



通訊處：新界沙田大圍積輝街 15 號  
沙田公立學校  
電話：2605 6903  
電郵：spspta@hgc-school.net  
封面設計：招智聰

第卅六期 2010年1月  
沙田公立學校家長教職員聯會

## 目 錄

	頁數
編者的話	1
特稿	
應用學習課程 試點計劃	陳頂川老師 2-3
探討基礎課程與高中課程的轉變、 銜接及家長的角色轉變	鄧秀文主任 4-7
人物專訪	
沙公媽媽 之 歡迎到訪	林淑珍女士(林希慧家長) 8-11 徐麗賢女士(麥海聲家長) 呂麗儀女士(梁思澄家長)
會員信箱	
對音樂科的有感	陳月貞女士(胡鈞洛家長) 12
姊弟情深	劉淑敏女士(何詩昊家長) 13
拜拜, 爺爺	張詠賢女士(吳鈞庭家長) 14
2009年亞洲青少年傷殘人士運動會感想	中五王思榕 15
教職員小檔案	16-17
活動傳真機	18
萬花筒	19
會員信箱	
中山專題探究旅遊	陳寶麟老師 20-21
活動剪貼簿	22-25
萬花筒	26
會員信箱	
2009年亞洲青少年傷殘人士運動會感想	中六楊麗珊 27
教學模式的蛻變—我們的遠程教室學習	陳志權主任 28-29
SPSLAM DUNK	朱頌恩老師 30-31
陸運會	中四劉均澤 32
我的妹妹	中六王安娜 33
有用的暑假	中五黃凱茵 34
我的家	中四黃怡馨 34
有獎遊戲	35
校園通訊站	36-41
家事常識	42
玩具推介	43
選舉結果	44

## 編者的話

《耕耘集》建立了家長與學校的溝通渠道，亦是一個與家長互動、傳達訊息與成果發表的園地。隨着新一年的到來，期待已久的第36期《耕耘集》終於面世了。今期《耕耘集》將會重點推介由陳頂川老師為本刊撰寫的「應用學習課程--試點計劃」以及鄧秀文主任撰寫的「探討基礎課程與高中課程的轉變、銜接及家長的角色轉變」兩篇文章，透過文章可以讓各位讀者加深瞭解到現時新高中的最新發展以及高中課程與基礎課程的轉變。

另外，今期「人物專訪」是人見人愛的「沙公媽媽---朱頌恩老師」，內容精彩、惹笑，要想知道朱Sir最想對沙公說出的十二句真心話，不妨仔細閱讀啦。

在會員信箱中，除了有不少同學們熱情投稿外，我們還請來了陳志權主任為我們介紹一下我們沙公的遠程教室成立的原因和所作的新嘗試。當然，我們這期亦少不了「校園通訊站」、「有獎遊戲」、「教職員小檔案」和「家事常識」等皇牌欄目啦。

好啦，事不宜遲，各位親愛的讀者，就讓我們開始享受閱讀樂趣吧！

# 特稿

陳頂川老師

## 應用學習課程 試點計劃

在新高中學制下，所有學生將可接受三年初中及三年的高中教育。我們學校亦不例外，自2006年開始試行新高中課程，除了開辦中國語文、數學、通識三個核心科及六個選修科外，部份學生更報讀了應用學習課程。

應用學習課程是教育局在06年起為智障學生推行的試點計劃，共有三屆，包括2006-08學年、2007-09學年及2008-10學年。應用學習課程的目的是在現有的高中科目以外，為學生提供多元化的學習經歷，與新高中的科目互為補足。課程著重實用的元素，讓學生了解某個職業範疇下所需具備的知識、技能和工作上的要求，以助將來選修適合自己的職業培訓課程，為將來的升學和工作奠下基礎。在費用方面，除了在第一屆的第一期(即06-07學年)學生需繳交少部份費用外，之後在試點計劃內的學生均無需繳費，全部課程費用由教育局及學校分擔。

過去兩屆及2008-10學年的試點計劃，均由明愛、匡智會及職業訓練局提供應用學習課程，開辦的課程均屬服務性的工作類別。而我們學校部份的高中學生亦報讀了相關的課程，同學逢星期二下午或星期六上午到訓練中心上課，歷屆同學報讀的課程詳見下表：

第一屆 2006-08 學年	
匡智松嶺綜合職業訓練中心	觀塘技能訓練中心
食品製作課程 5 人	包餅製作 1 人
酒店房務課程 3 人	
庶務課程 1 人	

### 第二屆 2007-09 學年

匡智松嶺綜合職業訓練中心	觀塘技能訓練中心
食品製作課程 5 人	禮品及包裝製作課程 2 人
酒店房務課程 3 人	

### 第三屆 2008-10 學年

匡智松嶺綜合職業訓練中心	明愛樂務綜合職業訓練中心
酒店房務課程 3 人	辦公室助理實務課程 4 人
餐飲服務課程 1 人	

據報讀應用學習課程的同學表示，很開心能到訓練中心上課，增長見識之餘，更能認識到不同工種的要求及工作態度的重要性。值得欣喜的是，今年中六班的楊麗珊同學在匡智松嶺綜合職業訓練中心報讀了「酒店房務課程」，由於她認真學習，表現優異，被訓練中心特選進行重點培訓，因此麗珊同學逢星期四將往松嶺進修「酒店房務課程」，讓她有更多的實習機會，為將來畢業後投身酒店服務行業打下扎實的基礎。

為期三屆的應用學習試點課程即將完成，而隨之而來的首屆新高中應用學習課程將於2010-11學年開展，讓我們拭目以待吧！



鄧秀文主任

## 探討基礎課程與高中課程的轉變、銜接及家長的角色轉變

本年九月，全港的學校已實施新高中學制，無論是主流或特殊學校的學生將會接受六年小學、三年初中及三年高中的學校教育。作為學校的持份者—家長，必然有一連串的問題，例如：本校高中課程有什麼學習內容？基礎課程與高中課程有什麼轉變？兩者如何銜接？家長如何協助子女適應高中的課程…現在就讓我們逐一探討。

### 本校高中課程的學習內容

在「同一課程架構」的理念下，本校「高中課程」的架構與主流學校是相同的，包括：核心科目、選修科目及其他學習經歷。但基於智障學生在能力、專注力、興趣和實際需要上的不同，我們便把學習內容作出了調適。

本校高中的核心科目包括了中國語文、數學及通識教育，三科均是必修科目，內容配合學生實際需要而編訂，能切合學生日後的工作及生活；選修科目則有電腦、音樂、體育、實用英語、視覺藝術、科技與生活六科，學生可按能力及興趣選讀。另外，為了讓學生得到全面及均衡的發展，本校亦提供了多樣化的「其他學習經歷」課程，包括：家事實務、藝術體驗、音樂經歷、康體發展、旅遊經歷、工作體驗、舞蹈體驗及應用學習。

### 基礎課程與高中課程的轉變

#### 課程內容強調實用性

相對於基礎課程，本校的高中課程實用性較強，目的是幫助他們適應成人生活，並為他們在職業培訓及持續教育的發展上作好準備。這特色在其他學習經歷的課程中正好顯示出來，例

如：「家事實務」的內容主要圍繞著「家事實務訓練」、「膳食計劃與烹調」及「出外用膳」等三大範疇，內容充實，能培養學生的獨立能力；「旅遊經歷」的課程亦能讓學生從實踐中學習如何籌備旅遊，從而在未來的成人生活中能善用餘暇，享受旅遊的樂趣；而在通識科的部份課題，例如：「個人與工作」、「婚姻關係」、「家庭關係」等亦正好切合他們未來的需要，以裝備學生日後過有意義而充實的成人生活。

### 著重全方位學習

由於高中課程內容強調實用性，所以學校亦會安排學生在真實情境中學習，例如：在「音樂經歷」的學習中，學生會到大會堂聽音樂會；在「旅遊經歷」中，部分學生亦曾到中山旅遊，以便實踐學到的知識理論，學以致用。

### 學與教的範式轉變

為配合知識型社會及「終身學習」的需要，學與教的範式已轉變，特別在高中課程中更能體現。在高中的課堂上，教師會減少直接傳授的教學方法，取而代之，是強調「探究式」的學習，透過多樣化的學習活動，例如：角色扮演、討論、模擬活動等，讓學生從實踐中學習，透過觀察及反思去建構知識。教師亦鼓勵學生「多思考、多合作和多分享」，亦著重給予學生適當的回饋。例如：在通識的議題探究中，教師會要求學生分組討論，然後由各組匯報，當發現學生答錯時，教師亦不會即時糾正，而是引導學生進行思考，反思出一個較佳的答案；教師有時亦會在討論的過程中探究同學答錯的原因，從而對症下藥，為學生作出輔導。另一方面，高中課程亦強調自學，希望學生掌握有效的學習技巧和策略，從而達致「終身學習」的目標。例如：在中國語文科的學習中，教師會鼓勵學生上課前備課，要求他們查字典，或蒐集相關的資料，以便進行課堂活動。

本的思維能力，又透過專題研習加強學生的探究能力，為他們打好基礎，迎接高中的挑戰。

### 家長如何協助子女適應高中課程

隨著學與教範式的轉變，家長應自小協助子女培養獨立自主的能力，以適應課程的轉變。

以往家長可能會習慣陪伴子女做功課，有時甚至會直接把答案告訴他們，務求儘快完成，亦希望減少他們犯錯的機會，但久而久之，子女便習慣不動腦筋，只會依賴家長替他們「完成」作業；其實，家長應該讓子女自行做家課，完成後檢查，若發現有錯才加以糾正；如果子女的能力許可，家長可嘗試以提問引導子女反思，想出正確的答案，這樣不但可以鼓勵子女主動學習，亦有助提升其批判性思考能力。

其實，家長要做一個「學習的促進者」，鼓勵子女學習。例如：當子女遇到一些艱深的字詞，可鼓勵他們查閱字典；另外，由於閱讀是自學的一個重要途徑，所以家長應協助子女提升閱讀的能力及興趣，例如為他們訂閱合適的報章，鼓勵他們每天閱讀，閱讀後又可互相討論內容，這樣不但可以提升其閱讀的興趣，還可訓練思考能力；家長亦可以定期帶他們到圖書館借閱圖書，讓子女多讀多看。

最後，家長可鼓勵子女積極參與學校的學習活動，例如：「詞彙存摺」自學計劃、誦讀計劃、閱讀獎勵計劃、專題研習活動…從而提升他們自學的能力。期望透過家校合作，學生學得更好，過着充實而有意義的學校生活。

### 課業模式的轉變

為配合學與教的範式轉變，課業的設計亦有所調適，課業不再只是機械式的重複練習，而是要學生運用思考才能完成，例如：在中國語文科的課業中，我們會要求學生設計三天兩晚的「香港遊」，他們不但要上網搜集香港名勝的資料，還需要進行廣泛閱讀，經過分析及綜合後，用正確的形式去寫三天的行程，然後向同學介紹，同學聽後可提出意見，透過這些綜合活動去發展他們讀、寫、聽、說的能力。可見課業不再是機械式的抄寫，而是在課業中加入獨立學習和共通能力的元素，以培養學生自主學習和終身學習的能力。

### 基礎課程與高中課程的銜接

知識是個人經驗的累積。基礎課程與高中課程是必須連貫的，不能分割。所有高中科目的發展，必須建基於學生在基礎課程中已掌握的知識、技能、價值觀、態度和學習經歷。為確保兩者的連貫性，同時減少內容的重疊，本校作出了以下的措施：

首先，我們修訂了基礎課程以銜接高中課程，例如：在常識科內加入有關青春期的心理變化、社交和群性發展等知識，作為高中通識教育「成長的挑戰」、「婚姻與獨身」等議題探究的知識基礎。又例如要高中學生寫作文章，我們便在基礎課程裏加強了寫作句子及段落的訓練，讓學生能循序漸進地學習。

其次，我們亦在全校逐漸推行探究的學習模式，以配合高中的課程特色。高中課程強調探究式的學習，例如在通識科的學習裏，學生要進行議題探討，他們須要掌握高階思維的技能，包括分析、闡釋、組織、評估…然而，這些技能並不是短期內便能訓練出來，必須從小培養。因此，本校在各科的基礎課程中已加入相關的元素，例如：分辨、比較、分類、歸納…藉此加強學生基

## 沙公媽媽

## 歡迎到訪

父母愛惜子女是天經地義的事，但大家有否想過在沙公這個大家庭，也有一班疼愛我們孩子的「沙公媽媽」呢？可能男性老師會提出抗議說為甚麼要叫「媽媽」，而不稱呼為「沙公爸爸」，沒辦法啦，只因筆者是位女性，覺得媽媽是親切些罷了！今期要介紹的是一位能與學生打成一片（打籃球、打排球……），創意無限、思想天馬行空的一朱頌恩老師。

朱Sir任教沙公轉瞬間已十四個年頭，這是他的第一份職業。朱Sir回憶說他入職前從不認識智障的小孩子或大朋友，但是第一天在學校內竟驚見一位學生，竟是往日在大埔球場一同打籃球的小朋友，因此他更是用平常心去看待學生，更甚的是常被學生的純真及樂觀性格所打動及感染。

訪問中，朱Sir時常提到沙公是一個充滿團體精神的大家庭，最令他感動的是初入職時有一位舊同事對教學的熱誠及認真，但又有好動鬼馬的性格，與學生亦師亦友，影響他至深。猶記得當年每放小息，他便與學生湧到簡陋的操場踢足球，但當上堂鐘聲一響，每個人都汗流浹背地返回自己的坐位，然後專心上課。有趣的點滴是有好幾次，朱sir的猛虎射球更把校長室門前的花盆也打翻了，你試想想當時的「凌校長」會有甚麼反應呢？（答中無獎）往日趣事真教人回味無窮。也許凌校長會心想：「幸好我不是打龍門的！」

為人師表的情緒、行為、思想都會深深影響學生，所以作為一個老師須懂得拿捏自己的情緒，朱Sir謂他會盡量不把自己的負面情緒帶入課室，而對學生要「先緊後鬆」，更要貼近學生的思維。但如何建立良好的師生關係呢？就要從「玩」入手，投其所好，繼而探討他們的心聲及需要，加以了解及協助。

朱Sir對學生的期望是要他們懂得最基本的自理，有自信，有解決難題的辦法，懂得求助、查詢及基本的混算，即可應付基本的生活需要。雖說未至於「只問耕耘，不問收穫」，但成功感是有的，只是來得遲些，因為我們的孩子在學習方面需要長時間浸淫，就像儲錢一樣，一分一毫的放入錢罌，但終有滿瀉的一天。當朱Sir看着一些已成長的學生，可以成家立室，找到工作，考上了車牌或可以獨立生活時，其滿足感比儲滿錢罌為大呢！

由於近年的學生需要多方面的照顧，例如服藥、情緒及行為等都比以前的來得複雜，所以上課時的壓力是有的，尤其小學的同學，更要全方位的照顧，所以朱Sir非常極之感激小學部的老師下了多年的苦工，播下的種子，讓同學到中學時才可以茁壯成長，結出甜美的果實。

（註：現時朱sir亦主力於小一班任教。）

“拉尺”是朱Sir對學生的形容。一把拉尺可長、可短、可加、可減，靈活性高，有彈性，就正如學生一樣，塑造性很高。而學生對朱Sir的形容又是如何呢？筆者走訪了一些同學，他們都異口同聲說眼中的朱Sir是一位開心及好玩的老師，上課時就像看黃子華或林海峰的棟篤笑一樣開心（但朱sir本人則較喜歡詹瑞文），但也有嚴肅的一面，發怒時更活像一個炸彈，隨時爆炸(Boom Boom)，按朱sir報稱近年他多於課後入夜進行自爆據多，屆時該區將懸掛紅旗指示，請出入人士留意。

專訪記者：林淑珍女士（林希慧家長）  
徐麗賢女士（麥海聲家長）  
呂麗儀女士（梁思澄家長）

## 朱Sir 12面睇

1. 最欣賞人物；  梁文道(牛棚書院院長)
2. 最不喜歡的人物；  家中一名菲籍傭人
3. 最想到的地方；  天堂
4. 最討厭到的地方；  地獄
5. 最喜歡吃的食物；  牡丹樓之『至尊漢堡』
6. 最不喜歡吃的食物；  牡丹樓之『蘋果批』
7. 最愛的嗜好；  睡覺、沖涼及每天必須辦理的一件事
8. 最喜歡什麼形號及顏色的車；  BMW Z3(藍色)
9. 最愛看電影；  『天劫餘生』
10. 最愛聽音樂；  『Heal the World』  
— Michael Jackson
11. 如果給我一個願望，我希望.....  德國能奪得2010世界盃冠軍!
12. 有沒有什麼事情現在未做，但很想做的？  上太空一趟



## 我想說的12句說話

- ♀ 我愛沙公！
- 〰 沙公真的給予我很多很多.....
- ◎ 感謝各方對我的包容和耐性！
- ? 長期處於思想混亂的狀態。
- ※ 本身十分喜愛搞事。
- 〰 我是一個玩唔停的人。
- ♥ 我是一個相信愛情的人。
- § 向得罪過的人致歉！
- ∞ 好喜歡大叫，感覺超爽！
- Ⓜ 咁大個人首次接受訪問，又拍硬照，好有model feel！
- ∞ 別人笑我太瘋顛，我笑他人看不穿！
- ☎ 咁你都睇到呢到，証明你對我都有些興趣，得閒同我秘書約個時間啦！

~~~~朱頌恩~~~~



劉淑敏女士(何詩昊家長)

## 姊弟情深

如果你的弟弟有智障，兼有自閉症，你會如何自處？你是否時常擔心這「秘密」會被朋友揭發呢？

對我的十六歲女兒詩沛來說，她從未有這憂慮。還小的時候，她已學著大人的方法，幫忙訓練弟弟。熟悉她的朋友和老師，都知她有一名在特殊學校就讀、患有自閉症的弟弟。朋友來訪時，她會介紹弟弟，還曾邀請他們和弟弟一起玩他的遊戲。她會以弟弟的行為做例子，向朋友解釋自閉症患者的特殊情況。還有一趟，她帶著弟弟與同學們一起晚餐呢！

最近一次到訪女兒學校，無意中在報告板上發現她自我介紹的文章，內容竟又不忘提到弟弟，並以他的運動天份和成績而感到驕傲。我當時只覺萬分驚喜和欣慰。我的女兒實在十分愛顧弟弟啊！

相信天下父母都十分關愛兒女，即使孩子有缺陷亦然。可是，有些家長為育有智障兒而感到羞愧，視之為不願告人的秘密。希望他們能放開胸懷，多讓孩子融入家庭以外的世界，這樣也能使智障兒的棠隸真正接納他們。

我認識的一位家長，兒子的情況與我的類似。這位家長常帶兒子報名參加旅行團外遊。每次，他均會主動向團友介紹兒子的情況，結果團友都對他兒子十分體諒，還特別照顧他呢！畢竟社會人仕大多數對我們的孩子並不認識，這些正是讓他們溝通的大好機會哩！



陳月貞女士(胡鈞洛家長)

## 對音樂科的有感

鈞洛踏上了中四班，我對新課程的安排，多少有點期盼。但當我得悉他選讀了音樂科時，感到很失望。原因是我從沒見他參與過課餘的音樂活動，也不見得他在這方面表現出興趣和天份。我不禁想，這會適合他嗎？但是經過多天的反覆思量，我從另一個角度去想，卻又有了不同的看法。

音樂，既可以陶冶性情，洗滌心靈，也可以豐盛人生。鈞洛可以多接觸音樂，欣賞不同的樂章和歌曲，培養對音樂的觸角，對他定有所裨益。也許音樂對他將來就業的幫助不大，但如果可以引發他對音樂的興趣，為他多添些生活情趣，也是一生受用的。畢竟，在畢業後，他學習音樂知識的機會可能是少之又少了。

最近，他回到家裏，時常喋喋不休地談及一些音樂家的故事，什麼浪漫時期，巴羅克時期，更主動地坐在鋼琴前彈奏起來。見他這麼雀躍，我便在家中找了一個小提琴，讓他胡亂地拉奏，又給他一些古典音樂的鐳射光碟，讓他在房間內收聽，讓他陶醉在自己的音樂世界裏。



我想：愛好音樂可以在不同的領域和層面，在他的音樂世界裏，總會找到一點樂趣。



中五班王思榕

## 2009年亞洲青少年傷殘人士運動會感想

我在2009年9月份參加日本亞洲青少年傷殘人士運動會，我參加了800米、400米和200米的賽事，獲得一面銀牌和兩面銅牌，我覺得很開心和興奮，如果有老師在場支持，我會跑得更快。我希望自己的成績快些，去不同的地方比賽。

除了比賽以外，我還有去不同的地方，例如：迪士尼樂園、東京體育館開幕禮。我在迪士尼樂園玩飛越太空山、小小世界等，吃了薄餅和飲可樂，我玩完覺得很高興和刺激。還有去東京體育館開幕禮我覺得好興奮，因為開幕禮有人唱歌和跳舞。我希望同學努力練習，有機會代表香港參加國際性比賽和得到成功感。



張詠賢女士(吳鈞庭家長)

## 拜拜，爺爺

兒子在瞻仰爺爺遺容時，我有點緊張，恐怕他的反應太大，做出不合體統的舉動，我不斷的在他耳邊提醒，「爺爺已死了，去了天父那裡」，整個儀式由始至終，他其實一點也不害怕，反而有點好奇，很守秩序。

這或許要說回他在醫院見爺爺最後一面的情形，當時爺爺剛離世，面容雖然安詳，但跟平時睡眠的臉容，始終也有分別，再加上圍在床邊的親人，神色凝重，自閉如我的兒子，也感到有點不同，他直接地說：「好驚呀！」對他這個反應，我實在有點手足無措，懷著祈禱的心，找個安靜的角落，坦白的告訴他爺爺已離開世界，現在跟天父在一起，沒有一個人比天父更會照顧爺爺，將來我們會在天上與爺爺相聚。看著兒子似懂非懂的臉，我再次鼓勵他正式跟爺爺道別，想不到他是那麼平靜地說：「拜拜，爺爺。」

死亡確是一樣神秘的東西，我所能告訴兒子的，也是有限；但他好像已掌握到生命與死亡的竅門，看到一些傷亡的場面，他會很認真地觀察，然後告訴我這些人去了天父那裡，似乎他對生命比我更有把握。



## 教職員小檔案

七個新入職的教職員，每人都有不同的造型，你喜歡那一位呢？

教職員姓名：潘靜華老師

任教科目／工作崗位：語文、實用英語、體育、感知

興趣／專長：足球、網球、很喜歡到沙灘曬太陽、最愛吃麥當勞

最喜愛的卡通人物：白雪公主

加入沙田公立學校的感受和期望：覺得沙公學生和老師都相處融洽，感覺很歡樂，而且新同事都很互助（尤其是張美欣），很高興能夠與她合作帶領足球興趣班，亦有幸偶爾能得李梓朗家長、戴詠然老師、吳瓊冰老師、朱sir、陳sir等人作助教，希望將來仍能與張美欣合作，帶領沙公足球隊。



教職員姓名：唐逸敏老師

任教科目／工作崗位：班主任、任教語文、視藝及普通話

興趣／專長：畫畫、音樂

最喜愛的卡通人物：Hello Kitty

加入沙田公立學校的感受和期望：我加入沙田公立學校之後，感到非常幸福，因為這裏到處都充滿歡樂和熱情的笑容。我期望能與大家共同努力，為學生建造一個更美好的學習歷程。



教職員姓名：戴詠然老師

任教科目／工作崗位：視藝、電腦、數學

興趣／專長：藝術、足球

最喜愛的卡通人物：龍珠（孫悟空）

加入沙田公立學校的感受和期望：加入沙田公立學校，我感到學生很可愛天真，期望學生可以把視藝及電腦結合，運用多媒體學習到更多知識及提高創意。



教職員  
小檔案

教職員姓名：吳瓊冰老師

任教科目／工作崗位：常識、數學、電腦、普通話、感知  
興趣／專長：看書、看電影、踩單車

最喜愛的卡通人物：Pingu

加入沙田公立學校的感受和期望：感覺沙公的老師和學生相處融洽，互相信任，是一片充滿歡樂的大家庭，老師間的關係密切，常主動幫助新入職老師，作出提點，讓我們能更快融入這個大家庭當中，而最開心的是與今年新入職老師相處愉快，大家能並肩作戰。



教職員姓名：張美欣老師

任教科目／工作崗位：語文、閱讀、自理、電腦

興趣／專長：足球、籃球、單車、電影

最喜愛的卡通人物：Baby Donald Duck

加入沙田公立學校的感受和期望：感覺沙公的學生和老師均很主動、積極，是一間充滿歡樂的學校，最開心的是與今年新入職的同事相處愉快，大家能並肩作戰，而最開心的是能與潘靜華老師合作，帶領沙公足球隊！



教職員姓名：蘇佩玲小姐

任教科目／工作崗位：言語治療師

興趣／專長：烹飪、縫紉、行山

最喜愛的卡通人物：麵包超人、布甸狗

加入沙田公立學校的感受和期望：沙公的同學都很活潑可愛和勤奮好學，能有幸在這兒工作，我亦樂在其中。在未來的日子，我渴望能盡我所能，讓學生們能學到更多終身受用的知識。



教職員姓名：陳妙玲女士

任教科目／工作崗位：活動助理

興趣／專長：看書、旅行、行山、設計旅行路線

最喜愛的卡通人物：I.Q. 博士

加入沙田公立學校的感受和期望：非常開心，有家的感覺，期望和每一個同事合作愉快，開開心心工作。



# 活動傳真機

## 家長日 一月

想更有效地培育子女，家長必須與學校有良好的溝通和了解，彼此互相配合，實踐家校合作的精神，因此，請謹記出席1月31日的家長日。

## 家長講座 三月

本會將於三月份舉辦一連串專題講座，敬請各會員密切留意講座日期，踴躍參加。

## 火炬慈善跑 五月

由香港弱智人士體育協會主辦，一年一度的火炬慈善跑將於五月份舉行。籌得之善款，將用作培訓運動員及資助精英運動員參加國際賽事，希望大家出錢出力，鼎力支持這項善舉。

## 家長興趣班 五月

又是家長們自我增值及輕鬆一下的好機會了！我們為大家精心設計的家長興趣班，將在五月份舉辦，記得密切留意，及早報名參加！

## 謝師宴 六月

畢業了！謝師宴是畢業生向師長表達謝意的好機會，同學們，你預備了甚麼表達心意呢？

## 新春團拜 二月

新春是喜氣洋洋的佳節，家教會悉心籌備新春團拜聚餐，節目非常豐富，包括精彩表演，又有禮物大抽獎，誠邀各位出席。

## 康樂日營 四月

每年舉辦的親子康樂日營都深受歡迎，報名踴躍。今年康樂日營將於四月份舉辦，請大家密切留意通告，預留時間與子女共渡歡樂時光。

## 畢業禮 六月

時光荏苒，新一屆畢業生將於6月18日舉行畢業典禮，我們誠邀家長和同學們出席盛典，齊來向準畢業生獻上真誠的祝福。



咪嚟我嘅「大蕃薯」，我畫嘅呢個先至係真正嘅「大蕃薯」！

划呀划，我哋得咗啦！哈哈哈哈哈！

真個夠我威！我又會食嘢又會擺「甫士」，Yeah！

嘩吓，我去咗Ocean Park嘅，同我一齊坐海洋列車嘅！

同媽媽一齊去旅行，特別溫暖呀！

萬花筒

# 中山專題探究旅遊



期待已久的中山遊終於在11月26-28日順利舉行。這一次的活動對每一位參加者及沙公的所有人來說，都必定是一個難能可貴的經歷。



旅遊最開心的當然是吃、喝、玩、樂，同時我們亦大有所

**學**



我們到過的景點多不勝數

第一天：威遠炮台、海戰博物館、鴉片戰爭博物館、東莞市科學技術博物館

第二天：探訪中山市特殊教育學校、孫中山故居紀念館、歐陸步行街

第三天：嶺南水鄉、咀香園餅廠



**探究問題**



**學校交流**



精彩活動不止於此，究竟在這旅程中，同學們有甚麼經歷及有甚麼得著呢？

大家一起期待他們的中山遊簡報吧！

# 康樂日營

未來乒乓球賽



父子情歌·夠晒霖



# 謝師宴



新一輯前程錦繡於謝師宴中公映



企定定“查”影張相先

# 中秋佈置



三個女人好齊心，一起佈置最開心



快手快腳，分工合作!

# 校服回收



試吓嘍，梗有一件啱你身



正呀! 有咁多人同我度身，好似皇帝咁!

# 公益服節日



又醒目又有型，影返張相先，Yeah!



# 畢業禮



獲獎同學與謝校董合照留念



同學致送紀念品給嘉賓博教授

# 學校旅行



參觀歷史古蹟，增廣見聞。



大麻雀來啦！自雞同埋雞仔快D走啦！



齊來影張大合照，芝士！Yeah!



# 聖誕聯歡會



遊戲環節，精彩刺激，大家玩得好開心！



各款美食，樣樣都好味，食邊樣先呢？



學生們收到聖誕老人的禮物，好開心呀！



準備！禮物盡數擺！

# 陸運會



終點就在前面，加油！！



加油！大力擲出去就得嘞~~

# 新舊會員茶聚



大贏家唔我哋，好開心呀！



沙公遊戲之皇，梗係朱sir啦！

# 周年大會及會後活動



聚餐天倫樂，溫馨時刻，影番張靚相留念先！



周年大會除了周年報告外，亦嘉許熱心參與的會員



中六楊麗珊

### 2009年亞洲青少年傷殘人士運動會感想

我很高興可以到日本東京參加二零零九年亞洲殘疾人士青少年運動會比賽。在九月十一日星期五，我參加了田徑比賽，我在女子個人一百米跑和兩位日本運動員同場比賽，結果我得了銀牌。在九月十二日星期六，我在女子個人二百米跑和三位日本運動員及一位韓國運動員對陣。我終於夢想成真，奪得了女子個人二百米金牌，令我感到很興奮。

九月十四日星期一，那天是我們運動員最期待的一天，因為那天我們去了日本迪士尼樂園玩耍。我和田徑隊友、教練、日本義工姐姐玩了不同類型的機動遊戲，例如：飛越太空山、小小世界和魔渡輪，這個旅程既刺激又多姿多采，真是難忘！

最後，我要多謝教練讓我接受了田徑精英訓練，我會繼續努力練習、堅持到底，要有體育精神和不怕辛苦。



小恩澄抱小Doodle，邊個可愛d？



Prince Tin says : "Uhere' s my Snow White?"



我隻狗祝大家：大吉大「腳」



睇吓，我哋請咗成班動物老友記來慶祝生日呀！



我的牛牛挺不錯





本節課學習內容豐富多彩，不但有詞語朗讀、動畫欣賞和角色扮演，而且到了課節後段，劉老師還透過互聯網為我們同學送來了一段很攪笑的開心短片，令在場參與的同學無不開懷大笑。本節課準備的功夫雖然較平時為多，但當我們看見同學們能積極回應，並爭先地進行角色扮演的情景時，參與本節課的教師們均感欣慰。

事後我和同學們檢討有關教學時，他們都異口同聲地說很有新鮮感和有意思，可惜時間太短，他們還剛「熱身」，課堂已經完結，他們很期待日後再有類似的經歷。同學們都驚訝劉老師的普通話這麼了得，我解釋因為劉老師是來自北京，所以普通話說得那麼好，因此同學們更珍惜是次視像學習。而參與本活動的廖敏兒老師亦指出，學生透過視像與聖文德書院的普通話老師一起在愉快及互動的學習環境下學習，能提升學生的學習動機，每一位同學均能積極參與課堂活動，學習氣氛濃厚，更增加了普通話的練習和實踐機會。

### 遠程教學的展望

雖然遠程教學配合了資訊科技教育改革的路向，但每所學校在遠程教學發展的步伐須按他們每年發展項目的資源及優次來釐訂。

由於遠程教學活動既沒有一個固定的模式，也沒有固定的空間限制，每所學校可自行調整教學節奏，又可轉換教學空間，讓學生透過不同的空間及節奏進行實時學習。故此，學校須在教學過程中摸索，進一步思考下一次遠程教學活動改進的方法，以提升學與教的效能。

總括來說，筆者認為遠程教學不但能拉近了各地教學的文化，更能配合本港第三個資訊科技教育策略—「適時、適用科技學教效能兼備」的理想教學策略。筆者更希望遠程教學能植根本校，福潤全校的學生。

陳志權主任

## 教學模式的蛻變—我們的遠程教室學習

### 遠程教室的成立

資訊科技教育是香港教育改革的四個關鍵項目之一，透過不同的學習體驗，能豐富學生的學習經歷，也能提高他們學習的興趣。

本着以上目的，我校在二零零八年加入了香港教育局資訊科技教育專項小組，並成為小組的一份子，希望藉着參加不同的遠程教學活動，加強與其他學校交流的機會，提升教師的專業發展，並擴闊學生的視野。

透過大半年出席不同的小組會議及觀摩了不少成功的教育活動例子後，我校於是在二零零八年八月正式向香港優質教育基金遞交了《建立遠程多媒體教室及電視台·發展跨地、跨校、跨科遠程教學》計劃書，並於二零零八年十一月成功獲得香港優質教育基金撥款\$180,000資助本計劃推行。

經過大半年的籌備，本校終於在二零零九年三月完成遠程教室的硬件工程配置，並於同年四月，透過進行學校故事演講比賽的現場直播，進行了第一次遠程交流活動的小測試。

### 普通話教學的新嘗試

雖然在零九年的六月份由於人類豬流感引致全港學校停課，令我們早已編排好的遠程教學活動未能得以按計劃進行，但在二零零九年的十月二十二日，經過足一個月的準備，我們全體新高中共58名同學，終於能第一次於學生活動中心內，透過遠程教室與聖文德書院普通話科的劉老師，進行了一次別開生面的普通話交流課，課題名為：故事分享—東郭先生和狼。



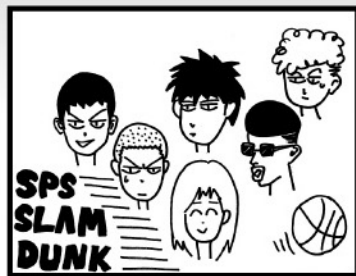


朱頌恩老師

## SPSLAM DUNK

『男兒當入樽』是兒時十分喜愛的經典漫畫，漫畫中的人物仍記憶猶新，估不到沙公五位熱愛籃球的男教師，在人物設定、技術及風格都與『男兒當入樽』內湘北隊隊員不謀而合，我們於零九年六月停課之日子中，每天亦會抽一點時間去打籃球，當然在停課的日子中，我們一眾教職員並沒有停頓下來，每天照常上班工作(詳情可參閱上年度通告296/2008：有關「人類豬型流感」停課之事宜。)

這裏就為大家披露我們一眾沙公男教師激戰的狀況，為求讓大家更清楚了解，下列一眾沙公男教師之稱呼，將配合漫畫內湘北隊五位成員，其中絕無花假，一切以各人實際的籃球技術進行配對。如對漫畫人物角式不認識，可參閱漫畫『男兒當入樽』—井上雄彥。順帶一提，近年井上雄彥也再次執筆繪畫另一本叫『REAL』的勵志漫畫，故事是講述輪椅籃球的，有興趣不妨到漫畫店找找。



| 湘北隊成員 | 沙公男教師 | 強項及秘技           |
|-------|-------|-----------------|
| 赤木剛憲  | 葉慕謙   | 稱霸籃板、無人能阻       |
| 櫻木花道  | 陳寶麟   | 彈跳力強、真係可以雙手拋入罰球 |
| 流川楓   | 陳頂川   | 準確無誤，又名流穿針      |
| 三井壽   | 朱頌恩   | 罰球及三分殺手         |
| 宮城良田  | 林亦翰   | 控球有型、投射準繩       |



我們每次都會以3對3的形式打半場比賽(場地關係，打唔到全場)，每場10分，每次三至五局不等(因為過後已經再沒有戰鬥力!)，為增添比賽緊湊，開波前我們會定下一些規則，如獲勝的一方可獲贈汽水作獎賞，有些時候落敗的一方則需做掌上壓，但每次輸的一方總愛說：「等等先啦!抖抖先啦!」，及後情況有所改善。因此我們鼓勵『今天的事今天做』，當然勝利的一方早晚也會獲得獎賞，因為這是我們的承諾。

總體來說，沙公的男教師個個也充滿活力，精力充沛，直頭渾身是勁!不過我們的技術並非是天賦的，都是經過長年累月艱辛鍛煉而得來的!當你堅持轟入一百球才停下來休息，是一個不錯的射球練習，而完成後的感覺是也極為奇妙!我們相信沒有做不到的事情，只要你肯嘗試踏出第一步，要創造傳奇一刻，Be the Legend!請記着這一句「Practice make perfect!」

籃球場上趣事數則:

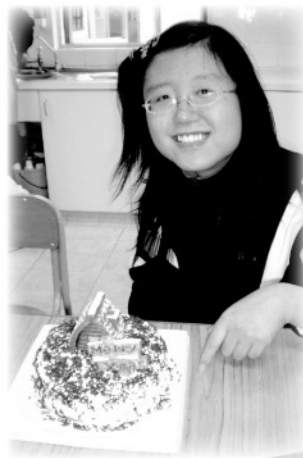
1. 現時本校中六尹國豪同學，他的遠射超準，亦曾於鬥射三分球測試中，技術性擊倒沙公流川及三井。
2. 沙公櫻木經常於罰球線上雙手拋入罰球，而他亦可以雙手拋入三分球。
3. 沙公赤木、櫻木及三井曾於罰球線上倒後射入罰球，係不只一次!Really創造傳奇一刻，Be the Legend!
4. 沙公赤木、流川及三井曾於罰球線上射一百球罰球門多，結果係……需要好好統計一下。
5. 還有很多不同方式籃球鍛煉方法，下次有機會再談吧!

中六王安娜

## 我的妹妹

我的家有爸爸和媽媽，最近我的家裏還添了一位新成員，就是一個醒目可愛的妹妹。自從妹妹出世後，我們個個忙碌不停，這才發現原來照顧一位嬰兒真是一件不簡單的事。不過也是一件快樂的事，因為她使我們全家人都可享天倫之樂。

我同媽媽經常要抱着她跳舞，才可以哄她安靜。否則，妹妹就會哭到震天，所以我媽媽說笑要找個瘋狂的人才可以把妹妹弄得妥貼。不過嬰兒真的非常得意，她肚餓會哭，她尿尿又哭、便便又哭，弄到我們手忙腳亂，妹妹每隔三個小時就要吃一次奶，見到爸媽這樣忙碌，就好想幫她，但是媽媽怕我餵得不好，所以就不敢給我餵妹妹。我妹妹還有一個好得意之處，她睡覺會團團轉，好似風車般四處轉動，晚上睡在床頭的一邊，到了早上，頭部已經轉向另一邊。爸媽經常說無論多辛苦都要用心養大妹妹，我也會盡我的本份照顧她，愛護她。



中四班劉均澤

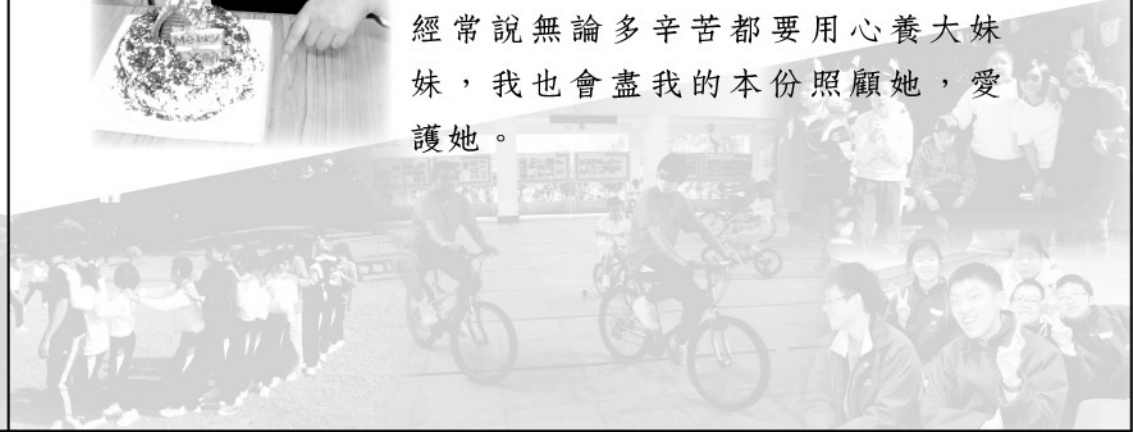
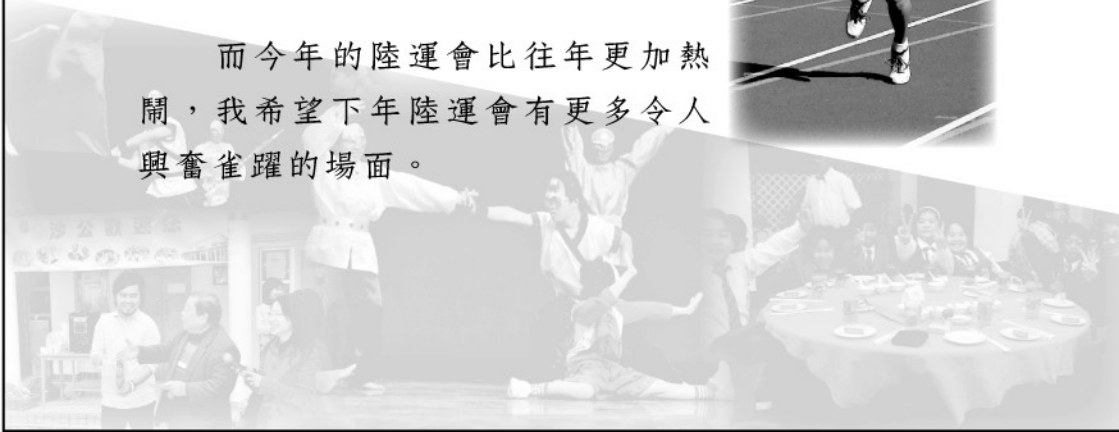
## 陸運會

十一月四日是我校的陸運會，我們今年的陸運會不在沙田運動場舉行，而是在更新、更寬敞的馬鞍山運動場舉行。第一場比賽是我們本校的主菜，就是沙公飛人賽，我也有參加這個賽事，我的心情相當興奮又緊張，終於在這賽事裏，我奪得第三名，都很開心。

到了下午，陳老師叫我們開始熱身，要預備快將開始的友校接力賽和本校接力賽，我是參加友校接力賽的，在比賽前，我和隊友都互相激勵大家。到了開始比賽，我是跑第二棒，到我接棒的時候，三四線亦都開始交棒，我接到棒就不停加速，後面的同學都追不到我，而前面的對手一個一個被我追上，直到交棒的時候都很順利。到第四棒思榕，思榕跑得很快，根本沒有對手可以追到他，結果都是思榕第一個衝過終點，奪得了第一名，我們都很開心。



而今年的陸運會比往年更加熱鬧，我希望下年陸運會有更多令人興奮雀躍的場面。





今期的[有獎遊戲]是要挑戰同學們的常識，你準備好接受挑戰未？

- 以下列舉的動物是那一類：
  - [草食性動物] (請在旁加上\*)
  - [肉食性動物] (請在旁加上+)
  - [雜食性動物] (請在旁加上o)
1. 鱷魚       2. 河馬       3. 野豬
2. 什麼東西會被磁鐵吸住？
  - a. 衣服      b. 曲別針      c. 玻璃杯
3. 日蝕是自然界的現象，它的形成是由於什麼東西擋住了太陽光？
  - a. 地球      b. 火星      c. 月球
4. 請選出不需要冬眠的動物
  - a. 青蛙      b. 北極狐      c. 松鼠
5. 太空人在太空能夠飄浮，是因為太空沒有
  - a. 氧氣      b. 空氣      c. 萬有引力
6. 請選出以下那種不是鳥類
  - a. 鸚鵡      b. 蜜蜂      c. 企鵝
7. 形成白天和黑夜的原因是
  - a. 地球的自轉      b. 太陽的自轉      c. 衛星的自轉

參加者姓名：\_\_\_\_\_ 班別：\_\_\_\_\_

**第35期有獎遊戲答案**

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 6 | 7 | 2 | 9 | 1 | 4 | 5 | 3 | 8 |
| 1 | 5 | 3 | 6 | 7 | 8 | 4 | 9 | 2 |
| 9 | 4 | 8 | 2 | 3 | 5 | 6 | 1 | 7 |
| 4 | 3 | 7 | 5 | 8 | 1 | 2 | 6 | 9 |
| 2 | 6 | 5 | 3 | 9 | 7 | 1 | 8 | 4 |
| 8 | 1 | 9 | 4 | 2 | 6 | 3 | 7 | 5 |
| 5 | 9 | 1 | 7 | 4 | 3 | 8 | 2 | 6 |
| 7 | 8 | 6 | 1 | 5 | 2 | 9 | 4 | 3 |
| 3 | 2 | 4 | 8 | 6 | 9 | 7 | 5 | 1 |

**得獎者名單**

中一甲何詩昊  
陳海華女士

中五黃凱茵

**有用的暑假**

今年的暑假終於完了，真是一個漫長的暑假！想起暑假前期，正值人類豬型流感的高峰期，令至學校停課。雖然這個暑假較長，但是正可以訓練我們自學，又可以讓學生在家溫習。例如：購買一些練習回家做，亦可以到圖書館借些有興趣的書籍回來閱讀。家長又可以透過漫長的暑假多些陪伴子女與他們談話，增加彼此的了解。



中四黃怡馨

**我的家**

我的家人生活得很好，爸爸和媽媽不在香港，他們都在大陸的家照顧麻麻和婆婆。同時在大陸工作養活我們。我知道媽媽很辛苦、工作賺錢來供我和兩個哥哥讀書，因此我和兩個哥哥都會努力讀書，將來做一番事業來報答爸媽的辛勞，我一定會照顧媽媽。



沙田公立學校的同學不斷努力，屢創佳績，由上一期截至十一月底，同學們榮獲多個獎項，實在可喜可賀!!

### 技能訓練中心及香港電腦商會協辦『逆境自強、香港加油』 數碼攝影比賽2009

2009年6月8日



中五班

焦廣揮

優異獎

### 中銀香港第五十二屆體育節(室內賽艇挑戰日)

2009年6月21日

中四班

司徒東峻

亞軍

### 環球運動會(捷克)

2009年7月5-15日

中六班

尹國豪

男子乒乓球團體

季軍

### 2009世界賽艇錦標賽(波蘭-波茲南)

2009年8月18-22日

中四班

司徒東峻

冠軍

中五班

林景珊

冠軍

### 2009年翠河賽艇賽(四)

2009年8月22-30日

中五班

林景珊

四人有舵混合賽

冠軍

中四班

司徒東峻

四人有舵混合賽

亞軍

中六班

周子朗

四人有舵混合賽

亞軍

### 2009東京青少年傷殘亞運會(東京)

2009年9月10-13日

|     |     |       |        |    |
|-----|-----|-------|--------|----|
| 中六班 | 尹國豪 | 男子乒乓球 | 男子團體   | 冠軍 |
| 中六班 | 楊志森 | 男子游泳  | 100米背泳 | 亞軍 |
|     |     |       | 200米四式 | 季軍 |
|     |     |       | 50米自由式 | 季軍 |
| 中六班 | 楊麗珊 | 女子田徑  | 200米短跑 | 冠軍 |
|     |     |       | 100米短跑 | 亞軍 |
| 中五班 | 王思榕 | 男子田徑  | 400米短跑 | 亞軍 |
|     |     |       | 200米短跑 | 季軍 |
|     |     |       | 800米短跑 | 季軍 |

### 2009特奧高爾夫球國際邀請賽(台灣、台北)

2009年10月11-17日

中六班

丘梓謙

冠軍

中三班

鍾子良

亞軍

### 第三十三屆香港特殊奧運會滾球賽(雙人賽)

2009年10月22日

獎項：1金、2銀

### 第三十一屆香港賽艇錦標賽

2009年10月24日

獎項：2金、1銀、3銅



### 『全球華人慶祝建國六十周年』系列活動 『繽紛光影獻真情』校際比賽

2009年11月15日

中五班

陳麗君

優異獎

### 第一屆香港弱智人士體育協會室內賽艇比賽

2009年11月18-19日

金牌

銀牌

銅牌

2

3

8



## 第一屆香港弱智人士體育協會國際室內賽艇比賽

2009年11月18-19日



| 班別 | 學生姓名 | 項目          | 獎項 |
|----|------|-------------|----|
| 中四 | 司徒東峻 | 男子個人1000米   | 季軍 |
|    |      | 混合組4X500m接力 | 季軍 |
| 中五 | 林景珊  | 混合組4X500m接力 | 季軍 |
| 中六 | 周子朗  | 混合組4X500m接力 | 季軍 |

## 2009年度蜆殼港島青商-弱能學童獎學金

2009年11月19日



在此恭喜楊麗珊同學獲頒「傑出弱能學童獎」。麗珊熱愛運動，在家人及老師的鼓勵及扶助下，由一名害羞的小女孩蛻變成今天的跑步選手，並代表香港參加海內外多項國際性田徑賽事，更獲得2009東京青少年傷殘亞運會200米冠軍等多個獎項，成績驕人。

## 第三十屆沙田區舞蹈比賽

2009年11月21日



獎項：銀獎

## 鄧秀文主任誕下千金

鄧秀文主任於8月19日誕下千金，在此恭喜鄧秀文主任，湊成好字，希望B女愈大愈似媽媽！恭喜！恭喜！

## 葉吳聯婚



葉慕謙老師及吳毅老師於9月26日正式結成夫婦，開展人生另一階段，沙公上下學校歡騰，在此恭喜葉氏伉儷，希望他們能繼陳氏伉儷後，盡快生產出「made in SPS」的BB！恭喜！恭喜！

## 乘風航

2009年10月9日



已於2009年10月9日順利舉行，並與賽馬會官立中學學生以伙伴形式參與當天的歷奇活動，於航程上，沙公同學除了學懂與人溝通及合作外，同時亦學會照顧別人，彼此均眼界大開。當天趣事一則，就是最早出現暈眩徵狀的，是我們其中一位老師！欲知詳情，請向湯樂琪老師查詢！

## 公益金服飾日

2009年10月16日



已於2009年10月16日順利舉行，當天各同學均悉心打扮，花枝招展，相信不少同學及家長於服飾配搭方面亦甚有研究，請繼續支持「公益金服飾日」！

## 畢業典禮暨謝師宴 (08-09年度)

2009年10月30日



已於2009年10月30日順利舉行，沙公上下無懼受停課影響，堅持以學生為本的原則，補辦原定於六月份舉行的畢業典禮暨謝師宴，場面熱鬧非常。由本年度開始亦新設小學部畢業儀式，以證同學正式踏入中學的另一階段，大獲好評。而典禮後緊接的謝師宴活動，家長的真情分享令台下不少老師及嘉賓感觸甚深。

## 2009年11月4日 第二十屆陸運會



已於2009年10月9日順利舉行，今年更將比賽場地移師至馬鞍山運動場，在藍天白雲的映襯下，各同學均努力爭勝，充分表現出體育精神。而當天除了警察義工外，更得到德信中學派出中六甲班總動員為我們當了一整天工作人員；而本校資深游泳教練莫sir及彭miss亦首次「上水」為陸運會擔任義工，甚至被湯樂琪老師委派到閘口處擔任保安工作，防止同學走失，佩服！

## 2009年11月20日 學校旅行日



已於2009年11月20日順利舉行，小學部的師生及家長們到「香港人的樂園」—海洋公園參觀，最教人難忘的是大熊貓僅在同學們咫尺之距享用牠的豐富早餐，看似平平無奇的海洋列車原來亦大有乾坤（奧妙之處藏於列車的天花板）；而初中同學則到元朗屏山文物徑遊覽，呼吸清新的空氣之餘，部份同學更興奮得於大草坪上連續翻滾起來，寫意無限；至於高中同學則到馬灣公園遊園賞花，感受一下綠色世界的魅力，臨別前更大夥兒漫步沙灘，可惜浪漫不足，滿腳是沙！

## 2009年11月22日 齊家宴活動



## 2009年11月29日 第二十一屆家教會周年大會暨法團校董會家長校董選舉



第二十一屆家教會周年大會已於2009年11月29日順利舉行，當日會後更有自助餐活動，參與異常踴躍，看到一幅幅樂聚天倫的畫面，好不溫馨，請繼續支持沙公家教會的活動！

## 2009年12月1日 校內火炬傳遞活動



香港人的盛事—東亞運動會於12月初進行，除何兆餘校長擔任運動會義工，為香港出一分力之外，全體師生亦感受到濃厚的比賽氣氛，並早於12月1日率先在校內舉行一場簡單而隆重的火炬傳遞儀式，家長亦參與其中，氣氛激昂！

## 2009年12月7-10日 清潔比賽



已於2009年12月10日順利舉行，在此恭喜獲獎的同學及班級，希望各同學能繼續保持清潔的形象及協助老師打造衛生的校園，做個整潔沙公人！

## 2009年12月21日 聖誕聯歡會



已於2009年12月21日順利舉行，除了老師悉心安排的精彩表演及遊戲之外，當然最令人期待的，就是美食列陣，種類之多，簡直有置身於美食廣場之感！各人均懷着「捧肚子、清桌子」的精神，對面前美食來一場「旋風式洗禮」，滿足之情，溢於言表！

## 扭扭蘋果蟲

- 學習目標：
1. 增強專注力
  2. 提升手眼協調
  3. 加強組織及歸類能力
  4. 說出類別內的事物名稱
  5. 報告成果「我有(數量)條蟲。」
  6. 遵守遊戲規則，如輪候

遊戲人數：2至4人

- 遊戲玩法：
1. 把所有蘋果蟲放進蘋果，並準備一些類別名稱(如：水果)。
  2. 學生一同參與活動。
  3. 開始時，學生需選出一個類別，然後各同學輪流說出該類別中的物件(如：橙、香蕉、蘋果)。
  4. 當學生能說出一個物件名稱時，便可得到一個取出蘋果蟲配額，每位學生最多有3個配額。
  5. 當學生已把類別中的物件數說完畢時，言語治療師便會開動蘋果，蘋果蟲便會從蘋果中走出來，學生可於指定時間內取出他配額的蘋果蟲，每取出1條蘋果蟲可得1分。
  6. 最後，最高分數的學生便算勝出。

提升玩法：每位學生在遊戲前先選一種顏色，他取出屬於自己顏色的蘋果蟲才可得1分。

- 淺化玩法：
1. 學生每說出一個物件名稱時，便可從蘋果中取出蘋果蟲。
  2. 利用圖咭，讓學生選出類別內的物件。
  3. 學生只需說出「我要蘋果蟲」便可從蘋果中取出蘋果蟲。

材 料：「扭扭蘋果蟲」(wiggly worms)遊戲1盒，類別名稱紙條

|      |      |      |    |     |
|------|------|------|----|-----|
| 水果   | 交通工具 | 衣服   | 食具 | 動物  |
| 教師姓名 | 食物   | 身體部分 | 顏色 | 運動  |
| 飲品   | 傢具   | 電器   | 形狀 | 港鐵站 |

以上玩法只屬參考，家長可因應子女的能力作提升及淺化。



## 栗子鮮淮山豬肉湯

黃雪梅女士 (吳錦權家長)

秋冬天氣乾燥，滋潤湯水是最適宜，今次介紹一款湯和一款糖水，大家不妨一試。

(栗子、鮮淮山，滋陰潤燥、益肺健脾)

### 材料：

栗子半磅 鮮淮山八兩 玉竹一兩 蜜棗三至四粒 豬肉十兩至一斤

### 製法：

1. 滾水下栗子片刻、去衣洗淨。
2. 玉竹用水浸20分鐘，洗淨。蜜棗洗淨。
3. 鮮淮山去皮後，洗乾淨再切件。
4. 豬肉洗乾淨，飛水再沖洗。
5. 煲滾適量水，放入所有材料煲，滾後改用慢火煲2小時，下鹽調味即可飲用。



## 鮮桂圓雪耳露

一款香甜美味又有護膚的糖水，媽咪們不妨試下。

### 材料：

鮮龍眼肉半磅 木瓜一個 雪耳半兩  
鮮奶一盒 冰糖適量

### 製法：

1. 木瓜去皮洗乾淨再切件。
2. 龍眼剝皮去核洗淨。
3. 雪耳用水浸後，洗淨拖水過冷河，瀝乾水份。
4. 將雪耳放入煲加水煲，滾後加碎冰糖。糖溶、雪耳臃，下龍眼肉、木瓜再煲滾加鮮奶待滾起，熄火即可食用。



# 家長校董／教員校董選舉結果

## 教員校董選舉

新一屆教員校董選舉已於10月23日順利進行，在此恭喜劉敏非主任及陳志權主任分別榮任教員教董及替代教員校董，恭喜！恭喜！



## 法團校董會家長校董選舉



選舉已於2009年11月29日順利舉行，而新一屆家長校董亦已誕生，恭喜周裕琪女士（李穎駿媽媽）及林超榮先生（林希慧爸爸）正式上任家長校董及替代家長校董之職，任重道遠，想必擦出無限火花！

## 沙田公立學校家長教職員聯會

### 第二十一屆幹事會成員名單

|     |       |         |
|-----|-------|---------|
| 顧問  | 何兆餘校長 |         |
| 主席  | 周裕琪女士 | （李穎駿家長） |
| 副主席 | 周瑞霽女士 | （梁文卓家長） |
| 司庫  | 何麗荷女士 | （林曉欣家長） |
|     | 曾詠茵老師 |         |
| 學術  | 黃雪梅女士 | （吳錦權家長） |
|     | 吳月娥主任 |         |
| 康樂  | 莊寶琮女士 | （林煒然家長） |
|     | 湯樂琪老師 |         |
|     | 楊尚嵐老師 |         |
| 聯絡  | 周香妹女士 | （馬浩文家長） |
|     | 何瑞英女士 |         |
| 秘書  | 徐秀芬女士 | （張智朗家長） |
|     | 吳毅老師  |         |
|     | 宋瑋儀女士 |         |
| 總務  | 何有芳女士 | （黎宇軒家長） |
|     | 林婉玲女士 |         |



### 編輯名單

|    |       |       |       |       |       |
|----|-------|-------|-------|-------|-------|
| 顧問 | 何兆餘校長 |       |       |       |       |
| 委員 | 林淑珍女士 | 呂麗儀女士 | 何麗荷女士 | 黃雪梅女士 | 周裕琪女士 |
|    | 周瑞霽女士 | 徐麗賢女士 | 招智聰先生 | 莊寶琮女士 | 張詠賢女士 |
|    | 李燕玲女士 | 鄧秀文主任 | 許慕慈老師 | 鍾燕芳老師 | 朱頌恩老師 |
|    | 湯樂琪老師 | 曾詠茵老師 | 曾麗芬老師 | 張美欣老師 | 陳海華女士 |
|    | 李曼君女士 |       |       |       |       |