

免費贈閱



香港教育雜誌

www.goodschool.hk

Issue 050 雙周刊



針對學習階段 制定最適切學習方案

到校直擊

幼稚園

- 香港基督教服務處李鄭屋幼兒學校
- 香港基督教服務處觀塘幼兒學校
- 香港基督教服務處大坑東幼兒學校

中學

- 聖公會聖匠中學

教育資訊

- 英語學習要多思考 多整合
- 牛津英漢詞典 解構英語詞彙

教育專欄

- 從跑步 談目標
佛教沈香林紀念中學 呂恒森校長
- 以修為教 以仁為育
助學生建立正確人生觀
香港道教聯合會青松中學 蔡子良校長
- 音樂與多元感官發展（七）：
音樂與前庭覺
英國註冊音樂治療師 楊文婷姑娘

學習筆記





掌握子女學習情況 制定有效溫習策略

第50期《香港教育雜誌》封面故事將探討抄寫筆記對學生的學習成效，並提供四大有效學習方法，家長不妨針對子女的不同學習階段，制定適切的學習方案，從而提升學習效能，事半功倍。

在到校直擊欄目，記者走訪三所香港基督教服務處轄屬幼兒學校，以及聖公會聖匠中學，親身了解其辦學理念和課程特色。三所幼兒學校實行蒙特梭利教育法，讓學童在不同工作中實踐知識和技能。聖公會聖匠中學抱持基督教的核心價值，培育學生成為知識與技能兼備的未來一代。

校長專欄由佛教沈香林紀念中學呂恒森校長及香港道教聯合會青松中學蔡子良校長撰文分享教育心得，楊文婷姑娘亦會繼續探討音樂與多元感官發展的議題。

Skarloey Hui
skarloey@edumedia.hk

Issue 050

目 錄

C o n t e n t s



06

香港基督教服務處李鄭屋幼兒學校蘇媛媛校長以活動學習誘發幼兒的探索精神，培養自發自主的學習態度。在穩固的課程基礎下，蘇校長帶領教學團隊再下一城，於 2017 年創建蒙特梭利教室，在富有關愛、親切而溫暖的校園裏，為幼兒帶來不一樣的成長經歷。

出版：教育傳媒集團有限公司

地址：香港九龍長沙灣永康街
63 號 26 樓 1 室
(Global Gateway Tower)

網址：www.edumedia.hk
www.goodschool.hk

發行：青揚發展有限公司

主編：陳翠賢

編務統籌：許若天、范梓樺

記者：陳思穎

美術統籌：廖智森

設計：許文淇

技術統籌：黃榮柏

總經理：周日發

免費贈閱 © 版權所有 翻印必究

業務聯絡：任小姐

電話號碼：(852) 3612 9743 / 6655 3843 

圖文傳真：(852) 3020 5738

電郵：cs@edumedia.hk

02 | 主題故事

- 抄寫筆記≠學習良方
針對學習階段 制定最適切學習方案

| 到校直擊

幼稚園

- 06 · 香港基督教服務處李鄭屋幼兒學校 (深水埗區)
- 08 · 香港基督教服務處觀塘幼兒學校 (觀塘區)
- 10 · 香港基督教服務處大坑東幼兒學校 (深水埗區)
- 12 · 聖公會聖匠中學 (九龍城區)

16 | 教育資訊

- 英語學習要多思考 多整合
- 牛津英漢詞典 解構英語詞彙

18 | 教育專欄

校長

- 從跑步 談目標
佛教沈香林紀念中學 呂恒森校長
- 以修為教 以仁為育 助學生建立正確人生觀
香港道教聯合會青松中學 蔡子良校長

音樂治療師

- 音樂與多元感官發展 (七)：
音樂與前庭覺
英國註冊音樂治療師 楊文婷姑娘



goodschool.hk

抄寫筆記 ≠ 學習良方



針對學習階段

制定最適切學習方案



CREATIVE

學習筆記

為了培養學生的自學習慣，學校都會制定及教授不同筆記策略，如繪製腦圖或流程圖、提供摘錄框架等，藉此提升學生摘錄筆記的意識及技巧。在課堂上不難發現老師在講台前聲情並茂地講課，講台下的學生全都低着頭奮筆疾書地抄寫重點。然而，這又是否最佳的學習方法？

其實孩子在學習階梯上，需要按照自身的學習進程建立合適的溫習策略及習慣，家長可以將學習階梯劃分成：初小、高小及初中，好好把握這三個學習階梯，與學校合力塑造孩子的學習模式，潛移默化地培養終身受用的良好學習習慣。



集中複習範圍 建構長期記憶

對初小學生，尤其是小一新生而言，面對完全陌生的學習環境，光是要上課坐好、專心聽講已經是一大挑戰，因此培養孩子專注的習慣便成了家長的第一要務。但是，這個年齡層的孩子的注意力一旦超過了時間極限，便會開始游離，因此家長需要將溫習內容適當剪裁，採取間隔重複的溫習策略，如每次只集中複習五至十個英語單詞、將做錯的題目再做一遍等，並每隔一段時間就重複讓孩子溫習，避免一下子溫習太大的範圍，降低遺忘曲線的效果，讓知識轉化成長期記憶。

人的大腦喜歡新奇的東西，尤其是從來沒有見過、沒有學習過的，大腦腦幹中的藍斑核會活化起來，大量分泌跟注意力和記憶有關的正腎上腺素，因此學習上一定要保持孩子的新奇感，才可以抓住他的注意力，使訊息進入短期記憶中。因此家長應該避免反覆背誦的單調學習方式，嘗試讓孩子繪畫出相關字詞的圖像、故事串連等方法來幫助孩子記憶。而且家長每複習一段時間後就應該讓孩子休息數分鐘，給大腦一個緩衝的時間，避免「無效學習」，才能獲得實實在在的進步。

另外，家長亦可以利用聽覺加強子女的記憶，也讓他們讀出聲音，例如完成中文造句後讀出來、把數學題目讀出來再寫算式等。

從小養成摘錄筆記習慣 培養自我察覺能力

當孩子踏入高小階段時，家長便應該配合學校，助孩子建立預習、複習、做筆記等習慣，推動自主學習的精神。孩子能夠為每個學科準備一本筆記本，利用圖表、列點等方式整理學科重點。如在閱讀文本的時候，孩子能夠在筆記本上以概括句寫出段落內容、記錄關鍵字詞等，方便溫習，同時鍛鍊統整能力。

與此同時，家長可以邀請子女共同擬定預習及複習計劃，仔細定出步驟，例如在課文教授前先把課文讀一至兩篇、認識生詞的意思及用法等。此外，在學習上，不斷的將知識「灌」進腦袋裏並非最有效的記憶方法，「學會使用」才能夠加深孩子對知識的記憶。以語文學科為例，家長可以讓子女嘗試活用新學會的字詞造句，運用聯想力把字詞聯繫，從而加深記憶。當詞庫有一定數量時，家長更可以讓子女嘗試把不同的詞彙或片語串連起來，創作成一個故事，增加溫習的趣味性。

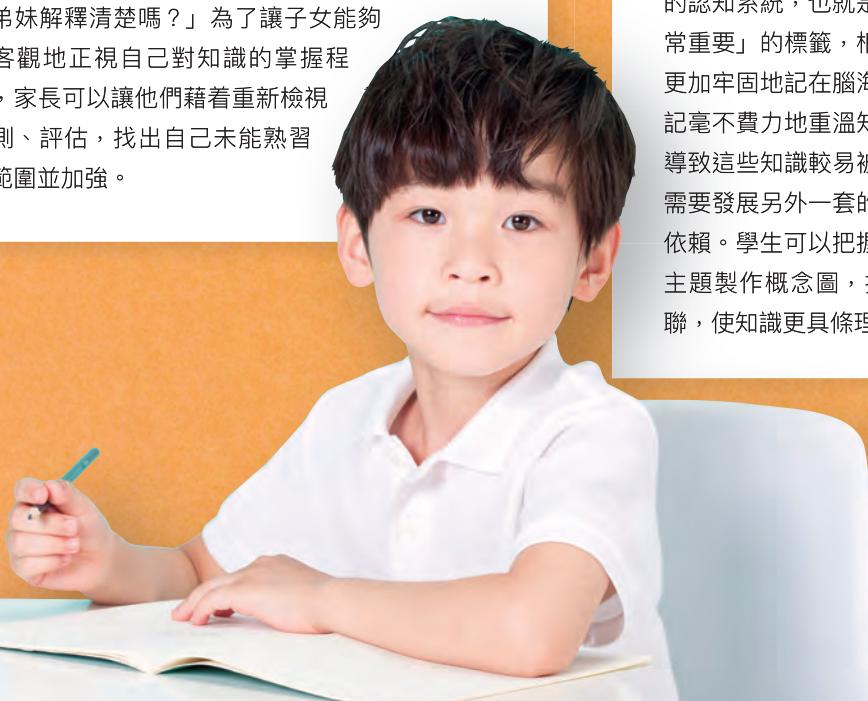
同時，在這個年齡層裏，孩子開始發展「後設認知」能力。在溫習後，家長可以引導孩子展開反思，如：「真的了解這個知識概念嗎？能夠對朋友或弟妹解釋清楚嗎？」為了讓子女能夠更客觀地正視自己對知識的掌握程度，家長可以讓他們藉着重新檢視小測、評估，找出自己未能熟習的範圍並加強。



鍛鍊大腦檢索能力 刻劃更深刻記憶痕跡

在整個小學階段裏，學生多是藉着重複閱讀的方式加強對知識的記憶。透過翻閱筆記，他們能夠在短期內把內容牢記，並應付當下的測驗，這卻導致他們難以肯定自己對概念的掌握程度。中學的學習則需要學生將不同學科的知識融會貫通，這時學生便要學會慢慢鍛鍊自己的記憶檢索 (retriever) 能力，讓大腦能夠在需要的時候調用正確的資訊。

記憶痕跡的深淺與記憶檢索能力息息相關，越是奮力回想某項知識重點時，相關的知識痕跡就會越是深刻。藉着不斷回想，大腦便會開啟更高層級的認知系統，也就是說大腦會把這項知識貼上「非常重要」的標籤，相對於其他資訊，這個知識點會更加牢固地記在腦海裏。然而，當學生能夠藉着筆記毫不費力地重溫知識時，記憶痕跡就相對較淺，導致這些知識較易被遺忘。因此，學生在中學時期需要發展另外一套的學習模式，漸漸減少對筆記的依賴。學生可以把握學校設計的跨學科課程，就着主題製作概念圖，找出不同學科或課題之間的關聯，使知識更具條理及邏輯。



有效學習4方法

睡前小筆記

在完成一整天的複習及功課時，記下一些今天新學習的課程重點，但切記不能拿出課本或筆記參考，藉此訓練更好的檢索能力，刻劃出更深的記憶痕跡。

當個小老師

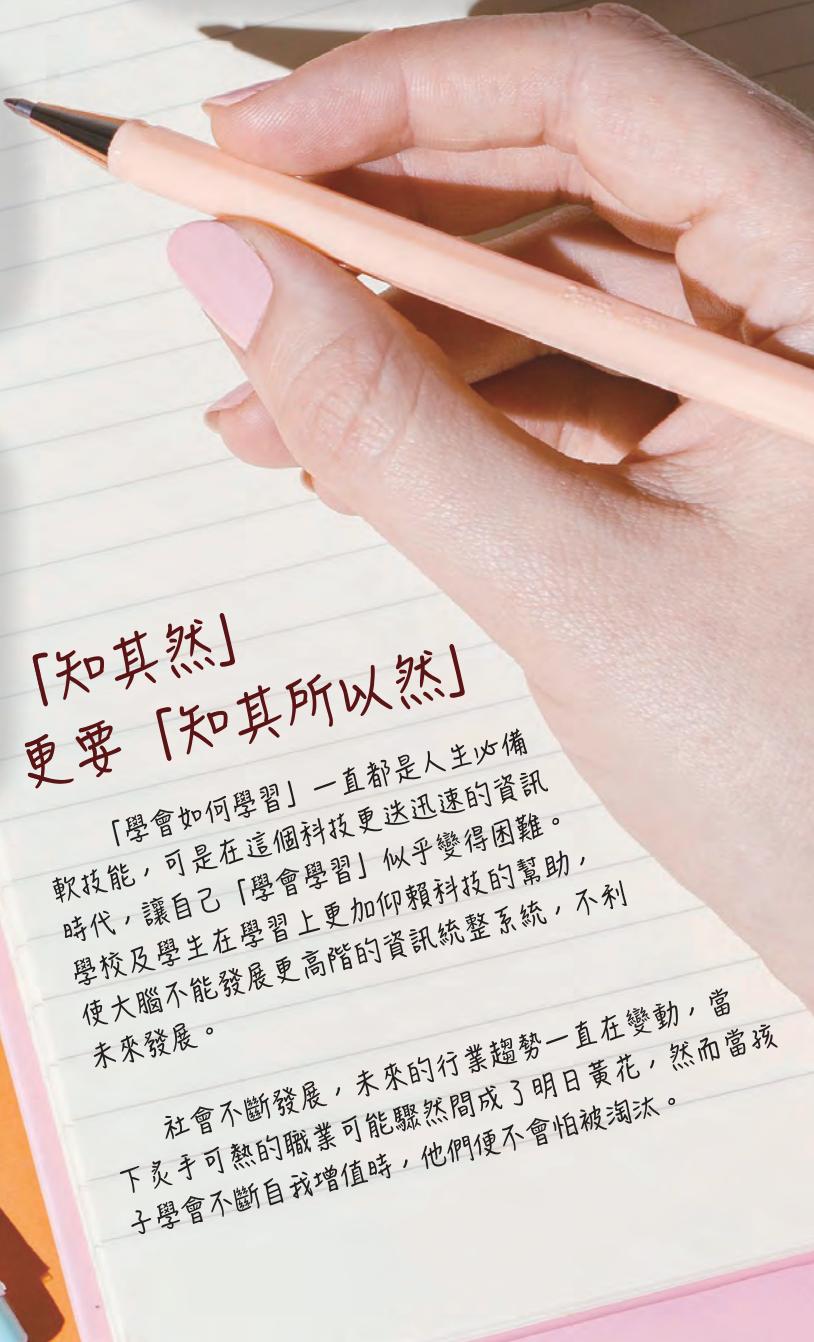
當發現同學在學習上有困難時，不妨伸出援手，成為同學的小老師。在這個過程中，知識內化並轉化成自己的語言解讀，有助將新舊知識產生連結，使知識能夠更加牢固，甚至還能衍生出新的見解。而且當轉化成自己的語言時，能夠弄清知識的脈絡，從中找出邏輯不同之處，正視自己對知識的掌握程度。

穿插式學習

在複習時不要只做單一章節的題庫，盡量將不同概念的題目混在一起作答，畢竟考試內容往往難以小範圍的知識或是單一技能解決。

「二八法則」

在進行複習前，可以先檢視自己的學習進程，分析當天課堂的內容，將自己較不能掌握的知識點作為重點溫習目標，並利用「二八法則」：即 80% 時間集中精力學習一項知識，20% 時間穿插學習其他內容，避免大腦對單一的學習內容失去新奇感。



GoodSchool 《幼稚園家長 - 選校攻略》



深水埗區：香港基督教服務處李鄭屋幼兒學校



**締造多元學習經驗
建構語文基礎**

從蒙特梭利工作累積「有能感」 培養三大尊重精神

位於深水埗區的香港基督教服務處李鄭屋幼兒學校創於 1977 年，多年來引入蒙特梭利策略，以活動學習誘發幼兒的探索精神，培養自發自主的學習態度。在穩固的課程基礎下，蘇媛媛校長帶領教學團隊再下一城，於 2017 年創建蒙特梭利教室，在富有關愛、親切而溫暖的校園裏，為幼兒帶來不一樣的成長經歷。

提供預備好的環境 培養自發自主的探索精神

意大利教育學家、蒙特梭利教育法的始創人蒙特梭利 (Maria Tecla Artemisia Montessori) 主張幼兒需要透過多感官的探索和親身體驗而獲得經驗。蘇校長深信學童在學習的過程中，只有「動手做」，才能有效鞏固學習經驗。蒙特梭利曾說道：

You tell me, I will forget; you show me, I may remember; involve me, I will understand.

(告訴我便會忘記；向我示範，我可能會記住；讓我參與其中，我就會明白。) 因此學校主張讓幼



蘇媛媛
校長

兒從「做中學」，結合自然環境與各項教材，讓幼兒自發自主地探索，實踐不同知識和技能，並透過反思的過程，為新學到的知識做總結，藉此營造不一樣的學習經歷。「總結」是重要的學習環節，幼兒在建構知識概念後，需要透過總結思考把知識內化成經驗，知識才會變得深刻而長久。

為了提供更優質的學習環境，學校更於 2017 年創建蒙特梭利教室，課堂裏明確劃分日常生活區、感官區、語文區、數學區、文化和藝術區，各區域的元素都是環環相扣。幼兒在不同區域工作，以多元生活經驗培養獨立自主、尊重他人的精神，同時發展秩序感和身體協調感。而且，學校應用太平洋區幼兒教育研究學會的「幼兒學習環境評量」工具，將教育理念與蒙特梭利結合，全面檢視和優化校內環境、教學配套、課程規劃等，同時豐富課室角落，增加圖書類型，提升學與教水平，為幼兒提供更優質的教育。



營造不同語文環境 建構語文學習根基

語文是建構學習的根基，亦是終身學習的重要工具。學校着重為幼兒締造豐富的語文環境，提供多元的語文刺激。蘇校長表示：「在蒙特梭利的語文教育中，老師會以實物教具聯繫語言示範，結合三段式教學法加強幼兒的認知，並豐富幼兒的詞彙，提升聽、說能力。在寫前準備方面，提供多元的鍛鍊小手肌及手眼協調的活動，如：沙字盤、生活自理工作刨皮切粒、串珠等，幫助幼兒裝備好書寫前的能力。另外，幼兒亦可運用幾何金屬嵌板以筆追蹤圖形輪廓，逐步掌握執筆技巧，建立線條追蹤的手眼協調技巧。」除此之外，砂字板亦有助幼兒了解文字的筆順、結構，透過觸感及肌肉記憶來為幼兒做好書寫前的準備。學校更大力推廣閱讀文化，

透過優質的圖書，讓幼兒建立良好的閱讀能力，由此循序漸進地強化幼兒的聽、說、寫、讀能力。

與此同時，在疫情前，學校更會善用社區設施，每星期帶領幼兒到公共圖書館借閱圖書，藉此強化幼兒的閱讀興趣和培養良好的閱讀習慣。

以生活自理工作 協助建立「有能感」

蒙特梭利教育主張「尊重自己、他人和環境」的精神，學校特別設計新聞分享課節。老師先以優質語言示範，介紹新聞內容，再由學童以口語或圖畫分享感受，並以問題與幼兒討論新聞，其後幼兒會以文字，誘發幼兒關心社會的情操。

而且，學校更進一步，從時事新聞出發，啟發學生「尊重環境」的思維，帶動關心、關懷的優良素養。如以中秋節慶祝活動、環境污染的生活議題等，老師會從中滲入生活知識，如回收月餅罐、環保行動等，藉以培養關注環境的態度。學校更會發起不同的關懷行動，例如在疫情期間，便曾讓每位幼兒製作愛心卡，為擔任防疫第一線的醫護人員加油打氣，卡片更會寄送到不同醫院，身體力行地實踐關心社區的精神。蘇校長亦分享說：「社區活動以及平日與日常自理有關的工作，如抹桌子、處理蔬果等，不僅能啟發幼兒的關懷態度，更是建立『有能感』的重要過程。這能讓他們察覺自己是重要的，有能力為家庭，甚至社會作出貢獻，從而培養對周遭事物的尊重和關懷。」



香港基督教服務處李鄭屋幼兒學校

地址：九龍深水埗李鄭屋邨信義樓平台 316 號

創校年份：1977 年

學校類別：非牟利、男女

電話：2361 2355

傳真：2374 6101

電郵：lcuns@hkcs.org

網址：hkcschild.edu.hk/lcuns/



學校網址



GoodSchool

GoodSchool 《幼稚園家長 - 選校攻略》



觀塘區：香港基督教服務處觀塘幼兒學校



引入蒙特梭利教學法
跟隨自由探索步調
構築科學世界認知



黎雪瑩
校長

獲國際蒙特梭利教師資格 將教育延伸至家庭

學校已踏入推展蒙特梭利教學四年，在辦學團體的資助下先後安排兩位老師修讀由美國奧克拉荷馬市大學及台灣國立台北護理健康大學合辦的「國際蒙特梭利雙碩士課程」，修畢後取得國際蒙特梭利的教師資格。為了更好推展蒙特梭利教學法，學校更特別將一間課室改建成符合國際標準的蒙特梭利教室，並以混齡學習模式進行。黎校長表示：「在蒙特梭利教育裏，我們不會把教室的任務稱為『遊戲』，而是稱為『工作』，藉此加深幼兒對學習的責任感，讓他們感到自己的工作和成年人一樣重要。」在教室裏，老師

香港基督教服務處觀塘幼兒學校踏入 50 周年，多年來重視學生的身心均衡發展。在教學上，學校一直與時並進，近年更引入蒙特梭利教學，結合一直推展多年的環境教育，期望從小培育學生對大自然的喜愛及美藝情操，培育幼兒秩序感、手眼協調、專注力、獨立、正向品格及自發學習能力，望能內化習得的技能。黎雪瑩校長期望學生能夠按照自己的節奏去學習，了解周圍的世界，培養自我學習和自我思考的積極態度。



不再是課堂上的主導者，反而作為觀察者，給予學生自由選擇想進行的工作，以自己的步伐完成。

在疫情期間，學校亦致力將蒙特梭利以視像形式推展至家庭。「在正式開始前，我們首先安排了家長工作坊，讓家長先了解蒙特梭利的教學是如何進行及環境佈置注意點。畢竟蒙特梭利講求孩子主導，但家長愛子心切時難免會從旁指導，打斷孩子的學習自主性及專注力。」在過程中，家長慢慢地了解蒙特梭利的精神，黎校長笑言，這是個意外收穫。學校未來亦希望訓練家長成為蒙特梭利的助理教師，讓孩子能夠將蒙特梭利的學習精神一直延展至學校外，甚至往後的學習路上。

充實科學知識 逐步建立世界完整認知

科學裏存在不少的法則定律，一如蒙特梭利教學強調規律，所以學校亦逐步實踐幼兒科學教育。然而，科學有不少抽象的概念，需要學生自行觀察發現，透過已有知識推理並試驗，從而得出合理的結果。為此，學校在本學年新設了小工匠工作室，提供多種工具和不同材料，讓學生盡情創造和試驗。黎校長表示：「例如在工作室裏，孩子有機會利用螺絲批把螺絲轉進不同的物料上，讓他們意識到力學與物料間的關係，加深科學思維能力。」



與此同時，學校亦參與賽馬會「智·幼·趣」計劃，將STEM融入課程，以「遊戲中學習」模式，啟迪學生對STEM的興趣與探索，以培育出21世紀STEM範疇人才，促進未來創科發展。



結合環境教育 讓大自然成為最好的老師

蒙特梭利的教學強調「大自然」對幼兒教育的重要性，鼓勵幼兒接觸動植物，延伸至對大自然的尊重。黎校長表示在推行蒙特梭利教學前，學校已經一直推展環境教育，於學校不同的角落種植各式各類的植物，如具觀賞性、可供食用的植物等，並安排學生每天親自澆水，加強他們對生命的感受性。

「我們現在結合了蒙特梭利的工作，讓幼兒用濕海綿輕輕擦拭葉面的灰塵，鼓勵細緻地關注事物。」另外，學校在最近領養了兩隻盾臂龜，配合生命教育課程，於學生心裏種下關懷動物的種子。



學校利用自身的空間優勢，於上學年開始逐步改建小花園，鋪上人造草皮並放上卵石，配合蒙特梭利的特色活動——「Walking on the Line」（走線）。學生需要打開雙手，眼睛正視前方，腳尖碰腳跟地在線上慢慢地走，藉此培養專注力。黎校長補充道，在戶外學生需要赤腳進行走線活動，更有助發展感覺統合能力。「其實我們在蒙特梭利教室裏亦有使用膠帶貼出一些線條形狀，讓學生在工作前先進行活動，作為預告，讓他們冷靜下來為待會的工作做好心理準備。」

展望未來，黎校長表示學校會繼續改建，如增加水元素、光影隧道、塗鴉牆等，學生能夠藉着不同的大自然素材，發展對環境及科學的認識。「在蒙特梭利教育裏，有很多有關水的工作，場地所限，現時我們只能在教室裏安排倒水、打泡等工作。但經過改建後，我們便能夠安排孩子到小花園裏進行更高層次的工作，如洗衣服等，通過實際生活練習，培養自理和適應環境的能力。」



香港基督教服務處觀塘幼兒學校

地址：九龍觀塘翠屏道17號觀塘社區中心5樓及天台

創校年份：1971年

學校類別：非牟利、男女

電話：2389 1866

傳真：2345 3525

電郵：ktns@hkcs.org

網址：<http://hkcschild.edu.hk/ktns/>



學校網址



GoodSchool



GoodSchool《幼稚園家長 - 選校攻略》

深水埗區：香港基督教服務處大坑東幼兒學校



**追隨幼兒學習步伐
抽象數理具體化**

**以蒙特梭利教育
建構主動求知態度**



司徒潔貞
校長

強調學前感官刺激 具體操作學習數概

數學向來易學難懂，抽象而複雜的數理概念常使家長和學生感到困惑。學校把數學學習分成三個層次，每學年以螺旋式和循序漸進的方式執行，逐步建立穩固的數理基礎。首先，教學團隊通過設計不同感官學習經驗，為幼兒建立形象而具體的基礎；同時以質量觀察幼兒於「數與運算」、「量與測量」、「空間和時間」及「分類、對應、排序」的能力。

有別於傳統教學依賴紙本教材的學習模式，蒙特梭利教育法講求靈活運用實物進行具體學習。司徒校長表示：「說起學習數學，一般家長都是先以數數讓幼兒理解數字符號，但蒙特梭利教學則是以『量』作為學習的起點，藉着觸覺和視覺同步刺激，幼兒便能夠實在地感受到數和量的抽象概念。例如教學團隊會利用蒙特梭利的數學珠子教材，讓幼兒感受到『愈多愈重』、『手掌要大一點才能抓穩更多珠子』，並聯想至『量多表示數字愈大』的概念。然後，利用沙字板，運用視覺及觸覺，理解數字符號的形狀，從而加強記憶。學校以循序漸進的方式，幼兒以實物和感官教材探索，先了解事物的概念，通過具體化的教具操

香港基督教服務處大坑東幼兒學校推行蒙特梭利教育法多年，致力培養幼兒成為獨立自立的主動學習者。學校在數理教育上有獨到見解，強調學前的具體感官學習經驗，建立穩固的概念基礎。司徒潔貞校長帶領學校，建設更具啟發性的校園環境之餘，更視家庭為重要教育資源，支援家長成為蒙特梭利教學的協教者，從而為幼兒營造多元的學習環境。

作，來認識抽象化的理論，既提升幼兒學習興趣，又更容易掌握理論。經老師觀察評估後，校內不少幼兒的數概能力都超越自身年齡層階。而且，這種學習模式更能推展至更高階的數學概念，如平方、立方及倍數等。本學年學校更引入國際專業認證的幼兒數學評估工具 TEMA (Test of Early Mathematics Ability)，進一步評估幼兒的數概能力。

與此同時，學校亦將學習融入到環境之中。蒙特梭利講求人、環境與宇宙萬物的關係，而「生日」正能貼合這些元素，因此學校每月都為「小壽星」舉辦別開生面的生日慶典。在生日慶典中，老師會先向幼兒解釋地球的所在，以及人與地球的關係，例如「地球能為人們提供賴以生存的氧氣和水源」。然後，老師更會邀請「小壽星」拿着地球，依照年齡繞着太陽走，象徵着地球每圍繞太陽公轉一圈便是一年的過去。通過具象的行動，幼兒便能實際理解自己與地球的關係，體會成長的過程，更能從中建立年、月和日的抽象時間概念。



延伸戶外蒙特梭利教室 讓幼兒在大自然中學習

學校善用校園環境，除了建設四間蒙特梭利教室，更創設戶外蒙特梭利教室，把工作推展至戶外。蒙特梭利的工作有很多種類，有些工作不適合在室內進行，所以學校把這些工作移到戶外，讓幼兒有一個舒適又空曠的地方進行工作，當中包括日常生活區、音樂區、創意木工坊及大自然種植區。幼兒在學校嘗試接觸家中的日常工作，如洗衫、晾衫、抹枱、洗菜、刨青瓜、澆水、舂碎蛋殼等工作，把生活經驗與實用技能互相結合，從而融入家中，為家庭出一分力，提升幼兒的自理能力及有能感。



推行護愛校園教育 促進家校協作

學校近年推行「護愛校園教育」，實踐「不為己利，只為利人」的態度，同時建立歸屬感和關愛氛圍。校園內每位幼兒都各司其職，一同分擔校園裏的大小事，如「清潔值日生」負責在課後抹白板，保持課室和座位的潔淨；「整齊值日生」則保持教具和各項設施的整齊；「餐點值日生」負責領飯和帶領祈禱。「園藝值日生」負責照顧校內所有植物，例如觀察植物的生長情況、利用米水和雞蛋殼灌溉施肥，更會製作天然的除蟲水，從中學習和實行園藝知識和技巧。司徒校長笑言：「在疫情前，幼兒



更是自給自足，從播種施肥，到成熟收割和清洗農作物，都由他們一手包辦。這除了讓幼兒從實作中領悟『粒粒皆辛苦』的哲理，更能營造『校園如家』的氛圍，成就歸屬感。」

在幼兒學習的道路上，家庭與學校的良好協作能為幼兒帶來事半功倍的學習效能。學校深諳此理，自2013年起成立「故事爸媽」團隊，透過每星期到校與幼兒說故事的環節，幫助建立「愛閱讀」的正向習慣。學校提供小組培訓，讓一眾家長學習如何選擇好的兒童讀物、生動說故事的技巧等。司徒校長笑說：「近年我們更把計劃升級成為『故事家』，從『爸媽』推展至『祖輩』，邀請祖父祖母和外公外婆加入，團隊進一步擴大至102人！學生們都滿心期待故事家家長每星期的到來，更對他們大力稱讚，紛紛表示『這位同學的外婆說故事真有趣』、『那位同學的爺爺總能逗得我們哄堂大笑』。事實上，這不僅是培養閱讀習慣的上佳良方，更能有效建立親密家庭關係。」

及後，學校將家校協作推進更高層次，「故事家」團隊從課後的說故事環節，推展至日常分組活動的單對單伴讀，同時借助多項坊間資訊，籌措一系列活動，如「一起尋找小叮電車」繪本活動、「長頸鹿圖書列車」等。這種協作方式不但能夠有效觀察每位幼兒的學習情況，更能進一步豐富生活經歷。



香港基督教服務處大坑東幼兒學校

地址：香港九龍大坑東棠蔭街17號大坑東社區中心4樓及天台

創校年份：1967年

學校類別：非牟利、男女

電話：2777 8020

傳真：2776 0854

電郵：thtns@hkcs.org

網址：<http://www.hkcschild.edu.hk/thtns/>



學校網址



GoodSchool



GoodSchool《升中家長 - 選校攻略》



九龍城區：聖公會聖匠中學



吳嘉鳳
校長



張樹萱牧師
校監

傳承木匠耶穌的生命 豐盛生命的根基

聖公會聖匠中學秉承聖公會辦學理念，以基督教的核心價值培養學生。吳嘉鳳校長期望學生能夠在六年的中學生活裏，尋找到自己未來發展的方向，並在學校的全人關顧下裝備自己回饋社會。

學會自愛愛人 收穫愛的回饋

學校與聖匠堂相連，校監張樹萱牧師更是社福單位委員會主席，有利資源共享，服務社群。得益於此，學校在本學年聯合聖匠堂及聖公會福利協會為中一學生開展校本生命教育課，透過認識自然世界、面對失敗等課題，幫助學生了解生命的價值及意義。張牧師指出：「學校從來都不只是傳授同學知識的場所，我們更希望培養同學良好的品格，由認識自己開始，慢慢學會接納、肯定自己，從中建立自信，助他們與社會建構良好的關係。」藉着服務他人，學生的認知及未來發展方向更能夠得以擴闊。曾經有學生在完成兒童義工服務後，發現自己對於幼稚園教育工作深感興趣，遂以擔任幼稚園教師作為未來目標，而努力學習。



與此同時，學校與聖公會福利協會合作，引入輔仁大學聖愛生命教育推廣服務隊的「擔·挑」生命教育培訓計劃，並成為試點學校，挑選 25 名中四至中六學生參與。作為計劃總結活動，學生需要合

力籌辦一次小學兒童營，為此學校特別外聘富有經驗的專業導師，為學生提供各式各樣的訓練，如影片製作、戲劇教學、活動策劃等。「自信來自足夠的預備，我們期望同學能夠在計劃裏明白，失敗有時並不是因為能力不足，而是因為自身的準備不夠。」張牧師強調，當學生能夠將這種精神應用在學習上，能夠有效避免產生學習無力感。在計劃裏，表現優秀的學生更能夠前往台灣輔仁大學，與當地大學生互動交流，拓展視野。



加強友校聯繫 帶動學習動機

在培育學生良好品格的同時，學校亦重視他們的學習需要。學校每年都會與拔萃男書院合作，為初中學生籌辦跨校英語交流活動。吳校長表示：「藉着與不同學校的學生交流，學生能夠擴闊眼界，並提升英語水平。在同儕的帶領學習之下，大家能夠分享學習上面對的困難及如何克服學習障礙，取長補短以完善自我。而且，藉由模仿及對話，有益於提升認知層次，強化自身學習效能。」未來，學校亦積極聯繫其他聖公會的學校，期望加強學生與友校學生的良性互動，提升學習動機。

除了課堂上的安排，在聖匠堂的穿針引線下，得以與學濟社合作籌辦「屬靈領袖栽培計劃」，為高中學生開辦四班英語提升班。在每班不多於七位學生的情況下，老師能夠針對性地為學生提供更多適切的幫助。吳校長直言：「我們希望學生學會感恩，在接受了他人的幫助後，能夠作出回饋，做到推己及人。所以，我們會邀請高中學生在初中測驗周回校為師弟妹補習，或是在星期六到小學補習班擔任小助教。」



善用校內外資源 發掘不同需要學生的閃亮點

學校一直以基督的愛推展多元化的課程教育，尊重學生的不同學習需要，締造包容和諧的校園。老師會根據學生的興趣，與外間機構合作舉辦各式各樣的興趣小組，如急救、拯溺、美甲班、咖啡班等，這些具職業導向的興趣小組能夠幫助學生發掘自身興趣和潛能，從而發展多元智能，更能協助不同抱負及能力的學生銜接多元出路。吳校長強調：「在中五及中六階段，我們將以生涯規劃為重，通過為同學進行職業配對，以他們的興趣及能力作依歸，提早為他們制定未來發展的目標。」



聖公會聖匠中學

地址：九龍紅磡大環道 10 號
創校年份：1965 年
學校類別：資助、男女
校訓：忠誠勤勞
電話：2364 2730
傳真：2364 8708
電郵：mail@hcs.edu.hk
網址：<http://www.hcs.edu.hk>



學校網址



GoodSchool

好學校推介 GoodSchool 短片分享



東華三院高德根紀念幼稚園

活動學習，
讓孩子感受世界。



東華三院洪王家琪幼稚園

小組教學深化知識，
為孩子提供創新學習。



東華三院馬陳景霞幼稚園

國際安全認證的衛生校園，
確保孩子健康學習。



東華三院呂馮鳳紀念幼稚園

從活動學英語，
於體驗中學習。



東華三院黎鄧潤球幼稚園

發展創意藝術課程，
培育孩子創意思維。



東華三院黃朱惠芬幼稚園

推行環保教育，
為孩子建立健康綠色生活。



東華三院力勤幼稚園

閱讀圖書提升孩子學習興趣，
體藝並行發揮潛能。



東華三院黃士心幼稚園

推行科創遊戲，
鼓勵童樂探索。



東華三院何藍瓊纓幼稚園

設計益智遊戲，
讓孩子愉快學習每一天。

為提供學校全方位教學資訊，教育傳媒特地為家長製作精美短片，分享各區不同學校的教學特色。感興趣的家長可瀏覽 GoodSchool 網站，尋找心儀學校的資訊。



中華基督教會灣仔堂基道小學（九龍城）

全人成長，
建立品德靈性。



宣道會葉紹蔭紀念小學

全方位學習經歷，
成就全人教育理念。



李陞小學

電子學習，發展創意。



天主教聖華學校

愉快學習，
激發創新思維。



惠僑英文中學

培育人才，發掘自我潛能。



漢華中學

跑出課室，多元學習。



佛教葉紀南紀念中學

共享閱讀，樂於學習。



想看更多精彩學校簡介短片，請掃描
以上 QR Code 或瀏覽以下網址

<https://www.goodschool.hk/>



教育傳媒
EDUCATION MEDIA

露雲娜 老師

- 英語教師支援協會主席
- 擁有 25 年教授成人、高考及不同組別學生英語的經驗
- Double R 整合法 www.doubleramalgam.com 創辦人
- Penguin Buddies 與 Double R Kids–Professions 系列的作者
- 2017– 現在 利用 Double R 整合法材料為中學提供課後英語支援課程及小學編制高年級文法課程

英語學習要多思考 多整合

萬聖節剛過去，聖誕節快將來臨。讀者絕對一定知道萬聖節的英文名稱是 Halloween；聖誕節是 Christmas 或 Xmas，但你未必知道它們代表什麼？這兩個名稱構造其實跟筆者之前說的詞源有莫大關係。

「心水清」的讀者或許已猜到 Christmas 的“Christ”是代表 Jesus Christ 耶穌，那麼“mas”又代表什麼呢？原來是 mass 彌撒，從而推論出 Christmas= 耶穌的彌撒。而 Halloween 是“All Hallows eve”的簡寫，意思是諸聖節的前一天晚上。

事實上很多英語詞彙也是由兩個個別字組成的，大家平時未必留意得到。例如我們經常用的 beautiful 美麗，它是由“beauty+ full”組成的，意思是 full of beauty 充滿美。類似的字多不勝數：

組合(一)：

詞彙	組合	英語意思	直譯意思	真正意思
helpful	help+full	full of help	充滿幫忙	有幫助的
careful	care+full	full of care	充滿小心	很小心的
wonderful	wonder+full	full of wonder	充滿奇妙	精彩的
fruitful	fruit+full	full of fruit	充滿成果	有成效的

組合(二)：

詞彙	組合	英語意思	直譯意思	真正意思
compromise	com+promise	promise together	一起承諾	妥協
combine	com+bine	two together	兩樣一起	結合
commemorate	com+memorate	remember together	一起記住	紀念

組合(三)：

詞彙	組合	英語意思	直譯意思	真正意思
beside	be+side	at the side	在旁邊	旁
before	be+fore	at the front	在前面	前
behind	be+hind	at the back	在後面	後

有時候，我們會知道某個字的解釋，但並不知道從這個字衍生出來的其他詞彙跟這個字本身是有連帶關係的。這可能是因為受了中文母語獨立學習生字的影響有關。例如 before 是前面，但其實“fore”本身就是「前」。很多小朋友學 before 時並不知道它的根源就是 fore，後來當他們見到 forehead, forearm, forecast, foresee 便不懂得聯想為「前額」、「前臂」、「預報」和「預見」了。若讀者能夠以舉一反三的聯想模式去學習英語，必定能事半功倍，產生更大的獲益。

牛津英漢詞典 解構英語詞彙

OXFORD
UNIVERSITY PRESS

牛津大學出版社

牛津大學出版社（中國）有限公司隸屬英國牛津大學（University of Oxford），以出版為志業，致力弘揚牛津大學推動優質研究、學術和教育的宗旨。

有關內容由牛津大學出版社授權

爛醉如泥

要形容人爛醉如泥，英式英語可以說 (as)drunk as a lord，美式英語作 (as)drunk as a skunk，例如 I eventually found them in a bar, both as drunk as skunks (我後來在一家酒吧找到他們，兩個人都已爛醉如泥)。

blind drunk 意思也相近，例如 I'm not surprised he can't remember what happened – he was blind drunk! (他不記得發生了什麼事情，這我並不奇怪，他當時爛醉如泥！)

roaring drunk 指酩酊大醉、發酒瘋，例如 They 資料來源：牛津英語習語詞典（英漢雙解第 2 版）

came home roaring drunk again last night (昨晚他們回家時又喝得酩酊大醉)。

相反地，形容人非常清醒、一點沒醉，可以說 (as) sober as a judge，或者 stone-cold sober，例如 I was driving, so of course I was sober as a judge (我那時還開着車呢，所以我當然很清醒)。By the time I arrived at the party, everyone else had had quite a few drinks, whereas I was stone-cold sober (我到聚會地點的時候，其他人都喝了不少酒，而我還滴酒未沾)。

咖啡或茶？

「咖啡或茶」是餐廳菜單上常見的選項。英語中有什么習語是跟咖啡與茶有關的呢？

要提醒別人覺悟過來、面對現實，可以說 wake up and smell the coffee，例如 It's time to wake up and smell the coffee: you're not going to pass this course unless you start working harder (是清醒過來面對現實的時候了，你要是不加把勁，這門課就別想及格)。

wouldn't do something for all the tea in China 指決不做某事、無論有多大好處也不做某事，例如 'If you marry him you'll be a rich woman.' 'I wouldn't marry him for all the tea in China.' (「要是嫁給他，

資料來源：牛津英語習語詞典（英漢雙解第 2 版）、牛津高階英漢雙解詞典（第 9 版）

你就成富婆了。」「錢再多我也決不會嫁給他。」)，或者 I wouldn't do your job. Not for all the tea in China! (我才不做你的那份工作。有天大的好處也不幹！)

not be somebody's cup of tea 意思是不合某人的心意、非某人所好，例如 He invited me to the opera but it's not really my cup of tea (他請我看歌劇，但這並不合我口味)。相反如果正對你口味、正正適合你，可以說 be right up your street/alley，例如 Why don't you apply for this job? It looks right up your street (你為什麼不申請這份工作？這工作看來對你正合適)。



* 想知道更多豐富內容，
立即掃描 QR Code 或登入
<https://www.facebook.com/OUPChina.Dictionaries>

從跑步談目標



呂恒森 校長

•佛教沈香林紀念中學

好不容易「渣打香港馬拉松」終於在上月順利舉行。今年是筆者第一次「正式」參加比賽，因疫情關係，兩年前的成功報名，到今年終於能完成比賽。從小就喜歡各式各樣運動的我，唯獨是不喜歡跑步，過程中，那種沉悶、孤獨的感覺，總令我提不起勁。但自知步入中年，朋輩間各自因家庭、工作關係，實在不能像年少時的瀟灑，一聲之下就能相約外出，籃球、排球，從不放過。因此，跑步就成為我近年參與得最多的運動項目。一對球鞋、一條短褲、半個小時，跑步的習慣就此開始了。

自問是一個運動愛好者，雖然我已經擁有「中厚」的體形，但怎也料不到跑兩、三公里已是極限，而於身邊擦過，馳騁於跑道之中的，竟然是年長的跑手，他們那種無盡的氣力是上天賦予的嗎？經過十多次的操練，確實有一點進步，但絕對是微不足道的。每次起步後不久就停下來，是體能上負擔不來，還是腦袋指示身體停下？在這沉悶、孤獨的跑步過程中，不禁開始跟自己對話，其後更會到網站搜尋專業跑手的分享。就是這樣，我開始認真看待這項運動，亦希望能夠尋找到說服自己堅持下去的理由。

要身體能負擔長跑的體力消耗，身體各部分當然需要適應及建構所需。我相信沒有跑步習慣的人，不可能一開始就完成 42.195 公里，因為里數是需要累積的，但我相信腦袋是最重要的改變因素。每次停下來真的是身體器官負擔不來？有跑伴、有打氣團、有電視直播，結果總是不一樣。我相信只要內化自我的要求，就能持之以恆，不斷進步，這就是「目標」。

先從「目標設定」做起，訂立有難度但可行的明確目標，把終極目標先定下來，然後透過階段性的小目標作為推動，藉以檢視及優化進程，達到持續進步的效果。例如兩個月內要在一小時完成十公里的要求，大可把兩個月分為四個階段，每兩星期為一個階段，先提升跑步的耐力，累積里數同時亦能保持心率。接着就是加強肌肉及回復等訓練，持之以恆，目標定能達到。

其實，「學習」與「跑步」的本質不就是很相近嗎？漫無目標的上課及學習，除了容易迷失方向，成績亦難有突破。本年敝校為所有學生設定了一個名為「自己目標自己定」的計劃，透過班主任的努力，帶領學生為自己訂立最少三個實際而可行性高的全年目標。有的學生為自己定下每天學習三個新英文詞彙、有的下決心每天幫忙家務 15 分鐘等。透過定期檢視各人的具體推行計劃，讓學生開啟訂立目標的習慣及掌握推行方法，並持續檢視。相信目標只是近在咫尺，更重要的是計劃進行的過程，讓自己更了解自己。



蔡子良 校長

•香港道教聯合會青松中學

以修為教 以仁為育 助學生建立正確人生觀

香港道教聯合會青松中學以「明道立德」為校訓，標舉道化教育，踐行「以道為宗，以德為化，以修為教，以仁為育」。甚麼是以道為宗？那就是順應學習者的本性，針對其擁有的稟賦，因勢利導，合情合理地細心教化。至於以德為化，就是以孝、悌、忠、信、禮、義、廉、恥等我國傳統德行為圭臬，薰陶學者心性。以修為教則是教者必須自我檢點，在言語、行事等方面作為表率，也就是我們常說的言行身教，冀收潛移默化的功效。最後是以仁為育，即本着「己立立人，己達達人」的志向，有教無類，務使學者修心養性，增進知識，拓開視野，最終建立正確的人生觀。

我們一直強調價值教育，藉着優化高中核心科目的契機，用心在高中加入生命啟導校本課程。課程透過多元化的課堂及體驗活動，啟導學生，培養學生的正面價值觀及正向思維，發展學生的領導才能與規劃人生的能力，讓學生了解自我，裝備技能，訂立目標，學會尋找屬於自己的人生道路。啟導是我們很喜歡的用語，旨在為學生的未來做好裝備，就像為汽車發動了引擎一樣，等待起動，邁向未來，期盼未來。這個課程圍繞「正向思維」、「領導技巧」、「人生規劃」及「關愛感恩」四個元素，讓學生學習理論之餘，亦能有多方的實踐機會。培育學生的正面價值觀不應單靠講授，還必須讓學生親身體會和實踐，方能把學習的內容深刻地印在學生的腦海。課程中有一個學習活動為親身體驗「收集紙皮的人士」一天的工作，讓學生明白社會的基層現況，啟發思考，例如思考如何協助改善一些社會的現況。

經過全方位的多元學習，我相信青松中學的學生在畢業時，無論在學術及品格方面，都會有相當的水平，具備青松人當有的特質：「堅毅」、「自信」、「關愛」、「感恩」、「承擔」和「包容」，成為負責任和有貢獻的21世紀公民。



楊文婷 姑娘

- 英國註冊音樂治療師、樂延言治療及教育中心創辦人、香港音樂治療協會主席。
- 在本港執業六年，為多間社福機構及學校提供音樂治療小組、個別音樂心理治療服務以及工作坊培訓。服務對象包括親子、學生、青少年、有特殊學習需要的兒童及家長等等。

音樂與多元感官發展(七)： 音樂與前庭覺

前庭覺掌管人的平衡以及在空間的感覺。用上回筆者學習游泳的例子：覺得自己在水中身體左右不平衡，身體總是側向左邊，導致身體在水中經常左右搖擺不定。除了靠本體覺知道自己肩膀施力不平均外，其實筆者靠的是內耳中兩個前庭系統 (Vestibular system) 重要的器官：「半規管」和「耳石」去偵測自己的水中的位置，去感知傾側得快要「翻轉」——這個有關空間的感知和記憶。其實，嬰兒在媽媽肚中時已經得到很好的前庭覺的刺激了。因為媽媽在日常生活中的移動和搖擺，會令寶寶在充滿羊水的環境中，也跟隨着這些動作而有搖擺。再多舉一個例子，你身邊會否經常「耳水不平衡」的朋友呢？他們非常容易暈眩，失去身體的平衡感，其實他們遇到的問題就是在耳內的前庭系統失調。

讀寫障礙的小朋友，寫字會出現「反字」（亦稱鏡面字），其實這和前庭系統的功能息息相關。剛提及前庭掌管「空間的感知」——寫字是認知學習，我們要學習字母「b」的開口向右而不是向左 (q)，正正就靠我們日常生活中累積對於空間感知的記憶。依據筆者的經驗，通常這些小朋友的手眼協調、左右協調或身體整體平衡的機能反應都會較弱。為什麼手眼協調會弱呢？我們快速追蹤物體移動時，需要眼球的肌肉群控制眼球旋轉，並能夠告知腦部，身體需要作出動作配合。前庭覺較差的小朋友，則是「統合」視覺和身體空間感這一關較弱。大家在讀這一篇文章時，再想一想，你閱讀時是否非常依賴視覺追蹤和身體

移動互相配合呢？讀書時，眼球需要保持追蹤文章中的一字一句，頭部亦需要保持配合，左右轉或上下移動，去讓我們閱讀一行行的文字。前庭配合得不好，便會出現「跳字」或感知文字「左右」定向缺乏的狀況。

筆者認為音樂活動確實是一個絕佳又有趣的前庭鍛鍊活動，從而補足未發展良好的前庭覺。舉一個簡單的活動，家長在家亦輕鬆能做到。用一個波棒糖鼓（見下圖），家長拿着鼓，小朋友拿着鼓棒，親子一同唱自己熟悉的歌曲，每當唱歌時，家長的波棒糖會移動，當停下來的時候，孩子要敲打鼓一下。之後繼續唱歌，繼續移動鼓。動作中盡量加入讓孩子踮腳尖、蹲下、旋轉往身後、左右傾等大動作，這些動作非常有效地刺激前庭系統，音樂的開始和停止亦建立起動作指令的結構 (structure)，取代冗長的言語指令（「打呢度」「打果度」），讓孩子享受音樂的樂趣之餘，亦能好好鍛鍊身體。





免費教育資訊搜尋網站

<https://www.goodschool.hk>

[f https://www.facebook.com/GoodSchool.hk/](https://www.facebook.com/GoodSchool.hk/)

GoodSchool 好學校網站為一個免費教育資訊搜尋網站，我們除了提供學校及課程搜尋外，網站內亦上載了大量的教育界及不同學校的資訊，如《學校概覽》、《家長篇》、《升學篇》及其他學校主題刊物電子版、學校介紹短片、教育活動等資訊，讓家長可以從不同角度去了解學校，從而選擇最適合的學校給子女。

我們希望透過 GoodSchool 好學校網站，發放教育界「最新」、「最快」、「最貼地」資訊到家長和學生手上。

● 全港十八區學校資料

● 到校直擊 報導學校教學特色

● 免費教育雜誌及特色刊物電子版

請即登入 GoodSchool 好學校網站及上
GoodSchool Facebook 專業讚好！



37年教學經驗 | 愉快學習環境 | 培育幼兒全人發展



太陽島英文幼稚園

2022/23學年現正招生

自理能力 自學精神 優良品格



升小派位整體滿意率超過90% · 非牟利幼稚園 · 九間分校分佈港九新界
自2017/18學年起參加「免費優質幼稚園教育計劃」· 歡迎2021/22學年插班生申請入學

卑路乍街分校

電話：2818 7074
學校編號：552739

葵興分校

電話：2425 5003
學校編號：231347

葵景分校

電話：2426 8277
學校編號：231576

樂民分校

電話：2425 1303
學校編號：523526

港灣豪庭分校

電話：2553 6556
學校編號：555436

西貢分校

電話：2339 1145
學校編號：525731

土瓜灣分校

電話：2714 5545
學校編號：215678

東涌分校

電話：2420 1068
學校編號：555576

元朗分校

電話：2479 0116
學校編號：231010



www.sunisland.edu.hk



太陽島英文幼稚園

立即報名