



北角官立小學

家長教師會通訊

第53期
2022年7月

校址：北角英皇道888號

電話：2561 7130

傳真：2562 8814

網址：www.npgps.edu.hk

電郵：pta.npgps@gmail.com

顧問：張燕媚校長

編輯：黎月英副校長、黃藝婷老師、郭驊先生

副校長的話

學校一直致力培養學生的正向思維，讓孩子學習以積極的態度面對困難，以正向的人生觀面對未來挑戰。

除了營造關愛的校園，為孩子提供一個愉快的學習環境，逐步建立他們的自信外，學校還着重發展學生的品格強項。本年度，學校主要集中發展學生「勇氣」這個品格強項範疇。甚麼是「勇氣」？孔子認為「勇氣」是君子的特質之一。「勇氣」是一種情緒上的美德，面對逆境時不退縮，面對失敗時不害怕。在「勇氣」這範疇內的品格強項還包括：「勇敢」、「正直」、「毅力」、「熱情與幹勁」，發展這些品格強項均有助培養學生以積極的態度面對困難，讓學生能勇敢面對挑戰。

根據心理學家布特門(Putman, 2004)指出，發展孩子「勇氣」這範疇的品格強項，有助培養孩子的自信心，讓他們懂得如何處理負面情緒，也有助建立學生的個人自尊，從而勇於面對生活中的困難和挑戰。

因此，培養孩子們擁有「勇氣」這範疇的品格強項，是幫助他們面對未來挑戰的關鍵。家教會一直非常配合學校的政策，雖然疫情肆虐，但在有限的空間下發揮無限的可能，舉辦了一連串別出心裁的活動，讓孩子感受到家長、家委及學校的關心，讓孩子走出自己安全圈，充滿自信、勇敢地參與各項活動。

衷心期盼疫情早日減退，家教會和學校能為孩子和家長舉辦更多活動，讓家長繼續感受北官大家庭和諧關愛的校園氣氛。



黎月英副校長

副主席的話

這兩年因為疫情，大家都面對天翻地覆的改變，以及前所未有的挑戰。我們要具備什麼品格強項才能面對挑戰呢？

《孫子兵法》裏就有一句「二強相遇勇者勝」。當兩個真正強者爭鬥的時候，能夠獲勝的必將是那個有勇氣的人。因此，我們需要發展孩子「勇氣」這範疇的品格強項。勇敢是列於「勇氣」之下的美德。勇敢的人面對威脅、挑戰、困難或痛楚時仍不畏懼，會勇於面對挑戰，克服困難，增加抗逆能力，從而活出精彩的人生。

近年學童自殺個案屢見不鮮，真令人痛心！其實孩子在成長階段中，總會面對不同的挑戰、逆境、恐懼、失敗和沮喪等，作為家長或老師，我們是孩子的一面鏡子，我們要以身作則，面對問題不畏懼、不逃避，要積極解決問題。我們的鼓勵、支持和教導，為孩子克服恐懼起了重大的作用，憑着勇氣可以克服困難，亦可以避免悲劇的發生。

學校一直推行正向教育，但正向人生並不是只有正面，而沒有失敗和負面的經驗。正向人生當中有成功、失敗、歡笑、悲慘……都是非常正常的事情。正因為失敗無處不在，所以我們更加需要勇氣去面對。

疫情肆虐，但阻隔不了家教會對同學的愛和關懷。在農曆新年期間，家教會錄製影片跟家長及同學分享新年的喜悅和祝福。復活節期間，亦舉辦了「親子入廚樂」，以短片分享親子入廚的樂趣，讓大家在互聯網上交流。

黑暗的盡頭便是黎明，只要我們懷着一顆堅定的心、一份勇氣，便能迎來希望。疫情總會有消退的一天，我們便可以回復正常的生活，學校和家教會可以繼續為同學舉辦更多元化的活動，營造充滿愛、正能量、優質和舒適的學習環境，令同學發揮所長，振翅高飛，發光發亮。



林月秋女士
(4D/何臻熙 家長)

中華文化迎新春



到校長室拜年



到禮堂大團拜



遊圖書館



寫揮春



大合唱



遊籃球場

編者的話

承接上期主題，轉變一直是不變的現實，就如今年我們提早度過了一個相信是香港有史以來最涼快的「暑假」，估計大家都始料不及。我們都需要勇氣去面對難以預期的疫情發展。

勇氣的其中一個同義詞就是無懼，而人之所以「無畏無懼」，其中一個可能性就是對所面對的處境和狀況一無所知，不求甚解。又或刻意把害怕的感覺置之不理，所以才會「自信心爆棚」，甚至產生一種虛幻的自我優越感，繼而「勇往直前」衝鋒陷陣。然而，這只是無知莽撞，是一種認知偏差所致。

這種認知偏差由社會心理學家大衛·鄧寧和賈斯汀·克魯格於1999年提出，簡稱「鄧寧——克魯格效應」，英語叫DK Effect。簡單來說，就是無知者對自身的無能一無所知，於是高估自己的能力，同時低估工作或所面對挑戰的難度。相反，高技能者由於對該項技能熟悉，容易導致低估自身的能力，又會誤以為其他人都能夠輕易做到同樣的事。前者若接受適當訓練，可以提高其知識和技能，並且認知他們先前的無知程度，從而逐漸建立與能力合乎比例的自信。

一般人面對陌生的事情或處境難免會感到害怕，那是一種自我保護反應，作用是提醒我們注意突發或未知的危機。選擇無視這些不安全感，會導致低估風險而盲目冒險，結果焦頭爛額。

勇氣不應源自盲目無知，而是應該建基於對面對的狀況以及對自身能力有一定程度的掌握，並且通過反思分析，認清自己恐懼的成因，克服並排除當中不理智的恐慌源頭，有意識地評估並且正視風險，小心行事方為真正勇氣的表現。

面對疫情，我們同樣難免都會有焦慮和不安，這是自我保護機制告訴我們，要回應這些不安全感，例如學習正確解讀疫情相關統計數據，穿戴合適但不過度的保護裝置，既保持適當社交距離又不與世隔絕，即使受到感染仍然保持冷靜，謹慎地照顧患者等等，務求不讓恐懼凌駕正常生活，保持心境逍遙自在和理智，啟發孩子展現疫情肆虐下真正的勇氣。



郭驊先生 (1E 郭翀、4A 郭若天 家長)

親子入廚樂



2E 劉銘軒家長

感謝家教會在疫情期間舉辦「親子入廚樂」的親子活動，讓我有機會與孩子一起製作酥皮芝麻酥。學業固然重要，但孩子不能只顧著讀書，而忽略生活中的各種體驗。料理的製作過程如同一場遊戲，孩子尤其喜歡烘焙，享受揉捏麵糰過程中的樂趣！總而言之，我覺得「親子入廚樂」這個活動十分適合親子動手同樂。



1A 伍恩麒家長

好不容易渡過了第三個全民口罩拜年賀歲的年頭後，第五波疫情爆發再度襲港，我們又收拾心情，嚴陣以待等候政府宣布全民檢測、提早「放暑假」的安排。

當恩麒聽到新聞報道，指教育局宣布學校將全面提早「放暑假」，他高興得從沙發上跳起來，反覆問我們三次「真的嗎？不用上學？要放暑假嗎？」興奮的心情持續到步出校門的第二天，他就明白到這個假期的確不一樣。

在這個長達接近兩個月的漫長假期，雖然沒有強制「禁足」，但大家都嚴守社交距離，這個年頭的「特別假期」，盡可能安坐家中度過……

實際情況是小朋友根本不能出門，只能在家找樂子。感恩的是父母都有部分時間在家工作，讓這段日子多了點親子時間。

直到家教會舉辦了一個「親子入廚樂」的活動，我們一家人可以有機會製作一個「特輯」。恩麒在這過程中，不但可以訓練組織能力、專注力，而且自信心也大大提升了！

假期中，與學校的聯繫確實減少了，但在活動中，小朋友除了找到樂趣外，還認真地參與製作。這項「暑期功課」既好玩，又有創意，不但是一項親子活動，還令孩子們明白學校的多元活動可以非常創新有趣，願意更積極地投入！



2C 梁展霆家長

不停有人確診、停課，留家抗疫令大人和小朋友身心都不平衡。與其在家對著電子產品，不如做一些有益身心的事情。

平時我很喜歡做甜品，展霆一開始看到我在做，就覺得很有趣，會從旁幫忙準備材料，也會嘗試看我從網上抄寫下來的食譜份量和步驟。

有一天，他問我：「媽媽，學校有個親子入廚樂的活動，我們可以參加嗎？」我心想當然可以啦！做的時候，每一步他都很緊張地問對不對。其實放鬆心情，慢慢做，一定會成功的。當我們把麵團設計好造型後，就放進焗爐。展霆目不轉睛地看着焗爐內的變化，從一開始好小的一個麵團，脹起變大，再有一些爆開，然後「叮」一聲就大功告成了！他感到非常興奮！

這真是一個很好的親子活動，讓我和兒子的親子關係更緊密。





家長義工 再次開展



1C 馬晟晉家長

小朋友來到新的學習環境，想多點了解他的學校。我是一個在職媽媽，工作繁忙，但仍然希望參與家長義工活動，感恩碰巧有這個機會。

參與家長義工活動讓我與小朋友有多點關於學校的話題，他更有動機地跟我們分享日常在學校的事情，是否需要我們的協助等等。家長參與一些利他活動，能給孩子樹立一個學習的榜樣。

對父母和小朋友來說，優質的親子時間十分重要。今天，我是一個七歲孩子的新手媽媽；未來，還會當八歲、九歲……孩子的新手媽媽。在小朋友的成長路上，大家一起努力吧！



2C 吳語彤家長

大家好，因為家教會的關係，我有機會參加了家長義工活動。通過義工活動，我深刻地感受到家教會各委員熱情地投入工作，幫助家長更好融入到學校這個大家庭。希望疫情快點過去，家教會能舉辦更多活動，讓家長都有機會一同參與！



5D 林欣儿家長

在疫情籠罩下，無論學校、老師、家長和同學們都面對着前所未有的挑戰。停課期間，老師們花了不少心思和時間去製作各式各樣的教材、簡報和短片，透過網上實時教學，讓同學們能安坐家中，足不出戶也能如常學習，以實現「停課不停學」的目標。

我想對學校全體老師和各位職員在這段期間默默的付出和無私的奉獻說聲謝謝。另外，也感恩我有幸遇上一羣無私奉獻、積極熱心的家長義工們及家教會委員，即使面對「疫」境，仍盡心盡力，與學校攜手並肩，守望相助，一起發揮「家校合作」的精神，讓孩子們在充滿關愛的環境中健康成長。希望來年能戰勝疫情，所有活動順利舉行，擺脫口罩，重現笑臉。



家長義工帶隊



家長義工帶隊參觀前出席簡介會

2B 周芷蔚家長

7月14日是北角官立小學二年級學生到「香港文化博物館」參觀的日子。我很慶幸被學校邀請以家長義工的身分出席當日的活動。

在活動中，我感受到同學們的興奮和雀躍的心情，亦感受到老師們的關懷和愛護。

畢竟疫情已持續了一段日子，學校生活必然受到一定程度的影響。而是次的參觀活動既能夠提昇同學們對學習的興趣，又能夠了解香港的歷史文化，可謂「一舉兩得」。

最後，感謝校長和老師們在是次活動上的細心安排。整個活動流程非常順暢，亦令同學們擁有一個畢生難忘的旅程！



家長義工帶隊參觀沙田文化博物館



家長義工協助帶隊參觀圖書館



1A 呂鎮洋家長

七月十五日早上，我與老師和兩位家長一同帶領一年級同學到鯪魚涌公共圖書館參觀，與同學們欣賞了很多中英文立體圖書，也認識了不同的公共圖書館設施和服務，達到家校攜手合作的目的，更有助提升學生的閱讀興趣。

雖然是次參觀只有短短一小時，但是卻讓我更深入了解孩子的性格，對自己的孩子有更透徹的理解。經過今天難忘的校外活動，我和孩子不但增廣見聞，孩子也增進了和同學之間的友誼，確實獲益良多啊！



1D 賴栢衡 6B 賴衍澄家長

轉眼間，因為疫情，我已經兩年多沒有做家長義工，參與學校的活動。故今次能再次以家長義工的身份協助老師帶領小一學生出外參觀，心情感到特別興奮。

這班小一學生因為疫情已很久沒有參與校外活動，所以在這次的參觀中，他們都表現得特別雀躍，但亦非常合作，並遵守秩序。十分感恩，我能再有機會來到學校做家長義工，又可再見到一張張可愛的笑臉。而學校亦逐漸回復正常的校園生活，小朋友也可以開開心心地享受學校為他們舉辦的各項活動。

我很榮幸參與了三年多學校的義工工作，明白到家校合作的重要性。作為家長義工的我，因在學校裏的時間多了，與老師溝通的機會相對亦多了，我更了解子女在校園裏的情況，與他們一起投入校園生活中。

擔任家長義工不但令我獲益良多，更令我從中認識到一班志同道合的家長們。我們就像一個大家庭，互助互學。在往後的日子裏，我會繼續參與義工活動，希望能出一分力，為孩子們帶來更美好的校園生活。



聖約翰課程開展日期及時段

「聖約翰急救在線」網上課程在7月18日至

8月28日進行，請已報名參加的同學記得上課啊！