

橋

第四十一期 2017年10月



田家炳中學家長教師會

周年主題：明德為仁，築夢歷新

校園篇

自主學習

鍾偉德副校長

學習最重要的參與者是學生本人。若學生自己沒有動力、沒有決心，或是沒有相關的技巧能力，縱有絕佳的環境及資源，仍是沒有學習。正因如此，能幫助、訓練學生自主學習，是教育最重要的挑戰。

二零一二年，本校開始了「建構與協作學習法」（Constructivist and Cooperative Learning, CCL）。教師會按學科內容和學生學習的進程和能力，設計課堂和習作，透過學生互相協作，讓他們能自行探究、掌握學科的內容及相關的技巧。課堂變得以學生的學習為主導，也提升了學生在學習中的參與，為幫助學生的自主學習踏出了第一步。

二零一五年，在教師進修營中，老師們一致認為學生不能長期倚賴教師的幫助，他們有需要學會自行學習，所以我們決定要積極訓練田中學生自主學習（Self-directed Learning, SDL）的能力，並以此作為我們學校的目標。

阮校長為此從文獻中整理了一個較易理解的自主學習框架，一則讓教師在推動自主學習時有所依循，二則亦有助教師理解自主學習的複雜內容。框架如下：

培育學生 理論與實踐	
想學	提升學生的學習動機
懂學	教導學生掌握有效的自主學習策略和技巧
察學	教導學生認識回饋的功能，了解自己的學習狀態，並適時和主動調整學習策略和方法
堅持學	引導學生以意志和毅力克服學習上的一切障礙和困難

老師透過多方面的技巧，引導學生「自主學習」。

目前，我們正不斷探索如何能在課堂學習中，訓練學生自主學習。我們在 CCL 教學中，加強備課的元素，讓學生透過備課，能自行掌握學科知識和學習技巧（懂學）。各學科也透過不同的評估策略，讓學生得到回饋，

了解他們的學習進度，讓學生進行調適（察學）。另外，CCL 的課堂互動，能讓學習變得更生動有趣，加上按學生學習進程而設計的工作紙，讓學生更容易掌握學科知識，加強他們的學習自信和動機（想學）。我們也重新設計了學生手冊，並在中一級加強時間管理的訓練，讓學生能有目標地實踐自己的學習計劃和有關技巧（堅持學 / 懂學）。

透過課堂中的互動及老師的指引，學習變得更自主及有趣。

我們已向培育學生的自主學習邁出了一步。要讓他們能自主學習，培養他們的學習習慣是非常重要的。在這方面，學校不能孤軍作戰，還需要家長的大力支持：在家中訓練同學們的學習紀律，了解他們的學習困難，並在他們洩氣時多加鼓勵和支持。這樣，在家校配合下，我們相信田中的學生必能得著造就，成就美好的將來。



校園篇

自主學習
Move on, dude!
獲獎消息

親職園地

家長追訪
嚴姑娘互動天地

家長教師會消息

活動回顧
未來動向
財政報告
《橋》及《家長教師會通訊》徵稿

編輯小組

顧問：王孝和副校長、鍾燕萍老師
委員：葉常青老師、彭穎賢老師

校址：新界粉嶺維翰路一號
電話：2673 1778
電郵：tkpss@web.tkpss.edu.hk

目錄

Move on, dude!

余得米老師

任教物理科的我，終於在 2017 年下學期以英文完成了一個早會。為甚麼用英文呢？兩個字，「喜歡」而已。其實我一直都希望預備一個英文早會，今次可算是達成了一個心願。

永遠有不妥協傷口

中學時期我的英文成績中等，可是我在高考時英文科卻考得很差，成績只有 E，大概是現今 DSE level 3，這成了我生命中一個很大的陰影，一直未敢向他人透露。甚至此時此刻我也擔心說出來後，學生會對這位老師失去信心。不過不用太擔心，畢竟我不是教英文科的。這次的失敗影響了我入大學的選擇，因此我一直耿耿於懷。一次去美國工作的經歷，正好讓我面對自己的英文問題，也讓我從失敗中走出來。其實由大學畢業直至，從沒有人要求我在英文上達到甚麼水平，但我卻幾乎每天都會閱讀英文報紙和新聞。現在我學英文再不是為了考試，而是想面對自己過去的不足。成效如何我無需要向別人交代，給自己交代就可以了。

近來看見同學上載一些歌詞，令我回想起中學時期很喜歡歌手林一峰。他的成名作叫 The best is yet to come，當中有兩句歌詞給我非常深刻的印象：

「永遠有不妥協傷口，有些憾事不放手。
若你太刻意淡忘，越會補不到缺口。」



在美國實習中的余老師

我會問，為何我走不出呢？

不要以為這個傷口一年半載後就會自動痊癒。你要去面對它，它才可以痊癒。今時今日，在大大小小的場合，我聽過無數人分享過要走出安舒區。我會問，為何我走不出呢？為何你走不出呢？還是有些包袱、有些過去放不下，仍在困擾著你呢？

過往高考中文科口試中有一個項目是短講。考生會抽到一道題目，用十分鐘時間預備，單獨演講三分鐘。題目形式會是怎樣呢？往往只有兩三個字，例如「時間」、「病毒」、「地球人」等。今天，我想分享一位考生要準備的題目——

大家好，我今天想分享的主題叫做「加與減」

加與減是兩個數學運算的符號和基礎，是我們每天都會使用的知識，例如購物、找零等。從幼稚園開始，我們已經學習 $1 + 1 = 2$, $2 - 1 = 1$ 。升上小學和中學，我們學「乘除」或者更多複雜的知識，但加與減仍然是重要的基礎。

加與減是否有更深層的意義呢？就我而言，加與減是一道人生的算式。加，是吸收新的知識，累積新的經歷，寫進自己的人生當中。減，就是減去一些壞習慣，或者放下一些令我們停滯不前的遺憾和過去。

加數其實每天都在我們的人生中運作。由出生開始，我們學懂走路、在小學我們結識朋友、在中學我們努力讀書入大學、投身社會工作、拍拖結婚、生孩子，這些全部都加起來建立我們的人生。但在成長之中，我們可能有壞習慣，例如咬手指、說謊話、欺負別人等等，隨著年紀增長，我們會慢慢「減去」這些習慣。此外，我們少不免遇上傷心失意，例如成績未如理想、比賽落敗、家人離世等，我們也要慢慢「減去」這些遺憾，才可以好好繼續我們的人生。

加與減同樣重要，如果只有加沒有減，我們就沒有檢視自己的不足，沒有整理我們的思緒，很難突破自己；如果只有減沒有加，我們的視野就會很狹窄，人生也會變得平淡乏味。當人生踏進七老八十白髮斑斑的時候，回望每一天的加與減，就會發現一個有加有減的人生才是最精彩的人生。



英文不好的人以英文作結

這位同學的短講就到此為止。無論你覺得他說得好不好，但短講的內容並沒有到此為止，而是帶領他走到大學，走過迷失，甚至走到早會講台上。

能否走出安舒區，在於你有沒有真正面對以及放下你的過去。最後，一個英文不好的人都想以英文作結：It's no use crying over spilt milk. Move on, dude!



2016-2017 下學期 獲獎消息

加拿大滑鐵盧大學 Euclid 數學比賽 (香港區) 第三名



全球華語歌曲歌詞創作音樂大賽 2017第三名



校際常識問答比賽2016-2017季軍

校際常識問答比賽



校際游泳比賽男甲團體第七名， 男丙團體殿軍及女丙團體第六名



2017 國際初中科學 奧林匹克三等獎



香港聯校音樂協會大賽初級合唱團 (中學合唱初中組金獎)



校際田徑比賽男子乙組第5名 及女子乙組第8名



中學校際乒乓球比賽男甲季軍



校園篇

十八區跳繩大賽亞軍



2017物理奧林匹克一等獎



下學期成績表現優異同學



新地公益垂直跑 全港中學組接力冠軍



法律知識野外定向冠軍



數學科校外比賽得獎同學



模擬法庭-最佳隊伍大獎



校外音樂比賽獲獎同學



不平凡的平凡媽媽——專訪家長義工伍豔霞女士

記者：1D黃琛瑤、劉燁童

我們在教室靜候着，突然一位中年女士走進來。想必她就是我們要訪問的對象——伍豔霞女士。

伍姨姨一頭烏黑的長髮，面上掛着親切和藹的笑容，跟每個人的媽媽無異。我們交談後才得知原來這位看似平凡的姨姨，卻有着不平凡的興趣——有機種植。她帶我們來到位於學校七樓天台的「秘密基地」。踏出天台，看見一排排的種植盆，為天台添了不少綠意悠閒。伍姨姨領着我們走到蔬菜前，為我們介紹有機種植的特色。韭菜、秋葵、莧菜、豆角，甚至無花果，都能在這裏找到。我們還是現在才知道學校原來有這麼一個種植場呢！

伍姨姨本來在內地做生意，是連鎖餐廳的合夥人。為甚麼她對跟生意風馬牛不相及的有機種植產生興趣呢？原來跟她一次買菜的經歷有關：幾年前她在內地購買蔬菜，好好的菜放進冰箱不過短短一天，就已腐壞變黑得不能食用。她極為不解，後來向內地相熟的農夫請教，原來那些易壞的蔬菜給施加了不少激素，長得快卻壞得更快，更會影響健康。因此她開始注意蔬菜的食用安全問題，並跟花王學習種植有機蔬菜。

伍姨姨對有機種植原是一竅不通的，但她不斷嘗試、學習、摸索，慢慢累積經驗。她說過有機種植之路走得好不容易，甚至虧損比賺的更多，但她志在尋找樂趣和健康，所以至今仍然不斷努力。伍姨姨也曾經想過放棄有機種植，但為了家人的健康着想，仍然堅持下去。她認為有機種植就是苦中作樂，從失敗中學習，所得的樂趣是用錢買不到的。



伍女士帶領田中學生奪得中學校園有機種植及煤氣明火低碳烹飪比賽季軍

我們十分欣賞伍姨姨挑戰自我的決心，以及她積極健康的生活態度。她享受有機種植的過程，因為有機種植令她心情放鬆，彷彿是一種生活的治療，連以前的頭痛也消失了，以往心急的性格也隨着有機種植改變了！

伍姨姨的經驗讓我們深受啟發，我們也應該努力尋找自己的興趣，克服困難，向自己的目標進發！

有心無難事——專訪家長義工劉傅國先生

記者：1D蔡程浩、林健豪、周志錚

訪問之前，我們從老師口中聽說過劉先生的大名，知道這位本來做殯儀業生意的劉先生很有魄力和衝勁，最喜歡研究新事物。沒想到劉先生甫坐下不久，就給我們展現了他的能耐：他從皮包中不斷抽出各種執照：本業的營運牌照、水電工執照，駕駛執照上標示的車輛他幾乎全都能駕駛。年過半百的他，早幾年居然還曾是本校彈網活動的導師，能做到不少年輕人做不到的困難動作；外表粗獷的他，寫得一手剛勁的隸書，是本校中華文化週的書法導師。最意想不到的是，他近年專研沖調奶茶，調製的奶茶色香味美，廣受讚賞，堪稱「茶王」。

難得劉先生答允撥出時間，跟我們幾位中一生談談他的生活，我們就認真地把他的話記錄下來：

記：你覺得學習沖調奶茶困難嗎？為什麼會堅持下去？

劉：對我來說，沖調奶茶不是很難，因為奶茶的製作方法簡單。

我會堅持下去，直至自己行動不便為止。

記：你認為一杯好的奶茶要包含什麼？

劉：我認為一杯好的奶茶最重要是要認真，用心去做。無論是茶葉的種類，還是沖調奶茶的器皿，都要細心選擇，才能沖出一杯好的奶茶。

記：你認為沖奶茶能代表人生嗎？

劉：能，因為每當別人稱讚我沖調的奶茶好喝的時候，我都很開心。我覺得我能為別人帶來快樂。所謂施比受更有福，

人生不需要太計較，只要別人開心，我就滿足了。其實最重要是有一顆與眾同樂的心。別人開心，自然自己也會開心。

記：透過沖調奶茶，你最想對學生表達什麼？

劉：我想表達做任何事都要用心，才能達到自己想要的結果。所謂有志者事竟成。開心最重要，不要太計較付出。除此之外，要多發掘不同的範疇的興趣，對自己的身心發展也極為重要。

在劉先生眼中，再困難的事情都不像我們想像中困難，在他的面上也找不到壓力的痕跡。正如他所說，要生活，就要去適應，要適應就要去學習，想辦法解決問題，這是很自然的事。我們想，這種順應環境、隨時適應環境的心態，不就是我們需要學習的嗎？謝謝劉先生。



父母角色及分工的重要

嚴祉恩姑娘

回顧這學年，在協助學生處理問題時，我經常需要與家長接觸。在了解各家庭的互動時，我觀察到一個普遍的現象，就是有些家庭在管教子女時，只有父親或母親單方面參與其中，而另外那一位則在旁觀看，有的會間中插手、訓話幾句，有的則完全抽身，主要靠另一位家長負責管教。



曾有一位母親抱怨，兒子步入青春期，開始不聽教，又無心向學，經常被老師投訴。當我問及父親的反應時，母親面有難色，然後以「局外人」來形容他，指他完全不理會家中的事，也從不參與管教兒子。

又有一位母親，在面對女兒的情緒問題時，束手無策。她對女兒充滿體諒，明白女兒的壓力和難處，對女兒處處包容。可惜，父親卻不明白女兒的困難，對女兒有許多不滿和投訴，還怪責母親縱容她。母親夾在父女的矛盾中，相當為難。

雖然在家庭中，有一位家長主力負責照顧子女，是一件再平常不過的事，但子女的問題通常涉及整個家庭的互動。我們生活在不同環境中，便都會與身邊的人和系統互動。子女的問題通常都是影響整個家庭互動的關鍵。以上面提及的家庭情況為例，只有母親擔當管教角色可能得出以下結論，如「父親討厭我，所以才不與我說話」、「父親經常忽略我，我一定是個『意外』，是他們不想要的孩子」等等。影响管教的果效。

如希望另一半能協助管教子女，可以試試以下的方法：

1. 了解對方的想法，達到有效溝通

當父母在管教上出現分歧時，首先要嘗試了解對方的心理，切忌埋怨或批評對方的不是。若因為對方的一些缺點，令你難於管教的話，可以清晰地表達自己的感受和困難，讓對方也能明白你更多。說話時更要留意自己的態度和語氣，才能達至有效的溝通。

2. 運用時機

在對方疲倦或情緒不穩時，切勿和他商討子女的問題。先讓對方有足夠的空間和心力處理自己迫切的問題，待他的情緒平伏及時間充裕時，再和他商討，自然會較容易達成共識。

3. 紿予適當的指導、多加鼓勵

有時男性對於子女或情感上的事情，會不知從何入手。若母親妻子的要求太高，經常批評丈夫父親管教子女不當的話，便會增添父親丈夫的無力感，令他反感或逃避。妻子母親可以放下自己的標準，用簡單的方法來指導父親丈夫協助自己。當他丈夫配合你妻子的管教時，可對他說一些感激和欣賞的說話，他便會容易投入其中。

4. 互相配合、肯定

父母應避免在子女面前，就管教問題吵架或對罵，一來要為對方保存面子，二來可防止子女與其中一方組成陣線。父母雙方應建立適當的聯盟關係，互相支持，肯定彼此的管教方式。在對孩子的教導和期望方面，父母之間要有一致的立場、共同的默契，互相呼應。



其實，子女在成長中出現困擾是很普遍的事，關鍵在於父母是否懂得處理。關係良好的夫妻通常較易商量及解決問題。即使怎樣分工，也切勿讓對方孤軍作戰。即使遇到挫敗，也要共同面對，一同想辦法，或請教朋友或專業人士。若父母雙方能建立和發展和諧的家庭關係，一起協助子女解決他們的困擾，便能營造更健康愉快的家庭生活。

家長積極參與田中活動

學術周家教會攤位 2月16至17日(星期四、五)



敬師日 5月12日(星期五)



中五統測監考 4月1日至4月10日



結業禮頒獎典禮 7月11日(星期二)



買賣舊書活動 7月15日(星期六)



田家炳中學結業禮聚餐 7月11日(星期二)



家教會活動回顧

黃昏燒烤之暢談升學及選科最新進展

3月3日(星期五黃昏)



排排舞班 (逢星期六)



「情緒壓力鬆一鬆」 家長講座

4月1日(星期六)



未來動向

第十八屆家長教師會執行委員會選舉 2017年10月

中六統測家長監考 2017年11月

本校陸運會(11月16日至17日)

家教會會員大會 / 茶會 11月24日(星期五晚上)

家長教育講座 11月24日(星期五晚上)

北區中學聯展攤位 11月25日(星期六)

小學參觀日 12月3日(星期日)

家教會親子旅行 12月17日(星期日)

財政報告(截至2017年8月31日)

- 家長教師會銀行戶口結餘：\$74,784.10
(包括上屆家長教師會銀行戶口結餘 \$69,166.40)
本年度總收入：\$42,761.90 (包括 2016至2017 年度會員費收入 \$15,940.00)
本年度總支出：\$37,144.20
本年度結餘：\$5,617.70
- 家庭與學校合作事宜委員會資助結餘：\$28,554.60 (截至 2017 年 8 月 31 日)

《橋》及《家長教師會通訊》徵稿

家教會刊物《橋》每年出版兩至三期，藉此加強家校的溝通和聯繫。

第四十二期將於2018年3月出版。

現誠邀各執委會成員及家長投稿，分享參與活動的感受或教育子女的經驗和心得。

如有查詢，歡迎致電 2673 1778，與鍾燕萍老師聯絡。