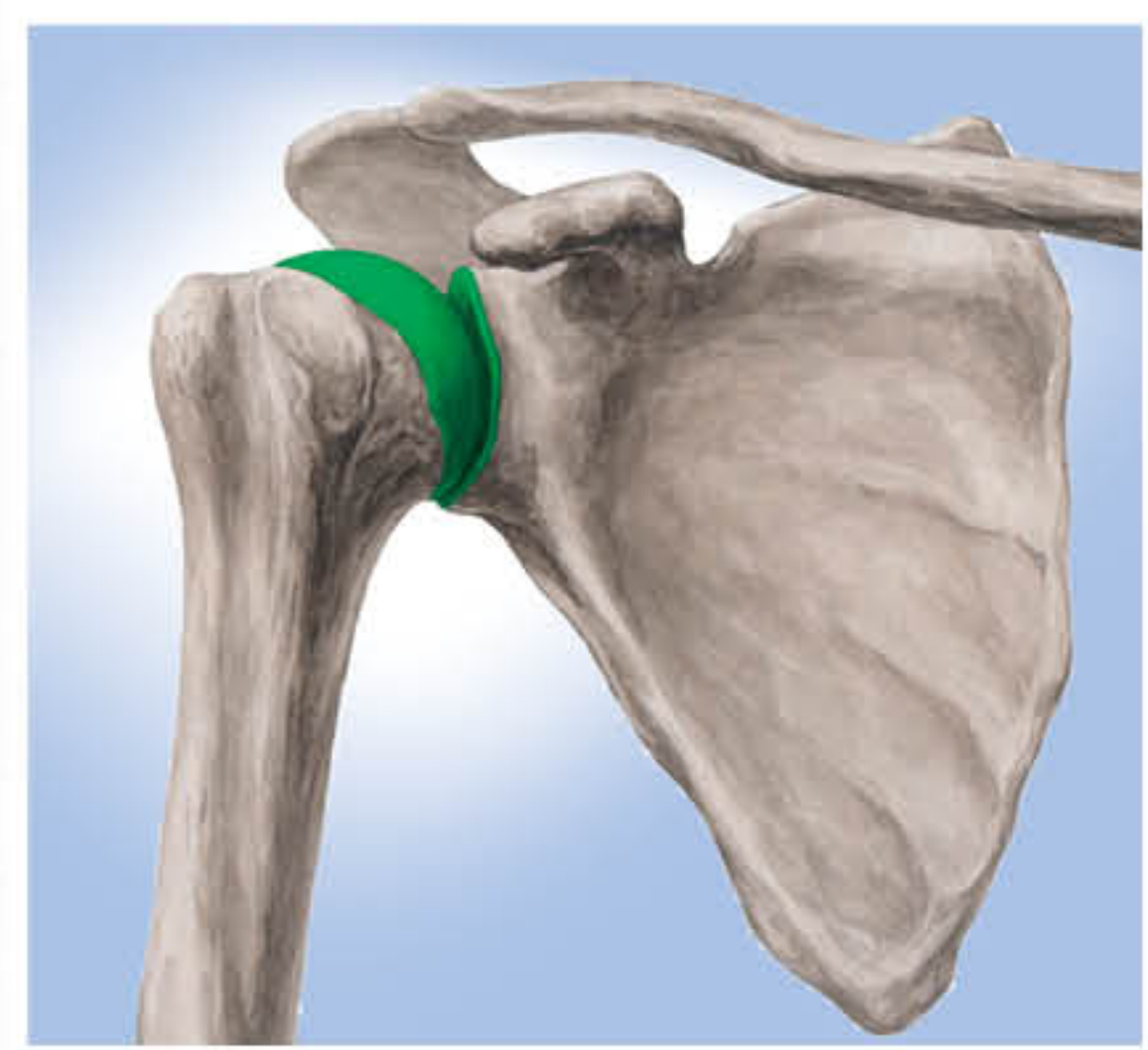


校園篇

校長專訪

做個有膊頭的人

陳雨瀚校長



作為田中的校長，我時常思考，除了傳授知識，我們的學校還能夠為學生們帶來什麼更重要的教育？今天，我想藉着一個廣東話俗語「膊頭」，與大家談談責任與承擔的重要性——這是一個影響人生高度的關鍵素質，也是我們田中人應該牢牢銘記於心的品格。

「膊頭」的啟示：從身體到品格

「膊頭」，也就是我們身體的肩膀，它的構造非常精密而巧妙。它是由鎖骨、肩胛骨和肱骨三塊骨頭組成，透過複雜的韌帶和強大的肌肉群相互協調，使得我們的手臂能夠靈活運動，同時又能產生一定的力量。正因為如此，「膊頭」在日常生活中，常常扮演著「肩負重任」的角色。

俗語說：「做人最緊要有膊頭」，這句話不僅僅是指身體上的肩膀，更是一種人生態度的體現：是指一個人要有責任感，要有勇於承擔的氣魄。人生在世，我們扮演著不同的角色，每一個角色都伴隨著相應的責任。

責任無處不在，角色伴隨責任

在學校裡，校長須有領導學校發展的責任，老師須有教書育人的責任，學生則有努力學習、遵守校規的責任。在家庭中，父母有養育子女、營造溫馨家庭環境的責任，子女則有孝順父母、分擔家務的責任。在社會上，各行各業的人們，無論是醫生、警察、清潔工或是工程師，都有其不可推卸的責任，正是這些責任的承擔，讓我們的學校井然有序，讓家庭溫馨和睦，讓社會穩定發展。

推卸責任的危害

試想一下，如果校長和老師不負責任，敷衍管理，沒有認真備課，我們的學校會變成什麼樣子？如果父母不負責任，沒有好好照顧家庭，孩子們又將在怎樣的環境中成長？如果醫生不盡責救死扶傷，警察不盡責維持治安，廚師不注重食品衛生，工程師漠視建築物的安全，我們的社會又會陷入怎樣的混亂？這些後果都不堪設想。

校園篇

校長專訪

田家炳中學年宵小組攤位回顧

校園活動

獲獎消息

親職園地

Marco互動天地

家長來稿

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、廖麗明老師

委員：馮錦鴻老師

校址：新界粉嶺維翰路一號

電話：26731778

電郵：tkpss@web.tkpss.edu.hk

目錄

然而，在我們現今的社會中，「A 字膊」或「卸膊」——也就是推卸責任的現象，似乎並不少見，甚至有些人已經習以為常。這種風氣如果蔓延開來，對個人、家庭乃至整個社會都將造成難以估量的損害。

同學們，你們是否曾經捫心自問：我是一個有承擔、肯負責任的人嗎？在校園生活中，我們偶爾會看到一些情況：學生上學遲到，卻找藉口說「媽媽忘了叫我起床」、「鬧鐘壞了」、「路上塞車」；在小食部用餐後，沒有主動清理桌面，卻認為「清潔阿姨稍後會處理」；作業沒有按時繳交，就辯解說「科長沒有在黑板上寫清楚」、「同學沒有提醒我」。這些行為，都是將自己應負的責任推卸給他人。

責任感：人生的基石

同學們，請記住，責任感是我們每個人都應該具備的重要品格。我們要對自己做的事情或該做的事情負責，對身邊的人負責，更要對自己的人生負責。責任感的培養，要從小做起，從生活中的點點滴滴做起。從準時完成作業，到用心準備每一次考試；從主動幫助同學，到對父母的辛勞心存感恩；從主動清理自己的物品，到關注社會的需要……這些在日常生活看似平凡的小事，都是責任感的體現，也是我們成長的必經之路。

給家長的話：責任感從家庭中培養

最後，我也想與家長們分享一點心聲。培養孩子的責任感，不僅僅是學校的責任，更是家庭教育的重要內容。家長們可以從以下幾點入手：

- 以身作則：孩子是父母的鏡子，父母的一言一行，都在潛移默化地影響著孩子。
- 給予機會：讓孩子參與家務，學會承擔自己的事情，而不是事事由家長代勞。
- 鼓勵與指導：當孩子犯錯或面對挫折時，耐心引導，幫助他們學會承擔責任，而不是逃避責任。

同學們、家長們，責任感雖然看不見、摸不著，但它卻是我們人生中最重要品質之一。或許我們現在還有許多不足之處，或許我們偶爾也會犯錯，但重要的是，我們要勇於面對自己的缺失，下定決心挺起胸膛去作出改變。

在此，我衷心期盼每一位田中人，都能培養出強烈的責任感，無論是對自己、對家庭、對社會，乃至對國家，都能勇於承擔，貢獻自己的力量，成為一個真正「有膊頭」的人！



田家炳中學年宵小組 攤位回顧

撰稿：莫嘉熙同學



對於香港人來說，農曆新年必不可少的活動便是逛年宵市場。不知道大家在維園逛年宵時，是否遇到過田中的年宵小組呢？田中年宵小組由中四、中五選修經濟科和企業、會計及財務概論科的學生組成，至今已舉辦了兩年之年宵攤位，主題分別是龍年的「畫龍點睛」和今年蛇年的「靈蛇幸運」。

今年我有幸參加了「靈蛇幸運」年宵小組的籌備工作，與其他組員合作處理的任務包括挑選售賣商品、制定合適價格、拍攝宣傳圖和宣傳影片等。在琳琅滿目的商品面前，挑選出受到大眾喜愛、價格合適且具創意的商品對我們來說並不容易。經過多次開會討論和街訪後，我們選出了十三種商品，包括受歡迎的水豚玩偶和適合冬天保暖的原創圖案圍巾。此外，我們還邀請了不同的田中學生幫忙擔任工作人員，並為年宵小組的產品繪製新年賀圖，這些圖案印刷在商品上，製成獨一無二的原創產品。隨後，在年宵正式經營的幾天前，我們逐一清點貨品，並一分批送往維園。

到了真正出攤的幾天，面對的挑戰依然不少。我們需要應對變幻莫測的天氣，早上烈日當空，晚上卻涼風陣陣，甚至有一天還下大雨。為了在眾多商販中脫穎而出，我們使出渾身解數，大聲叫賣，熱情招呼客人、與他們討價還價。有時，我們還需要判斷商品的受眾群體，使出不同的推銷策略。例如，每當看到小朋友走過，我和另一位組員便會拖著氣球走到小朋友身旁，吸引他們的注意，大多情況下我們都能成功賣出氣球，這些經歷充滿了樂趣。

雖然事前籌備工作辛苦，但參與年宵的過程中，我收穫了更多的快樂。對我而言，年宵是一次親身體驗營運的機會，從挑選產品到真正售賣產品的過程中，大多情況下都是由我們自己決定和執行。這與在學校上課的經驗截然不同，我們能將書本上學到的知識運用到現實社會中，而不是僅僅紙上談兵。在年宵的幾天中，我深刻感受到田中的凝聚力，許多同學、畢業多年的師兄師姐、老師和校長都來支持我們，為我們帶來小食和飲料，幫助我們補充體力，令我感到十分溫暖和感動。此外，當值期間也發生了不少趣事，例如被電視台和 Youtuber 等媒體拍攝，為當值增添了不少樂趣。

最後，我要感謝所有並肩作戰的「靈蛇幸運」組員、負責老師、田中師生及工友對我們年宵小組的支持！也鼓勵對年宵小組感興趣的同學，來年一起參加年宵，體驗這份難忘的快樂！



校園活動

中一生活紀律訓練營 2024 年9 月25 至27 日



陸運會 2024 年11 月4 至5日



中一級級社成立典禮 2024年11月11日（星期一）



學生會會員大會 2024年11月11日（星期一）

田家炳中學



全校壁報設計比賽 2024 年 11 月 25 日 (星期一)



初中組冠軍：1C



高中組冠軍：4C

聖誕校際歌唱比賽 2024 年 12 月 20 日 (星期五)



校園篇

獲獎消息



上學期中期成績優異同學



游泳校隊於學界比賽中獲獎
(全場女子團體冠軍)



越野校隊於學界比賽中獲獎
(全場男子團體亞軍)



田徑校隊於學界比賽中獲獎
(全場男子團體季軍)



田徑校隊於學界比賽中獲獎
(全場女子團體殿軍)



跳繩隊於 JUMPY 校際交互繩錦標賽 2024
中學組中獲得校際總成績季軍



數碼宇宙守護者
IG REELS 創作比賽
(Most Inspiring Award)



RoboMaster 2024 青少年對抗賽
(香港站) 分組冠軍

我們都需學習情緒管理

情緒管理

情緒是甚麼？在我小時候，最簡單的答案就是「喜」、「怒」、「哀」、「樂」，這些情緒詞語能夠輕易表達自己的心理狀態。開心、不开心、生氣，都是經常用來表達情緒的一些詞語。隨着時代的轉變，情緒的表達已經不僅限於這四種基本情緒。除了這四種情緒以外，我們還可以用滿足、有信心、焦躁、不耐煩、抑鬱、孤立無援、心煩意亂、焦慮等詞彙來形容情緒。隨著我們的經歷增多，我們有時會覺得難以準確表達自己的心情。想一想，當我們遇上負面的事情，我們是否曾經有一種難以言喻的感覺，或者是一種很難形容的感受？

情緒的強烈變化

根據衛生署的定義，青少年是由兒童發展至成人的過渡階段。在這一時期，青少年會經歷生理、心理和社交方面的變化，並面對各種矛盾、挫折和衝突。青少年不可避免地會在這個成長過程中感到壓力與困擾，但他們也可以藉此機會深入了解自己，學習與他人相處、控制情緒和解決問題的技巧。無論是中一還是中六的學生，面對中學生活都不簡單。中一的同學需從小學升上中學，這需要一定的時間來適應新的生活，因為科目的種類、功課的數目和測考的要求都有所不同。中三和中四的學生需要面對不同科目的難度，這也是一個重要的分水嶺。中五和中六的學生則要面對公開試的壓力。在中學生涯中，學生面對各種挑戰，情緒有可能因此變得不穩定，行為也可能變得與以往不同，甚至出現各種的身體痛症、生病或不想上學等情況。

如何應對？

隨著子女的情緒變化，父母應該如何應對呢？首先，父母要照顧好自己的情緒。雖然子女有情緒需求，但作為家長，面對生活、工作等各種壓力時，也有情緒需要。如果父母能先照顧好自己的情緒，再協調處理子女的情況，必定會更加順利。其次，父母可以與子女心平氣和地交流，協助子女辨識自己的情緒狀態，讓子女明白父母能夠理解他們的感受。最後，父母與子女共同商議，攜手應對子女所面臨的轉變和困難。

共同努力，轉危為機

我們知道，處理子女的情緒變化並不容易，父母可以作為子女的榜樣，教導他們在面對困難和挑戰時，如何進行有良好的情緒管理。最重要的是，讓子女感受到父母能夠理解與支持。在情緒不穩定時，願意與自己同行和聆聽自己的需要。父母也可以多與老師和社工交流，了解子女的情況，透過家校合作，共同為孩子的成長而努力。

駐校社工馬 Sir



家長來稿

周珮珊女士 (5C 王竣民家長)

回想幾年前得知兒子獲派田家炳中學的一刻，我的心中充滿了無比的喜悅。當時，我滿心感恩與期待，因為田中在區內是一所校風優良的學校，是一所值得家長信任的學校。我相信，兒子能在這樣的環境中學習和成長，不僅能夠獲得良好的教育，更能培養出正確的價值觀，這讓我們對他的未來充滿信心。

我深感榮幸，去年能成為田中家長教師會的委員，這對我來說是一個非常珍貴的經驗。我非常感激能有這個機會與學校的老師及其他家長委員成員一同合作，衷心感謝他們對我的包容和支持，讓我在參與過程中學到了許多新知識，也更加深刻地體會到家長參與學校活動及家校合作的重要性。

在這段經歷中，令我印象最深刻的便是參與學校監考的工作，這真的是一個難得的機會。在監考的過程中，我觀察到田中的學生們如何以專注和努力的態度面對考試，這讓我深感欣慰，也更加堅定了我當年為兒子選擇田中這一決定。

展望未來，作為家長，我希望能夠繼續參與家長教師會的義工服務，為學校貢獻一份力量，從而體現出家校合作的精神。同時，我衷心祝願田中能在未來的日子，繼續培育更多優秀的人才，成為更多家庭心目中的理想學府！



家教會活動回顧

家長教育工作坊(一) 2024年10月22日(星期二)



舊校服送贈活動 2024年10月29日(星期二)



家教會美食班 2024年11月16日(星期六)



2024-25 家教會周年會員大會 2024年11月29日(星期五晚上)



委任第二十一屆執委成員



致送紀念品予連續三年服務之執委成員(李倩儀女士)



致送紀念品予連續七年服務之執委成員(陸耀東先生)

家教會親子活動日
2024年12月14日
(星期六)



家長教育工作坊(二)
2025年1月13日(星期一)



家長教師會消息

未來動向

- 家長教育工作坊（三）2025年3月24日（星期一）
- 中五統測家長監考 2025年3月24日（星期一）至3月28日（星期五）
- 敬師日 2025年5月9日（星期五）
- 送贈舊校服 2025年6月19日（星期四）
- 買賣舊書活動 2025年7月11日（星期六）
- 升中六統測家長監考 2025年8月下旬（待定）

財政報告(截至2025年2月19日)

1. 家長教師會銀行戶口結餘：\$149,129.39
（包括上屆家長教師會銀行戶口結餘：\$132,694.09）
本年度總收入：\$45,880.00
（包括家長教師會會費收入：\$ 19,000，親子旅行團費收入：\$ 26,500 及美食班收費收入：\$ 380）
本年度總支出：\$ 29,444.70
本年度結餘：\$ 16,435.30
2. 家庭與學校合作事宜委員會資助剩餘：\$50,686.12（截至2025年2月19日）

《橋》及《家長教師會通訊》徵稿

家教會刊物每年出版兩至三期，藉此加強家校的溝通和聯繫。
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 26731778，與廖麗明老師聯絡。