



# 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)

第四十七期 / 二〇一六年七月

47 ISSUE / JUL 2016

## 親子旅行



# 家長日講座



# 聯校家長講座

聯校家長講座（本校家教會聯同天神嘉諾撒學校家長教師會邀得陳志達博士為我們主講「22世紀vs管教」，與各位家長一同探討怎樣的管教方式，才能在這互聯網和手機年代，協助子女遠離危機。）





培育組



福利組



學校服務組

# 家長義工日



PTA Exco



文康組





# 開心水果日



## 2015-2016 學校改善計劃基金

收入：(\$250 x 1,151) **\$287,750.00**

支出：**\$257,965.00**

- ▶ 九倉100兆光纖互聯網連接費  
(2015年9月至2016年6月 \$3,580x10) \$35,800.00
- ▶ 保養H3C10GLS-7506E交換器及其附屬器材  
(金裝計劃) 年費 (2016年3月15日至2017年3月4日)  
(PCCW為服務供應商) \$30,000.00
- ▶ 雲端電子學習平台域名註冊年費(smeenet.hk) \$250.00
- ▶ 中一至中三英語增潤課程導師費 \$14,400.00
- ▶ 雲端電子學習平台年費(eClass)  
(2015年12月15日至2016年12月14日) \$18,000.00
- ▶ 英文科網上學習平台『學校使用權』牌照費 \$49,950.00
- ▶ 圖書館電腦裝置 \$109,565.00

# 攝影比賽



家長組冠軍Ms Ruby Mui



家長組季軍梁美玲女士



家長組亞軍李凱傑先生

## 2015-2016年度

### 財務報告

(截至2016年5月31日止)

#### 收入：

(一) 會費	\$54,050.00
(二) 活動收入	39,220.00
(三) 捐款收入	111,830.00
(四) 利息收入	763.46
(五) 改善教與學費用收入	287,750.00

總收入：\$493,613.46

#### 支出：

(一) 活動支出	\$78,999.21
(二) 會議支出	6,256.20
(三) 獎學金	3,000.00
(四) 電話費	907.00
(五) 講者費用	0.00
(六) 會訊印刷及文具	10,222.70
(七) 獎品及紀念品	3,054.00
(八) 維修費用	0.00
(九) 銀行手續費支出	75.00
(十) 捐款支出	32,315.30
(十一) 書籍及雜誌	78.30
(十二) 退票暫記	0.00
(十三) 核數費用支出	4,000.00
(十四) 改善教與學費用支出	257,965.00

總支出：\$396,872.71

#### 結存：

累積儲備 (接上年)	\$201,884.85
加本期盈餘	66,955.75
改善教與學費用盈餘 (接上年)	222,618.37
加改善教與學費用本期盈餘	29,785.00
總盈餘轉下期	\$521,243.97



學生組冠軍朱巧琳



學生組亞軍李嘉澄



學生組季軍邱鎔林



# 廣州 交流團

成功

革命尚未



周紫茵 中五丁

這次廣州交流團的行程豐富，短短的兩天裡，聞名的黃埔軍校、廣州大元帥府，還有充滿歐式建築的沙面舊租界等都盡入眼簾。此行拓展了我的視野，亦加深了我對近代史和現代史的認識。

在課堂上，我們只是從刻板的文字裡學習中國歷史，但透過參觀不同景點和導遊的講解，歷史就像活現在我們面前。大元帥府各個房間保留著陸海軍大元帥大本營時期的佈置，孫中山先生的臥室裡還重現了當年「孫中山口述、宋慶齡紀錄」的小情境，令我感到身臨其境。除此之外，黃埔軍校的師生飯堂放著碗筷，重現當時的樣貌。我認為恢復歷史樣貌能讓參觀者清楚了解當時的情況，留下深刻的印象。

歷史也能透過活化展現在我們面前，就如沙面舊租界。沙面曾是英、法租界，建築都帶著濃厚的西方特色。我們不只享受舊租界的旖旎風光，亦能從建築物看到沙面以前作為租界的歷史痕跡。那些舊建築不止原址保留供人參觀，更被改成商店、咖啡店等。

這次交流活動令我體會透過親自考察、參觀，歷史其實也不是那麼刻板、沈悶。





顏懿婷 中五丁

廣州，又叫羊城，是一個我常在歷史書看到的名字。雖然香港跟廣州很近，但我還沒到過廣州，甚至品嚐當地有名的菜餚。然而，這一次的旅程讓我看到廣州的歷史文化。

旅程的第一站是黃埔軍校，它是國共合作的見證。軍校雖然簡陋，但卻培訓出很出色的軍人。從導遊的話得知，軍人中不僅有基層人民，甚至有出身名門的年輕人，反映當時所有中國人都有濃厚的愛國情懷。另外，以前從中史書認識的蔣介石給我的印象總是很剛強的，但是這次旅程卻讓我認識他的另一面。一間學校三千多個學生，但他把每一個學生的名字都牢牢記得。在勇悍的形象背後，他也是一位值得尊敬的師長。

旅程的第二天，我到訪了沙面。甫走進該景點，我以為自己踏進歐洲的公園裡。在沙面園區，到處都是歐陸式的建築物，旁邊種有茂密的大樹，堪稱風景如畫。廣州是中國最早開放的通商口岸，洋人來到廣州，使中國人接觸到西方思想，中西文化得以交流。

也許在許多人的眼中，廣州只是一個適合遊玩的地方。但於我看來，在廣州現代化的建設背後，它也承載了中國近代的歷史大事，是一個充滿故事的城市。



廣州  
交流團





# 北京 交流團



林穎彤 中一戊

這次北京考察交流團令我最難忘的是到北京教育學院附屬豐台實驗學校和當地的學生進行交流。

首先，我們參觀校園。這所學校比我們的學校更大，設備更完善呢！學校有很多不同類型的教室，例如書法教室、音樂室、語文教室等等。

然後，我們開始和當地的同學一起上書法課。老師用普通話教我們象形文字的意義和寫法，更讓我們嘗試怎樣用毛筆寫象形文字，我們分別寫了「日」和「月」兩個象形文字。

接著，我們和當地的同學一起上語文課。老師用普通話教導一些名人的名言，例如孔子說：「學而時習之，不亦說乎？有朋自遠方來，不亦樂乎？人不知而不愠，不亦君子乎？」令我意想不到的是老師竟然用毛筆點水來當粉筆在黑板上書寫，真是有趣又環保呢！

最後，最興奮的環節就是和北京的同學進行交流。我們先分享校園生活，再比較二者的分別，之後我們還互送禮物，我會好好保存這份有意義的紀念品呢！

這次到北京學校交流，令我瞭解當地學生的日常生活，例如早操、小測等，我也瞭解當地中學的教學模式。我在這次交流活動中認識了一些新朋友。如果下次我再參加考察交流團，我一定要更加主動，認識更多新朋友。



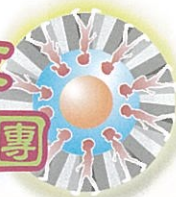


鍾巧妍 中一乙

在五日的行程中，我最印象深刻的就是參觀北京長安汽車廠。在此之前，我從沒想過北京有生產汽車的工廠，更沒有想過工廠是如此先進。一踏進汽車廠內，我就看見一條長長的生產線和機械臂，利用自動化的方法裝嵌大件的配件，工人亦很有秩序地彎下身子，裝配車廂內的小零件。他們穿著整齊的制服，一聲不響地辛勤工作，一瞬間，一輛輛汽車就在機械臂和工人的配合下，完整地出現在我眼前。我讚嘆機械化的高效率，更欣賞工人的專業態度。他們都很專注和細心，每個程序都一絲不苟，讓我感到有點慚愧，因為我做事常常粗心大意，遇到困難只會埋怨，我要多多學習他們認真的工作態度。

汽車廠廠房的面積很大，每一寸地方都井井有條，機器和零件排列整齊，分門別類，工人不慌不忙，動作快速。這讓我想起自己凌亂不堪的書房，常像打完仗似的。參觀完汽車廠房後，我下定決心要把書房整理好，把我的功課、書本和文具排列得井井有條，正所謂工欲善其事，必先利其器。這句話雖然我很久以前已聽過，卻一直沒有實踐。在這次參觀之後，我要認真地收拾我的書房了。

## 北京 交流團



北京教育學院附屬丰台實驗學校  
FENGTAI EXPERIMENTAL SCHOOL AFFILIATED TO BEIJING INSTITUTE OF EDUCATION





## Bill McIntyre 主持的「高效青年的七個習慣」 (Introduction to the 7 Habits of Highly Effective Teen)工作坊

自從女兒升上中學後，我參加了大大小小不下十多個家長講座。在不同的講座中，講者都給予家長不少專業意見及提示。作為家長，我每次都受到不少啟發，並努力思考不同專家或其他家長教導子女的方法，作為改善與女兒相處的參考。

2015年10月，我參加了家教會舉辦，由Bill McIntyre 帶領的「高效青年的七個習慣」(Introduction to the 7 Habits of Highly Effective Teen)工作坊。是次工作坊與過往的講座很不一樣，除了家長外，還歡迎同學參與。更特別的是Bill採用了不少互動遊戲，讓參加者明白「七個習慣」當中的理論。

首先，Bill簡單地利用一瓶水和一罐汽水，向我們發問什麼事情會使大家發怒。然後他猛烈地搖動手上的水瓶和汽水罐，以比喻發怒時情緒的波動情況。假若女兒是「水」或「汽水」，打開蓋子時的後果就很不一樣了。他還假裝要打開汽水罐來證明他的理論，讓大家虛驚一場！打開了引子，Bill陸續以不同的遊戲介紹「七大習慣」。

# The 7

## Habits of Highly Effective Teens





參與過講座和參考過一些書籍後，我想與大家作出以下的分享。所謂「七大習慣」，當中包括(1)主動積極：以掌握選擇的自由；(2)以終為始：鎖定生命的座標並全力以赴；(3)要事第一：辨別事情的輕重緩急，作為個人管理之鑰匙；(4)雙贏思維：事情並不是只有勝負兩面，人人都可以是贏家；(5)知彼解己：聆聽與表達同樣重要，達致有效的雙向溝通；(6)統合綜效：以合作達致統合綜效，激發潛能，面對挑戰及；(7)不斷更新：對自我嚴格要求，不斷成長<sup>1</sup>。

## The 7 Habits of Highly Effective Teens

這七大習慣鼓勵女兒探索自我，透過從改變日常習慣而培養內在修為，以達到「從依賴到獨立，又從獨立到互賴」，這不正是我們心靈成長的歷程嗎？從過往的講座中，我們認識到在女兒成長過程中情緒的變化、青春期的反叛、升中的挑戰、還有家長如何「放手」等問題。是次工作坊正好介紹了有效的方法，讓我們引導孩子如何面對她們未來的學習和成長。大家不妨參考參考。

**Rebecca Cheung**  
(中三甲學生呂心言家長)

<sup>1</sup>史蒂芬·柯維：《與成功有約》(台灣：天下文化，2010年)



# Drama

## 學校話劇



### 家教會出版及傳訊組成員

- |        |        |
|--------|--------|
| 楊美珊 女士 | 林惠芬 女士 |
| 蕭偉源 先生 | 鄭麗瑤 女士 |
| 陳瑞良 先生 | 文少峰 先生 |
| 梁蔓茵 女士 | 呂慧芝 老師 |
| 梁浩斌 先生 | 姚蘭貞 老師 |
| 周兆康 先生 |        |



## Parent Athlete



本校舊生及學生家長於2015年觀塘區分齡田徑比賽取得佳績：



女子組4乘400米接力冠軍及打破大會記錄  
Championship in the Kwun Tong inter-district athletic meet 2015 From left to right  
Annie Wu (mother of Siobhan Cho, 4E)  
Maggie Hung (mother of Natalia Hung, 4F)  
Mandy Leung (aunt of Cassie Lee, 4E)  
Jennifer Leung (mother of Cassie Lee, 4E)

女子組4乘400米接力亞軍  
1st runner in the Kowloon City inter-district athletic meet 2015  
From left to right  
Maggie Hung (mother of Natalia Hung, 4F)  
Mandy Leung (aunt of Cassie Lee, 4E)  
Jennifer Leung (mother of Cassie Lee, 4E)  
Annie Wu (mother of Siobhan Cho, 4E)