



聖羅撒書院家長教師會

地址：沙田銀城街二十九號

電話：23371867 / 23373463

傳真：23380915

網址：<http://home.hksrl.edu.hk/~pta>

2012-2013 第二期家長教師會快訊

出版日期：2013年2月

聖羅撒書院家長教師會親子一天遊

郭奕強

「日出沙頭，月懸海角」；相傳是一位清朝大官在巡視當年沙頭角一帶時，面對太鷗灘的優美景色所題的兩句詩，因而得名。

一九六七年，經歷「六七暴動」，英國政府把沙頭角列為禁區。直至香港回歸後；二〇一二年二月十五日凌晨零時起，這個被封鎖了數十年的香港地區，才得以解封。

今年聖羅撒書院家長教師會就選擇了這個重新開放的禁地；作為今年家長教師會的親子旅行地點，好讓同學們和家長們趕上潮流，一睹這個神祕地區的近貌。

十二月九日清晨，經過兩星期的天雨和氣溫驟降，今天竟然天朗氣清，天氣和暖、清風送爽，正是郊遊的好日子，真是天公造美，早上九時，三部大型旅遊巴士載着參加的師生和家長，朝着沙頭角禁區邁進，沿途還有遊行社的導遊介紹沙頭角的歷史背景和風土人情，在四十五分鐘的車程中，大家都聽得津津有味。原來沙頭角只被解封了六條村莊，著名的中英街依然被列為禁區；今天我們參觀担水坑村，被封鎖了數十年的村莊，年青人都遷出了，到市區裏謀生去，村內只剩下一些老弱婦孺，但隨着禁區解放，村內殘破的建築，得以修葺起來，還有一些新的建設工程在進行中，為這個被孤立了數十年的地方，帶來了生氣。

一團跟一團的旅行團，把大量的遊客送到這裡，在田陌上和小巷中都擠滿遊人，村內的居民就趁此機會，把地道的



食品和農作物都擺放在街上售賣，家長們對這些不能在城市裏可以買到的物品頗感興趣，大家都大破堅囊。為滿足大家的購物慾，還安排大家參觀本地品牌「美味棧」，讓大家以優惠的價錢來購買食品，而且每位團友都獲贈「美味棧」的頭抽豉油一支作為紀念品。

轉瞬間便到了午膳的時候，我們到元朗錦田鄉村俱樂部享用自助燒烤美食，席間還有皆大歡喜人抽獎，讓每位參加者都有精美禮品一份。接着對農村文化有興趣者，可跟隨遊行社的導遊參觀錦田文物徑，認識新界古老農村的歷史。

經過整天的勞動，大家拿着戰利品，拖着疲憊的身軀；卻懷着愉快的心情，踏上歸途。



親子一天遊創作比賽

一如往年，我們在親子旅行時舉辦了創作比賽，主題是“我們的美好回憶 / Our Happy Memories”，分為徵文、視藝、攝影3個組別。感謝出席家長及學生支持，反應熱烈，現公佈結果如下：

親子創作徵文比賽冠軍

季志榮 (Christy Lee (Form 2A) 之家長)

美好的回憶不一定從旅程中的風光如畫、有趣新事，又或者在美食當前大快朵頤所得，這未免太單純和膚淺。

反之在旅程當中，關心身邊的人也可保存美好的回憶，不管沙頭角如何從封閉到開放；不奢望「美味棧」的加工食品如何美味；不嚮往錦田鄉村俱樂部那些人工化的設施……但還好有歷史價值的文物徑，歷史是人所譜寫，也是記錄人的事跡與過去，所以遊記又怎能缺少人的活動呢？

是次家教會舉辦的活動，參予統籌的全是家長義工，推動他們的不是什麼利益，而是他們對學校的熱忱，他們認同女兒就讀的書院是成長的基地，除了自己的家，書院就是第二個家，為了這個家，他們義不容辭。要向他們致敬！

剛好跟楊校長同車，車輛到錦田鄉村俱樂部，令筆者動容的是，坐在司機後排座位的楊校長，在下車前，主動拿起兩大袋抽獎用的禮物，身為一校之長，在筆者讀書年代，校長是高高在上，威武不可挑戰，當天見到的楊校長，竟是如此「軒轅降貴」，毫無架子地做起幫工來。筆者亦坐近楊校長，委實不忍目睹校長的尊嚴一下子在我的印象中磨滅，筆者連忙趕上幫他一把，拿起一袋，直送到目的地。雖然小事一樁，反映楊校長以身作則，全身全情投入，一校之長，當之無愧。

美好的回憶就是見到義工家長和楊校長的積極態度，作為學生家長，女兒能在聖羅撒書院學習成長，也感到安慰，是她們之福，應珍而重之。

親子創作視藝比賽冠軍

Beatrice Cheung (Form 4E)



我們參觀了鄧氏公祠，可見鄧家勢力強大，子孫文武兼備，當中不乏高中科舉的後人。教育與家聲息息相關，所以我們要成為一位才德兼備的人，為家族添光彩。

親子創作攝影比賽冠軍

黃彥嘉（中一丁）



相片名稱：溫家堡

照片中是沙頭角最早期的房屋，是原居民以他們智慧想出用簡單的材料製造的屋，材料包括禾稈草、糯米、貝殼…。而當時可以用青磚作裝飾房子的必定是富有人家。而沙頭角所有村民都同是姓溫的，所以以溫家堡作名稱。

誠意邀請參加以下活動：

- 4月27日(星期六) 舉辦校園胡子夜，日間在校園內進行親子活動比賽，傍晚在校園慢美景色下燒烤晚膳。
- 5月10日(星期五) 舉辦講座，詳情待定。

家長教師會獎學金

本會主席吳家駒先生於2012年12月7日畢業禮頒發獎學金予以下同學，以鼓勵她們在公開考試上的表現：



Hong Kong Diploma of Secondary Education Examination

1 st	Shek Tin Yan Claudia (Form 6E)
2 nd	Ngan Ho Man Sonia (Form 6A)
3 rd	Wong G Kei Jessica (Form 6E)
4 th	Wang Chun Ting Hazel (Form 6E)
5 th	Ng Wing Lam Angela (Form 6E)
Form 6A	Pang Sze Wing Emily
Form 6B	Hui Tszy Yan Dorothy
Form 6C	Luk Wan Anna
Form 6D	Leung Chik Man Christy
Form 6E	Heung Wing Yan Natalie

Hong Kong Advanced Level Examination

Arts Stream:	Wong Man Hei Ann (Form 7A)
Science Stream:	Lam Hiu Man Sally (Form 7B)



Claudia Shek



Sonia Ngan



Jessica Wong



Ann Wong



Sally Lam



楊國強

從攀爬鋼架開始

還記得在你女兒兩至三歲時，你有沒有帶她去攀爬鋼架？

1. 沒有，我怕危險，我擔心她有意外。
2. 有，但她害怕，所以沒有再爬。待她進幼兒院由老師帶吧！
3. 有，從旁鼓勵及指導，直至成功為止。



我在一個保守的家庭成長，在初小才開始接觸攀爬鋼架。而我亦怕危險，攀爬往往是向左右，很少往上攀爬，只安慰自己“高處不勝寒”，而忘卻“無限風光在險峰”的道理。所以我的答案是不言而喻！

幸好內子是用了第3個答案。而當女兒年幼時，我因工作需要，七成時間不在香港，每次回家見到女兒的攀爬動作，包括攀爬鋼架及用壁虎功攀爬走廊兩壁，都感到驚喜及驕傲。

根據研究，在幼兒期間始透過攀爬的過程，兒童除了可獲得體能上的鍛鍊及增加身體的柔軟度與協調感外，其實最可貴的是可以：

- 訓練「集中力」：因為只有指導及鼓勵，而沒有別人幫忙；攀爬時她需要靠自己雙手、雙腳及眼睛的配合，留意身體的每一個細節，此時特別需要的是全神貫注。
- 培養「進取心」：當攀爬面臨挫折，處於瓶頸時，是放棄，還是繼續堅持？她學會了一步一步向上爬，並培養意志力、榮譽感及自我超越的決心。
- 增進「自信心」：不怕面對攀爬過程中的難度挑戰，心境自然充滿自信。

現在回顧女兒的成長道路，都是建基於兒時的經驗，從攀爬鋼架開始，逐步逐步去建立自信，超越自我；

- 7歲學習體操並參加跳馬及自由體操比賽，透過個人的演出，加強「集中力」；
- 8歲願意到外展訓練學校 (Outward Bound) 7天，培養獨立性及團隊合作精神；從9米高碼頭跳落海的指定項目，使她克服「恐懼感」；
- 11歲到意大利參加了4星期的國際交流營，與十多個國家的小朋友交流，實踐溝通能力及加強「自信心」；
- 16歲跟隨義務組織到孟加拉的義工探訪，面對惡劣的環境，還能愉快地完成任務，超越自我。



每人的恩賜、天份及能力都不同，對成功的定義都不一樣；但只要能持有進取心及自信心，去突破自己，今天比昨天好，已是成功了！

學生園地



家長教師會為鼓勵同學多讀多寫，在會議內設立「學生園地」，讓同學們分享學習經驗。分享內容可包括參加學校或家教會活動，校外活動或比賽，甚至家庭生活等等。稿件一經刊登，同學可獲\$50書券以作鼓勵。

St Rose of Lima's College 39th Swimming Gala

Scarlet Shiu, Form 3A

Every year, Rosians have a chance to shine at our swimming gala. This year was no exception. We all had a great time!

On 15th October, 2012, the 39th Swimming Gala of St. Rose of Lima's College was held at the Ma On Shan Swimming Pool. With the assistance of the teachers and helpers, and with the keen participation of the students, the event was successfully held.



The hoisting of School Flag marked the beginning of the Swimming Gala. Students sang the school song with pride and excitement. After the prayer and the speech by our principal, Mr. Yeung Kit Man, the Swimming Gala began. The event started with the cheer team competition, which was the major highlight of the day. The performances of the members of the Blue House, Green House, Yellow House and Red House aimed at boosting their swimmers' morale. The participants from different houses all cheered with all their might for their house's representatives. The Swimming Gala was conducted in a cordial atmosphere. Excellent cooperation could be seen from different houses. After each team's performance, the audience showed their appreciation to their swimmers' hard efforts by giving them a big round of applause.



Undoubtedly, another highlight was the free style 4x50m relay. Many students were looking forward to watching this event. Winning a relay event could not be achieved only by a single swimmer but four. Effective coordination among team members was crucial for success. All of the competitors from the four houses were very strong-minded, making the competition very exciting and thrilling. After striking so hard, the winner was finally born! The success in the relays gladdened all house members' heart.



The event ended with the prize presentation. Satisfaction and joyfulness could be seen on every winner's face. They were proud of themselves as well as their house members. When it was announced that Yellow House was awarded the Overall Champion and the Best House Spirit Award, all Yellow House Cheer Team members were overjoyed and rushed to the stage. Their hard work finally paid off! Upon this victorious moment, the school's flag was gradually lowered, which marked the closing of our 39th Swimming Gala.



上學年度，我有幸成為「奧比斯學生大使」之一，在學校舉辦不同的籌款活動。有賴校方及同學的支持，我們更獲得「最佳籌款計劃」獎，令我第一次踏足孟加拉這個近於赤貧的國家，展開一系列的光明之旅。

半記得開學時，我們八名「奧比斯學生大使」對籌備活動一竅不通，幸好有負責老師的悉心教導，帶領我們舉辦每一個活動：世界視覺日、貧富宴、烹飪比賽等。為了協助奧比斯籌募更多善款，我們對每項活動都不遺餘力，這不但令我們八位大使建立了深厚的友誼，

更訓練我們的團體精神及解難能力。當中有笑有淚，而我們從中得到的成功感，更遠超乎獎項帶來的喜悅！

上年暑假，我與李雍臻同學及十多名其他學校的學生，到孟加拉進行六天的「奧比斯教育之旅」。甫踏上機場，第三世界的環境比我想像中更惡劣：機場被圍欄完全封鎖，周遭揮帶長槍的警察令人不寒而慄；圍欄外聚滿了衣不蔽體的國民，沿路更有不少孩童行乞，教人同情。

在首都達卡逗留一夜，我們便乘坐六小時的車程到小村落。沿途一望無際的蒼茫大草原，盡收眼底。當地村民的各種資源均非常匱乏，每年都可能會遇上大饑荒。正當我們想抱怨熾熱的天氣時，村民卻熱情地招待我們，分享自己僅有的食物，著實教我感動。

當地的醫生曾說，在發展中國家的兒童若不幸失明，會因為疏忽照顧，一年內死亡率極高。可惜，當地醫療設備、藥物嚴重短缺，村民成功治癒的機會十分渺茫。旅途中，我們探訪了三個家庭，觀看眼科手術等，從中深刻體驗到奧比斯的教育行動，造福了當地的弱勢社群，使許多人重見光明。

當地小孩子天真爛漫的笑容一直烙印在我心中，這次難得的旅程，令我體會到貧窮國家極需要外界的關注、援助。所謂的重見光明，就是懂得活在當下，知足常樂。再次感謝老師及同學的支持，令我有機會親歷此教育之旅！





老師隨筆

張萍老師

求其放心，仁至義盡——讀書所為何事？

首先，必須感謝邊老師、張老師及鍾老師慷慨答允轉載兩張生活照片，三位老師既為人師亦為人母：在繁重的教學生活中，忙於教育別人的孩子，傳道授業解惑；在工餘時間，忙於教導自己的兒女，建立良好親子關係。

看著這些笑臉，不期然令人想起教育的目的和意義……

追溯源始，聖賢如何詮釋讀書的目的？《孟子》告子章句上：「學問之道無他，求其放心而已矣。」

廣東話口語有趣的地方往往源於歧義，諸如「求其、是旦」「(悴悴然)仁至義盡」。但，孟子不是廣東人，他不是叫你「求其，放心」去讀書，他是說：尋回你與生俱來卻又散失了的善良之心。

原文是個有趣的比喻：「仁是人的心，義是人的路。放棄了那條正路而不走，喪失了那善良之心而不曉得去找，可悲得很呀！一個人，有雞和狗走失了，便曉得去尋找，有善良之心喪失了，却不知去尋求。學問之道沒有別的，就是把那喪失的善良之心找回來罷了。」（楊伯峻譯注，《孟子譯注》頁267。）



校監鄧美欣修女與梁家敏老師、張圓臺老師家人合照。

（攝於2012聖誕節）



楊傑文校長與陳若君老師家人合照。（攝於2011聖誕節）

除了感謝上述三位老師，亦向鏡頭以外身兼父職母職的老師致敬。