



NEWSLETTER 會訊

ST. MARY'S CANOSSIAN COLLEGE PARENT TEACHER ASSOCIATION

嘉諾撒聖瑪利書院家長教師會

<http://www.smccpta.org>

[email:pta@smcc-canossian.org](mailto:pta@smcc-canossian.org)

第四十四期 / 二〇一五年一月

44 ISSUE / JAN 2015

主席的話

回首過去一年，一場雨傘運動或多或少，再一次喚起了大家作為家長身肩的責任。社會被分作不同的「顏色」，而我們亦要與子女一起學習分析。甚麼民主社會、百花齊放、罷課及佔中等課題，誠然是上學期的熱門話題。我感恩並慶幸學校能以開明及恰宜的態度，一直與家教會保持溝通。校方亦在每次執委會議中，把學校的最新狀況如實分享，並清楚回應家長們的疑慮和擔憂。

學校就是社會的縮影，家長和同學們都從中曾長了知識和智慧。作為一所傳統教會女校，我看見高年級的同學們經過年月的洗禮，多是獨立、有自信及勤奮不懈的，而且都是饒有責任感的——當然尤其在預備話劇或擔任學會領導籌備各類型的項目之秋。而低年級的同學們就秉承傳統，都是有禮貌及滿有書卷氣息的。

大家可參考附上的2013/4年度學校外評報告(節錄)。容我再一次感謝家長們的努力不懈，在學習環境以及校園活動的範疇上，都配合需求及作出無限的支持，才能令到聖瑪利繼續擁有傑出的成績。我們深知成功非必然，在新的一年里及以後的歲月，祈願家校繼續維持緊密合作，在每一方面都能百尺竿頭，更進一步！

鍾姍姍
家教會主席暨家長校董

節錄自學校外評報告：

主要合作夥伴——家長和舊生很大的支持。家長認同學校的願景和使命，並高度讚賞學校人員對學生的愛護和關懷，以及在培育學生方面所付出的努力。家長與學校之間的溝通密切。家長認為學校對意見持開放態度並樂於接受。

教師會在促進家校合作上擔當一個主要的角色。憑藉強大的家長義工團隊，家教會積極因應學校的需要提供各種服務。舊生在秉持學校的願景、精神以及承傳上扮演著舉足輕重的角色。家長教師會和舊生會一直在努力開發更多的資源以幫助學校提供更優質的教育設施，有些家長同時亦是舊生，因此這些持份者之間一直維持非正式的協作關係。

隨著一條龍收生模式的實施，學校與家長和兩間直屬小學間的聯繫更為緊密。另外，為了促進課程支援以及經驗和資源的共享，學校與其他機構及嘉諾撒屬會學校也保持著良好的連繫。

家長教師會執行委員2014-2015

家長教師會執行委員2014-2015

主席	鍾姍姍女士
副主席	吳子超先生
副主席	黃澤琛女士
秘書	陳凱珊女士
司庫	黃卓舜女士
福利組召集人	陸海英女士
出版及傳訊組召集人	楊國強先生
文康組召集人	曾焱和先生
培育組召集人	黃偉國先生
學校服務組召集人	梁頌慈女士

校董會

家長校董	鍾姍姍女士
替代家長校董	黃佩瓊女士





For PTA Newsletter Feb 2015
Message from the Principal

In March and early April 2014, a team of five external school reviewers from the Education Bureau (EDB) visited us for five days and conducted an External School Review (ESR). What they did was to scrutinize documents and data provided by the school, observe lessons, activities and functions, shadow students, meet and interview different stakeholders, including the school managers.

ESR can be viewed as some kind of quality control on the part of the EDB to check that schools are properly doing their own School Self Evaluation for advancement and development. The reviewers, through their corporate judgment, would identify and report on the areas the school has done well in and areas needing further strengthening.

Here I would like to thank the teaching staff for their hard work and their relentless and collective efforts, not only during the ESR period but throughout the years, as observed by the reviewers, could not be dramatic acts put up for just a few days but exhibition of real professionalism and love for their students. In the process, we certainly could not have done better without the Vice and Assistant Principals and senior teachers who strategized with wit to impress the reviewers with our 'shining points'.

My deep appreciation to you parents, especially our Parent Managers and Executive Committee Members! With your great support and enthusiasm, you have touched the reviewer into saying that if she has a daughter, she would send her to St. Mary's. Such a comment, coming from a reviewer, the Principal of a renowned girls' school, really means a lot to us!

校長的話



Most of all, I would like to thank all St. Marians, your daughters, for they have always been exemplary students well-deserving of praise, and in the ESR period they have been extra alert and like guardian angels, to their teachers and to each other, manifesting their best! They are the real reasons for the acclamations we have received!

Well of course, there are areas which we can always work better on and we would surely follow the directions and grow from strength to strength. Overall, the report has been a highly positive one! We have translated it into Chinese and printed both versions in a booklet for your perusal. We would like to celebrate with you the sweet fruits of our toil!

We have another cause for celebration too! St. Mary's is turning 115! We are going to have a series of celebratory events in the year 2015 and we look forward to collaborating and rejoicing with you!

Happy 115th Anniversary and may God bless us all!

Ms. Catherine Wong
February 2015

中一家長晚會





最佳進步獎得獎學生



中一迎新日



最傑出表演及最佳操行獎得獎學生



最積極參與獎得獎學生

家長義工金獎得主



家長義工銅獎得主



家長義工銀獎得主



嘉賓講者麥潤壽先生接受本校頒予錦旗



最佳進步獎得獎學生



家長教師會周年大會

最佳進步獎得獎學生



最佳進步獎得獎學生



家長義工銅獎得主



第23屆會員大會於十月四日舉行，共有172名會員出席。會後舉行「家長義工工作會議」及邀請麥潤壽先生為我們主講「溝通的目的和模式」。



水運會



2014-2015年度

財務報告

(截至2014年12月31日止)

收入：

(一) 會費	\$55,450.00
(二) 活動收入	27,290.00
(三) 捐款收入	72,370.00
(四) 改善教與學費用收入	296,000.00

總收入： \$451,110.00

支出：

(一) 活動支出	\$10,457.30
(二) 會議支出	2,695.00
(三) 獎學金	3,000.00
(四) 電話費	302.00
(五) 講者費用	10,900.00
(六) 會訊印刷及文具	24.00
(七) 獎品及紀念品	1,130.60
(八) 維修費用	0.00
(九) 雜項支出	0.00
(十) 捐款支出	12,242.50
(十一) 上網費用	0.00
(十二) 改善教與學費用支出	23,037.50

總支出： \$63,788.30

結存：

累積儲備 (接上年)	\$176,580.79
加本期盈餘	114,359.20
改善教與學費用盈餘 (接上年)	162,129.87
加改善教與學費用本期盈餘	272,962.50
總盈餘轉下期	\$726,032.36



一如往年，為促進家校合作精神及親子關係，陸運會當天下午舉行「親子障礙賽」，今年有21隊家庭參加，是歷年最多的參賽隊伍。

陸 運 會





開心水果日

家教會於上半年舉辦了3次開心水果日，共有39名家長義工幫忙預備。



聖誕聯歡



全校師生及家長共同參與聯歡活動

家長義工到各班派發聖誕禮物





中二家長晚會



中小學家長晚會 (十二月九日)

在學同學分享學習心得



天神、SMCS及本校家教會合辦中小學家長晚會，安排畢業同學、中學同學及中學家長與小四/小五家長分享中學生活，當晚約300人出席。



畢業領袖生陳芷淇同學分享學習心得



同行

看見女兒首天踏進母校成為中一生的一刻，真是感受良多。

猶記得在剛過去的暑假，我已叮囑女兒要作好準備，迎接充滿挑戰的中學階段。

在中一的一年，要面對和適應的轉變多的是。對她來說，真的是一個很好的考驗！

增加的新學科不用說，各種多姿多采的課外活動也接踵而來。她要學會分配時間和辦事分輕重。若然跌倒，要把它視之為鍛鍊，從中學習。

作為母親，我也要調校自己對女兒的要求，明白她需要時間去適應這年的轉變。她有自已的主見，有時候儘管不認同，我也不能只簡單的對她說「不」，而是要採取開放的態度從旁指導，給她空間去摸索，讓她可以放膽在不斷嘗試中展翅成長。

其實在她過去短短數月的中一生涯，我最擔心的是她的作息問題，每晚總要催她增取時間休息。而最開心的，當然是我可以很放心女兒在這裡渡過她寶貴的中學時光。因為我知道她一定會得到良好的品格培養，學會謙遜仁愛和不怕困難的精神。

我願跟她同行，並希望與各位家長互勉。

司徒雲
中一丙班楊敏銳家長

囡囡今年升中一，面對新環境、新挑戰。作為家長當然十分擔心。擔心囡囡能否跟隨步伐面對新學習階段、和新同學能否融洽相處以及有否足夠信心去迎接新挑戰……

每天放學回家，有空時囡囡都會分享學校發生的趣事。從囡囡的說話中，我發現她在學習管理自己，亦已經慢慢建立自己的生活圈子。她真的長大了！相信囡囡已經懂得在新環境裡找到與人相處的技巧。我們之間的相處亦同時起了變化。她不再認為「媽媽永遠是對的」，我們多以朋友方式相處，分享各自對事情的看法。她也學會從多角度思考和發表自己的意見。這些都是成長重要的一課。

在開學後的數個月裡，我試著放手讓她摸索自己的學習模式，當然仍然有「甩漏」的地方。我憂心的就是學習方面，當收到第一個學習進程的報告後，成績當然未如理想，在家長而言一定不是味兒，與其用時間去訓導女兒，不如找出她的弱點加以扶助，於是我與班主任聯絡。

從班主任得知囡囡在課堂上的狀況，瞭解中學的學術要求跟小學的截然不同，加上每個小孩也有自己的強弱項，所以未能充分發揮。老師給了我很多有用的建議，而且多加協助。

我知道囡囡仍有很多進步的空間。畢竟人生總要在錯誤中認清自己的優劣，之後更正再不斷學習。家長亦需因應面前挑戰，與女兒並肩同行，加以扶持。我相信加上班主任和老師們的協助，在家校合作的努力下，將來囡囡定能跟隨步伐。我期待看見她展翅高飛的一天。

郭綺梅
中一己班李靜沂家長

時光飛逝，不知不覺間女兒踏入中學的大門已經數月了，生活和學習模式都轉變了。女兒的性格比以往更加開朗，說話的內容有條理。自理方面，她懂得獨自在自己的能力範圍內把事情盡力做到最好。

「中學」代表著長大、獨立，身為家長的我們亦需要學習放手，鼓勵她們面對新的事物，好讓她們能展翅飛翔。

在此，感謝師長對女兒的教導，好讓同學們在嘉諾撒這個大家庭茁壯成長，跟隨校訓，向著目標邁進。

陳黎寶君
中一乙班陳正熙家長

My daughter, Nicole Wong, is studying in F.I and to my surprise, she is picking up well in her secondary school life. Looking back, she did prepare herself for the new school year during the summer holiday, for example, she had attended the two-week bridging course held in late July organised by the school for which she had made some new friends there, studied the new textbooks to familiarise herself to different subjects and read some storybooks to sharpen her English.....etc.

In fact, both of us were very nervous nearer to the end of the summer holiday. Despite she was graduated from St. Mary's Canossian School, there are so many 'unknown' to us, for example, there are many new subjects that she never came across before, the policy and requirement of the school, how would be the new teachers, etc. we even had insomnia for a few nights before the end of summer holiday!

After starting for a few weeks of the new school term, all our worries had gone. My daughter adjusts herself to the new schedule smoothly and becomes more and more independent.

She gets along well with her new classmates and some of them even become her best friends. Sometimes, she will stay in the library after school and finish the homework with her classmates.

Most importantly, her teachers are very helpful and compassionate. She enjoys studying in St. Mary Canossian College very much.

I would like to extend my heartfelt thanks to the principal and all the teachers for their kindness and patience. While I believe 'having a good start is half way to success', we should better prepare ourselves with a view to meeting all the future challenges.

Priscilla Kan
Parent of Nicole Wong, Form 1E

莫非聖瑪利書院是一所魔法學校？

為什麼上了中一銜接班的課後，小女孩竟不再賴床，天未亮便整裝待發，準備上學，父母不用再在她的床邊嘮叨，她也變得獨立起來，嚷著要獨個兒乘巴士上學去，不需要家傭姨姨同行。

小女孩愛運用她豐富的想像力，如將聖瑪利書院和黃社比喻為霍格華茲魔法、巫術學院和葛來分多學院，為自己所屬的社而感到自豪。每天吃晚飯時，她都愛充當校園小記者，掛上滿足的笑容詳盡地報告每天的學校生活，鉅細無遺地說小賣部的魚蛋味道如何、啦啦隊的地獄式練習多辛苦……

我仔細打量眼前這個小女孩，她真的長大了，不再每事都徵詢我的意見，她在聖瑪利書院找到了自己的新天地。她對中學生活充滿憧憬，對所有人和事都感到新鮮和富挑戰性。作為父母，我們期望她能保持這種對生命的熱愛，在天主的引領和愛護之下，快樂地成長。

陳瑞良
中一乙班陳映琳家長

中一家長心聲

顏瑩瑩 中一丙

半年的中學生活喜憂參半。開學時的一張張新臉孔，一個個新同學，漸漸變得熟悉。平易近人的我輕易結交了許多朋友，十分愉快。然而，中學的小測似乎比我想像中多，溫習很是吃力。轉眼已一月了，希望我能早日適應中學生活吧！

程思齊 中一乙

升上中學後，雖然上學時間跟小學沒有什麼分別，但學習的模式卻大大不同，使我有點不習慣。例如考試之前，我有點吃力。因為雖然中一的考試是隔日進行的，溫習的時間比以前多，但同時考試範圍也大大增加，使我不太懂安排溫習的時間。

朱慧欣 中一乙

在中學度過的一個學期，我不但結識了新朋友，還學習了新知識。在學習上，我遇到最困難的地方就是要對課本作深層次的思考。希望我能從繁忙的學習中瞭解到學習有趣的一面，擁有快樂的中學生涯。

馮旖晴 中一乙

離開小學也挺久了，當初對新學校一臉迷茫的我，到現在已逐漸適應中學生活，感覺自己已成熟不少。我結識了許多新朋友，學到了更多的知識，但最令我興奮的是，學校的面積比我的小學大上好幾倍，設備也更齊全。升上中學，真是種幸福！

劉彥翎 中一丙

不知不覺，我已踏上中學的旅途。在過去四個月，我可謂「苦不堪言」。每天結束課外活動歸家後，總有堆積如山的功課等待著我，使我喘不過氣，還有各科小測呢！然而，所謂「寶劍鋒從磨礪出」，不吃苦頭，又怎能成「寶劍」，更上層樓呢？從中，我學會善用時間，不讓自己蹉跎歲月！

何穎瑤 中一丁

升上中一已經有一個學期了！最難忘的是參加了啦啦隊。人人都很努力的為自己的社叫口號，各社就像一個大家庭，多麼溫馨！看到自己的社能取得啦啦隊的冠軍，這就證明了我們的努力沒有白費。下學期還有很多挑戰，大家也要努力啊！

Jessie Ho IF

I have been studying at St. Mary's for six and a half years. When I first came into this college, I could feel the warmth teachers always gave to students. Although sometimes we do not do very well, teachers do not give up on teaching us. Although St. Mary's is a band one college, I don't really feel pressure to learn here because our friendly teachers teach us in many different and interesting ways. I am really thankful for this.

Kylie Tong IB

At first, I could not get used to my secondary life. There were too many tests, homework and dictations. I slept very late every day. I always forgot to bring or mix up my books. But after a month, I learnt how to manage my time well and a lots of other things. Everything became normal and easier. Now I enjoy my school life in SMCC.

陳思瑜 中一乙

升上中學已經三個月了。在這三個月，老師辛勤地教導我們，使我獲益良多。我也認識到很多新朋友，她們每天也跟我玩耍、聊天，令我在聖瑪利這大家庭的生活十分愉快。希望我能在學校裡繼續努力學習，加油！

林文萱 中一丁

升上中學後，我認識了很多新朋友，學了很多新知識！最開心的是參加了啦啦隊。身為社的一分子，我可以為社出一分力，而我社更取得啦啦隊冠軍，我為此感到光榮！此外，我還參加了中文辯論比賽，那是我第一次參加辯論比賽，而我班還勝出呢！好期待之後的中學生活。

餘慶瑜 中一乙

中學的功課和課外活動都比小學多，開始時我有點不習慣。但漸漸，我學會了管理時間，每天放學後把握時間做功課。其實只要時間管理得好，中學的生活是很有樂趣的。

霍希汶 中一丁

開學已經三個月了，中學校園生活多姿多采。最難忘的是可以參加啦啦隊訓練，使我認識到不少師姐和同學。在學習方面，中學科目比小學為多，功課量是沈重的，因此睡眠時間也減少了。但我有信心自己有能力克服困難，因為我十分享受校園生活。

陳穎淇 中一丙

升上中學一個學期了，最難忘的除了十月的學生會選舉外，便是以「烽煙細語」為主題的「放眼乾坤同樂日」。我參加了禮堂擺設的攤位遊戲。遊戲中，我經歷了不同的「災難」，得知世界上有很多天災人禍，獲益良多，感受深刻。

中一學生心聲

韶關丹霞山 的地質地貌及生態保育

林翹昕 中三丙

從小，父母總是鼓勵我「讀萬卷書不如行萬里路。」於是我參加了韶關丹霞山考察團，當中使我印象最深刻的是臥龍崗原始森林。

我們從山腳的林蔭小徑出發。我原打算一邊漫步，一邊欣賞景色，但卻被兩旁茂密的綠樹和翠竹包圍著。好不容易才走到一個較空曠的地方，放眼看去，只見眼前的翔龍湖在陽光的照射下閃閃生輝，剛才的山間小路若隱若現，頗有世外桃源的感覺。

乘船遊湖過後，就開始一段艱辛的登山之旅。在一番辛酸當中，我們也看到不同品種的蝴蝶，以及各種在丹霞地貌常見的植物，難怪這裡被稱作孕育生命的搖籃！再往上行，終於到了我們的目的地。在觀景台上，我遠眺四周的丹霞群石，只見上有藍天白雲，下有紅巖綠樹，中間屹立著幾座綠山，就像一個個綠屏風，為後方的群山遮風擋雨。還有一座較遠的石崖，就像一個蠟燭台似的，令人不禁讚歎大自然的鬼斧神工。

這次遊歷的確令我眼界大開，我不但能欣賞到奇妙的大自然景觀，更學到了一些有關丹霞地貌的知識。沒錯，「讀萬卷書不如行萬里路。」如果你有空，不妨出外走走，感受一下這個燦爛多姿的大千世界。





馮令宜 中二乙

我參加了肇慶的自然地貌與保育交流團。在四個景點中，最令我印象深刻的是鼎湖山。鼎湖山、丹霞山、西樵山和羅浮山是嶺南西大名山。而導遊告訴我們鼎湖山是四大名山之首。

吃過午飯後，大夥兒乘車上山，到了一個小碼頭。碼頭的上蓋是錐形的頂，兩邊向上翹。向右望去，是宛如玻璃般清澈的河水。湖後有連綿不斷的山。翠綠的山映照在水波上，把湖水染得有如綠寶石般美麗。

我們登上一隻拱形頂的小木船，船內兩旁有矮小、簡陋的椅子。當我們踏上船時，船身猛烈地搖晃。我們小心翼翼平均坐在兩旁，免得小船傾側。導遊站在船頭介紹湖內的物種。由於湖內的礦物少，魚類也難以生存。船夫在船後劃掌。一路上，微風迎面吹來，使人感覺特別清爽。

到過蝴蝶谷後，我們便開始登鼎湖山。這條山路一點都不好走，樓梯幾乎是垂直九十度的。每級階梯都不平均，有些只能容一隻腳位，有些卻很寬。每級的距離要跨一大步才到呢！幸好當天陽光不猛烈，沿途有樹蔭。途中，我們走過一些小橋。橋下有川流不息的小溪。有時，我們還要踏上溪澗中的石子才能往對岸去。走到山上，我們看到瀑布像輕紗掛在高處，非常壯觀。



下山的路就容易多了，因為那一路都是工整的石梯。我們最後到達了一個花園。在入口處，有兩個百越人的銅像守護著。導遊告訴我們百越人是正宗的南方人，身體特徵是腳趾上有兩片趾甲呢！後面是巨大的端溪龍皇硯。硯比我還要高。上面雕刻了百多條龍和石眼，手工細緻，價值連城。園內還展出商朝至戰國時代各種古鼎的複製品，我們可此看到古人的智慧。鼎湖山的風光秀麗，空氣清新，令人感到置身於世外桃源。



肇慶的自然地貌與保育



訪問 文憑試狀元 黃靖桐同學

恭賀聖瑪利書院在去年第三屆中學文憑試(DSE)取得非常突出的成績:包括有一位七科5** 狀元, 另外考獲 6.5 科 5** 也有一位, 考獲 5.5 科 5** 及 5科 5** 亦各有兩人。[註: 數學延伸科為 0.5科]

今天我們特意訪問了七科5** 狀元黃靖桐 (Sabrina) 同學及她的父母(黃永聰先生及吳綺眉女士), 希望各位師妹及家長們可以借鏡。

轉眼間靖桐在聖瑪利已渡過了12年的光景(連6年小學), 她選修物理、化學和生物; 中五時更是學生會主席。她現在就讀香港大學醫學院。她選修這科的目的是希望將來成為醫生幫助病人, 回饋社會。

身為狀元的父母, 究竟是如何培育女兒, 讓她有動力去努力讀書, 考取最佳的成績呢? 黃太太接受我們訪問時表示, 他們自小便培養靖桐良好的讀書習慣, 如經常帶她到書局及圖書館看書; 讓她學習游泳從而培養她的耐力及持久力; 又讓她學習音樂陶冶性情; 當有長假期時便會一家人出外旅行, 讓她增廣見聞, 放眼世界。

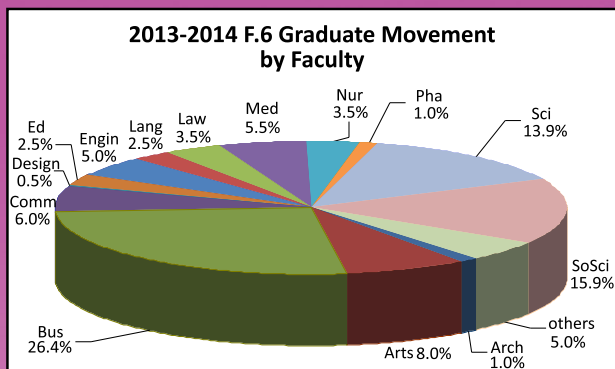
黃太太謙虛地說雖然女兒考試成績自小名列前茅, 但她不是資優生。黃太太認為聰明沒有絕對的標準, 常言道「三分天才七分努力」, 只要用了功盡了力便可。在文憑試期間, 他們只會以平常心看待, 不會給她壓力, 反而要多關心女兒及和她多作溝通, 最重要是在家裡提供一個舒適安靜的讀書環境, 讓她可專心溫習。

至於靖桐又有甚麼讀書心得和秘訣呢? 她認為讀書需要有清晰的頭腦, 因此運動能幫助保持身心舒暢, 達到更佳的效果。在文憑試前她會每天安排溫習不同的科目, 疲倦時便會稍事休息, 待思想清晰後再溫習。她又補充要經常保持心境健康, 訂立清晰的學習目標, 動力便會由此而來; 同時她也會多參與課外活動, 擴闊視野, 使頭腦更清晰。

整理: 楊國強、簡燕嫻



St. Mary's Canossian College 2013-14

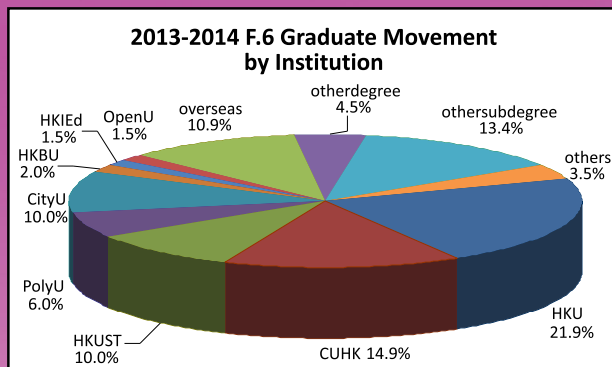


Faculties

- Architecture
- Arts and humanities
- Business and Management
- Communication and Journalism
- Design
- Education
- Engineering
- Language
- Law
- Medicine and Dental Surgery
- Nursing
- Pharmacy
- Science
- Social Science
- Others

Short Form

- Arch
- Arts
- Bus
- Comm
- Design
- Ed
- Engin
- Lang
- Law
- Med
- Nur
- Pha
- Sci
- SoSci
- others



Institutions

- The University of Hong Kong
- The Chinese University of Hong Kong
- The Hong Kong University of Science and Technology
- The Hong Kong Polytechnic University
- City University of Hong Kong
- Hong Kong Baptist University
- The Hong Kong Institute of Education
- Shue Yan University
- Overseas Institution
- Institutions providing self-finance degree programmes
- Institutions providing self-finance sub-degree programmes
- Others

Short Form

- HKU
- CUHK
- HKUST
- PolyU
- CityU
- HKBU
- HKIEd
- Shu Yan
- overseas
- otherdegree
- othersubdegree
- others

家教會出版及傳訊組成員

- | | | |
|--------|--------|--------|
| 楊國強 先生 | 梁浩斌 先生 | 簡燕嫻 女士 |
| 吳子超 先生 | 梁蔓茵 女士 | 陳瑞良 先生 |
| 文少峰 先生 | 李敏聰 先生 | 呂慧芝 老師 |
| 鄭麗瑤 女士 | 周兆康 先生 | 姚蘭貞 老師 |