



新界婦孺福利會基督教銘恩小學

NTWJWA Christian Remembrance of Grace Primary School

恩訊_038 2024年1月11日

銘恩因訣

上
中
下

心

心

心



各位親愛的銘恩家長及同學：

為了配合學生的成長需要和社會環境的轉變，課程發展議會建議學校應首要培育學生以下十二個正確的價值觀和正面積極的生活態度，包括堅毅、尊重他人、責任感、國民身份認同、承擔精神、誠信、仁愛、守法、同理心、勤勞、孝親和團結，以切合學生成長需要，裝備他們當面對個人和社會不同的議題時，仍能持守正確的價值觀，作出合情、合理、合法的判斷。

我認為做家務是其中一種可以培養學生的責任感、承擔精神、同理心、勤勞、孝親等價值觀及生活態度的活動，而且做家務還有許多其他的好處，就讓我與各位分享一下。美國哈佛大學心理學家韋特朗（George Vaillant）曾追蹤過一組青少年長達十年的時間，發現童年時有幫忙做家事習慣的小孩，成年後更容易獲得高薪職位，其機率比童年時不做家事的小朋友高出4倍；和一般人相比更是少了15倍的失業機會。其實，道理很簡單，從小就好吃懶做、不愛勞動，長大了也多半不能吃苦，過度依賴，工作成就平平也是可預計。

做家務好處多：

1. 生活技能解鎖，培養獨立性

不同的家務需要不同的技巧、步驟和邏輯，讓孩子實踐如何做各類家務，可強化他們的生活技能。從實踐中改良技巧，慢慢學懂怎麼做才能做得快做得好，又能照顧自己，不用事事倚賴家人或家傭。

2. 建立責任感

適時安排孩子輪值做家務，或指定某些家務是由孩子獨力負責，透過這些家務培養孩子的責任感，讓孩子學會自動自覺，有承擔地做好自己的工作。

3. 學習合作

有些家務並不是孩子一人可完成，例如：換床單、煮晚餐。孩子在過程中要與家人溝通、協調、分配工作和彼此合作，一起完成任務。

4. 增加應變力及解難能力

很多家務都講求做事的步驟和邏輯，如：洗衣服、烹飪等，常有特定的程序和方法、要先瞭解分類、每種工具的正確使用方法、認識食材的特性等。孩子在做家務的過程中，學習做事的步驟，同時也要學習隨機應變，這些都有助於增進孩子解決問題的能力。

5. 提升孩子對家的歸屬感和愛

孩子分擔家務以後，可以親身體驗到父母、祖父母或家傭要打理一個家及照顧自己起居飲食的不容易。從而會更加體諒和理解家人的辛勞和默默付出的愛。做家務是全家人的工作，孩子是家中的一份子，幫忙家務是天經地義的事，也是他們可以表達孝親的方法之一。有時一家人一起做家務，例如：父母帶著孩子一起去買菜、挑菜、準備食材及下廚，煮出自家菜式的味道，孩子對這些口味的記憶會跟「家」和「家人」產生深刻的連結，這就是常聽到有人說吃到「家的味道」。孩子長大後，吃到味道相近的菜餚時，或者用家人的手法烹調菜式時，就會勾起對家人的愛和記憶。因此家長不應只說：「你讀好書就可以，家務不用你幫忙了。」

聖誕過後很快就到農曆新年，新年前家家戶戶都會大掃除、準備過年的食品、佈置家居等，是孩子與家人一起多勞動的好機會。下面列出一些平日我們3-6年級同學可以做到的家務，同學們可以看看你有沒有做過？你懂做嗎？學校也會鼓勵同學多做家務，多勞動，盼望孩子做得到、做得好的時候，家長可多讚賞，繼續支持及推動。同學們，期待你與我分享你做家務的體會、心得及小技巧。相信你們也能成為家務小達人呢！

校長
姚惠瑜

同學們，你懂做嗎？你有做嗎？

○ 摘菜	○ 洗米、煮飯	○ 會做簡單的料理，例如：煮麵、煎蛋、炒飯、炒青菜
○ 整理書包、書桌	○ 替植物澆水	○ 飼養寵物
○ 飯後幫忙收拾餐桌	○ 洗碗	○ 使用吸塵器、掃把、拖把等工具整理居家環境
○ 睡醒摺被	○ 晾起洗完的衣服	○ 摺衣服並分類收納
○ 跟家人一起換床單	○ 替家人提購物袋	○ 倒垃圾

參考文章：

<https://www.oceanbaby.com.tw/blogs/three-year-old-parenting-knowledge/128412>

感恩事項

- 感謝天父，讓學生11至12月期間，藉將臨期和聖誕崇拜的活動，更深明白聖誕的真義和認識天父對我們的愛。
- 感謝天父讓學生順利完成第一次總評，同學們在總評前認真學習，總評期間盡力完成任務，部份學生的學習表現比去年有進步。

學與教組

「吾哈你」活動

11月24日，我們舉行了「吾哈你」活動。「吾哈你」諧音「唔蝦你」，除了宣揚零欺凌的信息外，亦有另一層意思，就是「我快樂因有你們」。我們在這個總評後的日子鬆一鬆，跟我們身邊每一個我們愛的、愛我們的人，共同度過快樂的時光。我們在這天進行零食會、玩躲避盤、玩彩虹傘、織手繩、唱歌、跳舞……最後，全校師生及家長義工在和熙的陽光下，齊集在大操場一起吃雪糕，場面熱鬧歡欣。







學長大賽及家教會閃避球活動

我們在12月舉行了學長大賽和家教會閃避球活動。當天，家長和子女們在學校玩閃避球、跳舞、擲飛碟、玩地壺球等。我們十分感謝家教會為家長和同學們舉辦活動。





眾志x成做評估

學生在第一次總評前設四科達標分數，達標便可得到獎勵。我們鼓勵學生為自己設定目標，向着目標努力前進。

四科達標:可得銘恩幣一個、穿便服一天、自由行時段卡啦OK一次、科任運動會/閃避球一次

三科達標: 可得銘恩幣一個、穿便服一天、自由行時段卡啦OK一次

兩科達標: 可得銘恩幣一個、穿便服一天

一科達標: 可得銘恩幣一個

以下是第一次總評完結後的統計結果:

四科達標:3班

三科達標:4班

兩科達標:6班

一科達標:1班

生涯規劃

五、六年級同學已經完成生涯規劃課程的第一階段「認識自我」，透過職業測試、小組遊戲等活動，對自己的能力、性格、興趣有更多的了解，亦發掘了很多新奇的職業！



第二階段「職業探索」已經展開了，導盲犬訓練員及視障人士到校分享，讓同學了解更多關於導盲犬訓練員的工作，同時亦培養同學勇於面對困難、互相尊重等的正面價值觀。



校風及學生支援組

銘恩戰記12月活動—康體通（4/12-8/12）

12月12日，是銘小學生期待已久的校內運動會。
做運動不但可以鍛煉我們的體能，也讓我們建立體育精神及團隊精神。

運動會的前一周，我們舉辦了康體通活動，讓學生熱身一下。

大家玩玩小遊戲，過程中也跟同學們互動一下。

銘小「康體通」

4/12/23 - 8/12/23



「康體通」



銘小版本

康樂 體育

通通都有

活動目的：透過各個小遊戲……

1. 校內運動會前活動身體，做好準備
2. 加強同學們的專注力
3. 加強同學的身體機能(手、腳、眼、腦)
4. 加強同學的協調能力(手+腳+眼+腦)
5. 最緊要……好玩、刺激、團體合作
6. 在學校以外也能跟朋友或家人一起分享這些
「活身活腦」的小遊戲



「劍玉乒乓球」



在劍玉乒乓球挑戰賽中，學生要輪流接力，最後看那一班用時最快，就是勝出。過程中學生遇到失敗，也會再接再厲，直接成功接到乒乓球，下一位同學再接力完成。遊戲的過程，學生會運用到專注力、手眼協調能力。大家在家都可以跟家人一起挑戰這個小遊戲呢！





五年級的同學
在成長訓練營
中也有參與康體通活動呢！



2023-2024年度 第一期扭計骰比賽 成績公佈

名次	班別	班號	姓名	時間	參與次數	毅力進步
第一名	6D	1	鄭樂賢	0' 20''	6次	
第二名	6E	23	黃頌然	0' 22''	10次	
第三名	6C	21	王國全	0' 23''	5次	
第四名	4C	2	鄭樂柔	0' 24''	8次	
第五名	6C	5	莊皓霆	0' 26''	5次	
第六名	5D	21	徐俊森	0' 28''	8次	
第七名	6E	6	夏凱宥	0' 30''	6次	
	6E	11	梁舜	0' 30''	8次	
第九名	5E	6	陳祐翹	0' 34''	6次	
第十名	6E	2	鄒竣霖	0' 47''	3次	
第十一名	6C	23	黃瑋諾	0' 48''	5次	
第十二名	4D	12	梁渙謙	0' 56''	2次	
第十三名	5E	5	陳芷妍	0' 59''	1次	
第十四名	4C	9	何梓安	1' 00''	5次	
第十五名	4C	4	張晞悠	1' 01''	7次	
第十六名	6D	8	鍾晞悠	1' 04''	2次	
	6E	16	吳灝茵	1' 04''	5次	
第十八名	4B	7	賴俊希	1' 12''	9次	
第十九名	4C	6	張梓陽	1' 41''	2次	
第二十名	5E	19	杜愷日	2' 7''	2次	

截止2023年11月9日 - 第一期扭計骰比賽



本年度第一期扭計骰比賽的結果已經出爐了！ 我們一起恭賀以下獲獎同學：



四年級第一名
4C 鄭樂悠



五年級第一名
5D 徐俊森



六年級第一名
6D 鄭樂賢



全校第一名：6D 鄭樂賢
全校第二名：6E 黃頌然
全校第三名：6C 王國全

大家都十分熱烈參與活動，尚未學識扭計骰的同學，
下一期希望能看到你們參加哦！



STEAM 校本課程

本校STEAM 校本課程已進行得如火如荼，當中包括lego Spike Prime、雲端水耕種植及可載人電動車。



Lego Spike Prime 課程已於六年級中率先展開，學生利用Lego砌出成品，利用編程模仿現時生活中的「自動吸塵機械人」，並加以改良。

雲端水耕種植方面，多元智能課的學生已完成第一次種植，他們利用水耕機種植白菜，並完成收割。



STEAM 校本課程

由STEAM特攻隊製作的可載人電動車經已完成，並於一月份開始，開放予學生嘗試駕駛，讓學生實驗一個「車手夢」。



姊妹學校交流之旅(STEAM及中華文化)

12月4日，有4位老師與20位學生到深圳市羅湖區蓮塘小學進行STEAM及中華文化交流活動。除了參觀學校，本校的學生與姊妹學校的學生一起上課及活動，體驗了內地小學科學與科技的課程、視藝課、古詩吟誦課堂及客家山歌非遺文化。





音樂科

第一學期「音樂之星」週

第一學期的「音樂之星」週終於完滿結束。本次「音樂之星」有多達十位同學參與。當中的表演項目有唱歌、小提琴、大提琴、鋼琴、古箏表演等。此外，更有師生合奏的環節。每一場的表演都可謂座無虛席，場場爆滿，凡有到過有蓋操場小息的同學們都能夠在美妙的歌聲和琴聲下享受小息，這全都有賴積極參與活動的同學們，讓音樂傳遍整個校園。希望下學期的「音樂之星」會有更多精彩演出。







Christmas Busking

臨近聖誕節，除了萬眾期待的假期外，當然亦少不了一年一度的Christmas Busking。12月22日的放學時段，一眾家長和同學並沒有急著放聖誕假，而是在大操場期待著各項精彩的歌唱表演。當天除了有一眾學生為大家獻上美妙歌聲，還有老師們精彩的唱歌跳舞環節。看到當天所有觀眾、表演者和同學們不亦樂乎、享受其中的樣子，不禁慨嘆這片景象或許只剩下短短幾年，但當天的快樂回憶卻會長留在銘恩小學的每一個同學心中。





圖書科

Reading Café - 千奇百趣博物館

18/12(一)至21/12 (四) 在有蓋操場舉行Reading Café，恭喜50位學生完成第一階段(舉人)閱讀計劃！有些同學們穿着動物、植物或國家民族服飾來到Reading Café閱讀新書呢！大家都很開心呢！



下午課堂活動 - 《宅星鬥士》

下午課堂時段，香港房屋協會到學校教三、四年級同學玩以房屋發展為主題的《宅星鬥士》桌上遊戲。同學透過桌遊學習房協出租屋邨的歷史，以及不同的房屋項目，了解更多香港房屋階梯的知識、可持續發展及跨代共融等。



運動會

12月12日是個特別的日子呢！

今年我們終於可以參加一次本校的運動會了！

上個學年的校內運動會，因為天氣原因而取消……感謝上帝的保守及帶領，今年運動會有着燦爛的陽光，我們師生有飽滿的精神，度過了美好的一天！

賽事除了有男子、女子賽跑（60米、100米、200米、4X100米接力）、擲豆袋、擲壘球、跳遠，還有親子遊戲。

比賽過程中，大家都全程投入，就連看台上觀眾席的各班啦啦隊都叫到聲嘶力竭，全場氣氛十分高漲呢！

以下就來看看運動會現場花絮啦！

1.宣誓後比賽
正式開始！





2. 放心將接力棒
交給我吧！



3. 有爸爸、媽媽陪我一起衝，我甚麼都不怕啦！



Get!
Set!
GO!



啦啦隊也是勞
苦功高呢！



親子遊戲精美的獎牌是由3A班邱慧婷設計



很榮幸今年能夠以家教會身份參與籌備運動會的親子競技比賽。雖然比賽環節的時間短暫，但看到家長和學生全程投入，在熱烈又緊張的氣氛中合作完成比賽，實在令人感到十分滿足和鼓舞。

同時，十分感恩運動會當日遇上好天氣，老師的悉心安排，讓各項比賽得以順利完成，作為家長也身同感受到銘恩孩子們的幸福和快樂。

3A班 蘇羽騫家長

感謝的人還有很多，如果沒有了他們，我們的運動會也不會這麼順利完成呢！



香港教育大學健康與體育學系
署理系主任
謝采揚博士



醫療輔助隊



家教會



大埔運動場職工



佛教大光慈航中學義工隊



嘉賓跟全校大合照

基督少年軍

基督少年軍374分隊立願禮暨小領袖獎章頒章典禮已於2/12（六）順利進行，當日隊員於銘恩小學進行立願及領章，感恩嘉賓及家人親臨見證，共41人出席。

感謝主，導師們委身教養及培育孩子。喜見隊員們在本年的成長及建立團隊精神。



小五教育營

為期三日兩夜的小五教育營終於圓滿結束。感謝天父在這三天賜下美好的天氣，同學們在這晴朗的三天中，除了能夠享受大自然環境，亦能夠從各項活動中學懂與身邊的同學相處、互相合作，共同努力完成任務和遊戲。從中亦能讓學生發揮領導才能、學習肩負責任，培養關愛和同理心，從而發展個人成長。相信各位同學經過這次的教育營必定有所得着。



感恩事項

小五教育營



將臨期活動

宗教組在11月22日開始，跟學生進行將臨期活動，迎接耶穌基督的降臨。本年度的主題是「同行有祢」。顧名思義，我們日常生活中，每時每刻，天父都與我們同行。我們的生活中，存在着許多值得感恩的事和人，透過我們相互分享，讓我們感受到父的慈愛是何等長闊高深。

11月22日-12月22日舉行將臨期「同行有祢」活動，學生們透過自己定下的目標，和身邊的人分享從主耶穌來的盼望，愛，喜樂和平安。

大部份同學投入參與，寫心心--感謝分享愛的人，學習關心身邊的人及畫卡為醫院裡的病人打氣。喜見學生在將臨期中好好預備自己的心，以愛心呈獻給主耶穌。

感謝老師、家長和學生一起設計並一起佈置和參與活動。有些學生更完成4項活動換取獨一無二，由老師及家長設計的鎖匙扣作紀念。以馬內利。神與我們同在。

家長教師會

家教會在聖誕節前安排了兩場交換禮物環節，盼望小朋友在這個愛的節日中學習分享愛。

我們感受到同學收到喜歡的禮物時雀躍的心情；也見到有同學收到不太合用的禮物，但有另一位同學主動與他再交換。這個舉動真令人十分感動！



家家有球門球比賽

學校成功申請老有所為活動資助計劃。此次計劃目的是讓學生實踐所學並懂得欣賞同尊重上一代、讓孩子的好奇心、活躍感染老友記，透過隊際比賽，建立兩代關係。

其中一項活動家家有球門球比賽在十二月十五日舉行，感謝天父的恩典，在溫暖陽光下，五人賽事及三人賽事完滿結束。



學生成就分享



學生成就分享

香港文藝協會(第七屆) 全港18區音樂比賽-弦樂組合奏

早前本校弦樂隊以陳朗軒先生改編的曲目: William tell overture參與了香港文藝協會第七屆全港18區音樂比賽，並獲得大埔區亞軍，恭喜以下獲獎同學：

3A張丞均
4D杜政純
5A許芯瑜
5E符凱琳
6A張宏匡
6C莊皓霧
6E奧順兒
6E周樂瀅



幼稚園組/小學組/中學組/公開組

截止報名：- 10月31日2023年
遞交作品：- 11月07日2023年
公佈結果：- 11月14日2023年

全港十八區 音樂比賽 (第七屆)

新界婦孺福利會基督教銘恩小學
導師：章卓彥老師/陳朗軒

學生成就分享

籃球邀請賽

本校籃球隊參與由迦密聖道中學舉辦的籃球邀請賽，在11月10日已經圓滿結束，本校男子籃球校隊成功獲得亞軍。



除此之外，本校籃球隊亦參加了由港九街坊婦女會孫方中書院舉辦的3x3籃球比賽，派出男子組及女子組，並於男子組中獲得殿軍。



除了上述比賽外，學校亦致力增加學生比賽經驗，與不同學校舉辦友誼賽，以增加學生比賽經驗，訓練學生團結能力。而籃球隊學生在本學期的進步甚多，目標希望在1月份學界比賽獲得優異成績。

感恩事項 學生成就分享

「第六屆STEM香港小學生大獎賽」

由香港STEM 培育協會主辦「第六屆STEM香港小學生大獎賽」已完滿結束，本校學生在400多名比賽生的激烈比賽下，皆取得優異成績。個人獎獲獎名單如下：

班別	學生姓名	獎項
6E	姜倚呈	殿軍
6E	鄒竣霖	優異獎
4C	張梓陽	優異獎
4D	沈悠	優異獎
6D	李志誠	創意創新思維獎
6D	鄭承軒	優異成績證書(第一回合)
6E	梁舜	優異成績證書(第一回合)
6E	蘇又雋	優異成績證書(第一回合)
6D	謝沅澄	優異成績證書(第一回合)
6E	黃子燁	優異成績證書(第一回合)
6E	茹仲一	優異成績證書(第一回合)
4C	余天玥	優異成績證書(第一回合)



除此之外，上述學生亦為學校贏得團隊大獎
「卓越成績學校大獎」

好書速遞

馮嘉豪老師

書名：《劍擊成就了我：奧運冠軍張家朗》

口述：張家朗

撰文：朱凱勤

出版社：商務印書局

大小比賽中，張家朗學會了如何面對逆境，百煉成鋼繞指柔，劍擊成就了今天的張家朗。各位同學，我們不管遇到任何困難或挫折，也不能輕易放棄。



<https://shorturl.at/asEKO>

好「師」速遞

「電影發燒友」

張海媚老師

大家好，我是張海媚老師，今年是5B班的班主任，主要教授數學科。我很高興能夠加入銘恩這個快樂大家庭！

我從小就很喜歡看電影，不論是喜劇、恐怖片、科幻片或卡通片。小時候很喜歡與同學模仿喜劇電影中的經典對白和情節。除此之外，每次看完恐怖片後，即使晚上總是睡不著，下一次看電影時還是會選擇看恐怖片。

電影當然要去戲院看啊！我每個月都會去戲院看電影。戲院內的音響和氣氛，令人更容易投入電影裏。對著大銀幕，拿著爆谷，喝著汽水，可謂人生一大享受，令人好像進入了另一個奇妙世界，當天所有煩惱都可以通通拋開。

開心看電影，不開心看電影。看電影除了可以放鬆心情之外，亦可以擴闊視野和啟發思考。透過觀看不同類型的電影，還可以學習不同國家和不同時代的文化。每部電影都會有一些訊息帶給觀眾反思，不同的人看同一部電影會有不同的啟發，這就是我愛看電影的原因之一。有空的話，約張老師一起去看電影吧！



好「師」速遞

「電影發燒友」

Miss Ling

A Movie Fanatic

"Once you've met someone, you never really forget them. It just takes a while for your memories to return." – Spirited Away became Miss Ling's mortal. It reminded me that time is precious, so, we need to create more memorable moments with our beloved ones.

Spirited Away was produced by Studio Ghibli in 2001. It is about a ten-year-old girl Chihiro wants to rescue her parents who have just turned into pigs. Chihiro has to work in the Bathhouse but she faces many challenges throughout her journey. She teaches us to be a persevering people and not to be greedy.



好「師」速遞

「電影發燒友」

Spirited Away is my all-time favorite movie. The first time I watched it was in Primary 3. I watched it with my parents and brother in the cinema. I was stunned by its picturesque animation until the scene when Chihiro takes the lift with Lin. Then, everything was blackout because I fell asleep. After knowing that this movie broke the highest-grossing record in Japan, I re-watched it again in 2004. This time, I understood the plot. It was very touching. From then on, I watched it repeatedly. I even chose this film as my dissertation topic during my tertiary education. I had different inspirations every time I watched it throughout my stages of life.

Spirited Away is meaningful to me not only does it capture the 'moment' I watched this movie with my family, but also reminds me of the meaning of life in different stages of life. Why not grab a popcorn and watch a movie with your loved ones this Christmas holiday?



代禱事項

- 流感肆虐，願天父保守學生、家長和學校教職員的身心健康。
- 願天父賜福各人，在聖誕及新年假期中，好好享受與家人共聚的歡樂時光。
- 求天父讓孩子們在聖誕假後，能有良好的學習狀態回校上課。
- 1月將進行自行升中派位的申請，求天父給小六的學生家長智慧，為子女揀選合適的中學，並處理有關的文件和手續。

恩訊團隊

審閱：黎慧儀副校長

編輯：王海祺老師

校對：鄭巧婷老師

設計及排版：呂紫盈老師

如家長有任何查詢，請致電學校（2668 6112）聯絡黎慧儀副校長。