 準時放學(4 個學生意見) 時間安排緊湊充實(3 個學生意見)</p>	<p><b>氣氛</b> 有班活動 增進感情 各位老師同學都盡心盡力去參與 大家玩的很投入 老師十分好 欣賞活動可代替陸運會，而且讓全校一同參加 比賽使我們更團結 大家十分齊心協力，顯示了學生和師生間的團結 氣氛良好(3 個學生意見) 老師參與賽事(3 個學生意見) 老師們的合作 讓同學有團隊合作(3 個學生意見) 各位的毅力 同學的參與</p> <p><b>校長/老師</b> 老師和校長的安排/領導(3 個學生意見) 老師學生齊心投入 老師很積極參與比賽(3 個學生意見) 師生關係變好 老師也能與學生互動 師生們準備充足 團隊精神(2 個學生意見) 有得同班主任挽 大家都踴躍參與(4 個學生意見) Effort of teachers and student helpers 老師們都十分盡責</p> <p><b>學校</b> 即使在疫情期間不能在運動場舉行，但學校仍全力支持及協助 學校盡力舉辦活動想令學生放鬆 至少給學生一個遊玩的機會，沒有因疫情而直接取消陸運會 疫情下還可以有運動會 係疫情下仍可以舉辦活動</p> <p><b>其他</b> 防疫措施很好 設備充足 攝影師的攝影技術十分滿意 可以跟全班一起玩一個活動 可以在嚴峻的疫情中體驗到運動的樂趣 有運動會的精神 富有儀式感 氣氛熱烈 活動設備完善</p>
--	--

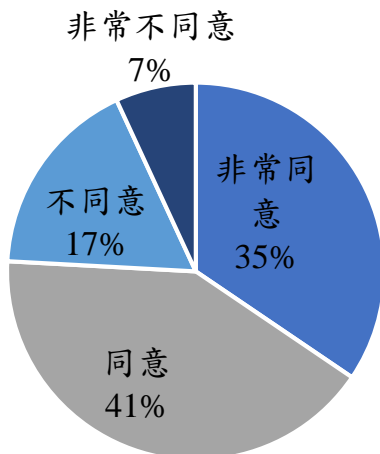
Q1. 「航空課程」能增進我對應用科學STEM的認識及興趣。



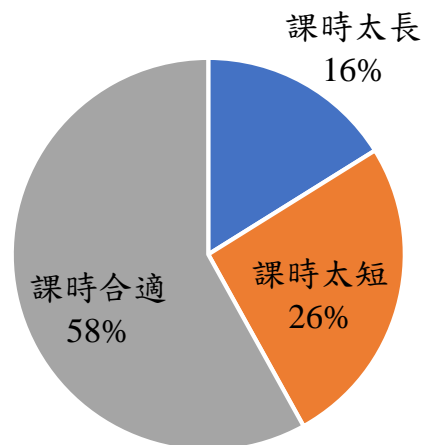
Q2. 「航空課程」加深了我對航空業的認知及了解。



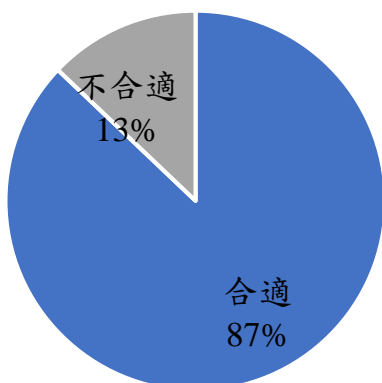
Q3. 完成課程後，使我更有興趣參與其他進階「航空課程」。



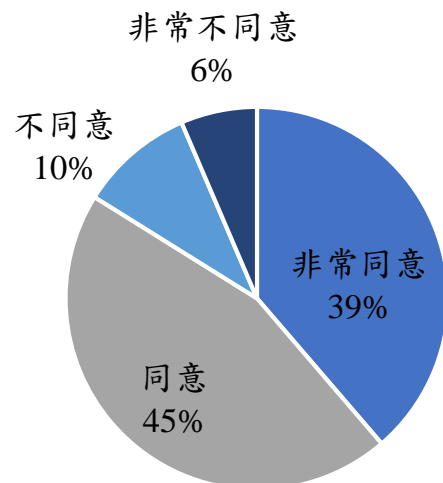
Q4. 舉辦「航空課程」的課時合適？



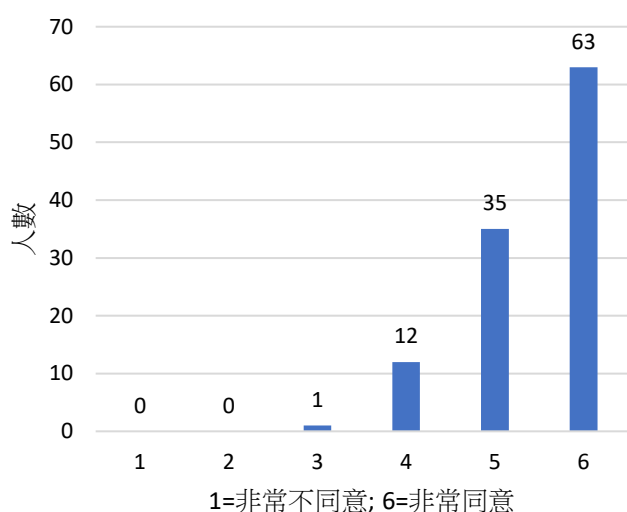
Q5. 舉辦「航空課程」的地點合適？



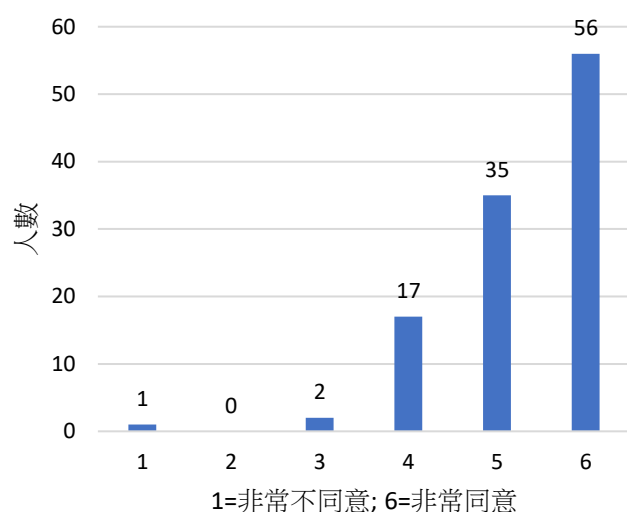
Q6. 總括而言，我對「航空課程」感到滿意。



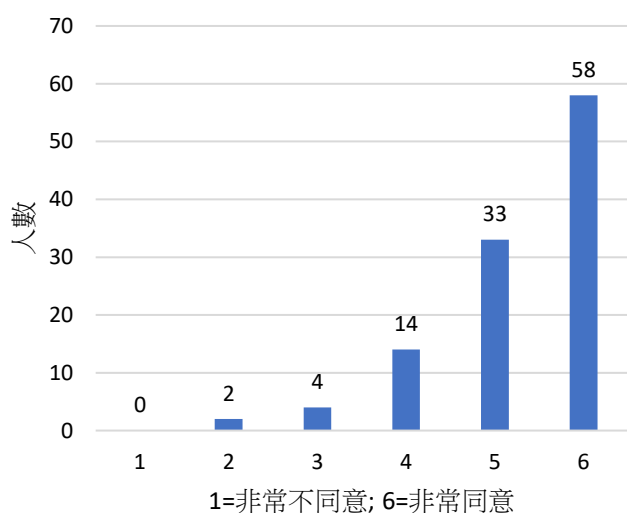
1. 整體而言，我對本次活動十分滿意



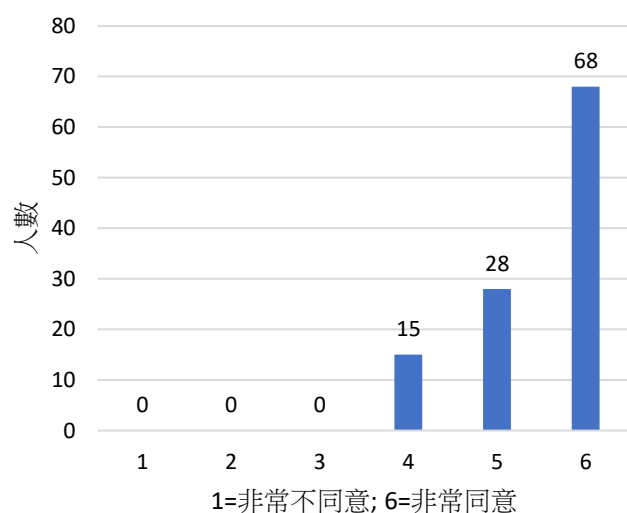
2. 本次活動內容對我有幫助



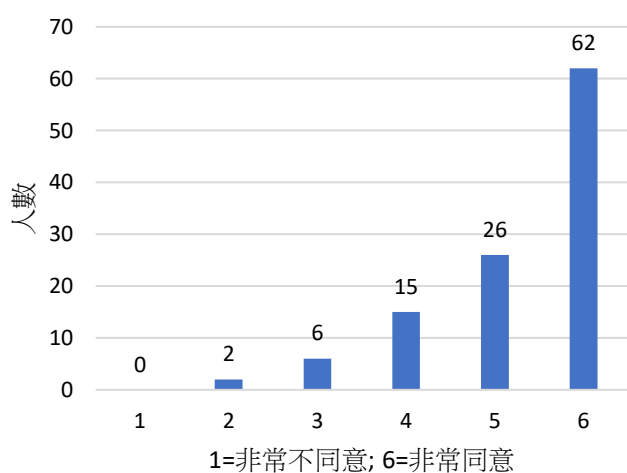
3. 本次活動讓我收穫豐富



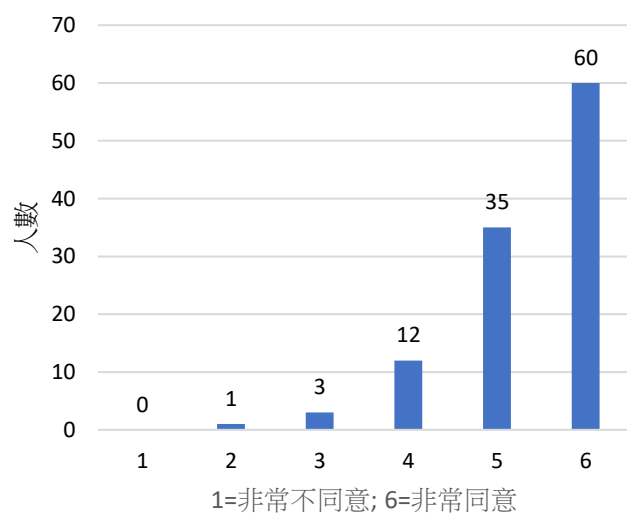
4. 我期待下次再參加類似的活動



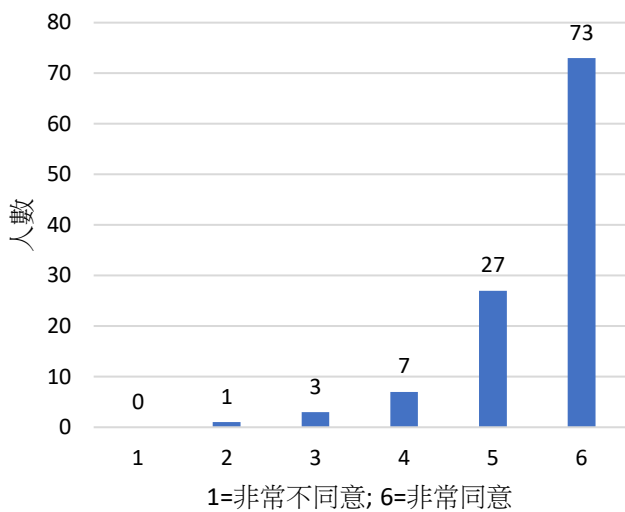
5. 我會推薦同學或朋友來參加類似的活動



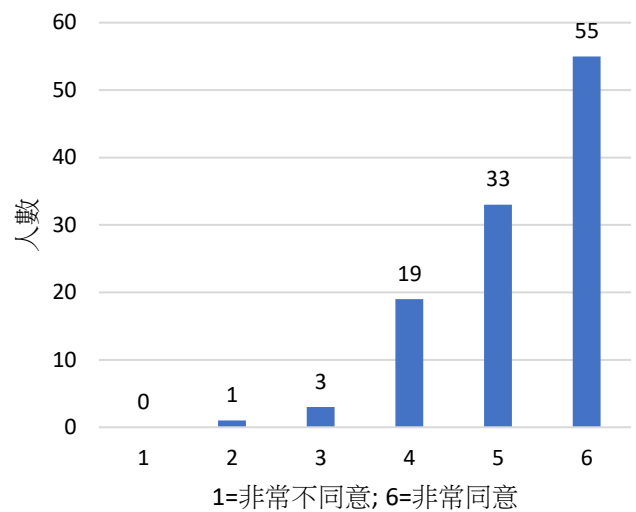
6. 活動主題和內容相符



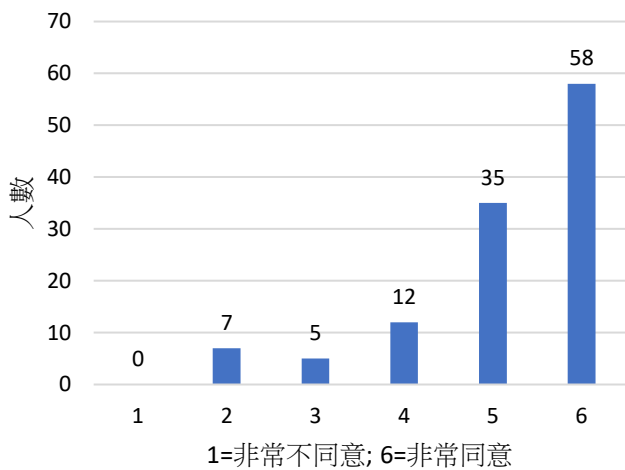
7. 主講者的整體表現佳



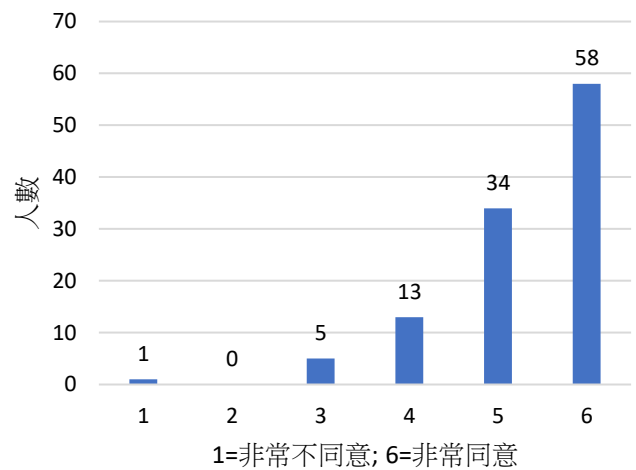
8. 活動能讓我感恩自己擁有的資源



9. 活動能強化我們班的凝聚力，學習互相支持



10. 活動能讓我認識挫折的意義，並學習積極樂觀的態度面對



活動最讓我感興趣的地方是：

舞蹈環節  
分組活動  
枱布運球  
二人三足  
放氣球  
音樂

其他意見與建議：

跳舞歌太舊  
不要分組導致某人落單  
三日兩夜 camp  
再舉辦多一次  
合理地安排場地  
多在禮堂上，不想下去操  
場，因天氣熱  
跳舞部份能凝聚全級，整個節  
目亦能令我們更了解自己，成  
長更多  
Mirror 歌超正  
時間可長一點  
音樂的音質和音樂有待改善

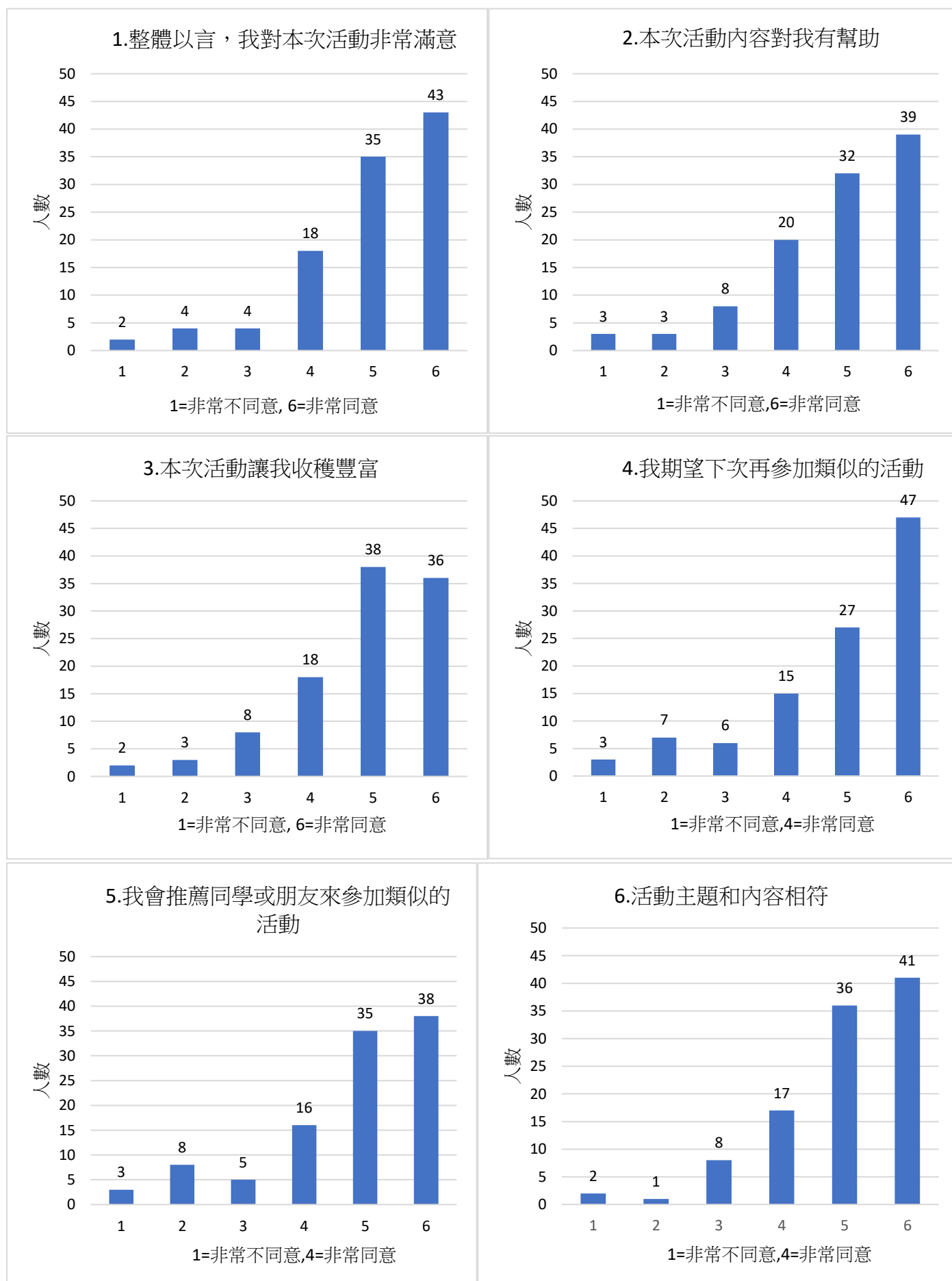
我希望下次舉辦活動的主題有：

競爭  
KPOP  
大風吹  
動漫  
唱歌跳舞  
Camp  
Halloween 或其他節日  
成長  
環保  
青少年如何應對困難  
網絡教育  
Christmas Ball  
減壓  
愛

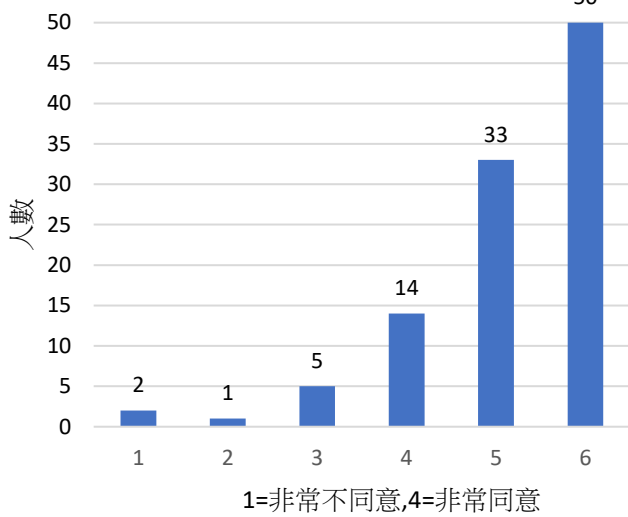


活動日期：2022 年 5 月 16 日

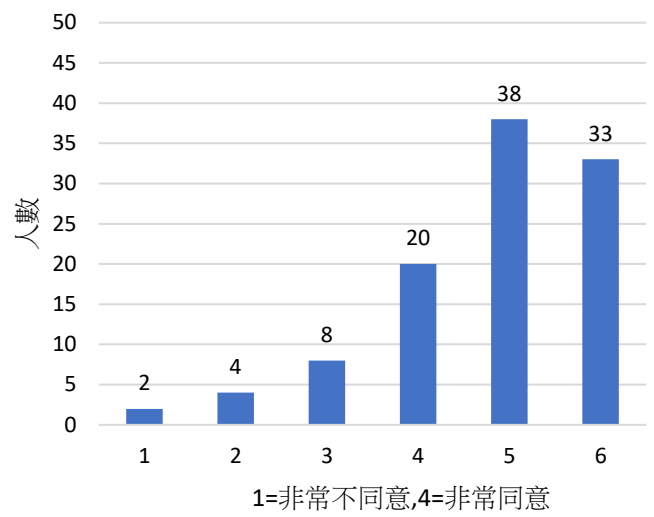
參與人數：106 (S5)



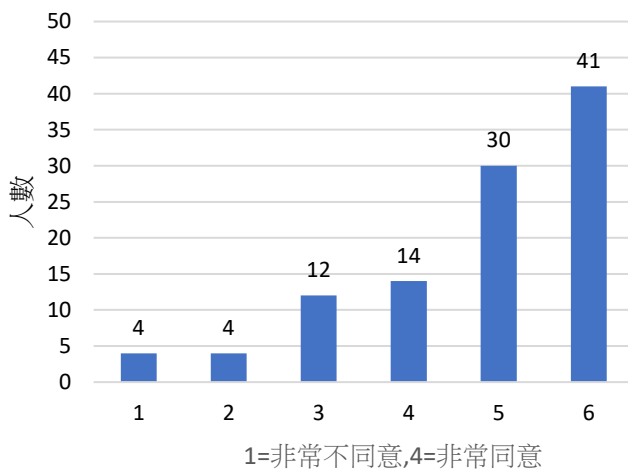
7.主講者的整體表現佳



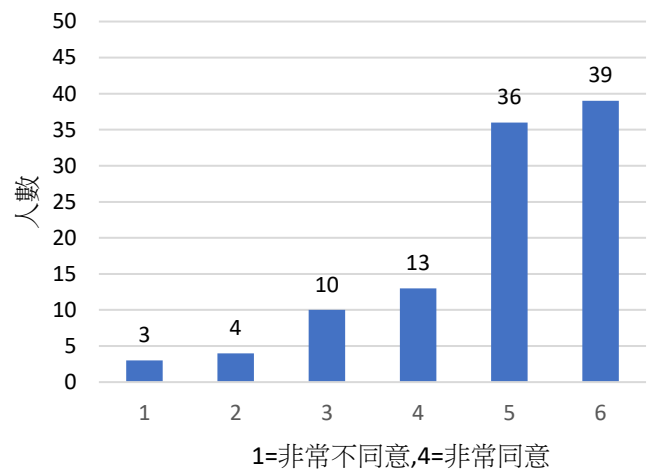
8.活動能讓我感恩自己擁有的資源



9.活動能強化我們班的凝聚力，學習互相支持



10.活動能讓我認識挫折的意義，並學習積極樂觀的態度面對



活動最讓我感興趣的地方是：

跳舞  
放氣球  
團隊活動、分組遊戲  
火車  
寫感恩  
Steven 的演講  
導師的提醒  
二人三足  
繩圍賽車  
導師的激勵

我希望下次舉辦活動的主題有：

人生  
音樂  
Camp  
Depression Solving  
宅舞  
談心  
告別  
TV GAMES  
夢想  
Think outside of the box  
踏入社會  
科學  
Kpop

其他意見與建議：

時間太短  
音樂/音響的聲量可以降低  
講解 DSE 技巧  
讓學生自由組隊  
更多比較年輕的歌曲  
讓同學自由選擇是否參與  
減少跳舞時間  
想上堂

### 1. 最即時之感覺/最意想不到/驚訝的事情

- 最意想不到的是跳舞環節，大家都聽音樂，舞動起來，令我感覺很深刻。
- I was very happy on that day. I can dance and do different activities with my classmate. I didn't expect that I was so enjoy on that day.
- The most unexpected event is the event of dancing. I firstly thought it would be an event that we just listened to a talk or played boring games, which taught us how to communicate with others. But it was not. They called us to dance, to play, to run around the school hall . It was really unexpectedly amazing.
- 最令我意想不到的事情是竟然會有舞蹈活動，令本來拘謹的人因為導師和歌曲的熱情而慢慢放下防備，我是其中之一。
- 可以同同學係禮堂一齊玩，可以同同學一齊釋放自己，刺激 開心 愉快 快樂 興高采烈 快樂 高興 憤怒 興高采烈 喜出望外 滿心歡喜 歡天喜地 眉開眼笑
- 大家在活動中都十分投入，努力完成導師給予任務。令我印象最深刻的是跳舞的環節，大家由起初的緊張到最後盡情投入到當中，喺中四緊張的學業中得到放鬆。

### 2. 生命影響生命 (從導師、同學其他人士身上學了甚麼?)

- 我學會珍惜生命，珍惜當前擁有的東西。幸福不是必然的，要擁抱人生。
- I learnt some ways to release my stress. To release the positive energy, let me really feel the real happiness. Also, try not to be afraid of showing your feelings to other ones. And now I feel more positive about life and knowing how to relax when my feeling get messed.
- Life influences life, I appreciate how the tutors were trying to cheer everyone with not only words but well planned actions. Yes, their ACTIONS. I learnt how to think more positively and live more lively, also how to face difficulties from the tutors.
- 大家的身上都有不同的優點，學到了怎樣與同學合作，亦從導師的身上學會了怎樣從不同的角度去解決問題，看待問題。只要轉換角度，便能看見不同的東西。
- 適當放飛自我，珍惜時間，勵志，釋放壓力，一隻舞，狂熱，珍惜當下。全力以赴, fighting
- 在這個活動裏我學會了團隊精神，大家齊心協力完成每一個遊戲，每個人分擔不同的工作，最後雖然沒有勝出，但十分充實。
- 他們有一句話很觸動我：「如果你在這一刻選擇尷尬，而不是選擇投入，你會錯失的東西比你想像中多的。」因此我在這個活動選擇了投入，令我獲益良多。

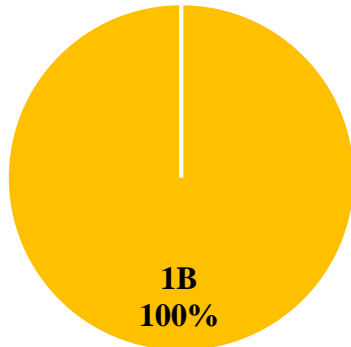
### 3. 百感交雜

- 經過這一次難忘的活動，我瞭解到這是一個可能一生只有一次的活動，也讓我理解了要把握當下，好好把握自己的青春
- 最後很開心可以參加本次活動經歷過網課後在 UT 前可以得到今次活動的機會可以放鬆心情、希望以後都有其他參加
- 這個活動很有趣，當中的過程令我明白團體合作，人與人之間的溝通，最後的反思環節也令我感到珍惜。
- I love this event very much. It is so funny to play with my classmates. I hope school can hold a lot of events like this. Thank you
- 希望學校可以有更多類似的活動,令我們的學習生涯有更多的樂趣
- I think that the event is very good for us to relax. In the event the tutor call us to be ourselves and don't care about other students. And I really relaxed during the event. Joyfully dancing and singing. Loudly shouted and released our stress of studying and also the unhappy things that happened in my life .It does really helped me, and also my classmates.
- 我一開始以為是很無聊的活動，但我通過整個活動，明白很多的事情和道理，亦令我覺得自己變得開朗。
- 我感到很開心，因為可以和大家在這個活動裏玩遊戲，最後還有跳舞的環節，大家都樂在其中，包括我在內。
- 這次的活動讓我流連忘返，結束的時候我覺得意猶未盡。希望學校可以給學生參加更多的類似的活動，在學習生涯裏增添一些樂趣。
- 活動當中我十分享受亦非常投入，與老師和同學交流得更多，更瞭解彼此，也十分放得開，跳舞和唱歌活動都很好，感覺發現了不一樣的自己
- 我們這一生，除了要見天地，見眾生，最終要遇見的還是自己。因為只有我們自己知道自己是誰；只有我們自己能決定自己的樣子。儘管通往自己的路，或崎嶇難行，或曲折盤繞，我們常常會站在岔路口不知所措，有時候甚至迷失了自己，走錯了路，又回到起點重新開始。但是，只要內心篤定，就不會像隨風飄零的落葉，在半空中盤旋、顫抖、翻滾，總也找不到屬於自己命運之路的方向。最終決定你能走多遠、能過什麼樣生活的，是你自己。
- 在開心的跳舞環節後，大家都十分盡興，可快樂的時間總是短暫的，導師的話讓我意識到自己在之後的人生中或許再也不會有這樣和中學同學們暢快玩耍的機會，也不免感到有些不捨。
- 無論何時面對什麼困難，也不能輕易放棄。勇敢地尋找新的方法去解決問題，總有辦法的，方法總比困難多，只要有心就能解決。
- 我感到非常開心，激動，因為對於我來說這是個難得的體驗和記憶，我覺得十分好玩，十分享受，明白到不需要太介懷面子和包袱，只需要享受每個時刻，我會永遠記得這個令我放鬆的活動。特別是在 UT 前，我難得地感到非常輕鬆，非常愉快。

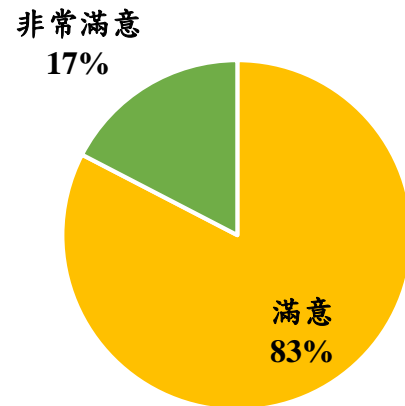
南屯門官立中學  
2021/22 中一暑期銜接課程  
1B 班學生意見調查 (23/8/2021)

附件五

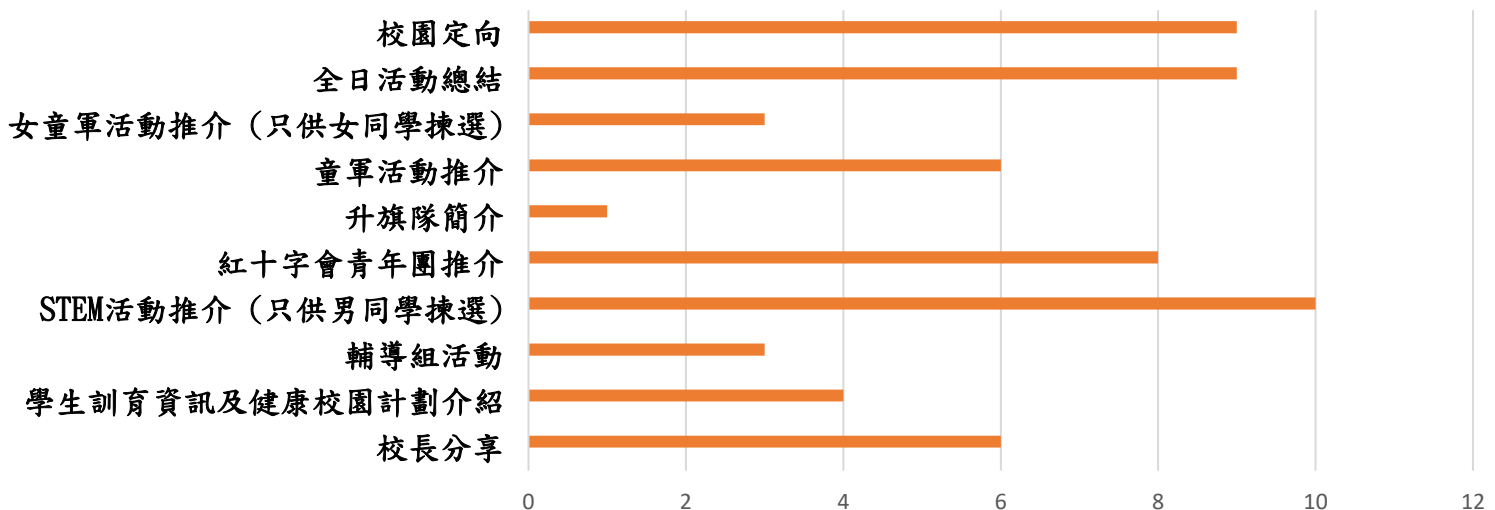
Q1. 你所屬班別：



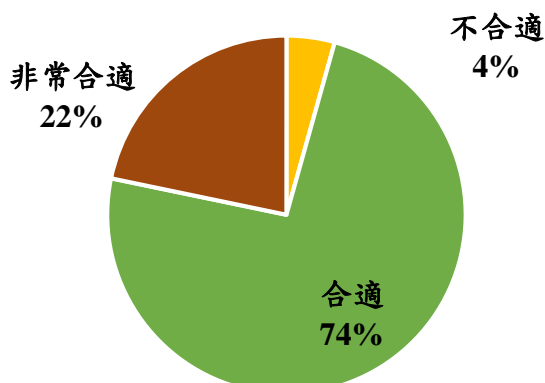
Q2. 你是否滿意「中一暑期銜接課程」於8月16至23日舉行？



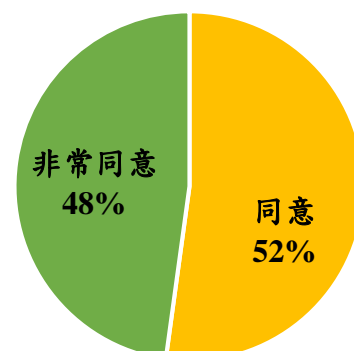
Q3. 就8月16日的開學禮，你最喜愛的環節是(可揀選多於一項)：



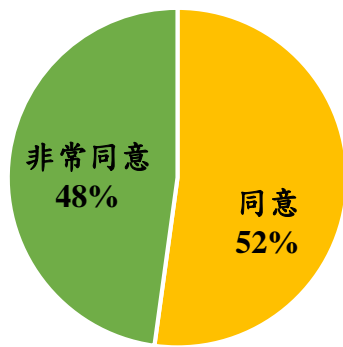
Q4. 中一各班銜接課程分別安排於上午8:20-11:40 (1A及1B) 及下午12:55-4:15 (1C及1D) 舉行，你認為時間安排是否合適？



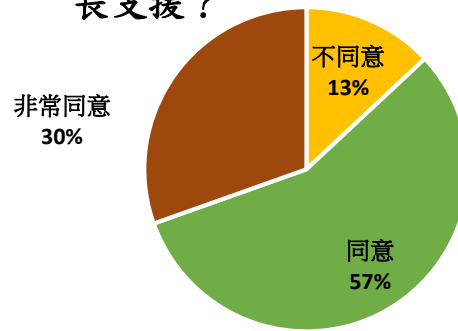
Q5. 你是否同意暑期銜接課程的內容及活動合適？



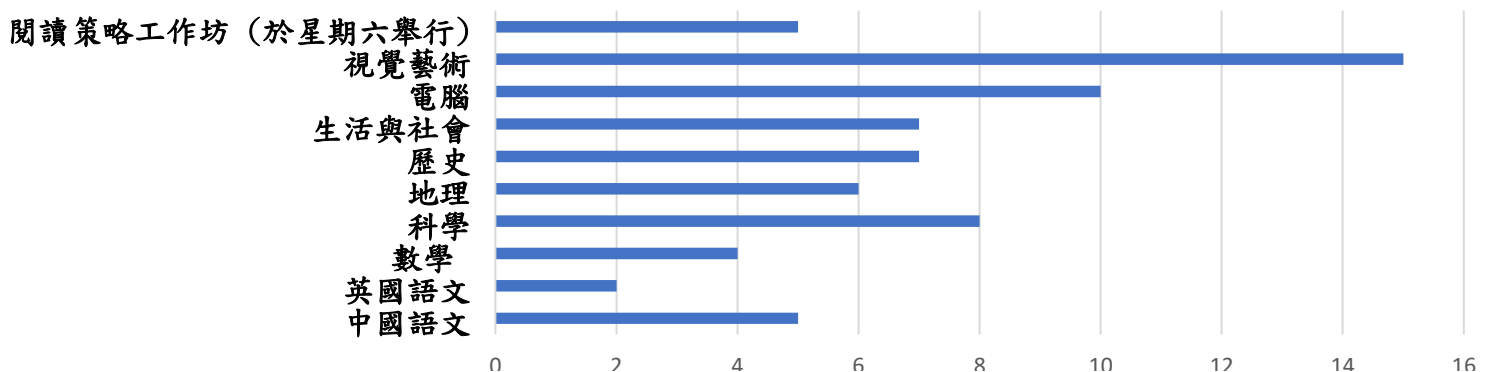
Q6. 你是否同意課程導師教授的內容及派發的筆記有助你適應中學生活？



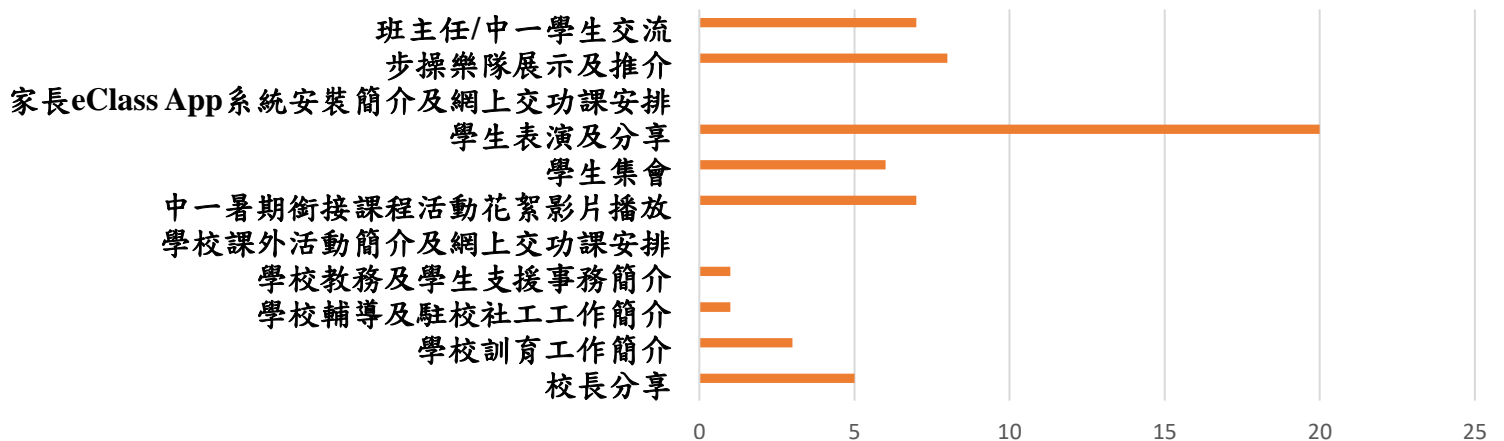
Q8. 你是否同意8月23日的「結業禮暨中一學生及家長迎新講座」能令你更加認識學校現況及學生成長支援？



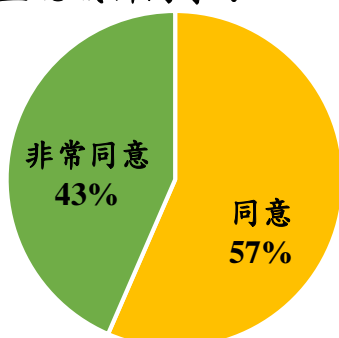
Q7. 學校安排各科/各組別推行暑期銜接課程，請你揀選最喜歡的課節：  
(可揀選多於一項)



Q9. 就「結業禮暨中一學生及家長迎新講座」，你最喜愛的環節是  
(可揀選多於一項)：



Q10. 總括而言，你是否同意中一暑期銜接課程有助你儘快投入學校生活並認識新同學？



Q11. 校長及老師都十分關注同學的感受，現邀請你表達對暑期銜接課程的感受，並藉機表達感謝：

對銜接課程的意見

1. 這個暑期銜接課程令我能夠適應中學學習模式
2. 非常有趣
3. 我很開心，可以增加知識
4. 我認為暑期銜接課程特別好。
5. Happy thx you
6. 非常有用，十分有趣
7. it's good

表達感受

1. 我應為暑期銜接課程的內容令我獲益良多，衷心感謝老師們、校長的悉心教導
2. 校長，感謝你舉辦課程，令我有更深的認識。
3. 老師在暑假也幫助我們學習和認識，我感覺十分良好
4. 感謝教導我們暑期銜接課程的老師。
5. 我感謝同學，老師，校長為新生付出很多
6. 感謝校長和老師
7. 感謝
8. 感激
9. 我感到非常開心
10. 我很高興,十分感激



南屯門官立中學  
South Tuen Mun Government Secondary School

新界扶輪社支持南屯門官立中學學生參與「和平營會 2022」  
Rotary Club of NT Supported STMGSS Students to Participate in the “Peace Camp 2022”

校長感言 Principal’s Message

感謝新界扶輪社支持南屯門官立中學學生參與「和平營會 2022」

新界扶輪社致力推動國際之間的了解、親善與和平，並透過支持青年積極參與共融體驗活動，加強各方接觸與溝通，達致互相尊重和接納。2022年3月19日，新界扶輪社慷慨資助了33位南屯門官立中學學生參與由國際扶輪第3450地區和香港李寶椿聯合世界書院在線上舉行的「和平營會」，讓同學透過與和平倡議者交流、與不同背景的參加者溝通，以及進行小組討論和遊戲，學習以關懷和同理心尊重差異，並提升對多元性別與種族的接納與認同。參與學員在導師的指導下，探討平等、解決衝突和消除貧困等議題，並為追求和平定下個人目標，一同締造和諧共融的社區。參與學員深深體會到用心聆聽及易地而處的重要性，同時有機會運用英語與人溝通，結識世界各地的好友。一眾南官學員再次感謝新界扶輪社的支持，讓他們有這難能可貴的體驗。



陳耀明校長  
Pr CHIN Yiu-ming

Heartfelt Thanks to Rotary Club of New Territories for Supporting STMGSS Students to Participate in the “Peace Camp 2022”

Rotary Club of New Territories is committed to promoting international understanding, goodwill and peace. It facilitates global interaction and communication through supporting the youth to actively participate in inclusion experiential activities, thus achieving mutual respect and acceptance. On 19 March 2022, Rotary Club of New Territories generously sponsored 33 STMGSS students to participate in the online “Peace Camp” co-organized by Rotary District 3450 and Li Po Chun United World College of Hong Kong, allowing them to interact with peace advocates, communicate with participants from different backgrounds and engage in group discussions and games for learning to respect differences with care and empathy as well as enhancing acceptance and recognition of ethnic, sexual and gender diversity. Under the guidance of coaches, participants explored issues regarding equality, conflict resolution and alleviation of poverty, thereby setting personal goals to pursue world peace and inclusive communities. Participants deeply realized the importance of listening wholeheartedly and understanding the circumstances and feelings of others. They also gained the opportunity to communicate with others in English and make friends with people from different parts of the world. STMGSS participants expressed their gratitude to Rotary Club of New Territories for its support and giving them such a once-in-a-lifetime experience.



1. 最印象深刻的情景/事情/人生的頓悟 Most Impressive Scene/ Incident / Inspiration

(a) 審慎計劃人生及作出適當選擇的重要

- 在遊戲中，我發現當面對人生不同的選擇時，必定要慎重考慮，一個錯誤的選擇會對自己的前途有一定的影響。在遊戲當中，也偶然發現到很多事情都不在我們預料之中，很多時候我們只圖眼前的安逸，沒有為將來作打算，經過這個遊戲後，我發現現實中有很多意料之外的事發身在我們身上，所以我們要隨機應變，不要遇到看似無法解決的困難時就停下腳步，思考要怎麼去衝破難關，努力去克服纏繞我們的困難。
- 最令我印象深刻的是模擬人生的遊戲，我們面臨許多選擇，其中包括一些關於將閒置的房屋賣出去換取金錢或者捐出去幫助他人的選擇，而老師並沒有一味地勸導我們幫助他人，而是讓我們衡量自己的情況再去做出選擇，令我學到了在幫助他人之前要先顧全自己。
- 印象最深刻的是玩 Game life 的環節，雖然遊戲中看似提供了不同的選擇，可是其實我們的真正能選擇卻被那僅僅幾個限制了，我們能做的就只有從中選擇，人生或許有時就是這樣，看似有不同的選擇，實則上我們已被鎖死。
- 有一個活動是代入自己是一位單親母親，需要我們代入做不同的選擇，包括工作，支出等等，做出的不同選擇都有相應的結果，有意識到其實蠻多時候，選擇會被各種因素影響，難免也會向金錢低頭，長大後的生活，須要考慮的種種都沒有想像中簡單。

(b) 青年人對於社會發展也有熱誠及期望

- The most profound moment is the discussion of social issues in each group. The content of the activity is that we will use \$120,000 to plan how to improve the surrounding social issues. Different students in each group have their own unique insights. After careful analysis, there are also different ideas on education and energy improvement. I really feel that not only adults are considering the development of society, but teenagers also have their ideas and expectations.
- The most impressive scene is that one of the trainees talked about the problem of Hong Kong education and it inspired me a lot.

(c) 支援弱勢社群除了提供食物和金錢，也要給予愛和關懷

- There are a lot of underprivileged people in our society. We should help them not only by providing materialistic substances, but also by showing them how much we care about them. Food and money is important, but so as caring and love.

(d) 積極聆聽及尊重他人的重要

- 這次的活動令我印象深刻的是主持人對於相互尊重的介紹，身處在這個多元化的社會，我們需要有一定的包容和理解，每個人都是獨一無二的，也都是值得尊重的，所以這次的活動教會我們要學會體諒他人，並保持尊重他人的好習慣，畢竟你想要他人如何對待你，就取決於你如何對待這個世界。
- 一個人或許可以做到很多事情，但兩個人能夠提高做事效率，更能一起思考其他角度的事情，我們之間可以互相提點，互相協助，人可能會犯錯，但團隊之間能夠互相補位。
- 最令我印象深刻的是解決矛盾那一部份，主持人將解決矛盾時所採取不同的行動分為了五種動物，並列出了這五種不同處理矛盾的方式分別的好處或壞處。我本身認為用貓頭鷹所代表的處理方式是最好的，但看到主持人的簡報，我才意識到沒有一個方法是絕對正確的，只是不同情況可使用的處理方法都不同，應走到矛盾發生當刻最適合的處理方法才是最好的，例如貓頭鷹所代表的處理方式，雖然可以解決問題的根本，卻需要很多時間，那對於一些急切的問題便不適合了。

(e) 把握現在和珍惜眼前人的重要

- 我覺得人生就是一列開往墳墓的列車，路途上會有很多站，很難有人可以自始至終陪著走完。當陪你的人要下車時，即使不捨也該心存感激，然後揮手道別。

## 2. 生命影響生命 (從導師、同學其他人士身上學了甚麼?) Life Influences Life (What have you learnt from the tutor, classmates and others?)

### (a) 須經常易地而處，避免批判他人

- 在資源競選的遊戲中，很多同學雖然是代表其他資源，但都不約而同的為更加重要的資源留出了資金，甚至願意降低自己代表的資源的預算，互幫互助，令我學到了很多。
- Respect others. One of the activities is about conflict between people. In a situation, there was a classmate who worked with us in a group project. However, he did nothing. The tutor asked us what we would do to that people. Not many people chose to ask for the problem that classroom was facing and try to help him. After we knowing the classmate wasn't doing anything because he got COVID he didn't got wifi at home, we all know that we were just looking at one side and judge others with it.
- They are nice and do not care about what profession, gender, nationality of the person is. Besides, they perceive everyone based on equality.

### (b) 困境中少數族群堅持保持真我，值得敬佩

- 係 Lily 既講解裏面，改變我一 D 看法。我在少數民族方面並有特別看法，又是不太喜歡接觸他們，但是今次我係 lily 既介紹中，了解到他們都可以和我們一樣做自己。但途中一定要經過各種困難，但她都沒有放棄，值得令人敬佩。
- 也許我們不會體驗到低發展地區人們的生活，但我們可以學習他們對為了生活而到處努力的態度，人們不能只為了追尋更高質素的生活，而忽視現時生活的滿足。
- 我明白到人們總是不斷犯錯，雖然前路迷茫，但我們的雙手仍然尋找光明。

### (c) 導師努力為學生爭取受教育的機會，值得尊敬

- I appreciate the speaker Arnold Chan very much. He believes that education is the right for everyone. All children should be given the equal educational chance no matter their ethnic background, religion, rich or poor and sex. Therefore, he set up Teach for Hong Kong, trying to provide education equity to Hong Kong students.

### (d) 學會開放自己和更敢於分享

- 在同學身上，我很欣賞在場有些同學很主動願意分享他的看法，與主持人一起對話或者在活動中認識新的朋友；而在導師身上，我認為他們有很清晰的目標和想法，可以很用流暢的英文清晰地表達他們的想法和概念，而且也主動了解青少年，亦都經常鼓勵我們發言，在活動結束後他們也做了反省來改善網上進行活動的效果等。另外，他們很平易近人，在談話時很有自信，我認為這樣很值得我們學習。
- 勇敢表達自己沒有什麼不好的，有想法就要大敢發言。
- 我除了在導師們身上學了許多新奇的知識，更在其他參加者身上學會了自信。一直以來我都對自己的英文溝通技巧沒有信心的，但這個活動是要分組進行討論的，每個人都要輪流發言，看到其他人都很積極，令我信心增大了。
- 從導師和同學們身上學到要自信，以及勇敢去發表意見，在這次活動中，可以見到有非常多的人願意主動發表意見，甚至在休息時間與導師談起天來，看上去非常輕鬆享受。
- 活動包含的範圍有種族，性別，衝突，參與講者的分享中能認識更多，學會互相尊重。
- 要懷抱感恩的心。
- 我學會要主動說話，在其他人身，我學會了說話的技巧，而且我們說的語言是英文，我說的英文也變好了
- 我們被分組很多小組，小組中有很多來自不同國家地區的人，我發現他們比我們香港本地的學生更加主動發表意見和結交朋友，我認為這點十分值得我們學習，導師也很會照顧我們，我本來是一個較為內向的人，他見我甚少說話，就會鼓勵我，令我更能投入當中，也能增強自信心。另外，我也能向他們學習英語溝通能力，真正個活動我們都是用英文交流。

### 3. 百感交雜 Mixed Feelings :

#### (a) 在疫境中仍能保持樂觀積極的心、保持真我，是非常可貴

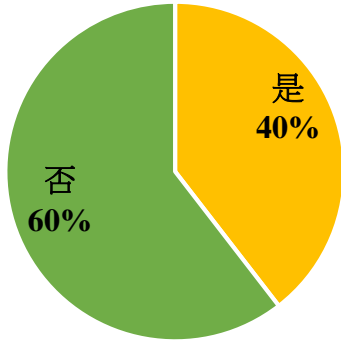
- 在聽完不同嘉賓的分享後，瞭解到他們不同的困難及要面對的東西。但是他們沒有就此放棄，而是選擇積極面對，非常值得學習。很高興他們為自己的選擇或種族感到自豪、滿意，希望社會能對待他們更友善點。參加完這個活動後，我學會了如果與不同種族、性取向和跨性別人士相處，在相處時大家都感到舒適及快樂。以及遇到衝突時，該如何更好地解決，溝通在解決衝突時是必要的，瞭解不同人背後的需求才能好好解決衝突與紛爭。
- 其中一個分享的嘉賓，她在印度出生，來到香港讀書，她說由於她不同的膚色、外貌等等，當時她剛到學校時沒有一個人主動靠近他和她談話等，周遭的學生都覺得他是一個外星人，在這樣的環境下，這位嘉賓仍然主動地去與同學談話和交朋友。我認為她很勇敢亦都值得欣賞，但同時都覺得很苦澀，因為一直認為這些事情不會在香港這個中西融合的城市發生，但原來不是，當時的人們並沒有現今社會的人們思想開放，亦都沒有關注種族歧視等，所以導致這樣的情況發生。慶幸的是這個分享的嘉賓最後都能健康地成長，而現今社會都越來越重視歧視等問題，人們的思想亦越來越開放，甚至有些國家已開始接受同性戀婚姻，相信未來的社會發生這樣的情況能越來越少。

#### (b) 尊重及體諒他人才能令世界更美好

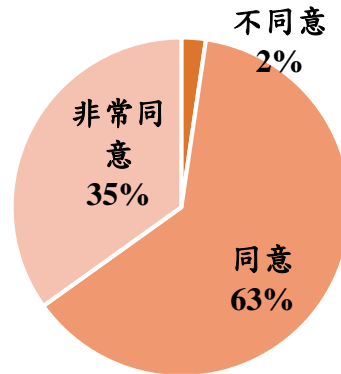
- 總體來說，經過那麼多的財物分配遊戲和少數族群演講，我感到非常驚喜。本以為這都是關於平常聽到的大道理，結果每個遊戲都有不同的頓悟。第一個遊戲是你畫我猜，寓意是我們不能夠完全明白到底組員需要的是什麼，應該要以團隊合作打破無法言語的牆壁。第二個遊戲國家金錢分配，說的是我們應該考慮到每個層面，而不是眼不見為淨，要勇敢面對這個現實，不要自欺欺人。第三個遊戲單親家長扮演，寓意是讓我們换位思考，我們永遠不能輕易為他人下所謂正確的定論，其實每個人都有不同範疇的難題需要解決，例如幫小孩補習一天，得到的結果卻是被解僱的機率變大，應要在工作與陪伴小孩之間取一個平衡。這些寓意通通都是讓我們親身體驗才能懂，如果社會上每一個人都能夠親身體驗不同情況，或許能給予所有族群應有的尊重和體諒，或許能夠讓世界變得更美好。
- 其中一個分享的嘉賓，她在印度出生，來到香港讀書，她說由於她不同的膚色、外貌等等，當時她剛到學校時沒有一個人主動靠近他和她談話等，周遭的學生都覺得他是一個外星人，在這樣的環境下，這位嘉賓仍然主動地去與同學談話和交朋友。我認為她很勇敢亦都值得欣賞，但同時都覺得很苦澀，因為一直認為這些事情不會在香港這個中西融合的城市發生，但原來不是，當時的人們並沒有現今社會的人們思想開放，亦都沒有關注種族歧視等，所以導致這樣的情況發生。慶幸的是這個分享的嘉賓最後都能健康地成長，而現今社會都越來越重視歧視等問題，人們的思想亦越來越開放，甚至有些國家已開始接受同性戀婚姻，相信未來的社會發生這樣的情況能越來越少。

南屯門官立中學  
網上開放日  
學生問卷調查

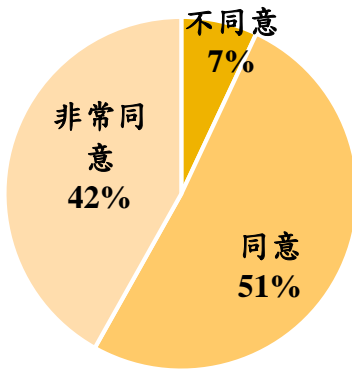
1. 你是否負責協助今次開放日的攤位遊戲工作?



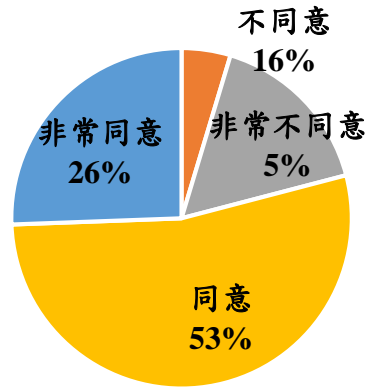
2. 是次舉辦之活動整體上能達至預期目標。



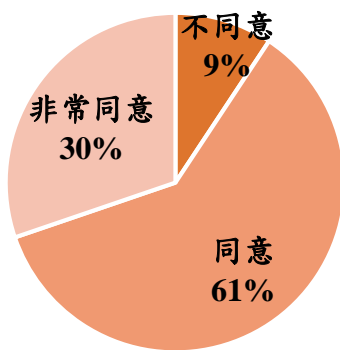
3. 是次舉辦之活動內容適合參與之同學。



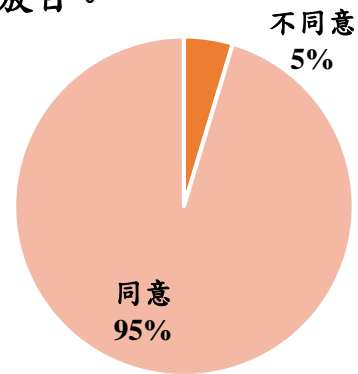
4. 是次活動舉辦前有足夠的資訊及宣傳。



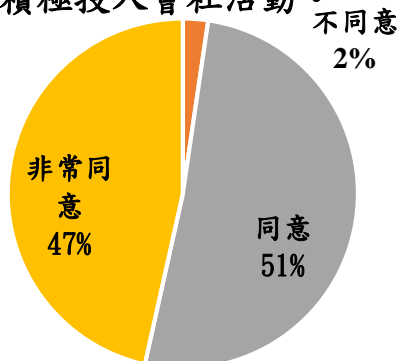
5. 校方能提供足夠的場地予各參與單位舉辦是次活動。



6. 我希望下學年仍會舉辦開放日。



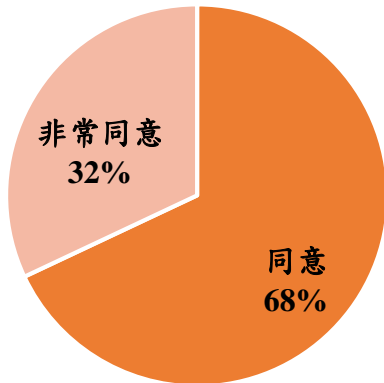
7. 於是次活動中會員表現踴躍並積極投入會社活動。



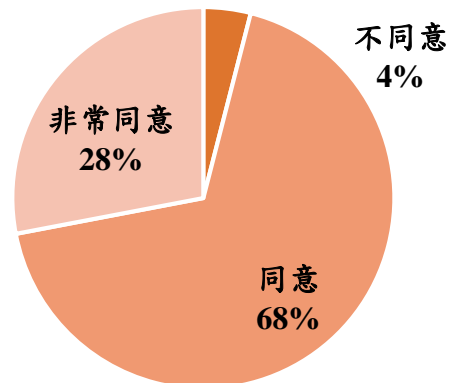
南屯門官立中學  
網上開放日  
教師問卷調查

附件七 B

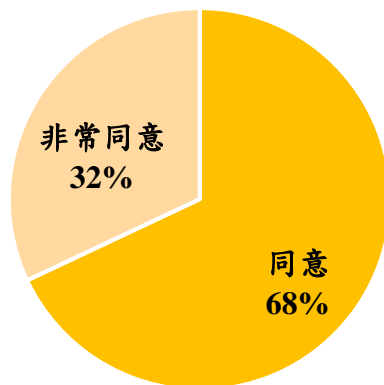
1. 開放日整體上能達至預期目標。



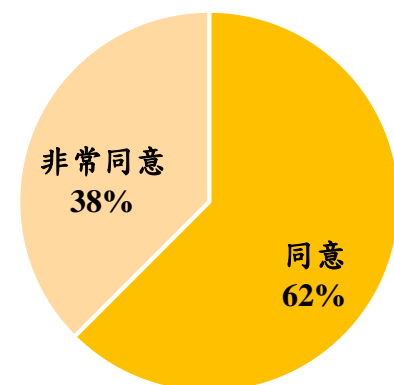
2. 開放日內容適合參與之同學。



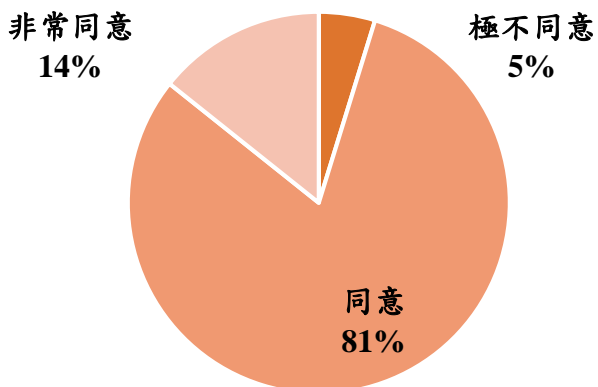
3. 開放日前有足夠的資訊及宣傳。



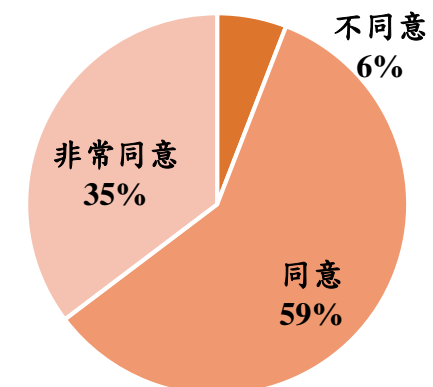
4. 校方能提供足夠的場地舉辦攤位。



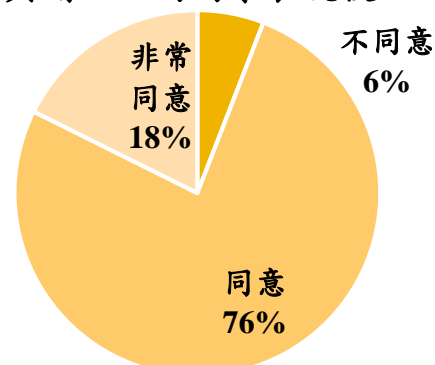
5. 舉辦攤位單位有足夠的器材。



6. 學生工作人員整體表現令人滿意。



7. 參與開放日的同學表現投入。



南屯門官立中學  
「冰山歷情家長工作坊」檢討  
家長回應

附件八

為了讓家長了解子女的需要、加強其與子女的溝通能力並提升家長的管教技巧，本校聯同社工陳筠儀姑娘舉辦了「冰山歷情家長工作坊」，透過沙維雅輔導模式中的冰山及家規等層面的探索改善家長與子女的關係。是次活動共十二位家長參與並獲頒發證書。參與的家長認為導講解清晰，且能即時回應問題，同意工作坊讓他們理解子女行為背後的訊息及滿意培訓內容。

活動名稱：冰山歷情家長工作坊

活動目標：

1. 學習「沙維雅輔導模式」，應用模式中的冰山與子女溝通
2. 讓家長了解子女的需要及提升其與子女的溝通能力
3. 提升家長的管教技巧

活動日期：2021年11月9日、11月16日及11月23日

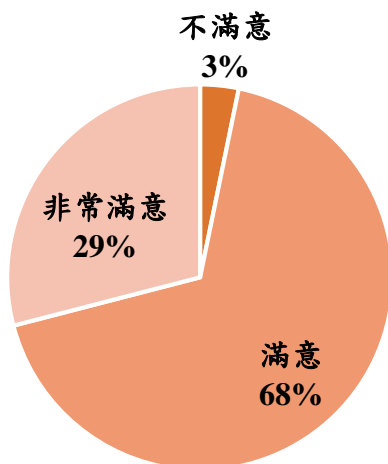
參加人數：12位家長（並完成工作坊，獲頒發證書）

問卷回應：發出問卷數目：11份；回覆問卷數目：11份

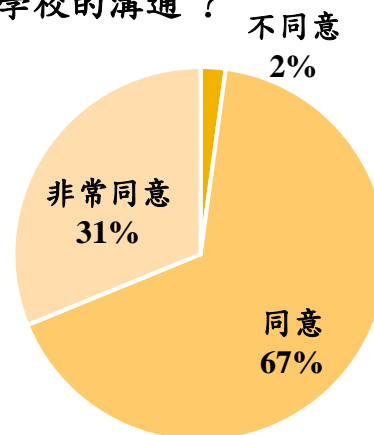
問卷回應：

1. 90%家長同意工作坊讓他們掌握如何運用冰山去理解子女
2. 80%家長同意工作坊讓他們掌握如何更有效與子女溝通
3. 100%家長同意工作坊讓他們理解子女行為背後的訊息及滿意培訓內容

Q1. 閣下是否滿意是次活動的安排？



Q2. 閣下是否同意透過與老師面談，有助了解子女的學習狀況及增進與學校的溝通？



Q3. 閣下對是次活動有否其他意見？

#### 面談時間

1. 面談時間長些更好，希望就兒子的學習、功課、自律及家校配合做更深入的了解和溝通。
2. 時間可長少少 (2位家長的意見)

#### 希望親身與老師面見

1. 最好可以和老師面對面交流 (2位家長的意見)
2. Zoom signal sometime unstable.
3. 面對面和老師面談會比較好

#### 面談形式

1. 應要求所有學生與家長一起上 Zoom 聆聽班主任講解。應將穿校服的學生個人相片在 Zoom 上顯示，教導學生慣於顯示學生證。
2. 和老師面談時間撞了講座時間，如果可以睇返錄影就更好了。
3. 面談會方便些。

#### 對學與教的意見

1. 給予家長下學期所授的各科綱，以便家長跟子女進學習之進度。
2. 希望可了解學生上堂情況。

#### 對課外活動的意見

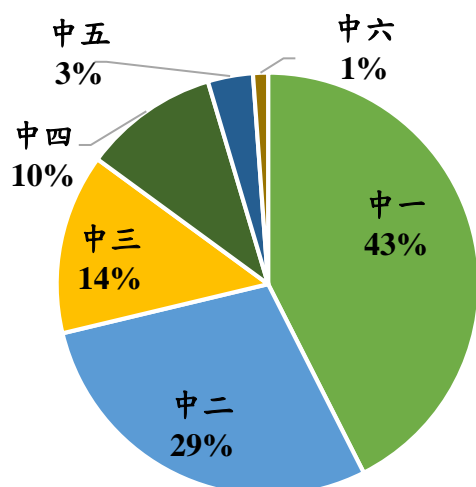
1. 希望能有課外活動減減壓。

#### 對生涯規劃的意見

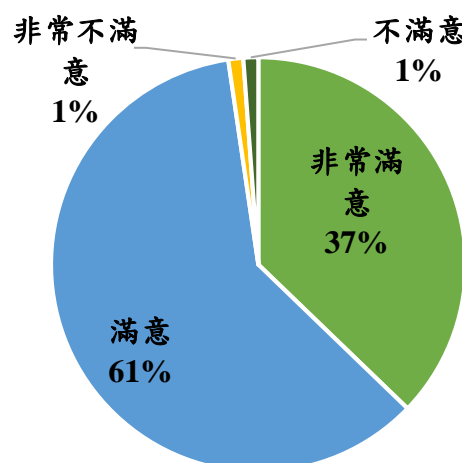
1. 希望可以再多些選科資料及能提供多些合適意見。

南屯門官立中學  
 上學期家長教師座談會意見調查 (家長篇)  
 家長問卷調查 (節錄)

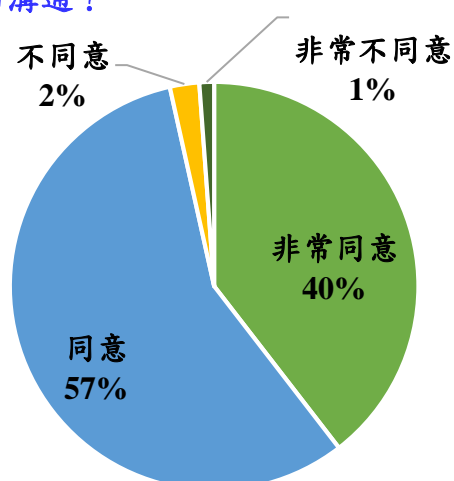
Q1. 貴子女所屬級別：



Q2. 閣下是否滿意是次活動的安排？



Q3. 閣下是否同意透過家長教師座談會，有助讓家長了解學生的學習狀況及增進與學校的溝通？



Q3a 應保留的項目：

**家校溝通**

1. 我和校長有個約會
2. 家長教師面談
3. 與老師及校長會面
4. 不時與家長電話聯絡溝通
5. 和家長多交流溝通
6. 家長會

**課外活動**

1. 保持課外興趣小組能按時開辦
2. 希望課外活動能全面正常，明白因疫情影響
3. Picnic & sports day
4. 籃球隊活化，請教練
5. 學校旅行

**學與教**

1. 小班教學
2. 中六畢業慶典
3. Notetaking workshop for student is useful. It is suggested that regular checking of student's notes could be done by teachers.
4. 每日考一科

**升中講座**

1. 今天校長會上所講的安排都非常認同及希望持續進行及不斷完善進步。

**設施**

1. 電腦