可信新手、管理情緒三步曲、得獎成績匯報、

課程主題、活動花絮、學生作品、遊戲場

可信 第七期 園地

編者的話

“個性突顯、潛能盡展”是本年度學習主題，我們把各個學習領域都連結在這個主題下，務求令學生的學習更具焦點。本年度我們的重點是發展學生的學習潛能，配合香港教育的重點，既培育學生的共通能力，亦注重學生在德育及公民教育的發展，當學校每一位持分者看過我們的計劃後，必定對學校的發展方向更爲清楚。

從開學至今，所舉行的活動一浪緊接一浪，相信各位同學必然記憶猶新，看著學校花絮，看見每一位同學積極的參予，更覺我們的同學正在不斷進步及成長。

數月來，最令人高興的事，莫過於新翼落成，看著兩座簇新建築物矗立於兩旁，令學校可用的空間大爲增加，學生得益殊深，我們將在這兩期的校報中詳加介紹。另外，近月來，我們所參予的比賽中捷報頻傳，無論在校際朗誦比賽，或體育競技項目，均表演突出，看後必令人深受鼓舞。

至於其他內容方面：遊戲場及學生作品等，都是每期必備，現在就讓我們與家人一同細心分享這期校報所帶給我們的喜悅吧！

嗇色園主辦可信學校

地址　：葵涌梨木樹邨第三座校舍
電話　：24248861/24248871
電郵地址：hsps@hoshun.edu.hk
學校網頁：www.hoshun.edu.hk
出版日期：24-1-2005

本報版權屬嗇色園主辦可信學校所有

可信新手

陳柳茵（老師）



大家好！我係陳老師！時間過得真係快，我在可信已經有一段日子啦！好多謝各位一直幫我呢個「新人」！呢度可以見到好多天真活潑的小朋友，每一日返屋企都好掛住你們。希望在將來的日子，大家都可以在可信愉快咁成長。

林麗霞（老師）



各位好，我是林老師，不經不覺我在可信學校已經有三個多月了。這裡給我的印象很好，不論同學、老師、書記和工友都是和藹可親的，我很喜歡這個可愛、親切的教學環境。

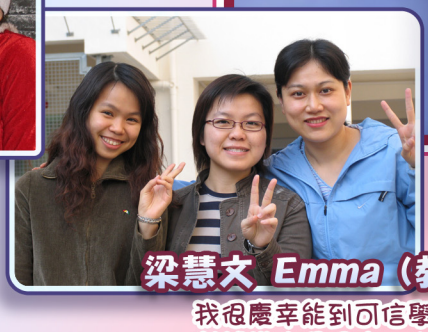
歐陽佩菁（老師）



各位好!我係新來可信學校任教既歐陽佩菁老師。我在校長、各位同事及同學的關懷和幫助下，「依家」我已經適應了可信學校的生活，而且越來越喜歡可信這個大家庭，謝謝!



梁慧文 Emma（教學助理）



我很慶幸能到可信學校工作。在打工作紙及考試卷的過程中，令我學到不少閒時沒有留意的知識。看著同學們天真無邪地玩耍和發問，也勾起我不少童年回憶。

廖麗艷 Christy（行政助理）



在可信學校工作帶給我一種久違了的感覺，就像回到校園生活似的。和學生相處，並沒有隔膜，反而被他們的童真感染，心境也變得年輕了。

潘婉珊 Coral（教學助理）





好高興今年有幸來到可信學校工作，並擔任二年級的補習導師。學生給我的感覺是熱情、活潑和醒目。另外，可信的師生都很團結，希望各同學能夠繼續保持，並把這種團隊精神推廣開去。

2004年7月至12月份校外課外活動得獎成績滙報

項目名稱	得獎學生姓名	班別	訓練老師	成績
優質教育基金及中國香港手球總會合辦 新界南區小學手球比賽	手球組	P.3－P.6	盧永培	冠軍
少傑體育會及中國香港手球總會合辦 少傑盾青少年小型手球聯會錦標賽	手球組	P.3－P.6	盧永培	季軍
優質教育基金及中國香港手球總會合辦 全港手球挑戰賽（男子小學組）	手球組	P.3－P.6	盧永培	冠軍
香港校際中、英文朗誦比賽 詩文集誦－粵語－小學 三、四年級－男女合誦		P.3－P.4	梁慧群 陳美然	亞軍
詩詞獨誦－粵語－小學 四年級－男子組	杜志遜	4B	陳美然	季軍
詩詞獨誦－普通話－小學 一、 二年級－女子組	簡浣怡	2D	吳素敏	亞軍
聖芳濟盃小學乒乓球邀請賽2004	黃頌熹 趙創鋒 郭智鋒 蘇兆賢 丘聖達	5A 5A 5A 4A 4D	鄧煥群 及 外聘教練	季軍
香港迪士尼樂園 巴斯光年終極挑戰賽2004			盧永培 陳梓杲 歐陽佩菁 吳仕泉 鄧煥群	冠軍
第八屆（2004-2005年度）荃灣區小學 校際田徑錦標賽				
男甲推鉛球 女甲推鉛球 男子公開組推鉛球 男丙跳遠 女甲公開組200米 女甲公開組100米 男甲壘球	鄭劍英 曾嘉寶 葉天送 黃嘉誠 彭美美 曾嘉寶 鄭劍英	5B 6B 6A 3B 6B 6B 5A	盧永培 陳梓杲 歐陽佩菁 吳仕泉 鄧煥群	冠軍 冠軍 亞軍 亞軍 季軍 殿軍 季軍

管理情緒三步曲

情緒是一種非常主觀的經驗，是個人對他人和事物所產生的一種既短暫又強烈的生理和心理反應。

情緒可簡單分爲正面和負面兩種情緒，正面情緒包括開心、舒暢、活力的感覺；負面情緒泛指害怕、失望、憤怒等一切不愉快的感覺。情緒容易受環境影響，是雙向互動的。

第一步 認識情緒

辨別情緒反應
- 父母可利用各種情緒面貌的圖片以及辨認神情和身體語言的遊戲，幫助年幼的孩子瞭解人是有這麼多種的感覺和情緒。

體驗和討論感受
- 父母可透過故事圖書、假想遊戲、角色扮演等活動，引導孩子學習如何理解別人的看法和反應，並嘗試體驗別人的感受，從而加深認識各種情緒反應。

反映情緒
- 直接與孩子討論當時的感受，可幫助他們更清楚瞭解自己的想法和感覺。

第二步 接受情緒

父母應讓孩子明白，情緒是自然產生的感覺，沒有對錯之分，它幫助我們瞭解自己的需要。同樣，瞭解和接受自己的情緒有助我們作出適當的反應。

聆聽與明白
- 其實，父母若想多瞭解孩子及協助孩子接受自己的情緒，最好運用上述的方法，用心聆聽，把孩子的情緒反映出來。

分享經驗
- 父母也可以和孩子分享自己的感受或類似的經驗，讓他看到成人是如何接受自己的情緒。

無心的否定
- 父母開解和鼓勵孩子時，避免過分熱心以免無意中否定了孩子的情緒。

第三步 處理情緒

什麼是情緒處理
- 有效的情緒處理，指在適當的時候以可接受的方式表達情感，並達到自我疏導和舒緩的效果。

父母的示範和教導
- 孩子在學習的過程中，父母需引領他們認識這個社會普遍接納的情緒表現規則(Display Rules) 。

建立解決問題的技巧
- 在大家心平氣和的狀態下，父母便可跟孩子商討解決的辦法，並分析各種方法的可行性。

開解自己
- 當事情已發生或無法改變別人的看法時，孩子需要學習接受和開解自己。

節錄家長教育簡章10 —掌管情緒

本年度課程主題：

個性突顯，潛能盡展

『個性突顯・潛能盡展』這個主題是爲了配合學校的辦學宗旨而構思，重點是希望透過不同的學習主題，擴闊學生的學習經歷，從而誘發學生的學習潛能。在這個主題下各科組均設計了不同的學習活動，眞可說是林林總總，各適其式！

訓輔組

1. 彩虹計劃
2. 清潔比賽
3. 「禮貌之星」選舉
4. 家長工作坊
5. 「大哥哥、大姐姐」計劃
6. 「聲之谷」關懷文化活動
7. 不同類型學生講座
8. 全民清潔日
9. 「植樹日」

課程

1・二、四年級課程統整
2・中文科校本課程設計
3・英文科外籍英語教師計劃
4・數學科優化課堂學習計劃

English

1. Halloween
2. Story — ending rewrite
3. Singing Contest
4. What is it? (English week)
5. English Camp
6. Inter — Class drama

數學

1. 數學週
2. 心算數學比賽
3. 智力大比拼

中文

1. 語文遊戲
2. 中國文化週
   —「詳情畫意」

資訊科技小組

1. 3I — 京港學習計劃
2. V—CHINA 學習計劃

常識

1. 專題研習
2. 熱門新聞回顧
3. 科技活動

電腦

1. 資訊科技挑戰獎勵計劃
2. 學校網頁問答比賽
3. 打字比賽
4. 繪畫比賽
5. 網頁設計

音樂

1. 唱遊比賽
2. 音樂會
3. 鋼琴及敲擊樂團

體育

1. 陸運會
2. 女子排球比賽
3. 男女子手球比賽
4. 男子足球比賽
5. 乒乓球比賽
6. 體適能計劃
7. 「30人31足」比賽

德育及公民教育組

1.「小公民闖三關」
2.關注校園環境衛生隊
   - 關注公民教育雙月主題
   -「社區問題我有SAY」
3.校園郵務系統
4.關注校園及社區活動：
   -「心意大放送」
   -「關心暖流行動」
5.關心社區及弱勢社群
   - 文具捐贈
   - 飢饉零食籌款活動

普通話

1. 普通話綜合活動日
2. 中國文化週活動
3. 戲劇觀賞

視藝

1.「智」愛上上籤設計比賽
2.「智」愛四格漫畫比賽
3.「智」愛好書封面設計比賽
4. 扇面設計
5. 視覺藝術參觀

圖書

1. 童愛計劃
2. 親子閱讀計劃
3. 伴讀計劃

學校花絮

小三同學在11月到
愉景新城進行常識科專題研習實地考察。

英文科在10月下旬舉行一連串萬聖節活動，
包括課室佈置比賽、塡色比賽及遊戲等。

常識問答組在11月參觀太空館。

經過個多月密集式訓練，可信戰士終於在香港迪士尼樂園舉辦的
「巴斯光年終極挑戰」（三十人三十一足）中勇奪冠軍。

音樂科於9月份邀請「藝韻管弦樂協會」到
校舉辦敲擊弦樂音樂會。

本校同學於9月25日
參觀元朗濕地公園。

訓育及輔導組於11月份
爲各級同學舉行多個不同講座。

數學科於10月及11月舉行數學周，讓一、二年級
的同學透過遊戲學習數學。

本校同學及家長於11月20日前往香港仔警察訓練學校，
參加「警民攜手爲公益嘉年華會」。

小四及小五同學於習11月份曾到香港藝術中心參加一個名爲「普普廣場」的導賞活動。

全校師生於9月28目響應
「公益金便服日」的籌款活動。

小女童軍於11月探訪老人中心。

本校舞蹈組於11月參與「荃灣中小學舞蹈匯演」。

邱南瑩主任、洪貴香老師、歐玉貞老師、
王惠妮老師、黎耀初老師和譚秀蓮老師於
去年分別榮休及離任。

12月3日同學到荃灣大會堂參加音樂科活動
「走進4B的音樂世界」。介紹4位著名的古
典音樂家。

校園郵務系統於11月19日正式投入服務，藉此鼓勵同
學以書信向師生表達關心和愛護。

學生作品





Myself

Law Lai Fan 6A

My name is Law Lai Fan. I am a girl. I am eleven years old. There are five people in my family. They are my mother, my father, my brother, Eric, my sister, Sophia and me.

I go to Ho Shun Primary School. I am in Primary 6A. My favourite subjects are Visual Art and music. I like riding bicycles and playing volleyball.

I would like to be a policewoman when I grow up because I like to help people and to make Hong Kong a safer place to live in.



我是小蚯蚓

吳詠軒 4A

我的身體很柔軟，如果你嘗試在我身上找二根骨頭，你一定找不到。我沒有四肢，身體細長成管狀，而且全身分節，像一根繩狀的可樂軟糖。我的皮膚是泥紅色的，紅得像「紅豆沙」一樣。

我會從背孔分泌黏液以保持皮膚濕潤，並以皮膚呼吸。

當我在土壤中掘洞的時候，會翻鬆泥土，讓空氣透進土中，幫助植物生長，所以被稱爲「農民的朋友」。你猜猜我是誰？

課內活動——萬聖節

星期四，學校舉辦萬聖節活動。那天，學校禮堂的台上掛著骷髏骨和巫婆。開始玩吃麵包比賽了，每班老師都選了一位同學，被選中的同學很高興，立刻跑了上台。

參賽者由高至矮排列，他們抬起頭，眼睛盯著麵包。等了一會兒，音樂響起來了，同學們急不及待地跳起來對麵包咬，有的一口都咬不到，還把麵包撞得擺來擺去。有的等到麵包擺到眼前才跳起來咬，還有的大口地咬著麵包。

台下的同學不停地喊著「加油」，有的用手圍著嘴巴喊，有的一邊拍手，嘴巴一邊喊，還有的站著一動也不動地盯著參賽者。

雖然我沒有參加比賽，但是大家看著、喊著，真是開心極了。



Myself

Chan Wing Yee 6A

My name is Brenda. There are four people in my family. They are my mother, my father, my brother and me. My brother's name is Chi Fai.

I am in Primary 6. P.E. and Maths are my favourite subjects. I like playing football, badminton and computer games. I also like watching TV and riding a bicycle.

I would like to be a cook when I grow up because I like cooking very much. I will be very happy if people enjoy the food I cook for them.

週記一則

林凱慈 3A

星期六，媽媽和我一起去荃灣廣場遊玩。

我們來到荃灣廣場，開始逛百貨公司和買日用品，後來媽媽帶我去兒童陽光樂園玩耍。

那裏的設施很多，有滑梯，有鞦韆，有搖搖板，還有拼圖。來玩耍的人愈來愈多，有些人在快樂地玩搖搖板，有些人在愉快地玩跳飛機，有些人在細心地拼圖，還有些人暢快地騎木馬，而我在鞦韆上盪來盪去，我感到非常好玩和開心。

當我玩得投入的時候，媽媽要我回家去了。

雖然那天玩的時間很短暫，但我仍然很高興。

探望外婆

趙優敏 4A

每次當我看見外婆給我的郵票，我便會想起我親愛的外婆。還記得今年暑假，媽媽帶我到泰國探望外婆。到達泰國機場後，我們便到曼谷巴士站乘坐巴士到郊區的鄉村小屋探望婆婆。

快到達小屋的時候，我在車上已眺望到外婆的身影。那時候，我心裡十分興奮。當我到了小屋裡，外婆便到廚房炮製幾碟家鄉小吃給我們品嚐，包括炸三絲卷、花餅、炸蕉餅和泰式春卷。我們吃飽後，外婆在錢包裡取出一張郵票，並對我說：「這張小小的郵票，代表了我對你的心意。」聽到外婆的一番話，我便知道她很掛念我。

我忽然想起：有一次外婆生病了，她竟然還打電話向我問好，可想而知，她多疼愛我呢！要是我能在泰國跟外婆一起生活，她一定很高興吧？

假如我可以再到泰國，我真想留下陪伴她渡過剩下的半生。



Myself

Li Ka Lun 6A

My name is Li Ka Lun. I am a boy of twelve. I am in Primary 6. There are four people in my family. They are my mother, my father, my sister Ice, and me.

When I grow up, I want to be a pilot, because I think the pilots' uniforms are very smart. Besides, I like traveling to other countries like Japan, England and the U.S.A. And I can also learn a lot of things and make lots of friends in other countries.



遊戲場

高級組「演奏對對碰」

低級組「一次過走完的城市」

參加辦法

即日至1月28日，同學如欲參加「一次過走完的城市」或「演奏對對碰」，只要填妥附頁的參加表格，放回收集箱，即有機會得獎。

編輯成員名單

何觀球 朱遠球 陳美然 吳素敏 任瑩瑩
郭雅志 陳柳茵 林麗霞 林麗君 鄧兆基