



主席的話

鄭偉才主席

各位，新一學年又開始了，首先，我祝願各位同學盡快適應校園生活，今年在學業及各領域更見進步。

光陰似箭，不知不覺，我們和小兒加入「沙呂小」這個大家庭已是第五個年頭了。過去一年，我也是第一次以家教會主席的崗位去服務這個快樂的大家庭。我非常感謝校長給予我們寶貴的意見，家教會每一位家長及老師委員以及每一位家長義工，無私奉獻自己寶貴的時間去服務學校，為同學籌備各種各樣合適的活動，令所有同學有所裨益，快樂自信地成長，我謹此衷心感激每一位。

這一個「家」到處充滿着愛。師長們對學生關愛有加同窗之間互相幫助；家長之間關係友好，互相支持；這一種「家」的感覺，實是難能可貴。

在過去的歲月裡，我充分感受到每一位老師、每一位家長、每一位同學，都滿身散發着「沙呂小精神」—少為自己多為人的無私精神，努力建設，令這個團體真真正正成為我們孩子的「第二個家」。每天見到他們滿心歡喜地跑回校園，見到他們臉上掛着充滿自信的笑容，就是我們工作及服務最大的原動力。

每年見證小一的學弟學妹們懷着興奮莫名的心情加入學校的大家庭，也見證小六學兄學姊懷着依依不捨地的心情離開校園，進入人生另一階段，我感慨良多。謹此祝願各小一新朋友可以盡快適應我們沙呂小大家庭多姿多采的校園生活；也衷心祝福各小六畢業同學前程錦繡，以「沙呂小精神」去面對日後成長的挑戰。

最後，祝願各位主恩滿溢，生活愉快。



快訊
2017-18

e-Mail: pte@stlmc.edu.hk
@stlmc
http://www.stlmc.edu.hk/parent/pte

編輯成員:

薛鳳鳴校長
張雪芬老師
盧景笙先生
謝寶麟先生

溫衍超副校長
尹紹光老師
鍾名喬編輯



校長的話

薛鳳鳴校長

沙呂小推行正向教育已有四年了，剛過去的六月，中大社會科學院跟本校做了一個評估分析，可喜的告訴我們，沙呂文化正在轉變中。隨著去年談及的「正向關係」，本年度，我們會聚焦於「正向成就」。

什麼是成就呢？

在不少家長、成人的眼中，金牌、獎盃、名列前茅，方是成就的表現。前年五月，學校舉行「運動挑戰賽」。開幕禮的時候，校長問：「你們要挑戰誰？要贏戰勝誰？」料不到他們異口齊聲地說：「自己！」

不錯，人生如賽道，倘若目光投在別人身上，目標是戰勝他人的話，你的一生會被牽制著，註定痛苦。相反，目光投在自己身上，了解自己的狀況，為戰勝昨天的自己而努力，那麼，縱然賽道上的人成千上萬，又或是自己孤身一人，那都沒分別，因為對手只是一個，就是昨天的自己。

聖經上記：「忘記背後，努力面前，向著標竿直跑。」標竿是我們專注的焦點，量力而定，達到了就是「成就」。

因此，對於一個牙牙學語的嬰孩來說，脫離媽媽的手獨自走路，這是他的「成就」；一個初習泳的孩子來說，能一口氣游完一個橫池，也是「成就」。而自信就是由無數具體的成就感累積而成。

故此，從小教導孩子自訂目標（goal setting），這些目標必須要具體、細微、針對性、可短期達到的。例如：學做家務的時候，「不會弄濕衣服」、「不會燒焦飯鍋」都可以是目標；又如運動賽事，孩子可以「成功發球」、「跑完全程」為目標；對害羞的孩子可以「主動下菜單」為目標；一個急性子的孩子可訂下這次英文測驗不會出現「忘記寫大楷」，又或是數學測驗不會出現「忘記進位」的情況；如果他做到了，無論分數如何，他就是成功，這就是成就。我們可以在給他們任務的同時，問問他們對自己的預期：「會出現什麼可能的狀況，會失敗嗎？會混亂嗎？」預期了就不打緊，就在這些可能性上加一個小目標，告訴他們：「只要做到這個小目標，就已經是成功的第一步，是他今天的成就，其他的就可以慢慢達到，因為“Practice make perfect”。」

讓我們鼓勵孩子向著自訂的目標進發，經常以「今天的我勝過昨天的我；明天的我勝過今天的我」為他們生活的態度，不與別人比較，這就是「正向成就」(Positive Accomplishment)的魔法。

新的一年正要開展了。校長期盼沙呂家長可成為正向家長，讓孩子領略到真正的成就感，建立真正的自信。





2017-2018年度第十九屆 家長教師會家長委員



浸信會沙田區呂明才小學家長教師會於1999年成立，目的為推行或參與促進學生福利和利益之活動或項目，促進家長和學校之間的溝通及合作，及維持學校、學生與家長間之緊密聯繫，以協助學校有效運用資源，促使學生在學術、興趣、體育及基督教價值觀各方面均獲發展，並充分照顧處於成長階段的學生。家長教師會的成員，分為榮譽會員、教師會員和家長會員。家長教師會的執行委員會除了榮譽會員和教師會員，每一屆家長委員均於每個新學年由全體教師及家長投票選出，並於會員大會中就職。執行委員會由八位家長委員和七位教師委員組成，而委員會選舉落選名單中最高票數的三位，會成為替代委員。過往每一屆家長教師會籌辦了多項活動，在家長支援、學術提升、關注健康、升中準備、戶外活動和學校發展各領域，促進了家長和校方的合作和了解。此外家長教師會還製作快訊和網頁，為家長提供更多資訊及分享的渠道。家長教師會是本校之家長組織，我們積極參與，加強彼此聯繫，使本會成為家長與學校間的溝通橋樑。

職位	家長委員姓名	子女姓名
主席	鄭偉才先生	鄭鎮朗
副主席	盧景笙先生	盧希翹
財務	李惠怡女士	吳俊賢 吳天恩
秘書	黃幹文先生	黃思諾
秘書	顏寶倫先生	顏謙兒
康樂	陳鳳英女士	馬紫玲
康樂	梁曉恩女士	曾錦瑤 曾柏淘
編輯	鍾名閣先生	鍾熹
替代家長委員	王詠怡女士	劉梓樂 劉曉琳
替代家長委員	謝寶麟先生	謝瑞翹
替代家長委員	邱林琳女士	陳燻迪



陳鳳英女士
家長校董



盧景笙先生
替代家長校董

2017-2018年度第十九屆 家長教師會教師委員

職位	教師委員姓名
副主席	薛鳳喻校長
財務	文雁菁老師
秘書	陳鳳儀老師
康樂	溫衍超副校長
康樂	張秀儀老師
編輯	張雪芬老師
編輯	尹紹光老師



家教會最重要的環節不在於委員們如何籌劃活動，或是所籌劃的活動是何等的精彩，而是在一眾家長及學生的支持及參與。沒有家長及學生的支持，家教會是絕對不能發揮應有的功效。故此，謹呼籲各位家長踴躍加入家教會，成為我們的會員，甚至參選新一屆委員，好讓我們能夠攜手為孩子們創造更美好的學習環境。



第十九屆家長教師會會員大會及 2017-2018年度家長校董選舉暨小一成長禮 (6 Oct 2017)

第19屆家長教師會會員大會於2017年10月6日晚上舉行，新一屆家長教師會委員會正式成立。當晚除了有會務報告、財政報告外，同時亦進行了家長教師會委員選舉及點票，分別選出八位家長教師會委員及三位替代委員。此外，當晚即時進行家長校董選舉點票，選出了陳鳳英女士成為家長校董及盧景笙先生成為替代家長校董。



義賣冬季校服 (10-11 Nov 2017)

義賣冬季校服活動已於2017年11月10日下午與11月11日上午舉行。由於今年的家長日分作兩日舉行，義賣冬季校服活動亦同時分作兩日舉行。感謝家長們慷慨的捐助，活動中冬季校服的銷售情況很理想，共得收入HK\$11,766.70，算是多年來較高的收入，並感謝各家委及家長義工幫忙整理校服，令活動順利進行。





升中家長分享晚會

(27 Oct 2017)

「飲水思源·薪火相傳」感謝畢業生、義工家長、老師和家教會的支持和協助，使這活動得以順利進行。當晚共邀請了60多位校友參與分享，校友們的積極參與、充份預備和清晰解說，令師弟妹們對中學有更深入的认识，對將要選校的同學們提供不少資訊。



小六升中模擬面試

(2 Dec 2017)

家教會邀請了18位現職中學老師的本校家長義務協助，為準備升中的六年級同學進行模擬升中面試。面試期間，本校老師從旁觀察及評核，完成面試後，就學生表現作出回饋及建議。各負責模擬面試的中學老師家長反映本年度同學的表現理想，有同學因與部份中學面試日時間相同，學校也特別安排相關同學進行面試前的培訓及作後補模擬面試的機會，感謝各家委及家長義工們百忙之中抽空為同學做準備，讓小六同學藉此機會好好學習，為真正面試增強信心。





浸聯會步行籌款同樂日(11 Nov 2017)



第二十三屆浸聯會步行籌款暨同樂日已於2017年11月11日下午舉行。步行籌款由浸信會呂明才小學籃球場起步，終點為本校之籃球場，並繼續進行同樂日攤位遊戲。當日參與的人數為900人，活動籌到的款項為HK\$121,789元。

樂在一起嘉年華 (28 Apr 2018)



本年度嘉年華會的主題為「樂在一起」。一如以往節目豐富，包括有同心你我他、樂在一起拍照區、感恩牆、親子演繹大賽、四驅車競速比賽、四至六年級的正向關係攤位活動和中學友校攤位等。此外，還有舞蹈、舞龍、跳繩、體操等表演。各參加者都玩得盡興，加上得到家長捐獻當日豐富的美食和精美的攤位禮物，大家都滿載而歸，家教會對支持是次活動的家長深表謝意。



環保生態園農莊親子大旅行 (5 May 2018)

家教會舉辦的「環保生態園農莊親子大旅行」已圓滿結束。除了園內參觀外，還有親子客家茶果製作，大家也享用了各種園內設施，如動植物區等。此外，更有參觀火車博物館、紅樹林及小海洋館。當日大家都食得開心，玩得盡興。多謝各家教會家長及教師委員的協助，令當天的活動能順利進行。



義賣夏季校服 (13-14 Apr 2018)

義賣夏季校服活動已於2018年4月13日下午及2018年4月14日上午舉行。由於今年的家長日分作兩日舉行，義賣夏季校服活動亦同時分作兩日舉行。感謝各位家長委員及義工當日回校協助。



結業禮暨敬師日 (9 Jul 2018)

今年度的「家長學生齊敬師」，學生的表演節目多元化，有動有靜，多姿多彩！同學們向老師獻上感謝的燭光，校長代表老師從家委手上接過家長們對一班老師的一份小小心意，結業禮暨敬師日在一片溫馨的氣氛中完結。



第五屆香港十大傑出家長選舉

由香港家長協進會舉辦的「第五屆香港十大傑出家長選舉」，本校家委盧景笙先生和李嘉怡女士分別獲選香港十大傑出家長教師會領袖及香港優秀家長。在此恭賀兩位家委，並且感謝所有有份參與的家長。



獲選分享 - 李嘉怡女士

今次參選的原因是我偶然之下看見報紙刊登有關香港家長協進會舉辦的傑出家長選舉，目的是能夠讓更多家長加入協會出席多項義工活動，推動家校合作和正向訊息。當時我在想希望能夠加入協會，協助舉辦各項活動，服務社群。本人覺得香港普遍工作和生活壓力較大，越來越多人患上抑鬱症和憂慮症，每當在報章看見輕生新聞，我便感到十分痛心，很希望能夠藉此為家長協進會出一分力和一班義工分享正向能量，緩解各家長憂慮情緒我心裏時常有一句說話對自己說：「若然我分享我認知的故事能令到別人在不愉快心情當中紓解情緒，我很樂意花更多時間為他們分享。」

於是我將我心裏面的概念以文字寫成一篇文章寄予家長協進會，最後慶幸能夠進入面試階段，聽到其他學校的傑出家長分享經歷和曾鈺成先生個人社區服務工作分享，真的權益良多。沙呂小的每一位家長和孩子是有福氣，願大家珍惜所有及將沙呂小的愛和互助精神普及大眾。

