



林德明
家教會主席

主席的話

大家好，本人想藉著新一期的家長通訊，向各新生及舊生家長們說一聲：「St. Joe歡迎你」。

每當執筆寫這番主席的話時，總是百般滋味在心頭：當中不乏甜、酸、苦、辣。甜就是看眼兒子在這所充滿愛的校園快樂地成長。酸的是適逢青春兒子的反叛，父子間彼此互相角力及鬥智、鬥謀。苦與辣便是要面對考試測驗的壓力，雙方也總是陷入苦戰中。

在這個人生旅程中，我相信作為學生的你，或是家長的你？也會身歷其境，但這種滋味正好為自己上了人生寶貴的一課。我總是希望這些均能引領你們找出人生的目標！

聖若瑟英文中學這個大家庭，令我感受到大家無分彼此，共同合作與關愛，以達至力學不倦。其實，學習不單只在求學階段，而是一生中也應抱著學海無邊的精神，這才能樂在其中！

由小學到中學，本人有幸為家教會出一分綿力，令我感受到St. Joe這個團隊精神，當中不斷努力及尋求突破，令我及兒子得益不少。除此之外，我亦在此感謝各家教會委員過去一年無私的奉獻，以至各活動才得以順利完成！

本人藉此希望大家作為St. Joe的一分子，都能以校訓：「臻於至善」，並以「力行仁愛」的精神服務社會。

校長的話

各位親愛的家長：

光陰飛逝，轉眼間，在聖若瑟英文中學服務經已接近五年，與家長教師會合作無間。在主席的帶領下，舉辦的活動項目既豐富，而且多元化。家長教師會無可置疑成為學生家長與學校間的重要橋樑，更是學校在培育學生方面的重要伙伴。

每年除了三次的恆常會議外，家長教師會的委員及義工亦會抽空到校，參與學校的各項活動，當中包括「小學升中家長講座」、「中一新生暑期適應課程」、「親子旅行」、「陸運會」、「中秋聯歡」、「水運會」、「聖誕聯歡」、「家長學堂」、「元宵攤檔」、「學校週年慶典」、「校友活動日」、「新春團拜」、「畢業禮」及「散學禮」等，在建立家校合作關係的同時，亦進一步瞭解學校的發展方向，並適切地與學校溝通，提供了不少意見。

近年，學校積極制定「六年一貫」項目，透過「學生培育」、「STREAM教育」、「宗教及心靈教育」、「訓育」、「服務學習課」、「世界文化體驗」（學習交流團）、「社會參與」、「生涯規劃」等各方面，除了實踐天主教教育的五大核心價值（生命、家庭、真理、愛德及義德）外，更幫助學生擴闊學習視野、培養互信互助精神、建立友好人際關係、認識社會時事、掌握世界科技發展資訊；更重要的是，為學生建立「積極」、「正面」及「主動」的學習態度。

此外，為了增加學生對世界各國認識的機會，我們除了舉辦外語班（西班牙文、法文、日文、德文外，本年度更引入俄語）外，更為學生們開拓海外升學出路，令有志在日本、台灣、韓國、歐美及加拿大升讀大學的「畢業生」有更多選擇。值得一提的是，教師們更積極舉辦跨境及海外的文化學習交流團，從而讓我們的「St. Joe仔」增廣見聞，以實踐「讀萬卷書，不如行萬里路」的精神，可望經過教師六年的悉心栽培及指導下，我們的「St. Joe仔」將來能成為社會棟樑，為香港，以至國家服務。

凡此種種，必須得到家長們的支持及參與。在此，再次呼籲親愛的家長們，繼續積極參與及支持學校的活動項目，讓我們一起為「St. Joe仔」的未來而努力。



潘永強
校長

全年活動一覽表

月份

8

中一迎新

9

開學禮
頒獎禮
水運會
中秋慶團聚
家長教師會工作坊
及家長學堂

10

陸運會
家長校董選舉

11

明愛賣物會
新一屆執委大選

12

親子溝通講座

1

親子旅行

2

新春團拜

3

家長講座及家長學堂
61周年校慶活動日

5

Ben Sir文憑試應試講座

中一新生家長會

每年的九月一日是莘莘學子回歸學校的大日子，學校裡既有熟識的面孔，也有來自中一的新面孔。開學已有一星期，大家又有甚麼感想呢？



班級	班主任	
1A	方美萍	梁啟邦
1B	杜偉迪	黃裕安
1C	陳景源	李 明
1D	盧智剛	胡燕珊
1E	周志聰	Holroyd C
2A	鍾蘭絲	李仲安
2B	劉麗芝	李昉蓉
2C	鄭萬鴻	梁淑眉
2D	陳杰治	卓漢程
2E	馬仲琳	鄧文偉
3A	梁威林	伍慧敏
3B	洪美思	梁慧儀
3C	鄭穎丰	盧敏強
3D	羅嘉信	阮元健
3E	李招洋	曾啟賢
4A	曾世豪	
4B	任建卿	
4C	陳彥達	
4D	麥翠瑩	
5A	曹詠嫻	
5B	湯逸嫻	
5C	吳偉倫	
5D	陳少波	
6A	朱佩瑩	
6B	黃志賢	
6C	廖偉麟	
6D	繆秀慧	



開學後一個月了，我感到...

林諾賢 (中三)

在開學的首日，我坐在座位上觀看，大家的臉孔均無比青澀，就像初見面時的一樣。老師希望我們逐一自我介紹，大家都顯得無比緊張，我也不例外。

想不到的是，過了兩星期，大家都對對方有所了解，更找到知心好友，關係亦隨年月的增長而增進了不少。

管嘯偉 (中三)

新學年，新環境，新老師，新同學，我了解到以前的不足，希望在新的學年裡加以改善，並在我擅長的方面有所發揮，做到最好。

我對這年滿抱希望，年終的考試成績會影響到中四的選科，所以我要在這年努力不懈，用功讀書，期望得出的結果和我的努力可以成正比。



炎熱的夏天是舉辦水運會的最佳時機，你看水上的飛魚游得多快，真是有姿勢有實際！家教會成員一向支持學校各項的活動，包括水運會和陸運會。

許耀希 (中三)

今年我已經中三了，距離畢業又近了一年，我在聖若瑟已讀了九年(包括小學)，對學校十分熟悉。今年我一定要努力學習，選上心儀的科目，因為這些都會是我長大後的美好回憶！

勞焯軒 (中三)

開學後見到上年的同班同學、新老師和新同學，我知道這是個新開始。今年有了新的變化，就是可以外出用膳，這無疑是個極大的變化，它代表著我們長大了，有了點難，就像學飛行的小鳥，因為怕外出遇到甚麼事。總括隻大鳥。

另外，今年對於我們來說十分重要，因為要選科，這亦為我帶來不少壓力。幸好，我相信為了我的未來，與及能選擇自己喜好的科目，今年我一定要努力讀書！



家長教師會最大進步獎

上年度(2017/2018年度)家長教師會最大進步獎於2018年9月14日(五)上午11:30在本校禮堂頒發，獎項的設立是為鼓勵學生在品行及學業上力爭上游，故以該年度內大考跟半年試相比較，得獎學生在品行及成績上均有最顯著的進步。

班級	中一	中二	中三	中四	中五
A	劉浩霖 1109 2111	黎子楊 2114 3213	吳卓達 3112 4122	陳森華 4102 5102	張譯文 5103 6103
B	邵振偉 1214 2115	吳嘉仁 2115 3519	陳逸熙 3203 4207	陳嘉明 4201 5201	鄭啟明 5209 6209
C	陸錦鏘 1318 2312	鄭浩霖 2303 3303	張偉杰 3309 4107	譚貴金 4308 5307	梁譽朗 5317 6317
D	周泓希 1406 2405	陳耀森 2403 3403	林東翰 3410 4408	簡豪杰 4408 5404	江承聰 5428 6429
E	黃 敬 1528 2426	譚星耀 2524 3522	邱鉢儒 3527 4417		

中秋佳節

又到一年一度的中秋佳節，當然要團聚一番！



家長教師會工作坊

家長們踴躍出席家教會「好心情計劃工作坊」。性格透視中的各顏色組合類型人士均有各自的價值觀、需要、能力及弱項等。了解自己的顏色以外，同時了解自己的子女、周遭的朋友、同事，就可與其他顏色組合的對象作更有效的溝通，達致共識，建立有效團隊，以達致團隊目標及發揮個人潛能。

透過性格透視評估工具，讓家長參與各種形式的體驗活動，明白自己在管教子女上的傾向，及子女不同行為表現的背後意義和因由，從而認識如何處理不同性格特質子女的需要，了解如何運用性格透視在子女的管教上，加強彼此的諒解。



第二十六屆家教會執委大選

2018-2020第三屆法團校董會家長校董代表

家長校董：林德明先生

替代校董：關寶玲女士

第二十六屆家教會執委大選結果

主席	林德明
副主席	辛志恆
秘書	翁洛興
聯誼	余忠諍
總務	陳智偉
財務	陳凱輝
稽核	黃君義
福利	唐頌儀
委員	關寶玲、謝易珈、吳佩珊

中小學部老師委員

副主席	余藹盈
副秘書	任建卿
副聯誼	林君謙
副總務	吳錦庭
副財務	陳志坤
副稽核	朱佩瑩
副福利	譚正君
委員	吳詠妍、葉慧玲、梁慧儀



明愛賣物會

還有今年明愛賣物會及校內籌款，同學們及家長們都鼎力支持，看看他們的笑容多麼燦爛！



新春團拜

適逢新春，儲校監、中學部潘校長、小學部郭校長、校友們、家長們和老師委員們聚首一堂，齊賀新歲，場面非常溫馨啊！

元宵當然少不得猜燈謎的環節，猜燈謎又稱打燈謎，是中國獨有的富有民族風格的一種傳統民俗文娛活動形式，是從古代就開始流傳的元宵節特色活動。最早是由謎語發展出來，起源於春秋戰國時期。根據《武林舊事·燈品》記載，它是一種富有譏諷、規戒、詼諧、笑謔的文藝遊戲。每逢農曆正月十五，中國民間都會掛起彩燈，燃放焰火，後來把謎語寫在紙條上，貼在五光十色的彩燈上供人猜，開始於南宋。猜燈謎是傳統的娛樂，常用一個詞句、一首詩來製成謎語，既能達到娛樂的目的，又可使入增長知識。正因為謎語能啟迪智慧又迎合節日氣氛，所以參加的人數眾多。

家長們也來試試：

- 【一】正月沒有初一(猜一字)(猜一字)
- 【二】一間屋，三個門，裡面只住半個人(猜一用品)
- 【三】舉重比賽(猜一成語)
- 【四】天堂之門(猜地名)
- 【五】輯毒犬放工(猜一職業)
- 【六】我見到個海(猜一政府部門)

(答案倒置最後一頁)



家教會活動

下學期家教會舉辦了兩項活動：一是家長講座；二是甜品精選家長學堂。



61周年校慶活動日

師生同樂一起慶祝我校61周年。



中學文憑試寫作卷，是難是易？

歐陽偉豪博士為大家分析文憑試寫作卷的應試技巧，甚麼是立意？如何可以突出重圍？投入生活，培養良好觀察力是不二法門。

狄志遠：親子沒有方程式 節錄自教育城 — 家長童學

狄志遠博士多年來於不同傳媒專欄及公開場合分享親子心得，亦著有不少關於教養孩子的書。但當我們向這位公認的「親子專家」請教親子之道，他卻語重心長道：「親子沒有公式，因為每個孩子都獨一無二。你的孩子是你的，你應該用你覺得好的方法對他好，不需要與別人的孩子比較。」曾經多次在公開演講問及現場的家長：「你對子女有甚麼期望？」不少家長都答，只希望孩子能健康長大，開心快樂。但當他換個方式，進一步追問：「孩子考試，你希望他有多少分才滿意？40分？50分？60分？」在座的家長大多都認為六十分只屬合格，要考到80、90分才滿意。

競爭激烈 催生怪獸家長

坊間不時流傳「怪獸家長」如何催谷子女學業及課外活動的故事，狄志遠認為「怪獸家長」的出現與香港社會競爭激烈的環境有關，既然學習或課外活動的成就有助升學，而學校亦是高度競爭環境，家長無法改變大環境的氛圍，在激烈競爭環境下，父母往往亦承受很大壓力，無奈要催谷孩子。

然而，競爭與快樂並非必然有衝突。狄志遠相信若孩子能從良性的競爭中得到成功感，亦可以愉快成長，問題只是不少家長過份緊張子女的成績，令愉快學習氣氛消失無蹤。「在我的年代，升中要考派位試。後來因為升中試壓力太大，改為考邏輯推理的學能測驗，不用背誦考試內容，但家長及學校都要操練，其實操練的內容並沒有意思。」

學能測驗已在2000年停辦，2004年開始推行取而代之的全港性系統評估(TSA)。近年出現TSA對學生構成壓力的聲音，狄志遠認為跟教師及家長的心態有關。「你(考生)的成績對你沒有影響，反而是你師兄姐的成績對你有影響，於是學校也要操練，這與制度有關，但主要是學校及家長的問題。」

每個孩子都獨一無二

為人父母，都希望子女有一條康莊平順的人生路。學業及課外活動的成就，的確有助孩子升學，但狄志遠認為隨著大學學位增加，升學不再是成功的唯一途徑。

「當然，香港是高度競爭的社會，但家長不能只歸咎於大環境，你反問自己，當你告訴別人孩子於名校就讀，是不是有一絲虛榮感？」

狄志遠接著解釋：「家長要突破這種心態，因為子女是你的，每個人都應該用你覺得好的方法對他(孩子)好，不用跟別人比較。」

別讓學業破壞關係

各位家長，你們每天回家第一句跟孩子說的話是甚麼？

「假若你劈頭第一句便問：『你做完功課了沒？』這是事工關係，就像你的老闆問你『工作做好了沒』，孩子不會願意跟你說話。但若你以親子關係為先，先關心他今天在學校的校園生活，孩子必然樂於與你聊天。」

在激烈的競爭環境下，家長難免著緊子女的學業表現，但過份緊張，會破壞雙方關係。「每日做功課，小朋友都覺慘，反而家長回家講一些溫馨的說話，有助促進親子感情，這樣，你身教的力量才會大。」

建立良好親子關係，需要日常多作溝通，尤其是講心事的時間。

家長發展委員會(中學部)
任建卿主任(主席)
鍾蘭絲主任
梁威林老師
林德明先生(家教會家長委員)

地址：九龍新清水灣道46號
電話：3752 4500
傳真：2325 2358
電郵：contact@sjacs.edu.hk

親子交流比手機吸引

在港鐵車廂或餐廳等公眾場所，都可以見到有父母帶著孩子，各自手執平板電腦或電話，沉醉在自己的世界。不少家長抱怨，孩子經常當「低頭族」，成為親子溝通的障礙。

狄志遠卻指出，孩子成為「低頭族」不是阻礙親子溝通的原因，而是親子欠溝通的結果。「若孩子在家，日日只得電腦玩，父母不理會，功課又沒有成功感，而手機最就手，就成為娛樂工具。」他建議，家長應與孩子安排固定的溝通時間，例如在睡前講故事，讓孩子習慣與父母有感情交流，父母的吸引力自然比電話大，「特別是小時候，孩子對父母的感情是『無敵』的，如果他不跟你親近，是你自己推開他。」而且，當有更豐富的事物佔據孩子的時間，電話或平板電腦便不再吸引。

假若孩子已經成為了「低頭族」，事後補救的方法是實施行為管理，例如限時「打機」，有空時可多與孩子出外遊玩，減少他與手機接觸的時間，並以其他有趣的活動佔據他的生活。父母的身教也十分重要，一家人一起吃飯時，父母不應與孩子各自按手機。

家長也學習 同行成長路

狄志遠笑言：「老師都要專業培訓，何況是教育孩子？」他指出家長可從態度、知識及技巧三方面不斷裝備自己。當中，又以態度最為重要，家長應因材施教，因為每個孩子都是特別的。「要由孩子出發，若孩子愛踢球，你卻嫌他不夠斯文，這不是對孩子好。又或者明明做到50分已是他最大的成就，就不需要跟其他孩子比較。」

除了正確的態度，有知識幫助孩子選擇人生的路向也非常重要，例如孩子踏入中學階段，擔心孩子會學壞，家長就要了解青春期及其他影響成長的心理因素。至於技巧方面，例如如何培养孩子的閱讀興趣，都可以由書本或其他家長的經驗中學習。其實，教養孩子，不論對家長或孩子來說，都是不斷學習的過程。

家長教師會第二十六屆執行委員

主席	：林德明先生(中學家長)
副主席	：辛志恆先生(小學家長)
秘書	：翁洛興先生(中學家長)
財務	：陳凱輝先生(小學家長)
稽核	：黃君義先生(小學家長)
聯誼	：余忠諍先生(中學家長)
福利	：唐頌儀女士(中學家長)
總務	：陳智偉先生(小學家長)
家長委員	：謝易珈女士(小學家長) 關寶玲女士(中學家長) 吳佩珊女士(小學家長)
老師委員(中學部)	：林君謙副校長 余藹盈副校長 任建卿主任 梁慧儀老師 朱佩瑩老師 吳錦庭副校長 陳志坤主任 譚正君主任 吳詠妍主任 葉慧玲主任
顧問	：(中學部) 儲富有校監、潘永強校長 (小學部) 郭芸校長