



# 聖公會基樂小學

## S.K.H. Kei Lok Primary School



### 家長教師會通訊

第十五期

**主席：原綺雯女士 (6A 曾文靖、2A 曾學賢家長)**



有幸為家長教師會服務了三年了，感謝主恩！本人承蒙大家的信任、支持和厚愛，成為本年度的主席，在此深表感謝！

時光飛逝！本學期快要結束，在任期間，參與學校的多項工作，真是獲益良多！

學校是小朋友成長的重要地方，本人多年來見證着基樂的校長、老師及職員對學生付出的愛

心，以及盡心盡責地教導他們，使學生能擁有一個愉快、舒適的學習環境，絕對功不可沒！更值得欣賞是基樂的學生都擁有良好的品格，大家互愛互助，為著自己的未來而不斷努力學習，這都是全賴學校和家長的努力教導。

最後，希望更多家長能夠明白家校合作對小朋友的重要性！謝謝！

**副主席：劉佩雯女士 (3A 吳希汶家長)**



透過家長教師會讓我結識了一班志同道合的家長，大家分工合作完成家長教師會的事務，這種成功感確實是人生中的無價寶。

在此衷心感謝校長及各位老師！你們的付出，令到孩子及家長對學校更多添一份歸

屬感，讓我們更喜愛這個校園！

為家長教師會服務已經有三個年頭了，非常感謝大家的支持，希望下學年也能繼續為大家服務！

**文書：楊曉玲女士 (1B 李恩彤家長)**



首先感謝學校和家長的信任能當選家教會委員。

在這一年中，讓我認識學校的教學宗旨和成立家教會的作用，希望通過家長的參與和配合，讓小朋友能快樂地學習和成長。同時，我也因參加學校的各種活動中而學習到很多

東西，感謝在家教會過去一年的成長！

祝各位身體健康！生活愉快！

**司庫：鍾靜女士 (6A 李澤浩家長)**



大家好！很感恩能成為家長教師會執委。六年來，由於本人工作緣故，感謝各老師的幫助與理解，才能在校得以兼顧家教會職務。能與老師及同學們互動學習與溝通，這快樂的時光使我非常的感恩和難忘。希望家教會能越辦越好，亦希望

家長們繼續踴躍參與，一如既往的支持家教會日常工作，謝謝大家！

**聯絡及宣傳：李敏儀女士 (2D 邱穎雯家長)**



參加了兩年的家教會，感受到家教會各委員互相幫助和關顧，關係融洽，委員之間多了一份友誼。家長執委也多了決策及策劃的主導。希望家教會的友誼可擴展至所有家長，使家長們能互相關顧的關係，並能與學校增加溝通和了解。

**康樂及教育：郭素珊女士 (2C 韓昕澄家長)**



很高興能夠加入本年度的家長教師會，並成為其中一位執委，令我與學校拉近了距離，期望下一學年再能繼續為大家服務。

**總務：黃麗女士 (2A 盧子聰家長)**



在過去一年，我參加了家教會並成為其中一員。家教會這平台是為家長、學生和學校而建立的。透過家長講座、服務和親子活動使學生能愉快地學習和成長。多謝學校能給我機會，讓我增加對學校的了解，使我能學習成為孩子的好榜樣。謝謝！

## 二零一六至二零一七年度 聖公會基樂小學家長教師會 全年活動簡介



### 第十八屆家長教師會執行委員會名單

主席：原綺雯女士  
副主席：劉佩雯女士、李慕琮副校長  
文書：楊曉玲女士、何忻明主任  
司庫：鍾靜女士、蔡佩芝主任  
康樂及教育：郭素珊女士、何艷明姑娘  
聯絡及宣傳：李敏儀女士、葉美娟主任  
總務：黃麗女士、王俊賢主任、  
劉愛萍主任

日期	活動名稱
07/10/2016	家長教師會會員大會
12/10/2016	「親子調解」講座
12/11/2016	聖公宗小學「生命、心靈及價值教育」計劃、「童心學感恩」家長講座
15/11/2016	「兒童社交技巧訓練」家長講座
18/11/2016	家長教師會執行委員會就職典禮
03/12/2016	「兒童專注力及壓力的關聯與改善」家長講座
10/01/2017- 21/02/2017	「兒童社交情緒訓練」家長工作坊
22/01/2017	親子大旅行
15/02/2017- 08/03/2017	「搭通親子心」家長工作坊
04/03/2017	「管教從欣賞開始」家長講座
11/03/2017	「言語訓練」家長講座
25/03/2017	親子賣旗
16/05/2017- 21/06/2017	「繪本故事生命教育」家長小組
20/05/2017	聖公宗小學「生命、心靈及價值教育」計劃頒獎禮暨家庭祝福禮
01/06/2017	「如何培養孩子良好價值觀」家長講座
07/2017	「親子廚房」工作坊
07/2017	出版家長教師會通訊

### 午膳供應商問卷調查報告及回應



董事經理 陳焯治  
美利飲食有限公司

以下為根據有訂購午膳之學生問卷作出統計，敬請參閱：

美利飲食有限公司(以下簡稱美利)在本次問卷調查共收回593份問卷。

收回問卷當中，全部問題回覆非常滿意、滿意或頗滿意持「正面意見」平均佔收回問卷約89%或以上。美利再次感謝大家積極的回應，讓美利的服務能夠精益求精。

	非常滿意	滿意	頗滿意	不滿意	非常不滿意
飯的份量	46.04%	36.09%	12.64%	2.70%	2.53%
菜的份量	47.22%	31.37%	12.48%	5.73%	3.20%
麵的份量	49.58%	30.02%	14.67%	3.54%	2.19%
粉麵的份量	44.35%	28.33%	16.52%	6.75%	4.05%
飯、菜、肉比例 (3:2:1)	51.10%	29.17%	13.32%	3.37%	3.04%
味道及汁料的濃淡	46.71%	31.70%	13.66%	4.05%	3.88%
整體飯麵的熱度	51.26%	28.50%	14.67%	2.70%	2.87%
衛生	53.12%	29.51%	12.14%	3.88%	1.35%
免費添加飯、餸菜服務(494人) (有使用添加飯餸服務者適用)	49.24%	20.57%	5.40%	1.52%	2.19%
員工服務態度	64.25%	26.31%	7.92%	1.01%	0.51%
整體滿意度	45.70%	38.62%	12.14%	2.36%	1.18%

是次收回問卷中，部份同學希望可以新增：雞翼、漢堡包、熱狗、薯條、薯餅、雪糕、甜品、果汁、燒賣、魚蛋、腸仔及壽司等餐款，由於現時的餐款需按照衛生署《學生午膳營養指引》(最新修訂版)設計，以上食品在製作餐盒時會列為紅色及黃色食品，而按照衛生署的要求，紅色食物被列為強烈不鼓勵供應的食物，所有午膳款式不應提供此類食品，而黃色食品不可在一星期出多於兩次。因此，美利將盡力在不抵觸指引下，盡量滿足同學的要求。

(午膳食品分類網址：[http://school.eatsmart.gov.hk/files/pdf/lunch\\_Classification\\_tc.pdf](http://school.eatsmart.gov.hk/files/pdf/lunch_Classification_tc.pdf))

最後，問卷中部份學生反映他們很喜愛蒸肉餅、蒸蛋、雞腿、魚柳、甜咖哩燴牛肉、香蒜汁豬扒、燒汁雞扒、白汁雞皇及小食餐款。我們非常高興學生對美利之讚賞，期望日後增加更具吸引之餐款予學生選擇。

美利再次感謝校方及各同學積極的回應，讓美利的服務能夠精益求精。如有任何問題或查詢，歡迎隨時致電美利飲食有限公司聯絡了解。

# 親子大旅行



本年度親子大旅行於2017年1月22日(星期日)舉行。當天，大家首先到大埔海濱公園遊覽，同時參觀國際昆蟲館，並於錦田鄉村俱樂部燒烤。當天有三百名家長和學生參加。透過親子旅行，除可加強學校與家長間的聯繫外，還可促進家長與子女間的感情。



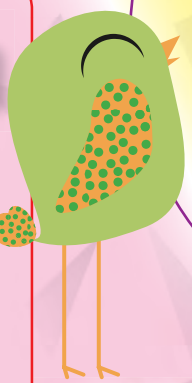
## 「繪本故事生命教育」家長小組

2017年5月至6月期間，本校與香港聖公會福利協會合辦「繪本故事生命教育」家長小組。透過連續性小組活動，指導家長如何透過繪本故事書，指導孩子閱讀繪本故事的技巧，從而幫助孩子認識個人的獨特性、建立積極價值觀、培養孩子美好人格特質及尊重生命的情操。



## 兒情計劃親子活動日

為支援受焦慮情緒困擾的學童及其家庭，本校於2017年2月25日(星期六)與醫院管理局合作舉行「兒情計劃親子活動日」，讓學生及家長認識焦慮情緒及支援方法，從而盡早脫離情緒困擾，預防問題惡化，重投正常的學習、社交及家庭生活，踏上健康成長路。



## 「親子調解」家長講座

- 日期：2016年10月12日(星期三)  
協辦機構：恩賢教育中心  
內容：1. 如何透過調解連結關係  
2. 有效建立以愛為核心的解決衝突技巧



## 「兒童社交技巧訓練」家長講座

- 日期：2016年11月15日(星期二)  
協辦機構：協康會  
內容：1. 讓家長學習培訓孩子合宜的社交技巧  
2. 孩子出現社交障礙時的處理方法



## 「兒童專注力及壓力的關聯與改善」家長講座

- 日期：2016年12月3日(星期六)  
協辦機構：香港心理輔導網絡  
內容：1. 孩子的【情緒】發生了甚麼事  
2. 為何孩子總是【分心】  
3. 共同進退的【情緒】與【專注力】



## 「兒童社交情緒訓練」家長工作坊

- 日期：2017年1月10日, 1月24日, 2月14日及2月21日(星期二)  
協辦機構：協康會  
內容：1. 讓家長學習培訓孩子合宜的社交技巧  
2. 孩子出現社交障礙及情緒問題時的處理方法

## 「搭通親子心」家長工作坊

- 日期：2017年2月15日, 2月22日, 3月1日及3月8日(星期三)  
協辦機構：基督教香港信義會  
內容：1. 讓家長了解個人性格及管教技巧的反思  
2. 從兒童成長心理學了解家庭所扮演的重要角色  
3. 如何以「同理心」、「尊重」了解及接納孩子  
4. 學習以「重新演繹」的輔導技巧正面回應孩子



# 講座內容簡介

## 「管教從欣賞開始」家長講座

- 日期：2017年3月4日(星期六)  
協辦機構：香港基督教女青年會家庭健康促進中心  
內容：1. 重新認識讚賞的重要  
2. 建立對孩子欣賞的態度  
3. 教授平日生活中讚賞的技巧  
4. 如何透過多欣賞孩子以改善親子關係



## 「言語訓練」家長講座

- 日期：2017年3月11日(星期六)  
協辦機構：一言言語治療中心  
內容：1. 幫助家長訓練和提升子女的語言能力  
2. 如何透過遊戲增強詞彙

## 「繪本故事生命教育」家長小組

- 日期：2017年5月16日(星期二), 5月24日(星期三), 5月31日(星期三)及6月14日(星期三)  
協辦機構：香港聖公會福利協會  
內容：讓家長學習指導孩子閱讀繪本故事的技巧, 從而幫助孩子認識個人的獨特性、建立積極價值觀、培養孩子美好人格特質及尊重生命的情操。

## 「如何培養孩子良好價值觀」家長講座

- 日期：2017年6月1日(星期四)  
協辦機構：樂苗坊  
內容：社會競爭越趨嚴重, 父母較容易著重於培育子女成才, 而忽略了其他個性素質, 包括同理心及積極樂觀感。只要父母細心一點, 多留意孩子這些表現, 並加以讚揚, 往往可灌輸正確的價值觀給孩子, 他們會逐漸覺得這些素質是重要的。講者於講座中與家長作更詳細的分享。





# 鳴謝 各位家長義工

(排名不分先後)

本校非常感謝各家長義工，過往一年到校協助推行不同的活動，加強家校合作，讓學生能在融洽及快樂的環境中成長。

## 嘉年華會家長義工

1B 李恩彤家長	2C 韓昕澄家長	6A 李澤浩家長
2A 盧子聰家長	2D 邱穎雯家長	
2A 曾學賢家長	3A 吳希汶家長	

## 講座及親子賣旗家長義工

1B 李恩彤家長
2A 曾學賢家長
3A 吳希汶家長

## 「故事姨姨」家長義工

1A 馬心穎家長	4A 張喬揮家長	4D 林逸欣家長
2C 韓昕澄家長	4B 黃卓謙家長	
3A 胡凱竣家長	4D 洪海恆家長	

## 運動會家長義工

1A 洪傳竣家長	2B 顏芯琪家長	3D 徐羨渝家長
1B 何子聰家長	2C 陳美華家長	4A 莫湘宜家長
1B 李恩彤家長	2C 韓昕澄家長	4C 吳楚傑家長
1C 張靄琪家長	2C 潘心茹家長	4C 劉嘉杰家長
1C 李思瀚家長	2D 蘇秀娜家長	4D 梁乘上家長
1C 謝睿敏家長	3A 吳希汶家長	4D 郭俊圻家長
1D 李曉光家長	3A 陳澤權家長	6A 李澤浩家長
1D 楊力嘉家長	3A 陳進杰家長	6A 王子靖家長
1D 洪瑋成家長	3D 譚綽瑤家長	6C 黎立弘家長
2A 曾學賢家長	3D 張軒妍家長	6D 夏欣琳家長
2B 曾柏森家長	3D 潘淑欣家長	余子筠家長(畢業生)

## 九東遊戲比賽家長義工

2C 韓昕澄家長	3A 吳希汶家長	5A 林樂童家長	余子筠家長(畢業生)
----------	----------	----------	------------

# 「家·FUN」 一個鼓勵親子遊戲和活動的計劃

聖公會小學輔導服務處「家·FUN」計劃學生輔導主任 張綺茵姑娘

參與學生輔導工作多年，觀察到現時小學生的壓力不輕，除了每天最少7小時的學校生活外，還需做功課、補習、社交和參加興趣活動等，可能比上班一族更忙。在強調競爭的社會氣氛下，許多家長為使孩子「贏在起跑線」，小小年紀已追求琴棋書畫，文武雙全。但在不斷追趕的同時，大家可有空間想一想，究竟孩子真正需要的是甚麼？

著名遊戲治療大師Garry Landreth指出，「鳥飛、魚游、兒童遊戲」，意思指像候鳥會飛，魚兒能游一樣，遊戲是兒童的本能，是他們表達自己情緒、想法和行動最自然的方法。另一位著名兒童心理學家Dr. Alvin Rosenfeld亦指出，兒童之自由遊戲時間不足會令他們容易患上抑鬱和焦慮，並影響其創意及解難能力。兩位學者皆主張遊戲有助兒童正面的身心發展，亦重申遊戲對兒童成長的重要性。

有見及此，我作為社工和兩名孩子的媽媽，也極鼓勵孩子進行遊戲，學習與人相處、表達自己、發揮創意。記得有一次，兩名孩子齊心搬運積木進入

房間，並用物品砌了圍欄，我好奇及渴望參與時，竟被拒絕，指「這是小朋友廚房，大人不可進入，除非得到我和弟弟的同意」。當刻我明白了，原來這是他們不滿平日被禁止進入廚房的「報復」行動，希望在這空間享有「特權」。我當然要配合劇情，我越嚷著進入「兒童廚房」，他們就越設定條件，如跑步、扮鬼臉等。我需過五關斬六將，才獲「批准」進入。事後與孩子傾談，他們極渴望進入廚房幫忙做飯，對大人之拒絕感不快。兒童透過想像及扮演的遊戲中，發揮創意，且抒發他們心中的負面感受，並享有現實生活中缺乏的「特權」，主導遊戲情節。因此，遊戲不單為兒童帶來快樂，更是兒童成長和發展的重要工具。


因此，我們推行「家·FUN」計劃，希望透過邀請區內家庭參與活動，享受親子遊戲的樂趣，提升家庭的歡樂氣氛，讓兒童能真正享受愉快的童年，擁有健康的身心靈。

「家·FUN」計劃中，主要內容分為兩個部分：

1. 「自由玩」活動：在各區公園進行一系列的親子遊戲，盡情享受玩的樂趣。
2. 特定邀請活動：與不同學校合作，提供不同主題之親子工作坊，增添家庭之溝通互動。

有興趣參與活動之家長，可在網上自行報名，網址：<https://www.facebook.com/morefamilyfun>或登入FACEBOOK搜尋



按「讚」，更可定期瀏覽親子資訊及本計劃的最新動態。

日期	時間	內容	地點	名額	收費
7/7/2017	下午2:00-4:00	親子廚房	聖公會基德小學	約20個家庭	\$20-\$30 (按家庭計)
26/8/2017	下午2:30-3:30	親子遊戲	海心公園	約20個家庭	全免
23/9/2017	上午10:00-11:00	親子繪本分享	聖公會聖提摩太小學	約20個家庭	\$20-\$30 (按家庭計)
22/10/2017	下午2:30-3:30	親子遊戲	赤柱廣場 (待定)	約20個家庭	全免



## 編輯小組：

顧問：黃文泰校監、藍志偉校長

委員：李慕琮副校長、何忻明主任、何艷明姑娘、蔡佩芝主任、葉美娟主任、王俊賢主任、劉愛萍主任