博學明道・臻善益群

南亞路德會

沐恩中學校訊

總第 27 期

2013年5月

校網：http//www.ilc.edu.hk
校址：香港新界大埔大元邨　電話：(852)2667-3129　圖文傳真：(852)2665-0600　電郵：info@ilc.edu.hk

本期主題：日新又新迎三十

校長的話

攝影：王俊文老師

昔日，
我們一起走過；
前面，
我們一起前行。

黃堯姬校長
08.05.2013

這學年是沐恩中學第三十個年頭，明年的校慶，我們將會慶祝珍珠禧。培育「珍珠」是創校以來的辦學信念，我們深信：青少年乃獨特的生命個體，潛質無可限量而有待培育，仿如沙粒藏身蚌內，一經培養歷練，總可變成璀璨的珍珠。

三十年來，畢業生人數幾達五千，他們散居世界各地，在社會不同的行業裏散發著光芒。今年的中六生畢業禮，我們邀請了其中一顆明珠：瑪嘉烈醫院病理學顧問醫生麥苗博士，擔任主禮嘉賓。盼望明年，我們能將珍珠們串在一起，相信這條珍珠鏈是我們呈獻給上帝最好的感恩祭禮物，也是一道見證的雲彩，激勵沐恩眾師生。

回顧近年本港教育的發展，在課程及學制方面起了翻天覆地的變化，我校在這股洪流的衝激下，有她不變的堅持執著，也有奮力與時並進之突破：

不變的堅持：

1.「主」不變：人事或校長會更替改變，但帥領沐恩前行的主上帝信實不變。感恩是過去兩任校長已為沐恩奠下美好的根基及發展。不同的校長有不同的領導風格、專長與限制，但高舉基督倒是一致所持守的——祂才是學校的主。

2.「愛」不變：學生的背景與水平會有差異及改變，但我們愛學生的心不變。我們愛，因為神先愛我們，上帝看學生如珠如寶，老師們與父母們都會共同堅持對孩子愛的教育。

3.「使命」不變：在功利主義、成績掛帥的香港社會，沐恩昔日所領受的，是要辦好一所基督化學校，提供全人教育，讓學生在這裡得著生命的昇華，此異象與使命是歷久不變的。

與時並進：

1. 校園設施：三十年的校舍，可以擴展的空間有限，但我們會善用場地、美化環境、提昇 e 世代學與教的軟硬件設施，讓學生在這細小而舒適的校園裏樂於學習。明年我們會美化禮堂及設置沐恩歷史館。

2. 課程內容：隨著第一屆香港文憑試的檢討，高中課程大致塵埃落定，我們將會致力梳理初中課程以銜接高中，優化及發展校本特色課程，以完善全人全方位的學習需要，豐富學生在知識、態度、能力、情感與德育的學習。

3. 學教模式：今天的學習，無論場景 (課室內與外)、模式及策略等，已比從前活潑、互動及多元化，在沐恩這個學習社群裡，師生們都會致力優化及提昇學與教的效能，讓每一位學習者都能實現自我，邁步成功。

與時並進的沐恩珍珠，是怎麼模樣的呢？容我下次繼續跟大家分享。

▲ 黃校長隨教育局統籌之校長團到上海交流培訓

Dean 2
學與教發展總監
孔雪兒老師訪問記

校園記者：
5C區善兒、3A朱泳湘
3B何詩敏、2A陳衍文

本學年過了一大半，相信不少新行政架構已經為同學們所認識，但同學對孔雪兒老師的新崗位有多少了解呢？孔老師的教學歷程又怎樣造就現今的她呢？且看校記同學為大家細細報道。

中學選科的抉擇

孔雪兒老師就讀的中學很重視多元發展，連當時藝術、體育和家政等這些冷門科目也創新地開辦。孔老師有幸受教於一位好老師，在沒有統一課程的年代，老師為學生準備所有的學習材料。經老師熱心和熱情的栽培，培養她對藝術的興趣。孔老師升讀中六時原打算選讀會計，因為她會計的成績不錯，而學校的商科公開試成績一向優異，能入讀大學的商科機會很大。在中六科目面試的前一天，她坐立不安，唯有禱告上帝，思考自己的未來。上帝讓她重新反思自己的際遇，她恍然明白，自己能進入這間全港最重視藝術發展的學校，修讀很少學生有機會唸的美術科，是上帝的安排。最後，孔老師下定決心，改選藝術科。面試由校長主持，校長鼓勵她去做自己真正想做的事，結果孔老師便成了藝術科的學生。

大學就業的抉擇

完成了大學的藝術課程後，孔老師形容自己陷入了低潮。她熱愛美術，但自知並非創作型的人，因而選擇了老師這份工作。她坦言只是試試看，並不期望是終身職業。孔老師從中找到樂趣，她享受與學生之間的關係，將他們當作子女弟妹般看待，帶他們到香港不同的角落遊覽體驗。此外，孔老師喜愛不斷修改課程，根據學生的能力，為他們設計學習材料。學期結束時，她會收集學生對學科的意見，從學生的角度分析學習成效，以改善教學，樂此不疲。孔老師形容在教學歷程裡，體會什麼是教學相長的喜悅。

赴美深造藝術教育

孔老師跟我們分享了在我校任教八年後，到海外進修的難忘經歷。孔老師感謝丘校長讓她停職留薪，讓她能安心地到美國修讀藝術教育碩士課程。在這一年裏，孔老師發現美國的教育方式與香港的「填鴨式」截然不同，那種輕鬆、自由的教育方式，令她從中得到不少的啟發。孔老師記得上繪畫課時，老師覺得她對作品的得失成敗太緊張了，便給她一些紙皮，鼓勵她放心地在那些便宜的紙皮上嘗試。老師更對她說：「在失敗的畫作中我們學得更多。」這句話令孔老師對創作有更深的體會。

▲ 接受校記同學訪問

▲ 與學生和同事合照(早年照)

▲ 關心學生文憑試成績及出路

▲ 美國深造時宿舍

學期結束時，那位老師帶孔老師到他的畫室，孔老師一邊觀賞老師的畫作，一邊驚嘆老師的畫畫風格竟與她的不同。孔老師很感激這位老師讓她自由發揮，沒有以自己的風格來影響學生，令孔老師留下深刻的印象。

趴地小男孩的啓發

那一年，孔老師除了是留學生，也是藝術教育系學生實習教學的導師。指導學生教學時，孔老師有機會接觸當地學校的學生，她看見一個小男孩趴在地上畫，她很感奇怪，問他在幹什麼，「我要從另一些角度去觀察，看看有何不同。」小男孩的回話很有意思——好奇能令人放眼看世界，然而香港的教育卻局限了孩子眼中的世界。有一回，孔老師給某個實習學生B級的成績，學生問要怎樣改善自己的教學才能拿到A級。這個學生求學不只求分數的態度很鼓舞孔老師，孔老師花了很多時間，與學生討論他的教學情況，給他具體的改善建議，師生都上了寶貴的一課。這次經驗讓孔老師深切體會善用評估促進學習的重要，知道要讓學生主導地掌握自己的學習情況，方能提昇學習效能。這次的海外進修不但促進孔老師和其他學生的交流，還深化了孔老師對教育的看法。

老師是「促進者」

藝術的天地廣闊，學生不可能從老師那裏得到所有的藝術知識和技能，學海更是無邊無涯，孔老師很早已意識到教育應著眼於教導學生自我學習的能力，在沒有老師的陪伴下，學生可以獨立思考和學習，成為終身學習者。老師是「促進者」的角色，將基本的知識傳授學生，還需教導學生掌握整個學習歷程的共通能力，例如搜集、分析和運用資料，亦要建立學生的協作能力。現今社會要求團隊合作，學生要懂得怎樣與別人共處，與人同工。要建立一個有自學能力的學生，孔老師重視培養初中學生的語文、思維能力和與人相處的技巧。

當上了「學與教發展總監」

在擔當學與教發展總監的新崗位後，孔老師表示，現時的工作與教學不一樣，她有機會跳出自己任教的科目，對學生的學習有一個更宏觀整全的認識。她需要了解學校不同學科的運作，又要分配工作予不同的同事。孔老師相信老師間專業交流能夠推動整間學校的進步，她十分享受與不同老師討論教學，不同科目同事的經驗分享讓她對學生的學習有更全面及深入的認識，有助她統籌及發展整間學校的學與教的工作。新工作崗位需要很多時間和心力去與不同的部門溝通和協作，她樂於接受這有意思有挑戰性的任務。

對於未來的發展方向，孔老師最希望提升同學自主學習的意識和能力，讓學生更「擁有」學習。學生是學習的「用家」，若果他們知道自己整個學習的歷程，了解自己將會需要掌握的知識和能力，能增加他們學習的成效。就如旅行一樣，如果旅行者能夠在出發前對目的地有更多的資料，對行程的細節有更多的了解，就更能預備自己去享受這個旅程。旅行者更可以按自己個人不同的興趣，早些規劃自己的理想的行程，整個旅程便會充實和豐富，而不是盲目地跟從導遊的安排。
同樣地，在學與教的過程中，孔老師期望學生清楚知道自己的學習

▲ 在美國時的畫室及其作品

▲ 由孔老師指導的藝術教育系學生

▲ 我畢業了！

▲ 孔老師生活照

情況，從而掌握自己學習的進度，以提昇學生對學習的參與感和投入感。孔老師亦希望透過把生涯規劃的概念引入課程中，建立學生「以終為始」的學習觀念，令學生從小懂得想遠一些，為自己的將來打算，訂定個人的學習目標和進度。

工作與家庭間的角力

因工作太忙了，，孔老師坦言有時未能兼顧家庭的需要，但她形容自己為處理多重任務的人，在學校工作時她會將家庭暫時放下，回到家中則將工作拋諸腦後。她笑言在這樣的狀況下，反而令她不會沉溺於學校的工作中，同時又可以給予兒子們更大的發展空間。雖然第二個兒子有學習上的特別需要，要孔老師多花時間照顧，但她覺得是上帝給她的考驗和祝福，讓她對學生學習有更深的體會。

孔老師在快三十年的教學歷程裡，在校內校外不同的學與教的場景中，不斷蛻變成長，成為一位對教育改革有抱負的老師。學校的行政工作並沒有磨滅孔老師的熱誠，反而她希冀著透過新的工作崗位可以為學生、為學校作出更大的貢獻，延續她當老師的心志，繼續在學與教的崗位上盡忠地服事上帝。

▲ 孩子的努力得到美好的成果

Dean 2 舉辦有關提升學生成績之活動——家長日「家長暨子女懇談會」

▲ 孔雪兒老師會見家長

▲ 梁嘉儀老師在禮堂主持活動程序

▲ 老師個別面見學生，給予指導

新學年新行政架構

分為四位總監。依次左起為總監1羅紹國老師、總監2孔雪兒老師，總監3何順鑽老師、總監4屈佩芬老師。

攝影：王俊文老師

Dean 1：校園行政及聯絡
總監：羅紹國老師(下轄兩個工作部門)
A 校園行政組。主任：羅紹國老師
B 學校宣傳及聯絡組。主任：趙汝儉老師

Dean 2：學與教發展
總監：孔雪兒老師(下轄兩個工作部門)
A 課程事務組。主任：孔雪兒老師
B 學生學習組。主任：梁嘉儀老師

Dean 3：教學行政及系統運作
總監：何順鑽老師(下轄兩個工作部門)
A 教務行政組。主任：何順鑽老師
B 資訊科技組。主任：何美儀老師

Dean 4：學生發展及支援
總監：屈佩芬老師(下轄五個工作部門)
A 宗教事務組。主任：溫淑玲老師
B 訓輔組。主任：余淑賢老師
C 課外活動組。主任：吳偉強老師
D 生命教育組。主任：伍焯佳老師
E 全方位學習組。主任：屈佩芬老師

Dean 4 學生發展及支援總監 屈佩芬老師訪問記

校園記者：
5E吳綺庭、5A劉芷蕎
3A曾盛敏、2D莊雅晴

▲ 接受校記同學訪問

▲ 與同事有商有量

▲ 頒發獎項與同學

如果要你形容一下屈佩芬老師給你的印象，你的腦海會浮現那些形容的字眼呢？認真？嚴肅？還是爽朗健談？相信你們的答案會各有不同。但屈老師卻只用一種顏色形容自己——綠色。柔和的綠色給人一種自然輕鬆的感覺，正與爽朗、熱愛大自然的屈老師不謀而合。同時綠色也象徵了成長，如同屈老師培育學生、在工作中自我成長。

工作轉變

屈佩芬老師在沐恩中學任職十多年。最初，屈老師基於宗教信仰的背景和沐恩堂會友的身份，順理成章地成為宗教組的其中一位老師。後來，愛接受新挑戰的屈老師毛遂自薦地加入課外活動組，轉折間更成為全方位學習週的核心人物。這學年，屈老師憑着過去的工作經驗，加上勇於嘗試、不怕失敗的性格，當上了新行政架構下的「學生支援及發展總監」。

萬能女超人

別以為屈老師新的工作崗位輕省，事實並非這樣。她的工作量可說是有增無減。「學生支援及發展總監」的主要工作方向有三：(1)支援學生發展、(2)安排週會活動以及(3)推動各級發展。而轄下的工作部門共有五個，可以想見，當中涉及的統籌工作有多繁多。同學有否想過自己參與的學生領袖活動、週會，甚至大大小小的級活動，也是屈老師有份參與的。除了這些工作外，當然少不了全方位學習週的工作。整個全方位學習週的統籌、報名、活動推行到展示學生學習成果，屈老師也需參與，真是不得不給這位「女超人」老師一個「讚」！當然還有其他老師成員的彼此配搭，不但為屈老師分擔工作，更在制定活動時提出有建設的意見，為全方位學習週的活動增加不同的學習元素，令活動在質和量方面都有充分的發展。

「我只是一個協調者」

縱使工作轉變，屈老師職銜比轄下各部門的老師還要高，但她並沒有因此而自視過高，反之她認為每位同事都各有所長，她並不是管理他們而只是擔當一個協調者的角色，是要平衡不同部門組別在資源、財力、地方.....等方面的調配。因此，屈老師認為當中的細心聆聽，和同事間的尊重最為重要。

屈老師的得與失

相比起另外三位總監，屈老師的年資相對淺些。三位老師的處事智慧、身心魄力以及他們教學的熱情，均令屈老師佩服不已。屈老師視他們為自己學習的好榜樣，讓她保持學習的心，得以進步。隨着職位的轉變，屈老師的工作環境也遷移到地下校務處。雖然這為工作帶來便利，但同時讓她與其他老師產生地域的距離。為了拉近與同事的距離，閒時屈老師也會上三樓與老師談天說地及與老師們定期吃午飯，以保持友好關係。與同學相處方面，屈老師最滿足的，是在新工作崗位上能夠接觸到不同類型的學生。現時與學生的關係未必跟以前一樣親密，但屈老師會善用午膳和放學的時間與同學聊天，關心他們，了解他們的需要。

因祂而改變

眾所周知屈老師是一名虔誠基督徒，原來她在中一的時候已決志信主，在求學時期加入沐恩堂至今。神爲屈老師帶來了不少的改變，使原本性格急躁的她變得溫柔和謙卑，懂得更多考慮別人的感受，若發現自己有做得不恰當的地方，不論是誰，也會立即向對方道歉。

無法搖動的信

被問到在工作上遇上困難時，有否後悔自己的決定，或曾埋怨過上帝。她毫不猶豫地說:「不會！」因為她視每一個困難爲機會，與其花時間埋怨，倒不如積極思考如何解決，同時她深信上帝會賜予她相應的能力去應付一切困難。如果真的解決不了，便會祈禱，求神賜予智慧和能力，正如《聖經》所記「應當一無掛慮，只要凡事藉著禱告、祈求，和感謝，將你們所要的告訴上帝。」(《腓立比書4:6》)

子女盲目的信，不要！

屈老師的信仰同時融入了她的家庭，雖然屈老師的子女一直都有參與教會的主日學，但還沒決志信主。原來屈老師認爲子女現時年紀尚幼，不希望子女因父母的緣故而盲目決志。因此她尊重孩子的信仰，好留待他們長大後自行決定，由此可見她是一位開明的母親。

家庭片段

屈老師每年也會跟家人一起外遊，共聚天倫。隨着工作量的增加，屈老師陪伴家人的時間也相對減少了。儘管她覺得對兒女有所虧欠，但兒女卻沒有絲毫抱怨。然而兒子在屈老師回家時飛奔擁抱媽媽的情景，就已經表現出孩子對媽媽的掛念了。因此為了補償與家人相處的時間，屈老師會經常和家人去旅行，因為這是可以讓她二十四小時都待在家人身旁的唯一方法。屈老師回憶最近和家人相處的難忘片段，是在新年初。她們一家到郊外遠足，屈老師不經意地哼出了詩歌旋律，令她驚訝的，是兒女竟會應和著她哼出來的詩歌。最後她們一家人在整個旅程中一邊唱詩歌，一邊享受大自然的美麗，那情景深深體現了家庭的溫暖和諧。

屈老師的期望

屈老師期望在即將來臨的三十週年校慶盛會，能夠有美好的成果，讓老師和同學都能樂在其中，校友也能夠藉此機會回到母校，感受上帝的愛不曾離開過他們。更重要的，是把這份禮物獻給上帝。

▲ 閒來與同事一起戶外活動

▲ 教會團契生活

▲ 二人世界與闔府活動

Dean 4 轄下 全方位學習週 活動舉要

▶ 屈佩芬老師攝於禮堂

▲ 同學在禮堂觀賞學習成果的展示 ▶

▲ 同學翻閱全方位學習成果展品

▲ 大埔史蹟遊之文武廟

▲ 大澳漁村生趣之旅

▲ 參觀高等法院

▲ 活出明Teen生涯規劃

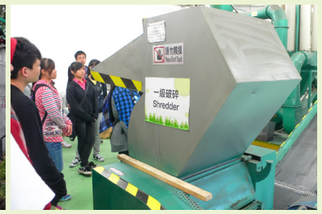
▲ 數學遊蹤

▲ 荔枝窩生態考察之旅

▲ 參觀香港大學理學院

▲ 參觀香港基建之三大橋

▲ 探索長洲



▲ 參觀環保園

▲ 中環印象之摩羅街

▲ 皮革工作坊

▲ 圍村歷史遊

▲ 中國教育體驗及文化之旅

▲ 義人行服務

▲ 參觀立法會大樓。與范國威議員合照。

無一事而不學，
無一時而不學，
無一處而不學。
宋．朱熹

何鳳英老師榮休紀念

功成身退 榮歸主名

校園記者：5D顧美燁、3A劉凱宜
3C徐善彥、3E程梓珊

▲ 黃校長(左)與何鳳英老師於校園合照為念。 攝影：王俊文老師

> 鳳英老師：
> 謝謝你這麼多年來忠心的服侍，你勤勉地伏在案頭，埋首工作的背影是我最感動的。退下忙碌的教學生涯，祝福你有更多的空間享受家庭樂。願天父保守你身體安康，下一頁的人生更見姿彩。
> —黃校長贈言

何鳳英老師小檔案

- 1990年度加入沐恩中學
- 英文科老師
- 家教會老師委員
- 退休前，為中一級丁班班主任
- 將於2012年度榮休(服務23年)

「師者，所以傳道、授業、解惑。」「師」所肩負的，與其說是偉大的責任，倒不如說是一個孩子全人發展的未來，可見「老師」是何等的重要。他們是盡心竭力，默默耕耘的園丁，是值得欽佩的，我校何鳳英老師正是其中一位。何老師自上世紀九十年代(似很唬人)加入沐恩大家庭，至今二十三年。在這些年間，何老師見證著沐恩的種種變遷，沐恩也記錄了何老師人生歲月的足跡。這學年，老師迎來了她榮休的日子，二十多年教學育人的工作，彈指間快要結束。

▲ 何老師在沐恩最後一次早會分享。主題為憑著信。(2013-4-30)

何老師的讀書生涯

或許大家不知道，何老師畢業於舊式女子中學，其後往美國升讀大學，故此何老師既受過傳統英式的嚴格教育，也體會過美式自由開放的學習氛圍。在異鄉求學的時候，雖是自己一人隻身在外，何老師認為困難不算多、挑戰亦沒有想像中大，主要是需要獨立，如自己做家務、煮飯等等。

▲ 帶領學生參與社會服務

從醫療社工到教師崗位

大學時期修讀社會科學的何老師，曾任職醫院的醫療社工。但她更希望能用自己的知識回饋社會，所以她選擇了教育為終身職業，能有更多機會接觸孩子，走進他們的內心世界。何老師主要任教低年級英文，在面對這群永遠精力充沛的孩子時，她坦言帶給她極大的挑戰，卻也是極大的滿足感。

▲ 陸運會時班主任當值點名

學習主動爭取

何老師認為現今香港的教育比較現實，缺乏空間和時間令同學消化課堂的內容，但不能以功利來形容，因為制度的存在價值就是擇優，社會是有競爭性的，同學應該學會爭取機會。她認為「主動」是爭取機會和推動學習成功最重要的一步。即使是對自己兩名兒子的教育，她希望他們能先靠自己思考，並不是依靠父母去解決困難，這樣才能獲得屬於自己的知識。學生應該學懂自主，而家長則應該學會放手，讓子女有自我探索的空間。在兒子讀小學時，她會與丈夫分配時間教導兒子。到了中學，何老師就放手讓兒子有自主的空間。對兩個兒子的學業，何老師很放心，因為他們會主動地學習。到了大學，何老師只擔心兒子會給自己太大壓力。

不一樣的教育

除了作為一名英文老師，同時作為兩個兒子母親的何老師，她跟丈夫的育兒理念是讓兒子們的生活過得純樸點。她不要讓兒子們擁有過於豐富的物質，要求他們學會就算面對自己最喜愛的東西，也要懂得節制。例如吃東西，每人一碟相同分量的食物，孩子們不可要求父母多分給自己一點。「得到多少就是多少，不能多取。」雖然教育方式較為特別，但卻成功令他們明白何謂「節制」。何老師的眼裡，給孩子過純樸簡單的生活，才是對孩子好。其實這用意並不難理解，今天香港很多兒童的物質享受很豐富，不愁衣食玩物等等。無論該物件價錢如何，父母都盡所能買來滿足他們。最後，孩子們就被寵成大家口中所說的「皇帝仔、皇帝女」，要有什麼就有什麼，到最後孩子要求什麼仍得答應。何老師覺得不只寵溺、過份照顧導致今天的「港孩」問題，當中還有過分保護而造成。今天社會上獨生子女較多，父母自不然過度保護他們惟一的子女，子女也就容易倚賴成性，缺乏自理或面對逆境的能力——「港孩」就是這樣煉成的。

▲ 受同事歡迎的茶葉蛋

▲ 何老師與孩子合照(早年照)

何老師談信仰

何老師當年就讀的是天主教中學，那時年紀尚是幼小，父母不贊成她有任何的信仰。到了大學階段，心志和思想等方面都成熟得多了，父母也就讓她自己來選擇取捨。最終，她認定了耶穌是她的救主，選擇了基督教信仰。何老師體驗到基督教信仰在她生命中的位置十分重要，影響亦大，使她在行事為人方面的改變甚深，尤其是對金錢的價值觀念。在何老師的生命中，金錢並不是第一位，正如《聖經》所言：「貪財是萬惡之根」。基督教信仰中的人觀也改變了她對人的看法，與人相處也變得和睦親切。

▲ 參與家教會旅行

忘不了家教會

除了任教英文科外，何老師亦擔任十多年家長教師會的財政工作。何老師表示與家長們開會時十分開心，家教會所推行的活動極富意義，令她樂在其中。她認為最有意義的是買賣舊書活動。縱然過程繁複，但因為這活動不僅能減輕家長們新學年書簿費的沉重負擔，也倡導了珍惜資源，循環再用的環保意識，所以一直得到家長和同學們的極力支持。何老師亦表示十分感謝歷屆的家長義工的積極投入，因為他們不僅樂於向學校提出意見，也十分熱心參與家教會的活動，令家教會充分發揮家校合作，溝通互補的作用。

▲ 協助家教會舊書買賣

更忘不了沐恩

回顧奉獻了大半生在教育工作上，何老師總結為：「教與學相輔相成，自己從中也受益匪淺。」而在沐恩度過了近四分一世紀的年華，何老師對沐恩有著深厚的感情，她坦然謂十分不捨得。她眼中的沐恩是一所名副其實的基督教學校，老師同事都是基督徒，故此，老師都十分愛惜學生，願意為學生付出。學生方面，整體而言品學皆不錯，各有潛質。同學常有接觸福音和決志信主的機會，有同學信主後有好的轉變。學校方面，以基督精神建校，有使命，有目標，著重全人發展。這一切，都是難以忘記的。
最後，她寄語沐恩同學：「善用時間，事事認真，勤快主動，敦品勵學！」

何老師近乎四份一世紀教學育人的工作，快要畫上完滿的句號。在漫漫人生路上，一個句號只是爲了開啟另一段的精彩。祝福你，老師！

▲ 接受校記同學訪問後合照

A Farewell to Ms Portia Ho Fung Ying

Congratulations on your retirement after a tremendous career with ILC. Thank God that the days of 8 to 8 here are past. Wish you achieve whatever you have set out to be.

• Ho Hang Sim
(Panel Head of the English Department)

As you move on into the next amazing chapter of your life, our very best wishes and thoughts go with you. Come and visit us often, for this is farewell and not goodbye.

•Willa

Dear Portia,
Thanks for all your hard work as you've been teaching here in ILC for so many years! I'll miss your laughter and the food you've shared with us! Hope you can enjoy your retirement life!

•Lam Kong Lan

Dear Portia,
I had a great time working with you ! After you say goodbye to the tiring marking, travel more, exercise more, and enjoy life more! Don't forget us and visit us more often!

•Joy

Wish you a healthy and joyful life after retirement!

•Ann

Thank you for helping make my time at ILC so enjoyable and for being an example of faithful service. May the Lord bless and keep you now and always.

Your sister in Christ,
•Katie

歲月留痕

▲長期服務嘉許。照片左起依次為5週年、15週年及20週年。

▲不同時期的教師退修營。第一張為最早，1991年暑假，第四張為這學年。

▲某年的英文科老師合照

▲攝於學年終之「收爐宴」

▲攝於25週年校慶晚宴上。第二張為與家教會委員合照

▲攝於某年的「團年飯」

▲其中兩次的教職員聖誕聯歡會

▲攝於某年新生輔導晚會上

▲上海交流。第一張攝於外灘。第二張為品嚐「東坡肉」

▲於英國進修時攝於某博物館

▲早年攝於英文科攤位遊戲

▲家長日會見家長

▲某年環校跑當值

▲25週年校慶與學生合照

▲參加教師發展活動

▲參加本學年教師團契聚會

◀於校門前拍照留念。
攝影：王俊文老師

這些年，我們互相叮飯的日子

回想三年前，何鳳英老師成為我們的鄰座，我們的友誼就從那時開始……

起初，與她並不太熟絡，但慢慢地，她那友善的態度令我們打開了話匣子，她更成為我們的飯友，每天午飯，誰人有空便會為對方把飯盒放進微波爐，讓大家下課時能即時享用熱騰騰的飯盒。鳳英老師和藹可親，常為我們烹調美味的食物，香草焗羊架、香滑芒果布丁、茶葉蛋等等，令人回味無窮。另外，她又會在不同的時節為我們送上應節食品，如於農曆新年，她會親自炮製蘿蔔糕；於中秋節時，她又會為我們購買冰皮月餅，使我們倍感溫暖。

她樂於分享其家庭軼事，她有兩個乖巧又勤力的兒子，二人正在英國進修，一個將投身商界，另一人正修讀藥劑學，品學兼備，令人羨慕。每次問起鳳英老師她的教子良方，她總謙稱沒有什麼特別，但從她那友善的待人態度及善良的品性，深信身教勝於千言萬語的教誨，而這正也是她的教子之道。

鳳英老師將榮休，我們在此衷心祝福她享受豐盛的生活，兒子早日成家，使她能享四代同堂之福！

•慧珊、美儀及 Grace

家長日2013-2-22
成績優異同學讀書心得分享

5A 葉綺汶同學

“談到讀書的方法，其實我也稱不上有甚麼心得。我認為若好好專心上課，就能學到很多的知識。

可能自己是讀「理科班」的緣故吧，考試前都會比較注重多做練習。當然，明白課題所涉及的概念也很重要，因為試題千變萬化，考試卷不可能和練習的題目一樣。另外，我也喜歡自己做一些小筆記，串連各單元的關係。考題很多時都要運用到不同課題的知識，所以明白課與課之間的關係能幫助不少。臨考前，再看看自己筆記簿上的重點，加深印象，而筆記本代替了書本，書包也輕省了。此外，心理狀態也很重要，要是太緊張或太累，就難以發揮自己的水準了，所以考試前的晚上，最好早點休息和放鬆心情。爸爸媽媽這時對我最好的支持，應該是為我添上零食吧，不但可增加能量，又能減壓。這些小小的讀書體會，希望能給大家小小的參考。”

2A 戴倩潼同學

“我認為首要是心態，態度決定一切。即使是一些小問題，只要自己不明白，就一定請教別人，直到弄清楚才肯罷休。事實上，我跟其他同學一樣有很多不同的興趣。除了喜歡看書外，還喜歡上社交網站和瀏覽電腦網頁。我認為只要時間分配得宜，就不會影響學業。我要求自己每天做完功課後，才能做其他事情。適當的娛樂更能促進學習的效能呢！娛樂時要盡情地玩，溫習時要專注在書本上。在此我鼓勵同學在考試期間，不妨為自己設計一個時間表，好好安排溫習時間。得到今次的成績，我要感謝上帝，祂每天帶領我走在正確的道路上；感謝老師耐心的教導，讓我學到不少書本的知識及人生道理；感謝父母的教導及支持。最後，我鼓勵同學在學習上遇到困難時，不要放棄，因為曲折在人生的旅途中是難以避免的。面對挫折，有人會失卻了奮進的勇氣，熄滅了探求的熱情；有人會確立了進取的志向，從而磨練出堅韌不拔的性格。我認為人生中最光輝的時刻不是成功的日子，而是在悲嘆與絕望中，面對挑戰。”

上學期各級成績優異同學

級別	優異成績（初中首三名，高中首四名）
中一級	陳望心(1A) 馮泳珊(1A) 李梓淇(1C)
中二級	戴倩潼(2A) 韓曉嵐(2A) 何嘉兒(2B)
中三級	李芷悠(3A) 陳煒程(3A) 曾盛敏(3A)
中四級	戴善慇(4A) 陳惠婷(4C) 孔思齊(4C) 李綽欣(4C)
中五級	袁碩謙(5C) 區善兒(5C) 崔可茵(5D) 葉綺汶(5A)

▼ 與黃校長合照

全方位學習日2013-3-23至27
校記同學與你分享親身體驗

長洲探索之旅

文|校園記者：3A劉映均 3C徐善彤

今年的全方位學習周，中三級同學一起到長洲探索考察。活動的目標是：透過計劃遠足路線，提升學生的協作和解難能力；認識長洲的地理環境和特色景點，欣賞離島風光；發掘長洲的社區特色和生活面貌；促進師生關係和建立班會情誼。可想而知這次活動豐富多姿。那天，我們進行了環島遊活動、自遊行探索文化及生活認識和在渡輪上製作的手作拼貼。長洲是香港著名的旅遊景點，島上有不少名勝，如張保仔洞、北帝廟和長洲石刻等，非常值得參觀。其中張保仔洞有二百多年歷史。這次遊覽長洲不但令我們認識更多當地歷史，更讓我們學習如何看地圖、使用指南針等知識。

記得出發前一天還下着滂沱大雨，天文台曾發出黃色暴雨警告，大家都很緊張「長洲之旅」是否會取消。慶幸的是旅程沒有取消。啟程時，大家都很興奮雀躍，船艙上層充滿同學歡樂的氣氛。到達後，大家分組到指定地點拍照，為了爭取時間，我們不斷地跑，走得很累。儘管艱辛，但能與全級同學一起到戶外學習，這經驗還是難能可貴的。

韓國首爾回味之旅

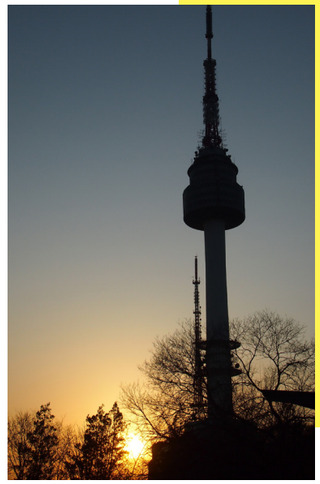
圖、文|校園記者：5A區善兒

二月二十二日晚上。香港國際機場。我們一行四十名同學開始了整整四天的首爾學習團。乘坐凌晨機無疑是很新鮮的經歷，但代價是疲憊不堪，而接下來緊密的行程更令我們疲態畢現。儘管如此，卻是我們中五同學與老師堆砌的美麗回憶拼圖。

學習團到過不少地方考察，增進了我們對化學和物理學的知識。在KOGAS公司，我們認識更多有關液態天然氣，又在大關嶺牧場製作肥皂等，讓我們對韓國的科技和環保發展有更深的了解，眼界也擴闊了。此外，我們有機會到首爾的中學交流，與韓國可愛、熱情的學生一起度過了快樂的時光。

首爾團除了令我們在學術層面有所增長外，當然少不了寓學習於娛樂。我們入鄉隨俗地品嘗韓國道地的食物、飲料、小吃，也學習製作泡菜和穿著傳統韓服。我們遊覽了許多首爾著名的景點，包括仁寺洞、明洞、東大門這些購物勝地，同學和老師都滿載而歸。不但如此，我們一群人還在南山塔、光化門、3D美術館等地留下倩影，一張又一張如畫的照片就是我們在韓國之行的收獲。

雪已融，櫻花待放，也許我們的時間遇不上韓國最美的季節，也許我們一行人都懷著各自的期盼，但這次的學習旅程，已成為我們最滿足的一次。



▲ 日落南山塔

▼ 師生韓服大合照。王俊文老師攝

第29屆陸運會

2013・3・13-14假大埔公眾運動場舉行

致開幕詞：黃堯姬校長

頒獎嘉賓：廖玉光博士
香港教育學院
運動及體育學系前系主任

體育科老師談陸運會

校園記者：5D陳嘉瑜、3A劉映均

陸運會雖已過去，校記同學有幸找到三位體育科老師——蘇詠芬老師、梁國雄老師和鍾家威老師，跟同學分享感受。在籌備過程中，從預約場地到賽程安排都是老師們需要考慮的範圍。

梁老師表示很感欣慰，因為各老師的合作使整個運動會很順利。蘇老師就覺得報名程序有點複雜，老師和社之間的協調很重要。至於第一年參與的鍾老師較擔心賽程超時的問題，另外召集場地的改變亦帶來少許阻礙。儘管如此，運動員在賽後的感謝說話令蘇老師十分感動，而校友回來參與，帶來薪火相傳的感覺。校長開幕禮的分享讓梁老師感受到她對運動會的投入，身為信社社員的梁老師對於信社同學的努力感高興。鍾老師最感深刻的項目是「親子健康600米」，老師、同學和家長的參與率頗高，場面也很壯觀。

談及體育精神，三位老師皆謂即使有時賽果受到同學質疑，同學仍應尊重大會的決定。三位老師都很感謝同事的幫助和學生的參與，特別是華爾製作組同學，提高現場的氣氛。

對下年運動會的期望，希望普及運動風氣，發揮體育精神，提高參與率，並且加入更多比賽項目，增加同學接觸運動的機會。

▲ 體育科三位老師 ▼ 接受校記訪問

體育科新主任 蘇詠芬老師專訪

校園記者：3A劉映均

蘇詠芬老師這學年接任為我校的體育科科主任，她坦言有點壓力，一個人的力量有限，而科組內同事的付出與同心，也是十分重要的。總而言之，這個新開始是要大家一起努力的。

▲ 左起：吳偉強老師、黃校長、蘇詠芬老師

蘇老師擅長田徑運動，亦鍾情欖球活動，因為身邊有一群喜歡運動的朋友而感到慶幸，她們閒時會相約一起打籃球、羽毛球、排球等。蘇老師對運動的熱情帶動我校一眾老師響應參與，如任教物理的陳家駒老師和任教英文的鄭康妮老師及鍾閣純老師便與蘇老師參加了本年度渣打馬拉松長跑等活動。蘇老師謂很享受當中的過程，因為能增進老師之間的友誼。

蘇老師認為我校的體育發展暫時尚算足夠，因為我校剛增設了 4 部划艇機，而且高中課程會有更多不同項目給同學參與，如網球、彈網、投球、曲棍球和欖球等。另外，她覺得我校是很著重體育科的，因為黃校長讓我校增添了更多的體育設施，又推薦了中五級的張進軒同學和謝澤豐同學參加傑出運動員選舉。此外，同學的運動佳績還有巧固球，本校同學將於八月中代表香港參加台灣舉辦之世界盃巧固球青少年錦標賽。黃校長對體育科的支持，蘇老師感謝不已。

談及會否開辦體育科作高中的公開試選修科，蘇老師謂除考慮同學的意願外，還涉及校方的資源調配等問題。此外，我校並未有網球隊、壁球隊等，對於增加不同的運動校隊，蘇老師謂牽涉費用問題，而且人數最少需有八人，但是她不介意同學們組隊後，向學校申請成立，因為很難知道所有同學的興趣，我校亦鼓勵同學參加不同類形的體育項目的。

最後，蘇老師期望我校未來能增設器械室，這有助同學鍛鍊強健的肌肉。她寄語同學們多爭取機會參加體育活動，勿輕言放棄。當然，積極參與之餘，不要忽略了學業。

陸運會記盛

校園記者：5D陳嘉瑜

隨著新校長上任，今年的運動會與以往相比亦有所不同。開幕禮上，黃校長向全校同學分享過往的運動經驗，讓老師、同學感受到校長對體育的熱誠，藉此提升了當日的氣氛。還有四社的社員和啦啦隊高喊口號，為自己的社加油，掀起運動會的序幕，同時又令各位同學感到振奮。運動會期間，運動員都施展渾身解數，望為自己的社爭光。就算累倒了、受傷了，也堅持不懈，比賽過後所落下的每一滴淚都是努力的證明，每一道傷口都是全力以赴的證據。能站在頒獎台上領獎，更是運動員的一種肯定。相信啦啦隊的吶喊助威，正是運動員比賽的動力來源之一，難怪看台上各社的啦啦隊都叫得聲嘶力竭。除此之外，今年新增的各級班際接力賽亦是運動會的焦點之一，每班都很努力爭取勝利。在運動會尾聲所舉行的友校接力賽，雖然我校同學沒有參與其中，但是大家都熱烈地為友校同學加油，展現出沐恩學生的熱情。最後，運動會在笑聲和掌聲中落幕，成為同學日後美好的回憶。

新老師 鍾家威先生專訪

校園記者：5D陳嘉瑜、3A劉映均

鍾家威老師是本學年新來的體育科教師，他小學時已迷上體育，喜歡打籃球和欖球，偶像是足球員迪比亞路。他還愛讀體育新聞，儲存起來的報紙體育版，兩三年後都發黃了，結果全都給媽媽丟掉，令他心痛不已。

鍾老師坦言，小時候不算用功，直至面臨公開試才懂得發奮。他少時的志願是當消防員，但上了教會後想做有關人的工作，決定當教師或社工。鍾老師自迦密主恩中學畢業後，便考上香港教育學院，攻讀體育系。畢業後，鍾老師來到了沐恩大家庭，因為他想找一家基督教學校，能教授基督教倫理科，向同學傳福音。他喜歡參與學生團契，因為很多老師和同學參加，互相分享見證。每週一次的老師祈禱會也很重要，因為在祈禱會中老師們互相支持、關心、祈禱。鍾老師認為我校的老師樂於助人，他第一年來到，很多不懂的地方，同事們樂於解答，尤其對蘇詠芬老師和梁國雄老師經常的幫助表示感謝。

鍾老師自言與學生相處融洽，學生表現親切，但他仍會提醒同學尊重老師和自重，因為管好學生才會有理想的課堂，而同學在自律的課堂中才有真正的得著。鍾老師笑言沒有什麼特別的教學方法，只是在課堂上與學生多互動多交流。有同學覺得鍾老師很嚴格，鍾老師謂他重視同學的體能訓練，要求學生有運動量、滿身大汗的，體能訓練是辛苦，但辛苦才會有進步——他看見同學們比上學期是進步了。他勉勵同學體育與學業並重，因為做運動能使生活更有規律，又能磨練鬥志，堅持自己的目標。他提醒同學好好分配時間，減少不必要的事，騰出上網的時間多做運動和溫習。

鍾老師表示很享受當一名教師，覺得這不是一份「苦差」，他相信只要投入和認真做好上帝給自己的崗位便能樂在其中了。他認為知識傳遞只是其次，教學生做人才是他的目標。遇到學生不開心，他希望能以自己的經驗給與鼓勵，並向學生傳福音，讓他們認識上帝。

鍾老師下課後除了會做運動，還要進修，修讀基督教研究課程。儘管每天都很辛勞，他亦堅持讀經和祈禱。他希望同學能更積極，珍惜光陰和把握機會認識上帝，學習知足常樂。最後，鍾老師以聖經金句勉勵同學——「人心籌算自己的道路，惟耶和華指引他的腳步。」《箴言16:9》

▲ 當年加入了福音籃球隊，是鍾老師信仰上的 On your mark- Ready - Go !

▲ 去年參加了短期宣教工作

第29屆陸運會成績

刷新大會紀錄

組別	項 目	社別・班別・刷新紀錄者	新紀錄	大會舊紀錄・年份
男甲	100 M	信社 5D 謝澤豐	11.41"	11.56" (1996-1997)
	200M	信社 5D 謝澤豐 愛社 5D 張進軒	23.27" 23.76"	23.86" (2011-2012)
	400M	愛社 5D 張進軒 信社 4B 劉招河	54.56" 55.10"	55.24" (2011-2012)
	1500 M	義社 4D 王柏淘	4'44.08"	4'57.40" (1986-1987)
	3000 M		10'40.54"	10'57.80" (1990-1991)
男丙	400M	愛社 2C 陳文卓	58.25"	59'08" (2011-2012)
女乙	鉛球	信社 4C 羅卓楹	9.57M	9.01 M (2011-2012)
女丙	鉛球	德社 2B 鍾凱盈	6.67 M	6.58 M (2006-2007)

團體總成績

	信社	義社	愛社	德社
校長盃接力賽	冠軍	季軍	亞軍	/
健康六百米	冠軍	/	/	亞軍
啦啦隊獎	冠軍	/	/	亞軍
團體盾	冠軍 (969分)	季軍 (936分)	亞軍 (946分)	殿軍 (853分)

個人成績第一名

組別	社別・班級・姓名	金–銀–銅獎牌(個)
男子甲組	愛社 5D 張進軒	2 - 1 - 0
男子乙組	義社 3C 陳逸洋	3 - 0 - 0
男子丙組	義社 2C 陳文卓	3 - 0 -0
女子甲組	愛社 4F 梁賜恩	2 - 1 - 0
女子乙組	愛社 3E 于皓筠	1 - 2 - 0
女子丙組	義社 2D 陳羨婷	3 - 0 - 0

日新又新 邁向三十 Q&A

Q 下學年為我校30週年校慶，同樣也服務了30年的老師是以下哪幾位？

☐王俊文老師 ☐孔雪兒老師
☐伍焯佳老師 ☐李少寶老師
☐何順鑽老師 ☐呂錦妍老師
☐容艷玲老師 ☐趙汝儉老師
☐劉仰山副校 ☐羅紹國老師

Q 以下活動為哪一年的校慶項目？

☐5週年 ☐10週年 ☐15週年
☐20週年 ☐25週年

(答案下期揭曉)

編後語

這期校訊的主題仍為「日新又新」，繼續介紹兩個新的行政架構：「學與教發展」和「學生發展及支援」。校記同學分別訪問了兩位總監：孔雪兒老師和屈佩芬老師，跟大家分享新工作崗位的特質和個人感受。當中涉及更深入的層面，如選科求學的抉擇，家庭與信仰等，讓大家更全面地認識她倆。黃校長履新不久，於上期校訊跟大家分享她的教育理念，這期校訊則跟大家分享我校邁向30年的變與不變。

不單是校方行政架構上的轉變，體育科也有新的轉變，蘇詠芬老師接任退休的鄧萬成老師為體育科科主任，另有新體育老師鍾家威先生加入。校記同學均有他倆的專訪，讓同學對兩位老師有更深認識。對何鳳英老師而言，也將會是一個新的轉變，待這學年結束後，便是何老師榮休的日子，校訊編委會老師和校記同學，特地準備了一個小專輯，以表敬意和惜別。專輯包括何老師的專訪，在校老師的贈言，和照片專頁，當中實有賴眾多同事幫忙攝影、提供校存照片和撰寫祝福語等，讓小專輯更充實可觀，也顯得別具意義。盼這數頁的篇幅，當何老師日後翻閱時，能喚起在沐恩的那些日子。

校訊編委會：南亞路德會沐恩中學學校宣傳及聯絡組

- 顧　　問：黃堯姬校長
- 編輯顧問：趙汝儉老師　■ 編輯：李少寶老師、陳加強老師
- 校園記者：2A陳衍文/ 2D莊雅晴/ 3A朱泳湘、劉凱宜、劉映均、曾盛敏/ 3B何詩敏/ 3C徐善彤/ 3E程梓珊/ 5A劉芷蕎/ 5C區善兒/ 5D陳嘉瑜、顧美燁/ 5E吳綺庭 ■
- 昔日校訊：www.ilc.edu.hk/ComitWeb/PTA_web/A_schnewsletter/index.htm