

沙田圍胡素貞博士紀念學校

Sha Tin Wai Dr. Catherine F. Woo Memorial School

家長教師會會訊

第二期

2019年7月



校長的話

余忠權校長



時光荏苒，又到了蟬鳴荔熟的時候。每年這個時候都容易讓人回首過去。回首這三年，我和老師默默地開拓沙胡的夢想：以德為首，發展校本品德教育、推動德育勵進獎、創設「場景學習」、發展「STEAM」教育、提倡「生活四分法」，推動均衡的教育。喜見校園的學習氣氛日趨濃厚，學生有着壯實強健的心靈，充滿朝氣；喜與人交流，在愛中成長。這些幸福甜美的成果都是你們一我的同行者，甚至可說是同夢者一同努力的收穫。

感謝你們這三年與我並肩同行，沿途有你們的支持和鼓舞，以愛和包容為動力，與我一同尋夢，為夢想奮鬥。人生當中有淚有苦楚，有困難有失望，但盼大家能繼續以愛同行，造就沙胡孩子在充滿挑戰的世代中過着不一樣的生活。



主席的分享

家委會主席林詩聰先生

我謹代表沙胡家長表

心感謝余校長在過去三年

為沙胡作出的貢獻。孩子們在校園每個角落裏，無論是「課室」、「心靈守護場」、「藝術花園」、「詩人茶座」、「棋品坊」，還是「自然教育廊」等，學生都置身於充滿藝術氣氛和文化氣息的場景，享受學習。這種學習，重要的不只是學習成果，更重要的是孩子能夠經歷一個不一樣的學習過程。透過家校攜手合作，一同培育「以德為首，終身學習，學會生活」的沙胡人。此外，十分感謝老師們的創新教育精神，學校成功把STEAM課程滲透在日常的教學上，綜合應用不同學科的知識。專題研習以小組形式進行，不同能力的學生得以發揮個人的專長，從而提升個人自信及合作能力。

我十分認同「愛學、能學、活學」，好奇心能讓我們享受學習過程，把知識活學活用能讓我們面對人生的種種挑戰。正所謂「身教勝於言教」，我希望家長們一同尋找自己的興趣，向夢想進發，拿出勇氣踏出實踐夢想的第一步，多作親身嘗試，便會發現人生中有許多意想不到的收穫，獲得前所未有的滿足感。這樣，家長們活得精彩，孩子們也會活得精彩。



學校近年發展的主要項目

沙胡近年在體育、藝術、STEAM教育、閱讀等範疇上都
有所發展，以下讓部份參與其事的學生的家長跟大家分享一下他們的感受吧！

體育



大家好！

我是4C班林丹的媽媽。林丹今年參與沙胡棒球隊已經第四個年頭了。回想當年他一年級的時候，知道沙胡有棒球班就覺得非常吸引，於是就讓他嘗試玩玩看。看到五、六年級的師兄，認真的訓練及緊湊的比賽十分精彩，兒子也非常投入，所以讓他一直玩下去。

在過去這四年中，每一次沙胡的棒球比賽我也沒有錯過，而每一次都可以讓我看得出兒子的改變。由一個不懂守規矩、沒有耐性和專注的小孩，到現在他很在乎和期待每一次的訓練、加操和比賽。雖然棒球場上的他偶爾也會分心，但態度卻認真了不少。他熱愛棒球的程度令我深深體會棒球已成為了他生活的一部份，不可或缺！

兒子還有兩年在沙胡棒球隊，希望繼續讓棒球成為他人生的原動力。

4C林丹家長

大家好，我是6E班黃筠祐的爸爸。在過往的日子，每日都是上班和下班，只有假期才可休息一下。但在五年前開始，由大兒子（筠祐）開始學習打棒球，到兩年前小兒子（筠朗）也參加棒球訓練，情況就完全改變了。從那時起，每逢星期六就要帶他們到球場練習，星期日就去比賽，而我的休息時間就開始終結了。

棒球對我來說是一種陌生的運動，起初只是想給他們去跑跑跳跳一番，但在這幾年間，連自己也不知不覺地投入了這項運動中，無論是晴天、雨天，也不減對棒球的熱誠。在比賽時，大家就表現得更投入，還大叫：「跑呀！跑快些！」比自己下場比賽還刺激和緊張。現在每逢星期日，不是想着休息，而是要去觀看他們的比賽。

6E黃筠祐、3A黃筠朗家長



潛艇學習棒球這運動已有三年了。運動的好處很多，包括可以強身健體，提升心理質素和擴闊社交圈子。

在這三年間，潛艇曾代表「沙胡」參加了不同的棒球和壘球比賽，看到他各方面有所成長，作為媽媽實在有說不出的喜悅和欣慰。透過校內訓練及外出比賽的機會，令潛艇多方面也有所體驗及突破。現在的他比從前更自信、開朗、獨立，也發覺他在棒球技術方面有明顯的進步。這一切都要歸功於余校長、張副校、黎老師及專業的教練團隊。透過他們的教導及悉心栽培，發掘了另一面的潛艇。謝謝你們的付出。

令我最深刻的是觀看他們的比賽，無論天氣多炎熱，還是下雨天。每一位「沙胡」的球員，都是咬緊牙關為每一個壘、每一分而努力。那份堅毅及拼搏的精神，的確讓人敬佩及欣賞。

雖然不能親身感受他在訓練時的辛酸，也不能完全理解比賽時那份緊張心情。作為父母，只能盡量抽空出席他的訓練及比賽，到現場為他打氣，以行動給予支持。當比賽落敗時，給予適當的鼓勵，不要氣餒；又或者勝出比賽時，與他一起分享那份喜悅。除此之外，爸爸還會抽時間與潛艇練習，令他提升傳接球的穩定性。因為棒球，他們有說不完的話題，還增進了親子關係。

參加棒球這運動後，潛艇廣闊了社交圈子，更學懂與隊友們的相處、發揮了團隊精神及建立了一段段珍貴的友誼。累積這一點一滴的體驗，令他有着一不一樣及愉快的小學生活。



3A陳潛艇家長

藝術

時間過得很快，三年前我的女兒和同學一起參加了「社區大人物」活動，她們都享受在學習活動中，學習挑戰自己和關心社區。在活動中，她們要了解不同社區的特色、人物和事，透過活動了解身邊不同階層人士的工作。我也很高興能參與其中，陪伴孩子們一同成長。在活動中，我們到不同的社區實地考察及訪問，利用圖畫、文字作記錄，再把資料組合，一手一腳地創作出不同的藝術品，然後呈現在大家的面前。由原先的藝術



地圖開始，到社區人物繪本、遊戲設計，以至最近期的紙糊創作等，這些都是孩子們的成就。

此外，女兒也參加了「畫出我心以信傳情」這項活動。這也是一項透過藝術創作來關心社區，了解社區的活動。他們在活動中，要邀請區內不同人士以信傳情。由於我女兒比較害羞，所以這對她來說是一種挑戰。透過活動，我感到很高興，因為我看見孩子真的長大了。除了了解社區的狀況外，她並由原來內斂，不願表達，到最後能主動地表達自己的意見，說出自己的想法，並積極地去關心社區。這一切一切的改變，確實令我深感安慰。

我希望在將來的日子，學校能多舉辦這類型的活動，讓我們的孩子能多了解和多關心自己的社會。

5A黃愷婷家長

隨着時光飛逝，一瞬間，衛錡已學了敲擊樂五年。從最初學到現在，他終於能擔上主打手，當中所領略到的經歷和苦練確實回味無窮。

在程主任專業的帶領和循循善誘下，我們沙胡環保敲擊樂連續三年榮獲冠軍，總算不負所望。與此同時，衛錡哥哥這股熱誠不知不覺間感染了妹妹卓穎。而妹妹得到程主任的提攜下，也被選入了沙胡敲擊樂團。

希望兄妹兩人能堅毅不屈地為沙胡敲擊樂更創佳績。

5B蔣衛錡、3A蔣卓穎家長



這三年，浩鍾有幸參與學校舉辦的社區藝術創作，實在獲益良多。

回想第一年，浩鍾和學兄在沙田區訪問市民，他訪問了巴士司機，經過一日的街訪後，他們回校製作社區繪本，把人物深層的一面呈現大家眼前。

到了第二年，這次他和老師同學們衝出沙田，去到土瓜灣，訪問清潔工人。這次經歷讓同學感受到清潔工人的辛酸，從中啟發並設計了不同類型的桌上遊戲，玩家從遊戲當中便可親身經歷作為清潔工人的難處，從而產生對他們的尊敬。

到了今年，也是最精彩的一年。浩鍾分別參加了「畫出我心以信傳情」和「社區人物紙糊雕塑創作」兩項活動。前者是透過同學設計不同的明信片，向心中所掛念的人表達關心和慰問，實在是一個很有意義和愛的活動。而後者則是一個親子活動，爸爸和浩鍾一起創作出多個果欄的人物及道具，與其他同學的作品一起準備在暑假展出。

在此，衷心感謝學校和陳齊欣主任的安排及照顧，讓他發掘自己的興趣，並展現自信的一面！

5C郭浩鍾家長



我是5D班羅以的媽媽。回想起初次到沙胡小一家長會時的一個環節，就是敲擊樂團的師兄師姐

示範及介紹課外活動「敲擊樂」。當時感到很不錯呀：讀書之外，還有這樣的機會給孩子持續學習及考級，心裏非常欣賞，並期盼一天囡囡會對敲擊樂有興趣。

在小二那年，爸爸鼓勵羅以報名參加敲擊樂訓練班。學了約大半年，敲擊樂導師鼓勵羅以考一級試。在老師們的鼓勵下，囡囡勤加練習，順利考了一級試並獲得好成績，當中很多的鼓勵和機會，之後囡囡更加入了校隊「敲擊樂團」，能參與很多敲擊樂團表演和比賽，真是在繁重的學業中為生活增添了不少色彩及挑戰自我的機會，更從中鍛鍊了他的恆心。

現在囡囡已小五了，他去年考完三級試後，已跟我說：「媽媽，我想持續考級！」今年暑假也預備會考敲擊樂五級試。感恩囡囡在沙胡成長，感謝天父的每份預備。

5D羅以家長

STEAM教育

銘澤升上小學三年級後，參加了學校「創樂作樂」電子樂器創作計畫班，被學校選出並於2018年5月16日出發前往美國參加Maker Faire。

感謝正、副校長、甘主任、吳主任等支持和鼓勵，在甘主任、胡老師帶領下，我們師生、家長一行12人前往美國參展。還有感謝各位家長團結合作，享受這次親子驚險旅程！期間五位同學合作無間、克服時差，每一天都在興奮地探索學習和吸收不同的知識。

經過美國之行後，「創樂作樂」也有去其他國家參展的機會，還有報紙雜誌分期刊登及接受電視台採訪，銘澤也參加了深圳 Maker Faire、理工大學Maker Faire、會議展覽中心「學與教博覽」等展覽，2019年5月17日在老人中心表演，都能夠輕鬆參與，樂在其中。

最深刻的是2019年5月10日，甘主任打破以往經常由一隊人去參加活動，變成最後讓銘澤一個人參加「伊利沙伯中學」的樂器設計比賽。甘主任一直以來潛移默化的教導鼓勵，和擁有多次的外出參加展覽經驗下，銘澤上臺介紹自己和老師同學合作作品原理、表演「快樂頌」、「小蜜蜂」和接受司儀訪問時，表現淡定、一氣呵成。2分49秒表演期間，禮堂鴉雀無聲，表演結束時掌聲沸騰，那一瞬，我感覺到銘澤確實在成長中蛻變，一直進步。

再次感謝甘主任一直對學生的努力付出，讓銘澤和同學們繼續「創樂作樂」，在「未來教室」愉快學習電子教學、創新科技，共同走向時代的尖端。

4B李銘澤家長

沙胡提供很多空間及機會給學生接觸書本以外的知識和事物，令他們增廣見聞，提升多方面的興趣和好奇心，能更平衡地發展。

過去數年，斯朗有幸能參加學校很多不同範疇和十分有意義的活動。例如：到美國、日本、深圳、香港的Maker Faire參展、參加編程機械人課程和不同的藝術創作計劃（畫出我心、以信傳情、社區人物、創作活動等）。而這些活動不單單是「遊學」、「興趣班」，於活動中斯朗要學習和付出很多，也要跳出校園作多方面的嘗試。例如：籌備活動、用外語向陌生人展示和介紹作品、自己動腦筋去吸引人來參觀學校攤位、參加分享會和比賽、接受不同傳媒的訪問等。他於過程中學習和實踐很多軟技能，亦深深體會到老師們於活動背後所付出的。由初初抱著參與活動的心態，到後來為了不負所託、回饋學校和老師而付出，從不計較學分和獎項。他所得益的已超越課本中的知識，而且是可以長遠地影響他的將來。

現在，斯朗比以前變得更主動、更有責任、主見和自信心、更喜歡接觸新事物、多了想法、愛上「動手做」（自製小工具、小玩意）。這些轉變也影響他生活上各方面，例如主動提出



想學習新的課外活動、學習煮食和熨衫、想辦法改善寵物的生活等。在不知不覺中提升了自理能力，亦比以前更主動學習。這正正是余校長所提及過學習軟技能和自學的重要性。

由於做小maker要將自己的「想法」實踐「動手做」出來，過程中不會一帆風順，會遇到自己不懂和做不到的地方，他會主動找尋解決方法，例如上網搜尋資料、請教老師和家長。經多次嘗試最終做到時會好開心，即使不成功，他於過程中也會有所得著。他很享受由「想」到「做」的過程，其實有時候過程比結果更有意義、更重要。

轉眼間，斯朗快將畢業，衷心感激沙胡在斯朗學業和各方面的全面教導和培育，令他能在充滿關懷的環境中全面和平衡地發展，找出自己的小亮點。願他和其他應屆畢業生在人生學習的往後階段能找到屬於自己的路，活出精彩人生。

正如Maker Faire口號：「Life is what you Make it!」

6C李斯朗家長



時間匆匆流逝，不知不覺孩子即將結束一年級的學習生涯。從一開始無法自己讀書到現在基本能獨立閱讀，她在不斷進步和成長，我心裏充滿了無限的感慨。

1C李珮兒家長

這一年，我參加了很多學校活動，其中「故事姨姨」令我印象最深刻。開始做「故事姨姨」是因為女兒面對多人的時候不敢說話，我想讓她看到媽媽面對很多的同學也可以說故事，希望能做到言傳身教，告訴她可以勇敢一些不用害怕。

現在，女兒也正在一點點進步，不再像從前那樣懼怕多人。通過做「故事姨姨」，我還看到沙胡的同學非常守規有禮，聽故事時也安靜專心，見到他們的表情跟着故事情節轉變，我也覺得很滿足。

平時在家女兒就很喜歡看書，我也會陪女兒一起閱讀，在陪讀時我發現閱讀是一種能給孩子帶來無限樂趣的娛樂活動，也是她獲得知識和開拓視野的學習方法。其實與她一起看書也令我學習到很多我以前不了解的知識，一起分享閱讀的樂趣，豐富她的同時也豐富了自己。



家教會活動

家長興趣班



粵語 拼音班



舞蹈班



家教會旅行



畢業生家長感言



沁菲很快就要從沙胡畢業了，將要升上中學，迎接新的挑戰，迎來人生全新的階段。小學這段美好的時光將成過去，燦爛的童年即將逝去，少年時代即將降臨。

在沙胡兩年來的生活豐富多彩，學校有非常多的課餘活動可供參加，沁菲參加了很多有趣並且有意義的活動，在「仁人家園美化學校活動」中，我們一起在校園的牆上塗鴉；在「社區人物遊戲故事創作」中，我們一起興致勃勃地做遊戲；在「無聲分享」中，我們和聽障人士一起唱手語歌。將教育融入遊戲之中，將愛心融入生活之中，「潤物細無聲」，沙胡的教育點點滴滴滲入人心，滋潤着孩子的心靈。

沙胡的家校合作親密無間，每月一次的校長茶聚，每次介紹一個主題，音樂課、藝術課、電子教學等等，家長可以從各個方面了解學校的教育理念，解答心裏的疑惑。

沙胡更有非常多的家長教育講座，減壓教育讓我學會如何減壓，接納、感恩、初心、信任、放下和不強求，是減壓的關鍵；睡眠教育讓我學到睡眠的重要性；「幸福不是得到你想要的一切，而是享受你擁有的一切」，我經常想起講座中老師說的這句話，是的，我非常享受沙胡豐富的家長教育講座。

轉學到沙胡叩門的記憶清晰如昨天，還記得余校長親切的笑容，問：「喜歡沙胡有幾分？」答曰：「十分！」是的，十分！滿分！十分喜歡沙胡！十分愛沙胡！

6C 丁沁菲家長

樹木的成長需要雨水，小孩的成長需要愛。

回想起六年前，小女初進沙胡，我們全家都擔心她不容易適應小學生活。幸好老師們的關愛，一天一天為學生奉上美好的校園生活，小女不單只習慣了校園生活，而且愛上了上學。我每天下班回家，總會聽到她訴說着與同學的開心事、老師對她的教誨，從這些對話，感受到她享受校園的生活。

到了今日，小女即將進入新學習階段，我真的感激沙胡的老師在這六年來對小女的栽培，不時費盡心神為小女的學業付上辛勞，又為小女的品德培養花盡心思，特別是班主任鄭老師，在教學上充滿熱誠，平日又樂於聆聽學生的心聲，這樣春風化雨，學生得以茁壯成長，真的感激萬分！

十年樹木，百年樹人，沙胡的老師們都能令每棵小樹苗健康地成長，成為一棵屹立不倒的樹，再次多謝你們無私的付出。希望小孩子長大後，能將這份愛傳承下去，播種仁愛。

6E 陳彥希家長



時間過得真快，不經不覺我的兒子(和我)在沙胡度過了六年的學習生涯。回顧六年前，曉洛由戰戰兢兢、不知所措地回校，到現在他會期待回校，提早出門，永不遲到，深信他對學校已經建立了一份歸屬感。當中有賴校長、主任和老師們的關懷和照顧，讓曉洛感受到被愛和被重視。加上老師們的悉心教導和培訓，讓曉洛能得到多元化發展和良好的品格。

我十分感激沙胡的校長、所有主任老師和同學，讓我兒子有一個開心愉快、充實難忘的小學回憶。

6E 司徒曉洛家長

時間飛逝，不經不覺已到第六年，智霖畢業了，實在感到依依不捨。在這六年間，非常感謝學校各位教職員和工友，對智霖的教導和栽培，希望將來他能更努力地學習。

非常慶幸智霖能夠在這個充滿快樂和愛的校園裏成長和學習。記得幼稚園第一次選擇小學的時候，第一志願就選擇沙胡，誰知道首輪竟然落空。懷着忐忑不安的心情，期待第二輪的結果，終於成功了！當時真的比中了六合彩頭獎還要開心呢。事實證明，智霖在學校六年來，他是開心的。還有，他非常喜歡運動，因為運動能帶給他快樂和自信，同時更有一班相處融洽的同學跟他一起。

天下無不散之筵席，你我相識是緣份，希望沙胡越來越興旺，培養更多人才！大家一起加油！

6E 徐智霖家長



沙胡魔法城堡

手牽手地過馬路——「小心呀！」一個連過馬路都不懂的小孩是如何鍛鍊成為家裏的小小資訊專家？

故事從主人翁入了「沙胡魔法城堡」開始。

他遇上各式各樣的巫師，向他和同學們施予魔咒，不斷地提出各種難關與考驗……「神秘的城堡」不時傳出笑聲、哭聲、呼喊聲……內裏發生的事情叫人迷惑不解？每日往城堡的路上，嘗試從他身上打聽裏面發生的事情的點滴，只是他每天從城堡回家總是累極了，聽從睡神的召喚睡上一、兩個小時。巫師分配初級任務，簡單得像一個笑話。但是後來的挑戰，卻不是小兒科。城堡的魔咒，叫小朋友又怕又要去。這可能就是興趣，學點甚麼挑戰自己！叫小孩子愛上這個地方。

第四年開學，手再牽不上了，說話主見多多，勉強還可說是好孩子。在城堡外看，他們都在進行無意識的集體活動，卻能使他們各展所長，發展出自己的性格。這就是超乎想像的地方，六年間極大的成長，在城堡內的小孩經受各種艱苦的歷練，城堡及巫師們的付出不言而喻。

現在是開心的別離，讓我們為小孩子的成長而高興，為他們的未來送上祝福。

6A 黃曉晉家長

小學階段是孩子成長期中重要的時光，這階段不僅是孩子學習知識的黃金期，也是孩子品德培育的重要時刻。焯舜有幸成為沙胡的一份子，讓他在沙胡學習、成長、以及發光發亮。

尤其記得小兒一年級時剛到沙胡上學，當時的焯舜，時常擔驚受怕，整天惶惶恐恐的。經過沙胡老師們循循善誘的教導，令焯舜不只放鬆心情，還很快便掛著快樂的笑容進入校門。後來，沙胡老師更給予焯舜鼓勵，發掘他的長處，給予他不同的學習經歷。

轉眼焯舜在沙胡度過了六年光景，現在的焯舜，不再是膽小的孩子，而是能面對群眾的自信孩子。即使現在要焯舜面對過千觀眾，他也能自信地在台上演繹角色。焯舜能有此正面的轉變，全憑沙胡六年的培育。沙胡能有如此專業且關愛的師長，實屬學生之幸。在此感謝校長、老師們、社工姑娘以及學校各職工六年來給予焯舜的支持及照顧，在此衷心感激各位！

6A 傅焯舜家長



光陰似箭，彈指之間我女兒在沙胡小學之旅已近尾聲。回想當初，一個天真無邪的小女孩，從第一天踏進沙胡校門，就展開了人生新的一頁。沙胡不單為學生提供良好的學習環境，更着重學生的品德培養，讓學生能面對及解決在學習上和生活上所遇到的各種問題。

跟女兒日常交談中，了解到她在校園內是開心、愉快的，感受到老師們都是循循善誘和悉心指導的，令女兒逐漸培養出對學習的興趣和努力向上，而且能主動和老師交流問題。

在沙胡六年的學習時光中，女兒都能享受到良好的學習氛圍，在此感謝沙胡所有教職員對學生的辛勞付出，祝各教職員工作順利、身體健康！

6E 陳佳晴家長

回想六年前，我苦惱着泉美應該接受日式教育，還是香港的主流教育？六年後的今天，我想我應該沒有選錯。

泉美自五歲起，便要接受言語治療，說話和理解能力都比同年的同學較差。她不但性格內向，而且不夠自信，幸好她自幼喜歡英文，在老師們的鼓勵和協助下，每年都有參加英文朗誦比賽，雖然沒有獲獎，但一次又一次在眾人前表演的經驗，令泉美的自信心增加了不少，在今年的學術日，她更初次擔任小司儀的職務呢！

最後，想藉此機會，多謝校長、主任、老師們和各位校工，還有陪伴泉美一起成長的同學們！謝謝你們！

6D 葛本泉美家長



師恩難忘 感謝你我的付出 讓我們繼續攜手為孩子創建更美好的未來

顧問：余忠樞校長
編輯委員會 編輯：林詩聰主席、王俊副主席、張家健副校長、
黃天傑先生、高炎彪老師

如有興趣參與家長義工活動，可通過以下途徑聯絡我們：
發電郵至pta@stwdcfwms.edu.hk 或 致電回校聯絡黃浩民老師
歡迎大家加入我們家長義工的行列！