

我們的班呼比賽

每個學年初，各班都會在班主任帶領下設計班徽和班呼。

班徽和班呼象徵班主任和學生對該學年的期望，大家齊心協力做到班級共識後的願景。在班級活動中能高喊班呼為自己班級打氣，不但讓活動瀰漫歡欣喜悅的氣氛，亦可以凝聚學生對班級的歸屬感。



《與你同行》家長意見欄

你對本期《與你同行》的內容有甚麼意見？

子女姓名：_____ 班別：_____

九龍灣聖若翰天主教小學 與你同行

2021年3月

校風與學生支援通訊

美德與品格強項

馬丁·沙利文博士指出若果人能運用個人的強項在工作、休閒、家庭生活等各方面，將能容易感受到真實的快樂及幸福圓滿（2011）。在價值實踐概念中，Peterson與Seligman將多達二百多種關於人性正向特質歸納成六種美德，包括智慧與知識、勇氣、靈性及超越、仁愛、公義和節制；他們亦從抽象的美德中延伸出具體可測量的二十四個品格強項（2004）。

學生透過學習、參與活動展現並加強不同的品格特質，例如「有品小偵探」、學校運動會、校本輔導活動等。正向教育不只適用於學校教育，也能融入家庭教育中，家長以身作則，為子女樹立正向家長的形象，多聆聽，多理解，成為子女的良師益友，有助建立良好的親子關係。

「有品小偵探」活動，猜猜我們具備的品格強項特質：（答案在P.2）

1 胡艷芬校長

數年前，我和教區校長及老師到新加坡進行學術交流，探訪了幾間小學，學校的主要學習語言是英語，小朋友的英語十分流利，但大多也懂得說華語（普通話）及馬來語。

學校的教育重視同學的自主學習及創意發揮，同學可以按老師特定主題自由選擇有興趣的子題，自行閱讀、搜集資料、上網搜尋、製作簡報、撰寫文章等，最後交給父母修訂及老師批閱，再向其他同學發表或參加不同的比賽。過程中，包含了多種品格強項的訓練，我鼓勵同學們也要為自己定下學習目標，發揮自己不同的品格，將來必有所成。



2 馬健剛主任

馮老師喜歡探索不同好玩的資訊科技：無人機、虛擬實境 VR、擴增實境 AR、不插電編程桌上遊戲等，最近便跟同學一起創建 KBSJB Micro:bit City，同學們，你想知道城市內有甚麼嗎？



3 容天佑老師

我喜歡教英語，也享受設計教學活動。看到同學開心、用心學習的課堂，自己也感到動力十足。



4 袁燕禎姑娘

很多時候，我和我的伙伴都積極參與，互相幫助，互相鼓勵，共同完成工作，令每一個人都有一份良好的感覺。

5 陳藹欣副校長

2017年8月「天鴿」颱風襲港
2018年9月「山竹」颱風襲港
這兩個超強颱風造成了很嚴重的破壞，很多大樹被吹倒，令人很心痛。我在學校附近搬回來一個個大樹頭，希望延續樹木的生命。憑着自己對改造樹木的熱愛，三年時間：經過風乾、剝皮、打磨、塗保護劑，要有耐力去堅持，同時把這份熱情感染同學們加入。為了掌握木工技藝，我不斷學習，如參加木藝班、計劃、請教不同的人士，樂此不疲。

6 王綺琪老師

去年，我參加了一個很有難度跑山比賽。比賽要求完成26公里的路段，要走數千級梯級。比賽真的很辛苦，當時我也想過放棄，但最後我都堅持下去，完成比賽，挑戰了自己。



「幸福」摩天輪

正向心理學的主題是「幸福」。幸福有五個可以測量的元素 (PERMA)，包括 正向情緒、全情投入、人際關係、意義和成就感。不過，這些元素沒有哪一個可以單獨界定幸福，但是它們都對建立幸福有莫大的貢獻。

正向情緒：

正向情緒是幸福理論的基石，它就是指可以讓我們產生愉悅、高興、溫暖、舒服等主觀的感覺，能夠成功引導到這種元素的生活，稱之為愉悅的生活。



全情投入：

當人集中在做一些他真正享受和重視的事情，就會全心投入在此時此刻。在正向心理學中，這種投入的狀態，稱為「神馳」。

正向關係：

正向關係包括定期接觸溝通及進行活動、互相關心及幫助，和互相欣賞及表達謝意。這些正向關係使個人得到聆聽、安慰、鼓勵和提醒，令自己有足夠的能力面對困難和逆境。

意義：

意義是個人的歸屬感，這個東西給個人帶來超越它本身的價值。若果人要感到幸福快樂，就必須感到生活有意義和有價值。

成就感：

成就感是一個人完成一件事情或者做一件事情時，為自己所做的事情感到愉快或成功的感覺。

(馬丁·沙利文博士著、洪蘭譯，2012)

面對學習新常態——支援子女在家學習

由於疫情影響，學校暫停面授課堂，家長為子女作出不同的安排，一方面要支援子女在家學習，另一方面亦得兼顧子女身心的發展。因此，教育局更新了「樂在家、網學易」網上資源，讓家長幫助子女在家中學習，有效地面對學習新常態。

有關的網上資源包括以下各範疇：

(一) 提升執行技巧、培養良好習慣及的支援

行為管理篇：ABC行為分析法

分析問題行為的前因後果，找出有效方法預防或停止子女重複犯錯，培養子女的好習慣。

https://www.edb.gov.hk/attachment/tc/edu-system/special/support/wsa/pro-support/senco/adhd_beh_abc.pdf



學習至叻篇（小學生）

協助家長為子女營造有助學習的環境和有效管理時間，以增強學習效能。

https://www.edb.gov.hk/attachment/tc/edu-system/special/support/wsa/pro-support/senco/adhd_pri.pdf



(二) 提升社會適應技巧的支援

「假期自學社——小學篇」

以情境解讀故事提升子女認識學校常規、明白社交禮儀及面對失敗的要訣。

https://www.edb.gov.hk/attachment/tc/edu-system/special/support/wsa/pro-support/senco/asd_pri.pdf



小小任務大挑戰

言語治療師李菁怡姑娘

大家好！很高興今次又能夠在《與你同行》和大家見面！上一次，曾經和大家分享：言語治療師並不是只為提升同學的語言能力，同學們在以下的語言表現範疇也是我非常關注的：

發音不準確

詞彙不足

說話文法 (Grammar) 常常出現錯誤

聲線沙啞

因語言理解稍遜而出現學習困難

社交或遊戲技巧較弱

說話不流暢

不過，家長不用太擔心子女有以上的問題。如有查詢的話，可先與班主任或學生支援主任陳嘉應主任聯絡，以作進一步了解及跟進安排。

以下有一些小任務給各位同學，希望你願意接受我的挑戰吧！接受挑戰的同學可以在學校的時候親自找語言治療師(李姑娘)，我也會在小息時到課室和你們見面的。成功挑戰的小朋友可以獲神秘小禮物一份呢！

任務（一）：猜猜我在說甚麼



A. BB鯊魚

B. 人魚公主

C. 屁屁偵探

D. 多啦A夢

任務（二）：看看、想想、說說

請掃描以下二維碼觀看影片，想一想影片裏3至5個錯處，說出和解釋奇怪的地方，然後說出一些正確的做法。



任務（三）：Show and Tell

利用一幅照片，介紹你最喜歡的玩具或遊戲（如果是遊戲的話，請說明遊戲規則和勝出的條件）。當然，如果你可以說出遊戲的秘訣就更好了，哈哈！

