



道慈佛社楊日霖紀念學校

第27屆家長教職員聯會 2020-2021年度家長通訊



地址：新界元朗天水圍天柏路6號 電話：26178738 電郵：mail@yyl.edu.hk 網址：www.yyl.edu.hk

請掃瞄QR Code閱讀
電子版及其他刊物

家職會主席的話

大家好！我是中六B班曾家穎媽媽，得到各位家長支持同鼓勵，我非常榮幸能成為第二十七屆家長教職員聯會主席。本會獲得家庭與學校合作事宜委員會的資助，推行家校合作及聯校活動，藉此增進親子關係、發揮家長潛能、加強家校溝通及合作，並希望我們的子女可以融入社會。

家長在疫情下照顧小朋友，面對不少壓力。因此家職會在可行的情況下透過網上舉辦了一些活動，如：敬師日、送暖行動、家長興趣班，希望能讓家長鬆一鬆。我在此感謝家職會副主席、各委員及家長義工的努力付出，待疫情緩和，我們會再舉辦多些活動，讓家長一起參與。我亦感謝全體教職員的幫助，透過ZOOM進行網上學習並提供很多資訊，支援家長及學生的需要，讓我們的子女在愉快的校園環境下茁壯成長。家職會會繼續努力、凝聚、團結一致為大家服務！

吳美芳 女士
(中六B班曾家穎媽媽)

家職會幹事就職禮暨敬師活動

新一屆的家職會幹事已於2020年10月16日正式就任。活動以網上形式進行，學生在課室參與，家長則在家中收看。當日的敬師活動中，家職會代表向全校教職員致送由家長幹事及家長義工所預備的心意禮物，以答謝他們辛勞的付出。



家職會新成員介紹

小四B班潘君彤媽媽

我是畢業生潘嘉怡和今年就讀小四B班潘君彤的媽媽。我在本年度擔任家職會康樂幹事一職。我很樂意為學校做能力所及的事情，多謝大家支持！

學生心聲

中六B班余紹謙

今年，我很高興能代表學校參加由獅子會舉辦的「十大傑出關愛學生選舉」。當我知道自己進入十六強，我的心情既高興又緊張。現在我正投入準備面試，希望能在面試中將自己的長處充分表現出來。無論得獎與否，這都是一個寶貴的經驗。我會珍惜這次機會，希望大家為我打氣。

中六B班黃煒晉

我快要畢業了！我在初小轉校到楊日霖紀念學校，感謝師長協助我適應學校的課程。我在高小擔任班長及風紀為同學服務，我在初中參加了機械人課後活動，學習基本機械人的程式編程。另外，我很榮幸被老師邀請擔任視藝大使在視藝展覽向來賓介紹同學的視藝作品。我在高中參加了兩次工作體驗，在戲院和餐廳工作實習。我衷心感謝曾教導我的老師，為我提供很多服務及學習的機會。

校長家書

我們一起從疫情中成長

各位家長和同學：

我很高興學生們終於可以返回校園上課。最近，我學習和反思了不少事情，在此與大家分享：

面對逆境的挑戰，我們常常失去**信心**，失去**耐性**，情緒不安，因為逆境使我們面對轉變、壓力和未知之數，使我們方寸大亂。然而，逆境也可以使我們走出安舒區，使我們成長，經一事，長一智。只要我們有信心和明白等待的重要性，我們定能衝破困境。

面對安全感的危機，我們情緒不安，盡量以「**擁有**」填補。擁有更多的口罩，擁有更多的紙巾和消毒用品等。別人有的，我們竭力擁有。面對欠缺，我們盡量爭取和積存，然而愈多便是愈「安全」嗎？我們更需要關注物資不足的家庭和前線人員，如果我們已擁有足夠的物資，或有方法採購的話，也許我們應該思考一下：我們可以怎樣幫助有需要的人？我們只取足夠，不多取，甚至分給有需要的人，這就是愛人如己的行為。

面對忙碌的考驗，也許我們不知不覺地**忽略**了家人、朋友……「**忙**」這個字，可以拆解成「心」和「亡」。忙碌使我們麻木，累到心死；「忙」的部首「心」放在底部，可以變成「忘」，忘記了家人，忘記了重要的人和事；「忙」字的部首和部件改為「艸」和「水」，便會變成「茫」，忙到「眼花」，迷茫，甚或資訊氾濫，茫茫大海，令人失去方向。希望我們人「忙」心不「亡」，不要「忘」記為你付出的家人、師長和一直關懷及愛護你的人啊！

希望我們能學習到「**淨心守志，無憂無慮**」，**堅毅**地與校長一起從疫情中成長。「修心當以淨心為要，修道當以無我為基。過去事，過去心，不可記得；現在事，現在心，隨緣即可；未來事，未來心，不必勞心。」

祝大家，喜樂平安，如意吉祥。

鄭裔威 校長



本年度公益金便服日活動，校長向學生代表頒發感謝狀。

◀ 此畫由陳銘欣社工繪畫

與佛有緣

多謝學校刊物及宣傳組邀請我與大家分享一點人生啟迪，從而勉勵家長及同學積極為自己定下一些目標。我選擇了以下的佛學故事與大家分享。

一天，弟子們和禪師一起在田裡插秧，可是弟子插的秧總是歪歪扭扭，而禪師卻插得整整齊齊，就像是用尺子量過一樣。

弟子們感到很疑惑，就問禪師：「師父，你是怎麼把禾苗插得那麼直的？」

禪師笑著說：「其實很簡單。你們在插秧的時候，眼睛要盯著一個東西，這樣就能插直了。」

於是，弟子們捲起褲管，高高興興地插完了一排秧苗，可是這次插的秧苗，竟成了一道彎曲的弧線。

這是怎麼回事呢？弟子很是不解。於是，禪師問弟子道：「你們是否盯住了一樣東西？」

「是呀，我盯住了那邊吃草的水牛，那可是一個大目標啊！」弟子們答道。

禪師笑著說：「水牛邊吃草邊走，而你在插

找到自己的
人生軌跡



陳斌 校董

秧苗時也跟著水牛移動，這怎麼能插直呢？」

弟子們恍然大悟。這次，他們選定了遠處的一棵大樹。插完一看，插的秧果然都很直。

做事要選定目標，但如何選擇目標，選擇怎樣的目標也是關鍵。要想把事做成，就要選擇正確和合理的目標。只有這樣，才能更有效率地把事情完成，實現既定的計劃。



總結

當我們擬定目標時，如：定時運動或自學時間等，都需要選定正確及合理的目標，才能有效地實現。假若目標太宏遠或不清晰，過程中不但未能令自己有滿足感，更會讓自己洩氣。最後，希望家長及同學都能每天為自己定下一個正確及合理的目標，特別在疫情下，懂得自我管理是十分重要的。希望本人的分享能為各位提供正面的訊息，從而建立正向的人生軌跡。

新職員介紹

大家好！疫情期間雖然減少了與大家見面的機會，但很開心可以認識到一班可愛的同學！與大家分享一個小秘密：我最近最喜愛看的動畫是「工作細胞」，歡迎大家來跟我交流。

校護 許惠芯

我是教務助理千姐姐，我是應屆幼兒教育畢業生，熱衷教育工作，希望未來能成為老師。我喜歡與小朋友相處，教導小朋友學習和看見他們成長是一件很快樂的事。

我叫賴迪雅，是非華語教務助理。我來自巴基斯坦，我喜歡去尖沙咀清真寺祈禱。我能說烏都語、英文、中文和旁遮普語。

教務助理
賴迪雅

教務助理
梁美千

新老師介紹



邱浩階老師

我喜歡探索城市裏的大街小巷，也愛探求書本裏的知識和道理。「書山有路勤為徑」，抗疫期間，難以走南闖北，不如就在書本裏走一走，走出自己的天地！

黃潮生老師

我曾在主流中學及另一間特殊學校任教，今年轉到楊日霖紀念學校任教，這裡學生給我的印象是喜愛學習及勇於嘗試。我很喜歡做運動，如：打羽毛球、踩單車及行山。



林蔚瑩老師

我平時很喜歡行山，每次行山都會想起一句詩「山重水複疑無路，柳暗花明又一村」，縱然疫情帶給我們充滿挑戰的一年，但只要跨過這座山頭，前面總會出現轉機，共勉之！

李美盈老師

楊日霖大家庭給我的感覺是十分純樸和溫馨，學生守規有禮，師生關係非常融洽。我主要任教的科目是音樂和數學，雖然疫情使我們面授課堂的時間減少，但是我能感受到學生熱愛學習。



黃奕雯老師

我是任教音樂、科學及中文科的黃奕雯老師。我喜歡用小提琴演奏悅耳的樂曲，大家不妨和我分享你喜歡的歌曲，說不定能為大家演奏一曲呢！

Miss Rena Chow

Hello! My name is Miss Rena Chow and I am the Native-speaking English teacher. I've been teaching in primary schools in Hong Kong since 2005. I'm from Vancouver, Canada and enjoy hiking, yoga, reading good books and painting. I have taught reading and writing and ran activities which include Phonics, puppetry and trained students in solo verse speaking. I'm so excited to work with the students here and look forward to seeing you in the English activities soon!



新互友介紹



叶梅清(梅姐)



余菊霞(霞姐)



麥遂甜(甜姐)



董月葵(葵姐)



鄺屏芳(屏姐)

新生家長心聲

永泰今年入讀小一班，我看見永泰喜歡上學、寫字和學習，溝通表達亦有進步，他比以往更積極做家務，我很高興，在此多謝老師用心教導和幫助。

小一B班陳永泰爸爸



相信各位家長一定會為孩子升讀小一，面對新的學習環境及在學習上遇到困難而擔心，我亦不例外。我女兒性格十分內向，她幸運地得到老師悉心教導及因材施教，班主任經常與家長溝通，我不用擔心女兒學習進度，學校在言語及社交方面的提供很多支援，女兒入學至今好像變成另外一個人，她變得主動、多說話及懂得表達自己感受。我在此感謝鄭校長的帶領，願家長共同努力，必定有好回報！

小一A班盧善珩媽媽



小一A班鄧逸星爸媽

星星一直對踏單車很有興趣，但只懂踏有「輔助輪」的單車，星星在學校參加了踏單車訓練，他在短短五天的課程學懂踏兩輪單車，而且表現得開心雀躍，瀟灑自在，這是星星在今年收到最好的禮物。我們一家人也為他這「小成就」感到十分興奮，爸爸馬上為他買了新單車，他們每天黃昏也會到河旁踏單車，這是很好的親子活動！我們十分感恩，在此鼓勵大家只要保持正面和積極的態度，單車就會一步一步向前行。



小一B班趙金蕾媽媽

金蕾自從升讀小一後，愈漸乖巧，動靜佳宜，尤其在說話及繪畫方面有所進步，衷心希望她在學習的道路上，能守其初心，始終不變。

畢業生家長心聲

中六B班曾家穎媽媽

時光過得真快，家穎於今年畢業了！快要離開這個溫暖的大家庭，真的感到不捨。家穎於學習經歷過不同的困難，感謝不同階段的班主任、老師、言語治療師及社工悉心教導。多謝老師啟發了家穎的潛能及培養他的興趣，使他獲益良多。現在家穎長大了要去另一新階段，他已懂得選擇自己想讀的科目，我很欣慰他能表現自信！多謝教職員為我們子女無私的付出，令他們更有自信地踏足社會。

中六B班羅玉清媽媽

不知不覺小女在今年就要畢業了。這些年小女在學習各方面都面對著不同的困難，學校就像一個溫暖的大家庭，讓她愉快學習和成長。我很感謝教職員悉心教導和關懷，鼓勵小女在學習及活動上作出不同的嘗試。孩子大了就會走向人生另一個階段，希望她能繼續開心地學習，快樂地進步。

正向心理學：成長型思維

日常生活中，我們經常要面對挑戰。為甚麼有些人面對困難仍會努力不懈，有些人則輕言放棄？美國史丹佛大學的心理學教授德威克指出，一個人的思維模式會直接影響其動力、努力及表現。而人類的思維模式分為兩種 - 固定型思維及成長型思維。

擁有固定型思維的人，認為性格和能力都是與生俱來和不可改變。當遇到困難時，他們會出現「我就是天生愚蠢」的想法。因此，他們會過早為自己下定論。相反，擁有成長型思維的人，則相信一個人的性格和能力是可以發展及改善，成功建基於努力和方法。因此，他們會用樂觀積極的態度面對各種挑戰，堅毅不屈，視失敗為學習經驗，願意尋求別人幫助，所以更易獲得成功和進步。

許多人都兼有固定型及成長型思維，在不同領域會有不同的思維模式去引導你在該領域的表現。而家長亦可影響孩子的思維模式，透過以下錦囊可引導孩子培養成長型思維，對抗固定型思維。

錦囊一 給予培養成長型思維的回饋

家長的批評和稱讚方式會影響孩子對成功和失敗的看法。如果我們只著眼於孩子的個人因素，例如：「你很乖」、「你真笨」，便會培養出固定型思維。當他們面對失敗時會認為自己天資不足，再努力也不能進步。結果，面對困難時會選擇逃避，變得容易放棄。

當孩子做得好時，嘗試具體地稱讚他們的努力、進步和使用的方法，例如：「我很欣賞你努力練習寫字」、「你可以自己拿湯匙吃飯，並保持桌面乾淨，進步了很多」。讓他們明白成功取決於自己的努力，並學習欣賞自己的進步。

錦囊二 以學習為目標

以學習為目標指以掌握一項技巧為目標，重視學習過程和進步，而不是以表現自己為目標。每位孩子學習的方法和節奏不一，家長可以一起思考適合孩子學習的方法，避免與其他孩子比較，讓他們學會享受學習過程。

最後，我們要留意成長型思維並不代表每個人在任何方面都能十分成功，並否認先天因素。成長型思維是相信每個人都可以透過學習和努力改善自己的技巧和能力。

參考資料：

Dweck, C. S. (2008). *Mindset: The new psychology of success*. Random House Digital, Inc..

陳映河姑娘
教育心理學家



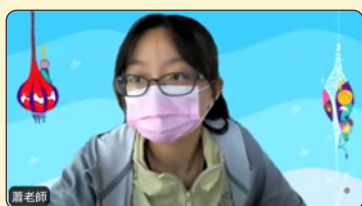
教育心理學家介紹

我是教育心理學家陳映河姑娘，我的駐校日為星期二及星期四，我很喜歡能與非常可愛並充滿笑容的同學們聊天。祝願學生們能一個愉快的環境下成長。

家職會及家長活動花絮

ZOOM家長電腦班

家職會透過學校的GRWTH手機應用程式向家長宣傳活動，在資訊科技組李主任、岑老師及蕭老師的協助下舉辦了兩次「ZOOM家長電腦班」，向家長分享使用ZOOM的技巧及瀏覽SELTAS的資訊內容，讓家長在協助子女參與網上課堂時得心應手。



Q版富貴桔手工興趣班

以往一直於農曆新年前舉辦的水仙花球切割興趣班改為Q版富貴桔手工興趣班。活動前，為參與的家長提供材料包。活動當日，由家職會主席擔任導師，以實時課堂的形式向參與者示範製作的過程，參與者在網上一同分享製成品。



新春福袋表愛心

家職會為向全校的家長表達關心及支持，特安排「新春福袋表愛心」活動，在家長幹事和義工的努力及陳主任的協助下，為所有學生家庭預備禮物包，並隨學生功課包一併送到家長手上。活動不僅傳遞了家職會對各家長的心意，更體現家校同心的精神。



「畫出心晴」和諧粉彩親子義工訓練 -

繪出繽紛色彩，暖意存於心間



社工組舉辦了「畫出心晴」和諧粉彩親子義工訓練，學生在家長陪同下一起學習，發揮潛能。最後，學生在和諧粉彩作品寫上關心的字句成為打氣卡，送給老人中心的長者，將暖意傳送給社區。

親子義工實踐服務「元」途有義，疫境同行之送贈長者愛心包行動

疫境同行，從不孤單； 一點心意，一點祝福

學生及家長義工於本年一月二十九日，前往天慈邨青松侯寶垣長者鄰舍中心向長者代表送贈愛心包。他們在抗疫期間為社區注入正能量，發揮關懷社區的精神。愛心包內有學生製作的和諧粉彩心意卡、抗疫心聲、賀年飾物、毛巾及棉襪，由中心職員分發給中心長者。

