

主席的話

愛心工程

由接任家長教師會主席至今已有八個多月了，期間舉辦了大大小小的活動有廿多個；從初時的千頭萬緒不知如何入手，到現在漸入佳境，當中有汗水也有歡笑，最難得是認識到一群熱心的家長委員和義工們，大家分工合作，群策群力，把會務攪得有聲有色，而令人難忘的活動有「有機園圃種植計劃」和「能量加油站」之糖水送暖行動。

有機園圃種植計劃是我的一個大膽提議，由構思、策劃到推行，都有一定的難度，既擔心反應不好，沒有人參加；又擔心會影響校舍結構，導致渠道淤塞或滲漏的情況出現。好不容易開始了第一堂，看見家長們一邊流著辛勞的汗水，一邊悉心地栽種她們的生菜、蕃茄、紅菜頭等作物，把平凡的水泥天台，變成一個綠色新天地。她們的反應告訴我，這個活動是成功的。而構思這個活動的目的，是希望能凝聚一群家長，多些參與和出席我們的活動；在這個長達五個多月的活動中，更有好幾位家長成為了我們的義工新力軍。在此感謝周校長的支持，令到這項活動得以順利推行。

另一個活動是「能量加油站」之糖水送暖行動，舉辦這個活動的目的，是希望為準備高考和文憑試而留校溫習的中六、中七學生，給他們一份關懷與支持。這個由二月初至三月底，接近兩個月的愛心糖水活動中，為了節省一點選購食材的金錢，我和杜太跑到長沙灣批發店購買紙杯、叉、匙；又到深水埗「樹記」購買腐竹等...；我們用心烹調出美味的糖水，在首、兩天卻碰到反應一般的情況，真擔心活動能否繼續？原來只是時間上出現了誤會，幸好之後學生反應熱烈，只要看到我們的餐車出現，同學們即跟隨我們到夜讀班拿取糖水。在乍暖還寒的日子，看到同學們捧著一杯杯熱騰騰的糖水，吃得津津有味樣子，再辛勞也是值得的。感謝杜太和十多位家長義工，每天不辭勞苦來到家教會資源室烹製出美味的糖水，這份心意實在令人感動。

除了以上的活動外，我們還有很多精彩的活動，如新春掛飾製作「迎春燈」、「學生家長齊敬師」之純天然潤唇膏製作、DIY父母親節心意卡製作、「萬裡同心為公益」等。每個活動能夠成功推行，從選購材料到人手編配，事前的準備功夫，實有賴不少家長義工的付出。在此感謝副主席Jesse、委員杜太、義工Becky和美術指導嫻子及多位家長義工。

家長教師會主席 鄧桂英



奇妙的旅程

時光流轉，自接棒以來，轉眼間又已是八個月的光景了。由啟程時，新手上路的忙亂，到熟習過來的穩定，如今總算是奮力前進，邁向新的旅程。

今屆會務中，有三個與往屆不同的活動項目，都帶給我奇妙的經歷和體會：分別是「有機園圃種植」家長工作坊、「經濟學會」年宵攤位的擺賣和「能量加油站之夜讀送暖·糖水行動」。

有機園圃種植讓參與的家長，認識到不同植物的生長過程和演變，體驗到種植的樂趣，特別是收成時那一刻的喜悅和滿足，更令人樂不可支。

替「經濟學會」同學到年宵攤位幫忙的日間擺賣，更是不可多得的經歷。義工家長要因應每天不同的客流和銷售情況，採取相應的價格和兜售策略，簡直是腦筋和智慧的大比試。而每天的營業額，更是嚴峻的大考驗，逼使大家施展渾身解數去叫賣。

最後的夜讀送暖糖水行動，更是一項愛心工程的偉大創舉。由二月初為期兩周的初始篇，至二月尾到整個三月的延續篇，全程前後超過個半月，合共三十一個工作天；在委員杜太的帶領下，得到十九位家長義工的幫忙，每日輪流貢獻出下午約四小時的時間，為中五、中六的同學烹調出多款不同，為數六、七十杯的美味糖水。整個家長資源室內，每天都散發著糖水的甜蜜芳香，更瀰漫著家長的愛心暖流。

凡此種種，都造就了這八個多月來充實的奇妙旅程！

家長教師會副主席 張萬紅



你的孩子是什麼顏色？

幾年前在一個偶然的情況下，報讀了一個與性格分析有關的課程。原本沒有甚麼特別期望，只是抱著一聽無妨的心態去上課，豈料卻意外地大有收獲，在親子關係上也有所領悟。現與各位家長分享一下。

該分析工具稱為「性格透視」(Personality Dimensions)。此學說以四種顏色代表四種不同性格特質，分別為「藍色真我型」，「金色組織型」，「綠色探究型」及「橙色多謀型」。我們各人均同時擁有以上四種特質，唯每人的四種特質的強弱都不同而已。有些人的「橙色」特質特別強，「藍色」特質則特別弱；有些人的「藍色」特質較強，「綠色」特質則較弱。總之各人各式其色，每人都有其獨特之處。

我們的子女也有不同的性格，而性格的形成都和其與生俱來的核心心理需要有關。比方說：「橙色多謀型」的青少年的核心需要是「自由」，如果要他們遵守繁多的規則，依照指示一步一步去完成一件事，對他們來說是一件苦事。

「綠色探究型」的青少年核心需要是「知識和能力」，他們有強烈的探究精神，常常喜歡問：「為什麼？」。如果家長沒足夠的理據去支持自己的指示或要求時，便容易受到他們的質疑或挑戰。一些有較強「金色組織型」特質的青少年，他們都喜歡「按章辦事」，處事彈性較少，對人對事也較為執著。「藍色真我型」特質較強的青少年，他們普遍重視與人的關係及別人的感受。但亦正因如此，他們很多時因不懂拒絕他人而自尋煩惱。

話雖如此，不同性格特質的人雖有不同的弱點，但凡事均有兩面。不同性格特質的人也同時有不同的天賦能力，如能適當培養及運用，定可讓他們在學習及社交上盡展所長。認識不同性格特質，除可讓父母得悉如何協助子女發揮所長外，更能強化親子間的有效溝通。可惜篇幅所限，恕筆者就此擱筆，日後有機會再談。

家長教師會委員 鄭俊華



感恩

2009年9月開始實施的新高中課程，改革的重點是推行三三四新學制，簡稱高中三改四。去「舊」迎「新」的學制，不論升學途徑或在社會就業機會，都為學生提供了多元化的出路。對於教學「語言微調」政策和課程結構的轉變，讓學生建立廣闊的知識基礎，並拓闊他們的視野，正好幫助學生為迎接未來的新挑戰，作好準備。

時間過得很快，兒子於2012年應考「香港中學文憑試」，成為新高中教育改革後的首批高中畢業生。新的公開試是幫助他決定未來的路向，而非「一試定生死」。我們期望他能終身學習，盡展所長。

今年，在雙學制這個很特別的年度下，新制和舊制兩批學生分別爭取大學的學位。在公開試前，學校、家長和學生都努力預備一切，為未來前途奮鬥。3月28日公開試的第一天，莘莘學子趕赴試場應試，爭取好的成績。兒子在前線忙考試，而我在後方當義工，彼此信任，互相激勵，共同面對，不為明天憂慮。至五月下旬公開試結束了，在漫長的暑假裏，兒子應該好好善用時間，裝備自己，令生活更充實。

十分感恩在這六年來，兒子成為「震夏人」，希望他銘記校訓，回饋母校。多年來，一群熱忱教學工作的老師，在校長帶領下，為新學制付出無比的努力，我們深表謝意和支持。

另外，感謝家長教師會各委員，提供機會讓我加入義工行列，成為義工團隊的一分子。家教會各項活動均需要很多義工的協助，一齊集中力量發揮團隊精神，讓學生得到更多關懷和愛護；也使我在學習和視野上有所拓展，真是獲益良多。

在此願與各家長義工共勉之。

六勇 蘇啟謙家長



從參與中學習

我參加家長教師會的義工工作多年了，學會了很多東西，也認識了不少新朋友。還積極參加家教會舉辦的活動，例如：「有機園圃種植」、「新春掛飾製作班」及「能量加油站」之糖水送暖行動等，都使我獲益良多。

在「有機園圃種植」的工作坊中，我學會了如何用有機方法種植植物，如紅菜頭、蕃茄和紅蘿蔔等。經過多個月來的悉心照料，灌溉、施肥，使它們都生長得很茂盛，而且收成品還很美味呢！

今屆獲家教會主席鄧桂英女士邀請我為增選委員，協助推行會務，還可以列席會議。在參與會議討論過程中，加深了對家教會會務的認識和了解；深深體會到各家長委員和老師的工作，是多麼的繁重，他們無私的付出，實在令人敬佩。但為了我們的子女，讓他們有良好的學習環境，辛苦也是值得的。

增選委員 曾淑玲



~ 要懂得變通 ~

俗語有云：窮則變，變則通。古人的一句美言當真說得漂亮。要變得更好更完美才是本人最終的目標，亦是老師及學生必須具備的條件。

最近勤於上Facebook及Blog，目的只有一個，只想掌握一些新資訊，為何？因為現時正興起自家創作品牌、手作人、市集等等一連串的話題，眼看一群熱心創作的「後生仔」積極打造自己的品牌，心裏感到開心及興奮。所以這個正是今日大家要學習的一點，無論教學一方又或是學習一方都必須懂得變通。

最近少了出席義工活動，原因是為小兒子升中作好準備，並培養他擁有一個較好的心理素質去迎接中一的生活。而我正忙著做什麼呢？老實講句：我亦是一個手作人，正忙於手作這方面。在造手作的過程當中，有難有易，難不過教養兒子，易不過與老師溝通。所以在這個過程當中要細心去學習，仔細去思考，每一步都要緊記住。除了步驟不可亂，同時也要懂得去變。不懂變通是一件壞事，同時亦是一個障礙，但原則是不變的。時間花上了，力也出了，出來的效果滿意。其實做任何事都要持之以恆，教養小朋友也是，不能說今天他不成，明天也是一樣不成，所有的事或物都會有變數的，只希望越變越好。希望大家緊記這一點，努力培養自己的小朋友成為香港未來的主人翁。

替代家長校董：三忠班 梁文軒家長 王麗絲



學校篇

奇異的光芒

我是在二零零三年加入陳震夏中學擔任老師的，不經不覺，在這裏教學已經九年了，目前主要任教的科目為企業、會計與財務概論科；從前在大學畢業後，我是從事核數工作的，教育工作和核數工作相比，我覺得能見到一個學生的成長和進步，比起見到一份財務報表的完成，更感到喜悅，滿足感更大！

這裏的同學，給我的感覺是受教，而且很有潛質，常常讓老師感到驚喜和讚歎！第一屆的中五畢業典禮，真的令我十分難忘且讚歎不已，見到畢業同學為籌備這典禮，付出了不少心思和時間，當中的音樂話劇演出，更是十分出色，內容講述奇異的光芒，原來是來自教員室，這是因為老師們默默地為同學付出，工作至黑夜，因此在夜深時份亦傳出點點光芒，畢業同學們藉此音樂話劇來表達對老師的感謝及稱頌，令老師們十分感動呢！

我深深相信：只要每位同學都能努力，好好發揮自己的潛質，敢於夢想，努力追求和裝備自己，理想自然終能實現！也必定找到自己人生的亮點！

我自己也是抱着這個信念去教學，盼望能成為同學成長的良伴，與各同學們共同努力，一同經歷校園和成長路上的一點一滴！

蔣敏華老師



「感恩」

蘇文達老師



「感恩」這二字大概綜合了我對陳震夏中學的情。感謝當年學校的提拔、老師的栽培，使我透過不同的學習機會，從一個不諳世故的學子蛻變成一個眼界廣闊的青年。在大學沈浸了四年後，幸運地，我又回到了陳震夏中學。感激校長的知遇之恩，好讓我能實現自己的兒時夢想，在母校任教我鍾情的英文。

猶記得首次以教師身份踏進課室的一刻，一種莫名的感動湧上心頭。在莘莘學子的熾熱眼神裡，我閱讀到他們對知識的渴求，以及對校園生活的憧憬。我彷彿看見從前的自己，坐在課室的那一隅，熱切期待老師的講授。頓時令我多添了一份使命感：我絕不能讓我的學生失望！

但要達成這個目標，又談何容易？單是適應沉重的工作，已花了我不少心神和精力：準備課節、批改課業、出席繁瑣的會議，甚或為學生排難解紛……這段期間，我有灰心喪志的時刻，亦有傷心失意的時候。但我的學生給了我很大的力量：一個個肯定的微笑，一張張寫滿欣賞字句的敬師卡，一項項進步的成績，均令人鼓舞。而每次當他們因表現未如人意而被我責罰時，他們都總像天使一樣，表示體諒我的用心，且願意反思自己的過錯。對本年度這九十一位被我任教的學生，我心存「感恩」。與他們共同締造的回憶，亦延續了我高中生涯美好的「那些年」……

但願接下來每一位「震夏人」，都能像我一樣，懷著「感恩」的心，珍惜每一個上學天，每一個學習機會，完成自己對未來的夢想。想必這便是回饋母校的最佳方法！

運動活出豐盛人生

陳子聰老師

大家好：

轉眼間，我加入中大陳震夏大家庭已有六年，眼見震夏體育界之高低起伏，實在百般滋味在心頭。

到陳震夏中學任教前，於另一小學負責田徑隊，並且獲得不俗的成績；因此加入「陳中」後，決定於田徑界大展拳腳。十分幸運地，當年我做中一明班班主任，恰巧該班同學不乏喜愛田徑的朋友，自此，他們也順理成章成為多年來田徑隊之骨幹成員。由於第一屆之隊員努力不懈，成績一日一日進步，大家目標明確了，也希望將之延續下去。

可是好景不常，接下來幾屆同學，都不甚熱愛田徑，甚至連參與其他運動的人數也較之前少，因此開始出現斷層情況。

我也明白練習田徑十分苦悶，相同的動作可能要重複數百次甚至數千次，有不少同學都練了一會兒便放棄了。但由於是運動令我重生，是運動帶給我自信，是運動帶給我積極面對困難的決心，我希望同學們也能藉著運動活出豐盛人生。所以，我決定引入更多有趣的運動。

其中一種運動是閃避球。由於閃避球玩法簡單，只要懂得走動便可樂在其中，而且閃避球絕對能夠訓練同學勇氣、手腳協調、反應及冷靜處理問題等等之技巧，又能帶給同學們樂趣。比賽能夠推動進步，因此由2010年開始，每年同學都有機會到台灣參加「全國躲避球錦標賽」，藉此放眼世界。由於台灣發展閃避球已有一段時間，香港派出之隊伍無一不是慘敗而回，但從中學到的不僅是技術及戰術，同學們更學會準時、自理及照顧別人。

另一種近期引入之運動為定向運動，由於本校英文科老師陳佩鳳老師是香港代表隊隊員，因此兩年前找她合作，一同讓同學認識此項有趣的活動。之前我並未接觸過定向活動，只聽聞陳老師說如何有趣，所以推介給同學之前，決定跟她玩一次。經過第一次體驗後，我實在太喜愛定向了，一張地圖，一個指南針，就能夠帶你走遍整個山頭、整個公園，到處尋寶。

帶同學參與定向活動，其實我也是一邊教、一邊學，有時候同學較我有慧根，從他們身上我也學到不少東西，所以與其說我教他們，不如說互相切磋，互相交流心得，更為貼切，更令我深切體會「教學相長」這四字名言的意義。

運動是一生的，需要持之以恆，我們應該於求學時期多接觸不同的運動，總會找到一種適合自己的運動，從而能夠於日後出來工作後繼續保持運動，促進身心健康。不要以為只有得獎的運動員才能運動，任何人只要希望身心健康，也能運動！



囍訊

蔣敏華老師弄瓦之喜

梁詠雅老師弄璋之喜

賀峰老師弄瓦之喜

陳子聰老師

與

陳佩鳳老師新婚之喜

校長的話

提升學習動機，實現積極人生

周厚峰校長

各位家長：

大家好！本學年的時間過得很快，可能是雙學制年的緣故，老師和同學均度過了一個忙碌而充實的學年。猶記得我們為高中開設夜讀班，中七和中六同學反應熱烈，每晚約有數十位同學留校至九時。為支持同學溫習，家教會招募家長義工，每天為同學提供糖水小食，為同學帶來愛心鼓勵和無比暖意。

初中教學語言微調已推行第二年，學校成立了特別小組，向教育局申請撥款，增聘教師，編寫課程。一年過去，看見同學漸漸適應，考測成績也很不錯。中一的自願優化班級措施，本年度正式施行，故此中一級只有四班。因為中一學生人數減少，同學獲得的照顧也更全面，他們很快便適應中學生活，對學習充滿盼望。此外，我們還招聘了新的教育心理學家，為同學提供更快捷適切的服務。

學校在去年十一月和本年四月先後舉行了開放日及學生才藝晚會，家長、學生和社區人士反應熱烈，學生獨立工作能力和才華，給大家不少驚喜。在師生的努力下，本年度同學無論在學習或行為的表現，均較去年進步。我們的中一自行收生的報名人數，也較往年大幅增加。凡此種種，均證明我們的努力得到各持分者的肯定。

本學年我們的關注事項是「提升學習動機，實現積極人生」，希望同學可以主動和積極學習，對自己有信心和有人生目標。如果按此要求，本年度的工作，與目標尚有距離。學校現時花了不少時間和資源，為學生作課後補課或跟進留堂遲到等基本問題。我們不禁反問，為何我們為同學提供了這麼多的支援和活動，仍有部份同學未能喜歡上課，投入學習。最容易見到同學是否提升了學習動機，便是同學上課是否投入，能否掌握和應用所學。此外，同學能否實現積極人生，主要是他們對自己有沒有信心，有沒有人生目標。大家可以想像，一個被動又沒有自信的年青人，何來積極人生。

學校因為參加自願優化班級計劃，在未來五年(2012-2016)，班數將由現時的31班，減至最後的24班。教育局容許學校在這期間，保留剩餘的教師。簡單來說，我們在這五年，教師人手不減，但學生人數將大幅減少。如果學校能善用這千載難逢的機會，可以將我們的關注事項落實，為學生提供優質教育。為此，我們編訂了一個名為黃金五年的學校計劃，一方面增補關注事項的落實細節，另一方面也優化了學校的發展路向。

黃金五年計劃的重點，是推行「自主互作學習型」的課堂(以後簡稱自主學習)。自主學習的特點，是學生在上課前先作備課，然後通過互作學習方式，在課堂上展示所學。老師轉化成為學習的協作者，以簡潔的問題及回應，協助學生提升學習效能。簡而言之，自主學習課堂將由教師主導教學轉為學生展示所學，由先教後學轉為先學後教，讓學習成為學生自己的事情。學生在過程中，將掌握學習方法及學習策略，對學習有信心，喜歡學習。

為讓自主學習能夠實行，本人在復活假期間，與多位校長到山東濰坊探訪當地推行自主學習的學校；我校的老師也曾到廣州和本港學校參觀，了解內地及香港學校推行自主學習和合作學習的現況。在過去十一年，本校也曾推動學習範式改變，例如學生在上課前備課，在課堂上教師創設機會讓學生展示所學，課後作反思學習等。但因計劃不夠周詳，教育界可參考的例子不多，故此成效不顯。有見及此，我們將吸取過去經驗，下學年先由中一級開始，推行自主學習。稍後學校會向各持分者諮詢，包括家長、教育局及大專院校，希望收集各方的意見，讓自主學習順利推行。

最後，在這裏與各位分享一句說話，作為本文的總結：給孩子一個機會，他會給你一個驚喜。願祝各位家長身心愉快，各位同學理想實現。

活動剪影

能量加油站之 夜讀送暖糖水行動

看見同學們拿到糖水時心滿意足的樣子，已是家長們最大的回報。



全靠這班熱心家長，才能完成這次長達31個工作天的愛心工程創舉。



公益金新界區百萬行

在起點前來個大合照！



在科學園的地標來個大合照！



我們走畢全程，到達終點了



長跑日(第十二屆)

跑了幾圈後，大家更見神采飛揚！



今天長跑日，每位家長都認真長跑，絕無放棄。



想不到還可以做頒獎嘉賓！



家教會活動預告

12-13/7/2012

舊校服派發及舊書寄賣
(中一新生註冊日)

14/7/2012

新中一迎新日
家長簡介會

10/8/2012

Are You Ready
新中一家長分享會

家長興趣班之 「十字繡製作」



別看這圖樣好像很簡單，很多家長都被它搞得頭昏腦脹，不知從何入手。

來！看看鏡頭！鬆一鬆



看！家長們是不是很入迷的樣子呢！



2012/02/07 10:25

2012/02/07 10:24

小扁擔之

中國農村助學義賣籌款行動

多謝眾位家長義工善心，不多8小時的奉獻！



多謝葉副校長和黃慧玲老師的捐助！



多謝大家！經義賣籌得的款項為港幣5,155元。



2012親子旅行

觀鳥隊的同學在車上為大家講解觀鳥的知識。



在尖鼻咀的山坡，同學們展示了專業的工具和陣勢。



余晨星老師和觀鳥隊的同學指導家長如何在望遠鏡中找到雀鳥的蹤跡。



二號車團友大合照



一號車團友大合照



潮遊親子路

家長們都很投入地傾聽講師的「潮爆」語言。



我們的講師：「潮爆」配搭。



家長工作坊

大家先來玩一回集體遊戲。



親子樂！母子對對碰，樂也融融！



親子黃昏營

燒烤樂！大家都專注地看着自己的食物，可不要烤焦了！



DIY父母親節心意卡製作

在午飯及放學，學生可到家教會服務台免費索取材料，再自行設計別出心裁的心意卡。



她們都想做一張與眾不同的心意卡，送給自己的媽媽。



學生義工服務日之 「毛巾兔」禮物製作

由家長義工教導中三學生摺疊「毛巾兔」，用作贈送給服務對象。



由社會副利署義工運動贊助物料



是次活動由學校社工委協華協助！



聯校講座：情緒管理 和「孩」生活

黃桂林博士的生動演說和表情。



生動的演說，令整個演講室爆發出笑聲，人人臉上都笑盈盈。



多謝家長義工的熱情接待。



學生家長齊敬師之 DIY天然潤唇膏

家長、學生正努力將蠟燭切成片狀，方便稍後加熱融化。



導師正示範如何自家製作出純天然的潤唇膏。



終於大功告成，共製成了二百多支天然潤唇膏。



萬眾同心為公益 2012

今年也安排在星期六義賣，好讓家長和學生一起參與。



到了第二天的下午，已差不多將大部分的健康包做好了。



今年只留半天的時間便把880個健康包做好，雖然時間比往年短，數量也比往年多，還是被訂購了，沒有現貨，但未能打破往年善款紀錄。

