

校監的話

# 新年新希望

譚萬鈞教授

——零一零年，一個新的開始。家家在過一年前也會檢視一下自己的家居，作一次大掃除，務求令自己的家有煥然一新的感覺。在整個過程中，同學有沒有準備為自己過去一年的生活作一次檢討呢？

首先，同學必須檢視自己的健康。綜觀香港大部份學生的飲食和生活習慣，發現他們多愛吃糖果、喝汽水、喜歡煎炸食物，作息不定時和缺乏運動。這些不良的習慣，往往會導致很多不容忽視的健康問題。身體像一部機器，若不好好保養，這台機器很快便要報銷。同學從今天起，應多吃健康的食物。同學不妨於每天一早空肚子時喝一杯暖開水，及吃早餐，令休息中的胃部和腸臟甦醒，以應付一天的學習。加上適當的運動和充足的睡眠，同學的健康定能有所改善，精神更能集中。整個人便有生氣和活力，思想更正面。

有了健康的體魄，同學在學習上便能事半功倍。同學在學業上對自己有要求嗎？上年訂下的學習目標做到了沒有？若仍未達標，你便要對自己有更更高的要求，不可滿足於現狀。學習有如行舟，不進則退。勤學是在學業上爭取卓越成績的不二法門。

除了健康和學業外，同學亦須審視自己的人際關係。人際關係指人與之間的融洽互動。良好的人際關係，不是奉承依附，人云亦云；卻是坦誠相對，溝通了解。與別人溝通，能消除不必要的誤會，減少矛盾的產生。在這個以人為本的社會，良好的溝通技巧，有助營造關顧的社群，確保身心健康。

總括而言，同學在健康、學業和人際關係上也該有所追求。希望同學對自己的要求不斷提升，務求「超越自己」。



校監的臉上不禁露出喜悅之色

校監授勳童軍總會的銀龍勳章，Miss Yung也在到場支持



譚華漢校長

**剛**過農曆新年，春回大地，萬象更新，喜氣洋洋，祝願各位同學學業進步，精益求精，身心健康。俗語云：「一年之計在於春」，意即年首是一個好開始，每人都需要為未來一年立定志向，努力不懈，為實現自己的目標而奮進，毋浪費寶貴光陰，以致到年終發覺一事無成，徒嗟空嘆。

同學們趁此機會檢討過去的得失，做得好的地方需要鞏固強化，並且更需要在未來日子再創高峰，避免「不進則退」的毛病。若然發覺不足，需要立刻找出毛病所在，對症下藥，盡快補救，才有改善機會。

經常在校園與同學接觸，閒談間發覺不少同學對學習甚有困難，尤其是中英語文，同學付出了努力，卻見不到進步，有時深感氣餒。我們經常說語文學習離不開多讀、多寫、多聽、多講，要主動創造學習語言的環境，並且要培養對學習語言的興趣。語言學習不可能一蹴而就，需要每天練習，持之以恆，專心浸淫在學習環境中，日積月累，才見進步。語言學習需要自己主動，不能單靠老師上課教授，要接受學習時有錯誤，這是正常現象，不畏別人取笑，不輕易放棄，有毅力決心從錯誤中改正，勇於嘗試，漸漸就會看見自己進步，這是學習應有的態度。

要學習有效是需要有恰當的方法，例如閱讀的方法、思考的方法、記憶的方法、研習的方法、甚至應試的方法。要掌握當中的竅門，學習就會事半功倍。同學也需要不恥下問，多向師長們請教，協助解決困難。另一方面也需要多與同儕溫習，互相鼓勵，互相支持，啟發鬥心，我相信會無堅不摧，困難終會迎刃而解。祝願各位同學：學海無涯，惟勤是岸。

## S1 English Inter-class Competition

Miss Li Dai

On 8th December, 2009, an interesting and exciting English inter-class competition was held in Form One. Three competitors for each class participated in the competition including the compulsory and extended rounds. Finally, Class 1A won the championship, Class 1C won the first runner-up, Class 1B won the second runner-up and Class 1E won the active participation award respectively.



Participants are listening to the questions attentively



Representatives from 1A



Getting ready for the competition



Teachers and students are playing board games.

## Our English Corner - A Great Place to Be

Mrs Kathryn Woods

welcome. Many students have been attending to meet the 'new member' to our school and learn some new games and activities.

Quite a number of our senior form students have taken the opportunity to come to the English Corner after school. Some have come to ask questions, some to talk about local and world-wide topics or just speak about general issues. Whatever the reason, it has already proven to be an asset in the school, as it provides the students with the chance to speak and practise their English, which is often lacking beyond the school walls.

After the First exams and the Mock Exams, we anticipate more senior school students coming along to the English Corner after school to take up the challenge of practising their English. All students are welcome at any time. We truly hope to develop this initiative over the coming years, so as to promote further English use in the school. We want to have the English Corner buzzing with the sound of many students chatting in English, playing English on-line games and laughing with enjoyment because of what they are learning, what they are saying and what they are achieving!

The English Corner is being well used by the students, who enjoy coming along to learn and practice some more English by playing games, reading newspapers and magazines, getting help with English vocabulary and practising English speaking skills. By coming to the English Corner students really do face the challenge of having to use English. It is difficult for many of them, but those that want to do well and succeed in English realize that it is an important and integral part of their learning. And so they come along to the English Corner.

The most important thing about the English Corner is that it is relaxing and students are free to come and go as they please. There are no constraints in this room. This atmosphere allows students the opportunity to have fun with their friends, while learning at the same time.

Recently, Mr. Donald Woods became a new member of our school. Don is a native English speaker and leads the English Corner at lunchtime three times per week and two afternoons after school. This addition to the staff and the English Corner has been most

Let's read Puzzle Island together!



Students are sitting in a comfortable room to have fun in English.



## 讀萬卷書不如行萬里路 紹關遊學團

林淑媛老師

—— 零零九年十二月二十七日至三十日期間，  
—— 我們的同學參加了本學年度的紹關遊學團。同學參觀了馬壩人遺址及紹關武警學校等名勝古蹟及紹關內著名的地方。同學對那些事物嘖嘖稱奇，顯得份外有興趣。另外，同學探訪了楓灣的貧窮小學生。眼見那些小學生在簡陋的學習環境下仍能專心上課學習，我們的同學不禁對他們肅然起敬。是次旅程給同學新的學習體驗，希望同學好好珍惜以後每一個學習機會。

參觀馬壩人遺址



參觀紹關武警學校



探訪楓灣貧窮小學生



日本人的新穎科技 - 機械人



最新的跑車



廁所？

## 日本遊學團

陳卓婷老師

—— 零零九年十二月中，我們毅智的同學，連同伯裘、匯知共三十二人，到了日本東京遊學一個星期。今年的主題是「日本科技與文化」，所以我們到了不同的科學館、未來生活館、航空館、汽車館等參觀。見識到日本的高新科技，大開眼界；此外，我們也有機會跟當地的中學生交流，深深感受到日本人做事認真、謙恭有禮，是我們很好的學習對象。



我們的同學

## 中三級廣州遊學團

鄭筠壁老師

為期兩天一夜的中三級廣州遊學團於新年伊始一月十九日至二十日舉行。是次活動的主題是了解廣州、深圳、番禺等地的建築文化。首站餘蔭山房，園內的一草一木，一石一鳥都像從古代走出來般，同學們都忙於拍照，臨走的時候不忘吃一碗地道的薑汁撞奶。

緊接的廣州大學城印象園，更令同學流連忘返，彷彿置身電視城的古裝街一樣，同學看見人力車，平時素來不愛運動的小胖子也趁機伺候老師，讓老師舒舒服服地坐在人力車上拉了好一段路呢！

另類建築如西關大屋、廣州東方賓館、五仙古觀等都各有各特色，原來，單是一個主題一建築，也可以這麼不簡單！



在廣州大學印象園內擊鼓鳴冤



原來橫樑上有一副對聯

餘蔭山房內的棋局



動手翻開古井

這麼專心  
在看什麼



我們的佳作，美觀嗎？

## 「創造傳奇一刻元朗區視藝展」

簡笏堅老師

為慶祝及支持東亞運動會在香港舉行，元朗民政事務署特別聯同香港青年協會主辦「創造傳奇一刻」東亞運動會壁畫創作活動。我校是20間參與活動的其中一間中學，於09年11月7日的上午在元朗鳳琴街體育館進行創作活動，共有13位中四級同學參與是項活動。同學合力創作的壁畫，現在已懸掛在元朗大橋街市的入口處。歡迎各位到該處欣賞。



我們的同學正準備參展作品



出席視藝展的師生



校長也到場支持

## 數碼攝影班

黃宙學老師

為提高同學對攝影的興趣，本校的校園電視台於去年十二月舉行了為期兩日的數碼攝影班。於是次活動中，同學們能夠親身試用不同類形的相機及鏡頭，以及學習一些基本的構圖技巧，而同學們當日拍攝的作品更有機會於家長日期作展覽分享。



同學正嘗試老師剛教授的攝影技巧



同學們十分專注呢！

導師以實證教授攝影技巧



活動後檢討



紀律訓練

## 中一共創成長路活動 - 挑戰營

張利民老師

青少年踏入青春期，面對其生理及心理的轉變。在種種改變下，青少年需要足夠的抗逆力，才能面對各種逆境，以建立明確的自我觀念。本年度，本校繼續獲香港賽馬會撥款贊助，推行名為「共創成長路」賽馬會青少年培育計劃。透過多元化活動，讓同學有全面的發展。本校於一月舉行兩日一夜的挑戰宿營，培養學生抵抗逆境的能力、建立積極面對困難的信念及加強學生間的合作團結精神。



專心聆聽



集體遊戲

# 學生學習片段



同學正等候量體高



同學很關心自己的健康



老師同學齊參與

## 健康月

馬明湛老師

為鼓勵同學多關注身體健康狀況，綠化組於十二月十六至十八日期間為同學量度血壓、心跳及量度身高體重，並為同學們計算BMI，同學們反應熱烈。由此，可證明同學都關心健康，因為大家知道有好的身體有利於努力學習。



服務生替同學量身高和體重



看!參與同學踴躍



齊來量血壓



服務生替同學量身高和體重

## 捐血日

林碧嘉老師

十二月為學校的健康月，為了響應是月的主題，我校與香港紅十字會於十二月二十二日舉行了捐血日，以提高香港青少年對健康的關注。是日有超過一百位同學參與捐血活動，可見同學知道捐血除了可幫助有需要的人外，還能更了解自己對身體。當日亦有家長出席是次活動，實在是同學們的好榜樣。



同學支持對捐血活動



同學正愉快地等待捐血呢!



同學正填寫捐血表格



捐血時的情況

## 閃避球大賽



中六級的同学作賽

在十二月我們在同學們的熱烈支持下，終於成功舉辦學生會的頭炮活動——熱血閃避球大賽。是次活動同學都十分投入去參與，並且樂在其中。除了得到同學們的支持外，還可以邀請到學校老師與同學們，一起暫時拋下工作及煩惱，全力投入於是次的活動中。

同學們在比賽後也明白到「友誼第一比賽第二」的道理。這才是活動背後真正目的。學生會的成員能夠在第一次的活動中便能如此成功，加強了不少我們對同學提供更多元化服務的決心。希望下一次的活動也會得到同學的支持，能夠比這一次做得更好！



敵方氣勢凌人



同學準備開球



中二級的同学作賽

5D班的班主任與全班同學一起表演，很是溫馨



## 聖誕才藝比賽暨聯歡會

學生會會長6B 楊楚欣

是次活動於2009年12月23日順利舉行。同學們都踴躍參與，希望在表演台上大顯身手，展現自我。活動內容包括低級組班際歌唱比賽、高級組才藝比賽，當中亦有聖誕老人抽獎環節及嘉賓表演等，節目非常豐富。台下同學亦投入地參與其中，欣賞各參賽同學的精彩演出，掌聲與歡呼聲源源不絕，令場內氣氛熱烈高漲。雖然是次活動籌備時間緊湊，參賽同學未必有充足時間準備，但學生會十分感謝同學們的熱烈參與，同喜同勝各同學。



5D鄭子依同學的歌唱表演令全場觀眾拍案叫絕



中七級的同学投入演出



舞蹈組表演



同學的跳舞表演，獲得全場掌聲



樂器演奏



樂隊表演

工作人員大合照





每年踏入11月，正值秋高氣爽之時，亦是學校舉行秋季旅行的好日子。

本學年學校旅行已於去年十一月二十六日舉行，本年旅行地點共有五個，根據班級人數安排到不同地點旅行，目的地分別為保良局大棠渡假營(日營)、大尾督郊野公園、鶴藪郊野公園、北潭涌郊野公園及屯門蝴蝶灣燒烤場。師生們難得在大自然環境中聚首一堂，大家都渡過了一個愉快的旅行日。



1B的同學在玩繩網



5C的同學



5D的同學

## School Visit of Jianmun English Teachers

Miss Law Ka Man

It was so glad to have the visit of Jianmun English teachers from 30th November to 2nd December. During these three days, we had the opportunity to share our teaching experience through conferences and more practically, we shared our teaching strategies by observing each other's teaching the same topic in different classes.

After their visit, we know more about how teachers in Mainland China prepare lessons and how they put different pedagogies into practice. It was really a great and impressive experience to me!



鄭詩雅老師

—— 零零九年十一月八日是童軍大會操的日子，也是本校校監譚教授的大日子。在大會操時，童軍總會向譚教授頒發銀龍勳，以表揚其長期對童軍運動的優良及超卓服務。譚校監現任香港童軍總會訓練委員會主席，他對童軍活動的支持，實是值得讚賞。



到場祝賀校監的師生朋友們也替校監高興



校監莊嚴地等待授勳



校監宣誓時喜上眉梢

# 家教會活動及預告

嚴詠芝老師

本年度家教會舉辦過大大小小不同的活動，留下不少美好的回憶，讓我們再一次回顧當時的情景……

自九月開始，一眾家長委員利用逢星期二的家長聚會及空餘時間，親製大堆精緻又富聖誕氣氛的吊飾，準備於十一月份的午膳時間進行義賣活動，籌得款項作全數資助本校學生的課外活動經費，例如購置新的活動器材、聘請導師等，以讓毅智的每一位同學得到更多發展個人潛能的機會。

零九年十一月二十日，第十屆家長教師會委員選舉暨就職典禮在莊嚴的氣氛下順利完成，由鄺玉蓮女士新任本屆家教會主席，鄺女士一向踴躍參與本校義工服務，與一眾家長委員關係融洽，定必能帶領委員舉辦更多家長活動。

零九年十二月十九日，家長教師會委員們參與本校機構之萬鈞步行籌款，在終點伯裘書院設立攤位，義賣家長委員親自編製的頸巾、飾物及美食，為完成步行活動的同學及嘉賓送上溫暖，當日義賣的款項相當可觀，有賴各家長的努力及同學們的熱烈支持。



同學們為親友選購聖誕禮物



家長委員們在終點為完成步行籌款的嘉賓、同學獻上熱騰騰的美食



家長們為老師送上自製美食，共賀聖誕



家長親製飾物在午間進行義賣，為學生課外活動籌募更多經費



新一屆家長委員與校董容麗珍女士感情融洽，仿如一家人



譚華漢校長感謝家長熱心準備攤位籌款

# 校友會活動及預告

師生共聚，齊參善舉。

## 校友師生齊創善舉 江新明老師

本十二月十九日，本校舉行慈善萬鈞步行籌款。參加者於上午九時三十分在香港濕地公園(天水圍)舉行開步，隨即進入濕地公園，最後以伯裘書院為終點。步行者到達目的地後更可參加各項攤位遊戲。今年本校校友會的攤位主題是“聖誕新春，校友齊歡”。校友師生門共創善舉。校監、校董、Ms Yung及校長等也全力支持，使校友會的籌款活動也生色不少。

另外，如有校友希望加入校友會，可致電24472322與江新明老師聯絡。



Ms Yung，本校的校董，全力支持校友會善舉



校友的全力參與，使善款節節上升



蔡sir，(蔡熾昌先生)與聖誕老人(5C陳仲熾同學)齊來支持。

## 萬鈞教育基金步行籌款 一絲一毫 鼓舞人心

陳綺梅老師

「萬鈞教育基金步行籌款」於2009年12月19日圓滿結束。當天的步行路線獨特之處是以「濕地公園」為起點及遊覽點，讓參與者有機會親近大自然。

參與者除了身體力行，更慷慨解囊，為「天水圍的孩子」獎勵計劃及機構學生，籌得可觀的善款，把「人人可教」的理念和愛心延續至天水圍的每一個角落。



「天水圍的孩子」頒獎典禮



我們的同事在義賣攤位留影



步操管樂隊表演



開幕禮



小學同學參觀本校  
後一眾師生來個大合照

## 升中講座及升中觀校日 一切為了學生 為了一切學生

麥美珍老師

在毅智這個充滿關愛的大家庭裡，老師教導同學要懂得「自愛、自學、自律、自尊、自強、自信」。同樣地我們亦希望小學的家長及同學能更加認識本校。每年我們都會舉辦多次的學校簡介會、升中講座、中學生活體驗日及升中觀校日等活動。今年的升中講座特別邀請了二位資深的小學校長作主講嘉賓，他們分別是佛教榮茵學校杜家慶校長，他向家長及同學介紹「升中電腦派位的方法及選校策略」；另外一位是潮陽百欣小學林碧珠校長，她指導家長及同學「如何選取適合子女的學校及升中面試的準備」。此外，在十一月份的升中觀校日，有二百多位家長及學生參加，場面非常熱鬧。總括來說，每項的升中活動都吸引了很多小學家長和學生參加，他們都反映每次出席都獲益良多，而且透過與本校老師的溝通及參觀校舍等活動後，他們更加認識本校。



小學同學親身體驗本校  
English corner  
的英文遊戲

升中觀校日  
看！多壯觀！



譚華漢校長致送紀念品  
給杜家慶校長

譚華漢校長致送紀念品  
給林碧珠校長



## 日本外賓到校

趙兆維老師

在本年的一月十二日，一行十五人，來自日本關西區的中學老師到校參觀。這次參觀的目的是希望藉此了解香港教育制度和不同科目的課程內容。參觀完畢，他們還期待日本的學生能到本校交流，享受及體驗香港校園的生活。



港日老師大合照

我們的學生  
大使與日籍  
老師合照

蕭先生與家  
長會面

## 家長們的愛讓管弦樂團成立了！！

吳詠芝老師

本校與伯裘書院承蒙香港青年音樂訓練基金(MOY)支持正式成立管弦樂團了!

2009年12月18日晚上是管弦樂團家長晚會，基金會主席(前規劃及環境地政局局長)蕭炯柱先生與太太蕭黃樂怡女士親自蒞臨本校與家長會面，講解他們支持管弦樂團成立的目的是為了透過音樂訓練，激勵青年人努力學習、追求上進。

猶記得那天晚上天文台正發出寒冷天氣警告！我有些擔心大家因為冷都不來了。電話回覆的時候，有些說：天氣好冷啊，不來了；有些說家中有小孩要帶，來不了！

結果，真的讓我好感動！有些家長在晚會開始之前45分鐘就到達會場了。家長當中有帶著家中的小寶寶來出席的、有拋開家中繁忙家務來出席的、有打工為了妹妹交音樂學費的姊姊、也有年邁的爺爺為孫兒捱冷出席、也有父母

二人一同出席的！甚至之前說因為冷而不來的，結果都來了！背後的動力還不是因為出於對子女的關愛嗎？

我要代我的學生們向家長說聲感謝！因為您們對子女、對弟妹的愛，管弦樂團得以在愛中順利成立！

成立之後到現在已經兩個月了，在這兩個月裡面，團員都忙著節奏及手眼協調訓練，為著參與MOY週年匯演而準備，大概你們在閱讀這篇文章的時候，就是我們表演的日子了！（按：表演日在2月28日）

你也許會問，只訓練了兩個月就有表演了嗎？對！管弦樂團的同學必須有心理準備，表演的機會會很多啊！有些甚至是境外演出！

最後，衷心希望大家繼續支持我們這個初生嬰兒—伯裘毅智管弦樂團。



父母的愛戰勝了寒冷天氣