

校監的話

設計有效的學習目標

譚萬鈞教授

開學之初，同學們可有為自己訂下今年的學習目標呢？一個合宜有序的學習目標，能令同學們的學習顯得繽紛多采，並且事半功倍。

在制訂個人的學習目標時，同學們可要注意下列事項：

首先，同學該先檢視一下自己的學習情況，然後才針對現實境況制訂學習目標。有些同學可能會對如何訂定自己的學習計劃感到茫無頭緒，甚至顯得束手無策。假使同學們過往已有習慣制訂學習目標，那你可以從去年的學習目標著手，從中找出自己做得不足的地方，加以修訂、改善，並納入新的學習目標內；若同學們過往從不曾替自己訂立學習目標，那我建議你可以跟師長及家長們討論，針對自己的學習需要，從而設計出一個「合身」的學習目標。

其次，在同學訂定學習目標前，可要認真思考，要制訂的是一個己力能及的學習目標，而不是遙不可及的虛想；同樣地，太簡單容易而乏進取的所謂學習目標，也同時是失效的。那同學們該如何制訂一個有效的學習目標呢？當同學知悉自己的學習問題後，應預估一下自己的能力，可以進至何種水平；在訂定目標時，不妨把標準稍為提高一點，這是挑戰自己的一部份，達致目標時可增加成就感；但也切忌自視過高，不切實際的目標只會令同學產生挫敗感，反更不利於同學學習。

最後，同學應預計在往後進行學習，在邁向學習目標時所遇

到的困難，亦應審慎運用適合的學習策略來配合學習。例如在學習英文方面，不少同學可能會覺得比較困難，那麼同學們在訂定與這科相關的學習目標時，必先清楚自己的問題所在，然後考慮該用甚麼方法來處理這些問題。舉例說，資訊科技在現今社會十分重要，同學們可利用互聯網，在網上學習英語，令學習變得更有興味。當然，先決條件是同學們要懂得使用搜尋器，然後才可在網上進行學習。如果同學們能把學習上的絆腳石一一除去，學習便可見得更有情致、更見效率。

剛提及英語學習及資訊科技的應用，同學們也要多注意這兩方面的發展。英語是國際性的語言，它跟互聯網一樣，可以幫助同學去得更遠、走得更快，因此，同學該「主攻」學習，要開放你的眼睛、耳朵、嘴巴和腦袋，盡情在這年青時期，汲取及學習更多知識。常言道：「山不轉，路轉；路不轉，人轉。」。

同學們要謹記，學習除了要主動之外，也要靈活變通，再加上努力不懈，同學們必會學有所成，前途無限。



校長的話

養成自學的習慣

譚華漢校長

教育改革重視培養學生的自學能力。今日社會資訊瞬息萬變，知識日新月異，單靠以課本為主導學習的模式已跟不上時代需要。因此，這幾年間，在眾多場合，政府強調市民終身學習的重要。另一方面，資訊科技帶來極大的方便，只要你在任何地方，透過電腦上網，可以在網絡世界寫意遨遊，隨時與世界每一個角落聯繫，亦可以蒐尋於各個知識寶庫，飽覽群經發明，想要的東西，頃刻垂手可得。所以今天人類知識的發展，是幾何級數的躍進，若我們稍一停滯遲疑，便容易落後於人，與時代脫節。

中文、英文、數學、通識四科是新高中學制下的核心科目，也是培養學生自學能力的根基。毋庸置疑，語文是學習的基礎，良好的語文能力能使學習事半功倍。中、英語文是學生的母語和國際語言，要與大中華發展配合，更要與世界各國交流接軌，在全球一體化的趨勢下，中英語文越覺重要，社會對同學語文能力的要求更高。所以同學不要畏懼語文，尤其是英語，須知勤能補拙，只要掌握方法，培養興趣，持之以恆，終會打破學習的藩籬，看見自己的進步。

數學能提供各種創造、獲取、組織和應用資訊的方法，透過圖像、圖表、符號、描述和數據分

析，強化自己的運算、邏輯、關係、因果等訓練，能夠支援不同學科的學習。

通識教育科目是擴闊同學的知識基礎，加強同學對社會的觸覺，引發同學對各類議題的思考，鼓勵同學搜集相關資料，提出個人意見，運用不同學科知識對有關議題進行分析，建立自己的觀點，培養同學批判思考能力。

終身學習，與時並進，方可以提升個人的競爭力。因此，同學們需養成自學的習慣，知道怎樣學習，如何學會，如何學得更好。新高中課程帶領同學進入學習的新階段，是啟發同學潛質的一個良好契機，同學應不怕困難，大膽嘗試，終可找到人生的目標。



校長與同學進膳

英國文化協會
葉小姐正為同
學解述內容

學生學習片段 —

踏上青雲路之「雅思」

IELTS講座

江新明老師

十月十三日，本校應邀英國文化協會葉小姐及其三位導師前來為中六及中七同學講解 IELTS 國際英語考試的重要及其報考與應考方法。當天約一百二十位同學參與，大會更派發筆記，並即場教授應考時所注意的技巧，同學獲益良多。IELTS 國際英語考試無論對將來的升學及就業都非常重要，所以本校現積極鼓勵及協助有興趣同學應考。



IELTS 的工作坊中校長譚華漢正代表同學致送感謝狀

校長譚華漢鼓勵同學應考 IELTS 的重要



A fabulous corner

OUR ENGLISH CORNER

Mrs. Kathryn Woods

This year we have established a new area for our English Corner. In the past it has been held in the Library, but a small room on the fourth floor, now houses our English Corner.

It's a place for students to come to at lunchtime to practice their English skills and enhance what is taking place in the English classroom. The students can come along to the English Corner and sit on the sofa to read a book, they can play an English board game to enrich their English vocabulary or just have fun or they can practice their English speaking skills with others. As we build our resources, students will be able to watch short films and listen to music in English.

It's a great place for students to develop their English skills in an environment that is relaxing and conducive to using the English language. We hope that as many students as possible, will make use of this special 'corner' of our school.

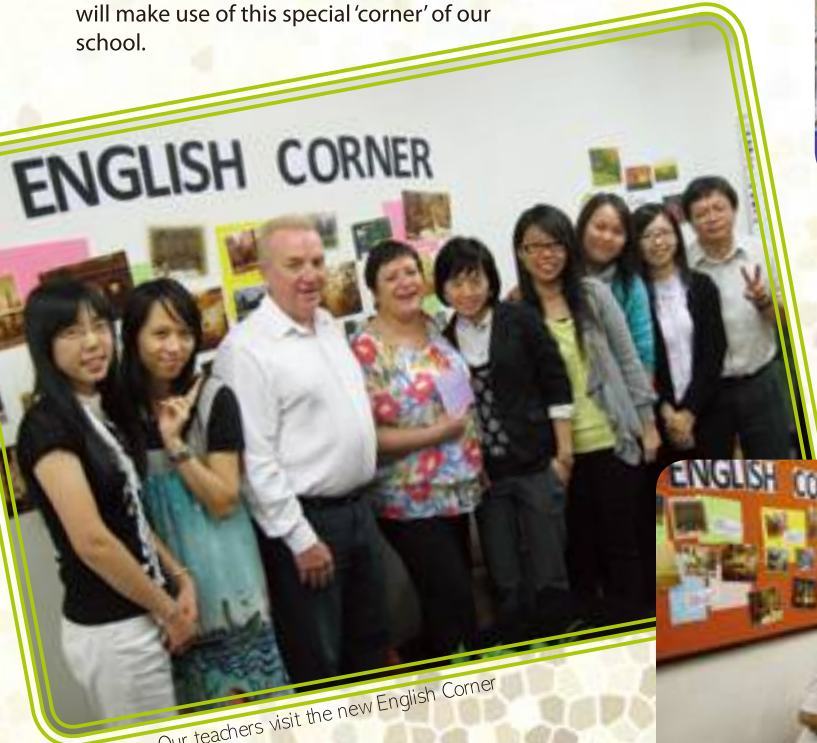


A resourceful bookshelf



Opening Ceremony in the morning assembly

A wonderful place to stay in



Our teachers visit the new English Corner

Students are enjoying themselves



Students have fun when they are playing scrabble

學生學習片段

2008-09年專題研習

劉玉珍老師

為了增強同學對祖國的認識與關注，2008-09年專題研習主題訂定為「邁向建國六十年的回顧與前瞻」。同學表現相當理想，學校更推薦了獲獎組別參與由香港教育局舉辦的「建國六十年專題研習獎勵計劃」。現回顧一下同學參與專題研習的學習情況！

冠軍 B1 組



亞軍 A1 組



季軍 B2 組



季軍 D1 組



台下的同學也熱烈地爭取回答題目的機會



同學專注地閱讀現代史書籍

同學間分享閱書的樂趣



參加問答比賽中一級同學代表，認真地回應題目

建國六十周年跨學科活動

劉玉珍老師

本學年適值我國建國六十周年，本校特在九至十月份進行了一連串的跨學科學習活動，包括：近代史書展、建國歷史專題展覽、慶祝活動建議書比賽得獎作品展板、「北京之旅」展板、問答比賽等等，希望藉此增加同學對祖國的認識和認同。



協助結業禮的嘉賓，老師和同學

學生學習片段

中一調適課程

陳綺梅老師

剛過去的暑假，雖因人類豬流感的關係，未能為新升上中一的新同學展開為期三星期的適應課程，但老師們也爭取在九月份開學前，以一星期的時間和同學爭取會面和解。時間不長，但也是優質和加強了解的好時光。



同學表演



家教會副主席與校長頒發獎狀給優異同學



新同學積極答問



頒發獎狀給同學，以作鼓勵

08-09視覺藝術作品展

3A 張嘉敏

“08-09視覺藝術作品展”已經暫告一段落，但那些傑出的藝術創作，仍然會不斷地在我腦海之中浮現；展出的作品，都是我家的家長、校友、師生們的傑作，創作的內容十分多樣化，媒介也多，包括：油畫、版畫、國畫、剪紙、書法……等，很值得欣賞。

其中，“英國人”、“夢想”、“昔日”都是我最喜愛的校友作品，就算遠看近觀都十分精細漂亮。更不能不

提的是“天水圍”，它的光與影，色彩層次分明，簡直令我大開眼界。

4B 吳子恩

我 校的“2008-2009視覺藝術作品展”中，使我欣賞到不同範疇的藝術作品，見識到不同的創作風格，感受到毅智的創意，身為其中的一分子不禁感到自豪。展品中的中國文化藝術，包括剪紙、水墨畫和書法，更能令我體會到中華文化的精神與博大精深。



家教會會員與嘉賓一起欣賞作品

同學的作品



老師與學生在作品前留影

健康講座—曾繁光醫生及羅羨儀博士

麥美珍老師

賞識新部落、健康人生路

4F 陳志成

—— 零零九年十月十七日(星期六)，我們4F一班同學到了九龍塘教育局參加一個講座。第一位主講嘉賓為曾繁光醫生—主題是「從容面對壓力，拓展正向思維」。第二位主講嘉賓為香港教育學院的羅羨儀博士，主題是「發展心靈基建、提昇身心健康」。

講座內容非常精采，曾繁光醫生講解壓力是如何產生和介紹不同的情緒反應。此外，他亦教導家長，如何用適當的方法去幫助子女減輕壓力，當子女有情緒困擾時，曾醫生建議他們在適當時候採取「勿理」治療，或與朋友分擔，共同討論教導子女的心得。

父母與子女的溝通非常重要，彼此有壓力的時候，必須要坦誠及互相諒解。今次的講座對我們有很大的幫助，提醒我們從容面對壓力，拓展正向思維及提昇身心健康。



曾繁光醫生風趣地主講「從容面對壓力，拓展正向思維」



啦啦隊比賽



嘉賓評班旗



跨欄健兒

2009-2010陸運會

劉代歡老師

本 年度的陸運會已於十月十二日及十九日圓滿結束。為了響應在港舉行的東亞運動會，我們邀請了校監譚萬鈞教授帶領運動員代表於開幕禮傳遞聖火。各參賽同學用盡全力，為求取得好成績；台上的觀眾也投入各項賽事中。嘉賓和同學們也渡過了難忘的兩天。



開幕禮時譚教授傳聖火給運動員代表



男子組跑步比賽

學生會活動

林啟東老師

學生會在零九年五月期間舉辦了蛋糕製作班。報名的同學十分踴躍，但由於場地的限制，只能容許20位同學參加，學生會在此向落選的同學致歉。學生會很榮幸能邀請生活與科技科張玉儀老師教授同學製作黑森林蛋糕，每位參加的同學都盡興而歸，帶著自己親手製作的蛋糕回家與親友分享，同時提升同學對烹飪的興趣。希望學生會在未來的日子能舉辦更多同類型活動，令更多同學受惠。



「我撐你」自我介紹



「百分百敢闖」自我介紹

唱票後大合照

學生會選舉

林啟東老師

第十一屆學生會選舉已於十月二十二日完畢。本年度共有兩個參選內閣，分別是由6A班同學組成的「百分百敢闖」及由6B班同學組成的「我撐你」。經過數星期的宣傳及兩次的答問大會，最後「百分百敢闖」於學生會選舉獲得267票，「我撐你」獲得766票，廢票共45票，總投票人數達1078人。在此恭喜「我撐你」能成為新一屆學生會，同時亦感謝「百分百敢闖」的積極參與，希望本屆學生會能秉承為同學服務的精神，繼續為同學謀福祉。



2009暑期見習計劃

楊靄雯老師

去年暑假，我校中五學生參加由元朗區中學校長會與香港專業聯盟合辦的「2009暑期見習計劃」。透過是次計劃，同學可親身到各專業發展領域實習，實踐平時所學，吸收工作經驗。同學不單學習各專業知識，更學懂與人相處的技巧，上了寶貴的一課，實屬難能可貴。

揭幕禮後大合照



同學們製作蛋糕的情況



同學們的製成品



雷副校長於學生會揭幕禮講話



學生活動片段

「鳥類與濕地」攜手繪出健力士世界紀錄

陳綺梅老師

香港濕地公園於2009年10月17日，集合二千名學生及市民參與『鳥類與濕地』攜手繪出健力士世界紀錄的壯舉。本校視藝科的簡筍堅老師和陳綺梅老師帶領四十位同學響應和成為一分子，於香港濕地公園攜手合作繪畫出一幅長達一公里，以「鳥類與濕地」為主題的畫卷，此活動將尋求打破健力士世界紀錄。而譚華漢校長更到場支持我們。完成的畫卷將會在香港濕地公園展出，以喚起大家關注保護鳥類與濕地。



在烈日下作畫



好長的畫！



全體參與的師生



校長和美術老師齊參加



留下珍貴時刻



破紀錄的見證

升學就業之踏上青雲路

參觀香港城市大學資訊日

江新明老師

為讓學生接觸多方面的升學資訊，本校安排中七級學生於十月十七日參觀香港城市大學，出席該大學舉辦的資訊日。當天有文、理、商的各系升學內容的簡介，更有專人作出主題演講。透過此參觀，同學也非常享受這半天的大學校園生活，再且對於他們未來升學就業，也有著非常實用的參考。



城市的學生角色扮演，惟肖維妙



參觀香港城市大學師生大合照

老師培訓活動

Training for TJCEC English Teachers

Ms Law Ka Man Carmen

Lifelong learning is not just a goal for our pupils, but particularly for us – TEACHERS!!

Before the commencement of this academic year (2009-2010), all English Teachers have already attended FOUR teacher training workshops –

- 1) Learning English Through Popular Culture held by British Council
- 2) Check / Mark My Word which is a very user-friendly software for students to improve their writing
- 3) Using Smart Board in teaching English
- 4) Skills in teaching phonics.

We are all pleased to further equip ourselves to face any challenges in the future!

The whole department takes a photo with the speaker



The guest speaker is introduced



English teachers have fun in the training



Practice activities for teachers

聯校老師培訓日

鍾婉嫻老師

每年暑假的尾聲，本機構三校的老師都會聚首一堂，進行「聯校老師培訓日」。當天，三校會互相交流學校的行政管理及教學心得，達到集思廣益的目的。機構亦不忘嘉許每年於公開考試，為學生爭取到好成績的老師，以肯定同事的教學成就，而獲獎同事亦會作教學經驗分享，傳授「奪A心得」！

機構尤如一個大家庭，同事每有喜事，都會表示恭賀，令培訓日當天洋溢著喜氣洋洋的氣氛。



高考成绩100%超越全港合格率的經濟科劉穎君老師，分享她的教學心得

本校全體行政成員及八大學習領域科主任

各同事新婚之喜，恭喜！恭喜！

各同事添丁之喜，恭喜！恭喜！



本校於會考及高級程度會考成績超越全港合格率的任教老師



老師培訓活動

教師表揚分享會

梁頌欣老師

家教會委員感謝老師一直以來的努力

教育工作細水流長，當老師得到別人的認同時，往往產生強烈的滿足感。有見及此，本校每年也藉分享會表揚老師在過去一年的優秀工作。今年我們除了繼續發揚互相欣賞的文化外，還透過小組活動，加入了團結團隊的元素。這些活動不但增進了老師間的感情，還營造了團結的氣氛。



老師在團體活動中顯團結

得獎組別



聯校教師表揚晚會

鄭詩雅老師

一年一度的聯校教師表揚晚會已於十月九日舉行。機構裡的老師當晚盛裝出席，場面熱鬧。機構更邀請了家長分享老師在學校的重要性；而校友則分享他們當年在學時與老師一起學習的經歷，溫馨的感覺滿溢全場。當晚的高潮便是校長會的表演。他們把在場每個人的情緒帶到另一個高峰。

校監和校董落力演出

校長表演投入



受表揚老師的相片



校監、校董、校長及家教會委員合照



頒發加許狀給受表揚老師



校長會的話劇表演，表揚機構的老師

家長通訊

家教會活動剪影

中一家長與雷志康副校長於美食聯歡會暢談親子溝通的心得

2009年十月教師表揚日

本校家教會主席連同三位委員出席本校一年一度的教師表揚晚宴，當晚，家長送上糕點及委員們合力縫製的心意卡，感謝本校一眾老師對學生的關顧、以及校監譚萬鈞教授及校董容麗珍女士對教育作出的貢獻。

2009年十月運動會義工（派飯、班旗及啦啦隊評判）、家長學生老師競技

十月份一連兩星期一為本校學生運動會，家教會家長委員熱心參與當日義工服務，包括協助分發飯盒，擔任班旗及啦啦隊評判及頒獎嘉賓。另外，運動會舉行了競技環節，不少家長到運動場與孩子合作完成競技項目，場面溫馨愉快。

2009年十至十一月
中一及中二級美食聯歡會

為聯絡家長間的情誼及加強老師與家長的溝通，家教會於本年組織各級美食聯歡會，中一及中二級已分別於十月及十一月舉行，數十位家長、學生及老師分享美食之餘，亦暢談學生上課情況、交流親子相處之道等，歡度了兩個愉快的晚上。中三及中四級聯歡會將於一月及四月舉行，歡迎各級家長把握機會，加深認識子女在校表現及與老師的聯繫。

活動預告
2009年十一月二十三日至二十四日
家長義賣籌款

本校家教會家長一向關顧學校發展及學生學習，故每年自發舉辦午間籌款活動，由家長委員捐獻物資、自製飾物作義賣，款項所得全作資助學校發展，如改善資訊科技設施、資助學生參與課外活動等。本年義賣活動於11月23至24日中午十二時至一時半進行，誠邀各家長到校支持。



家長、班主任與學生於美食聯歡會中拉近距離



家長與子女在競技環節表演非常投入



父子齊心完成競技遊戲，場面融洽溫馨！



其他學校消息

名人學術講座 談中華文化與 東亞文明圈

黃志強老師

本校日前舉行了一場名人學術講座，是次講座邀來北京大學比較文學與比較文化研究所所長嚴紹盪教授主講，講題為：中華文化與東亞文明圈。

嚴教授指出，「中華文明與東亞文明共同區」形成和發展的歷史事實昭示我們，多種生存於本土文化中的文明，只要在平等祥和的環境中，不以謀取本國私利為目的，不以經濟、政治和武力相威脅，堅持文化與文明的互動，人類的文明就能夠克服各種困難和斷裂，獲得持久的發展。這一具有「普世」意義的文化經驗，對於推動二十一世紀的新文明的創造，應該具有積極的意義。

是次講座的内容雖然層次較深，然而出席的同學們均用心地聆聽，仔細端詳，對中七的同學來說，實在是上了一堂充實又具思考的一課。講座後，一眾老師和同學們再與嚴教授一起作進一步深入探討其他一些中國文化的課題。今次的講座，實在令同學及出席的人士獲益良多。



同學與嚴教授對話



嚴教授、校長、負責老師和同學



譚校監致送紀念品給嚴教授

其他學校消息

同學和嘉賓參觀天台

天台綠化計劃

馬明湛老師

校園環保一大步

3B 杜子樂

環保與我們每一位的生活都是息息相關的，如果我們只求一時之快而傷害了我們絕無僅有的地球的話，最終，受害者不會是別人，而是我們自己！故此，我們應當盡力去保護地球。我們可以藉著參加學校的「校園美化小組」來了解環境保護，更可以藉著在校園內種植不同的植物，而身體力行地實行環保；讓我們的視覺更舒適，同時，植物亦能夠吸收二氧化碳，釋放氧氣。地球的命運在我們手中！為了踏出做個環保人的第一步，學校向環境及自然保育基金申請資助。

幸運地，學校得到環境及自然保育基金撥款60多萬，資助進行天台綠化工程，發展空中花園。工程是在禮堂天台(除空調通風口外)進行粗放式綠化；主要是種植草本植物或是矮小的灌木，同時，亦利用不同顏色的植物來砌圖。

天台綠化的好處：

- 改善熱島效應：植物可以吸收熱能，有助散熱。
- 降低建築物頂層溫度：減低使用空調所耗的電能。
- 美化環境：可以用植物砌圖，製造悅目環境。
- 吸收大氣中塵埃：淨化空氣

本校的天台綠化工程已經完工。學校希望透過天台綠化工程，提升同學對環保的興趣及使同學注意地球暖化的危機，從而成為懂得愛護地球的好學生！



天台綠化後初期的相片



環保天台初期照



裝飾後的空中花園

