健康家庭

葵涌循道中學給家長好書推介

《圖解青少年的難搞小劇場》

安－克萊兒．克蘭迪恩著　地平線文化出版

挑釁、逃避、衝動、過於激動、缺乏活力、消沉沮喪、拖拖拉拉……青少年究竟是怎麼回事？家家父母都是在與孩子互動中逐漸學習，從錯誤中調整，改變自己對孩子的反應方式。

愈常接納，愈少強迫；愈常協調，愈少翻臉；
愈常論證，愈少說服，我們的親子關係，就會愈好！

本書以大量的圖解與幽默插圖呈現教養原則與方法，包括簡明易懂的心智圖和流程圖，迅速掌握理解孩子內心世界的關鍵點。教導父母用正向教養的語言，陪伴孩子渡過不穩定的身心變化，拉近彼此距離。

他們用電話糾纏我

爸媽透過簡訊追蹤你在哪裡，
這表示他們不但緊張，而且還孤立無援！

范建梅老師推介

《家有青少年之父母生存手冊：看懂孩子省話、衝動、敏感背後的祕密》

彭菊仙著　天下文化出版 01/2019 定價$110

太好的一本親職教養圖書！青少年難相處，情緒不穩、態度不佳、叛逆、自以為是……，他們到底在想什麼？父母如何與他們溝通？如何引導他們？本書寫出眾多狀況，應對建議可行有用，例如（讓「微排擠」不惡化成霸凌事件）一篇，簡直醍醐灌頂！其方法治標亦治本！好書，對家長和老師，是最佳伙伴！

范建梅老師推介

《當子女機不離手：教養青少年的技法和心法》

伍詠光等著　突破出版 07/2019 定價$118

面對子女沉迷手機問題的家長不可不讀！內容極之對焦！第一步：知己知彼；第二步：情感溝通；第三步：訂立協議；第四步：執行協議。本書分享真實個案例子和故事，扼要解說，分析家長跟子女對話採用模式，背後原因及所得效果，並附有豐富練習，幫助家長履行教養天職，最重要是幫助青年人成長為自律的人。讚！

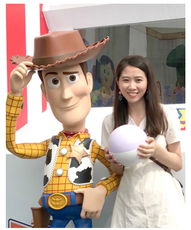
伴你同行

我是學校社工郭嘉蔚姑娘，很感激上帝引領我來到葵循這個大家庭。

我主要負責學生輔導的工作，透過輔導、小組活動和協調社區資源，在學生的個人、家庭和學習方面提供支援。我深信每位同學都是獨特的，都擁有值得被人欣賞珍視的地方。只要他們願意敲社工室的門，我都願意用心聆聽每一位的故事，陪伴他們走過生活中的跌宕起伏。

新老師介紹

鄧子丹老師

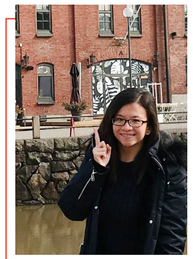


我是鄧子丹老師，任教中文科。很開心可以加入葵循成為一份子。成為教育工作者的其中一個原因是我很喜歡永遠活力充沛、擁有無限可能的同學們。所以，很歡迎各位同學有空的時候找我聊聊天，分享學習或者生活上的發現。此外，亦希望各位同學們能在學習的過程中找到自己的方向，以夢為馬，不負韶華。

卓妙思老師

Hello, I am your new English teacher Miss Cheuk. As a bookworm, I cannot tell you how much reading has changed my life. I remember back in the days when I was in secondary school, I could just bury myself in the library for hours. I know it's cliché but reading has helped me with English learning. Not all language learners share the same effective way of mastering a language. Yet we do share one important golden rule: Attitude. Having a positive attitude can greatly motivate you to learn English. Besides reading, I love running around with my camera and exploring the world. Sometimes the world's most beautiful sceneries are the most ordinary ones. I hope you can all seek the peculiarity even in the most common and smallest things around you.

譚燕屏老師



I am Miss Regine Tan, your new English teacher at KCMC.

With a passion of cultivating a rich English learning environment in KCMC, I hope to promote interdisciplinary learning here in order to ensure that all of you can learn English through different subjects as well as learning other subject knowledge through English. Learning English should not be limited in the classroom! We can learn it everywhere!

I am also an active learner who always equips myself with the latest knowledge. In my spare time, I enjoy reading books, exercising and learning things from different aspects such as app-creating, coffee-brewing, cake-making and handicraft-making, etc.

Learning English can be fun! Let's learn it together！

校園快訊

推動欣賞文化

本校一直積極推動欣賞文化，在表揚日上，同學在好人好事卡上以文字表達對他人的謝意，情感真摯細膩。

學校亦在聖誕崇拜暨頒獎典禮上，頒發各獎項以表揚同學在學術及體藝等方面的優秀表現。

表揚日

頒獎典禮

葵涌循道中學
KWAI CHUNG METHODIST COLLEGE

地址：新界下葵涌麗瑤邨屋邨中學
電話：27450010
傳真：23108900
網址：www.kcmc.edu.hk
電郵：office@kcmc.edu.hk

家長通訊

第二期 2020年6月13日

麗瑤牧區點滴

繆健倫宣教師

香港循道衛理聯合教會的辦學宗旨『本基督精神，發展全人教育；藉宣講福音，培育豐盛生命。』麗瑤堂能最直接在葵涌循道中學中，以基督信仰的價值觀教導學生，並幫助他們建立正確的人生觀。

本學年麗瑤堂與葵涌循道中學合辦中一新生Smarteens製服團隊隊伍其中的兩隊，分別是『香港基督少年軍第262分隊』和『C4　Cadet』。本學年約有30多位中一學生參與基督少年軍集隊，透過步操、專章訓練、露營活動、紀律訓練和聖經教導等，幫助學生突破自己和發揮青少年的活力。另外，參與『C4 Cadet』的中一新生約有35位，聚會中讓參加者發現生命中的『Courage（勇氣）、Care（關懷）、Commit（委身）、Christ（基督）』四個原素的重要。

於2019年12月中，也是Smarteens最後的部份，和以往一樣以營會作為終結。參加者透過營會，能體會身邊同伴的重要，也能一同前往山上觀看日出，觀看上帝作創造的大自然景象。

聖經『教養孩童走當行的道，就是到老他也不偏離。（箴言22章6節）』期望每一位參加的中一新生都能行在上主的道中，使他們能活出美好和祝福別人的生命。

親愛的家長：

你們好！

真的有一段頗長的日子(已經有四個多月)，未能與大家傾談及分享。在這段停課期間裡，學校持續地透過各班主任、教職員及學校訊息，與家長、同學們保持緊密的聯繫及溝通，讓我校師生及家長們不致於因疫情及停課影響下停頓關愛及教學工作，在此實在有賴各老師們緊守崗位，愛護學生，以及家長們的通力配合下，方可達致「停課不停學」。

話雖如此，始終面對面的授課及關愛工作在學校進行，方能更加奏效。停課期間，我於四月初分別撰寫了信給中一至中五同學及中六同學，當中他們(包括家長)，經歷不一樣的一年。除了疫情在全球蔓延，令大家人心惶惶外，甚至乎香港及全球經濟也受到重大打擊，大家的生計、生活及工作均大大受到影響。雖然我們只能做好防疫、個人及家居衛生消毒工作，盡量減低受感染的機會，但亦體現大家在群策群力下，香港疫情近日已大大得以改善。香港政府亦逐步放寬限聚令或其他措施的安排，而我們的學生亦在不同階段分批復課。我校師生就正正期待著復課的一日，讓我們繼續為我們的下一代，盡自己的努力，教授及培育他們。因此，當我們一班教職員收到教育局宣佈復課的消息，已在復課前作了不同的會議，商討如何在復課後，幫助學生持續學習，讓他們有最好的預備。當然作為老師及校長，我們一定竭盡所能去做好自己工作，家長們的支持及配搭亦相當重要及必須的。這樣，學生們才會體驗到家校合作，齊心協力去孕育他們成材。

即使我們不能控制身邊所有事情，也可以持守我們的心及信念，培育我們的下一代，讓他們不但建立良好的個人品格及素質，亦能得到優質教育，而我們的將來必定有盼望及美好的。就讓我們攜手齊心合力地為我們的下一代奮鬥、努力！

祝

身體健康 主恩常在

葵涌循道中學林美儀校長謹啟

二〇二〇年五月二十七日

校長家書

家教會專頁

活動花絮

中一、二級多元智能活動
烹飪班、花藝班和瑜珈班家長導師

本校家長多才多藝，在初中多元智能活動中擔任導師和義工。除了烹飪班外，本年度更有花藝班和瑜珈班。通過才藝班，學生學習到不同的烹調和花藝技巧，更有機會在瑜珈班上放鬆身心，舒緩壓力。

升中博覽會

12月11–12日的荃葵青升中博覽會舉行地點為荃灣大會堂，感謝家長義工的支持，向到場的家長和學生介紹本校，令參與人士更了解本校特色及學生成長。

中學巡禮（11月30日）

本校於11月30日參與家長教師會聯會舉辦的葵青區中學巡禮，邀請100多位準備升讀中學的學生及其家長參觀校舍。感謝家長義工積極支持，協助接待和講解，又在分組中熱心分派預備好的食物，令到訪的小學家長和學生，留下深刻印象。

平等分享義工活動(2020年1月17日)

兩班中五級學生於1月17日進行義工服務，學習關懷和平等分享，家長義工協助領隊，與學生於荃灣楊屋道街一帶進行平等分享服務及上門探訪。學生透過活動培養個人積極的人生態度，達致互相學習和欣賞的目標。

「跳躍動態@校園」運動計劃

中五中六級 音樂欣賞

尖子分享

中五級滙豐青年理財師計劃2019「理財工作坊」

生物科野外考察

擴闊學生視野

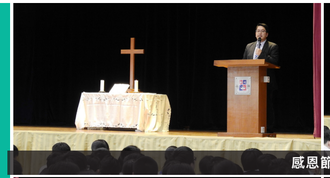
學校致力為學生提供多元化學習機會，最近舉辦了生物科野外考察、尖子交流活動分享、理財工作坊、爵士樂欣賞等活動，為同學帶來不一樣的學習經歷。

培養靈性德行

今年福音周以「神的帳幕在人間」為題，以佈道會、音樂會及分享交流等形式，讓同學反思生命價值。

另外，本校邀請到藝人王梓軒到校，與同學分享他的生命故事。

在聖誕崇拜及聯歡會當日亦舉辦便服日為紅十字會籌款，讓同學在快樂中不忘分享主恩愛。



感恩節崇拜

聖誕崇拜

初中佈道會

高中佈道會

星火暖流音樂會

名人講座

KCMC龍虎榜

活動 / 比賽名稱	得獎項目	得獎學生
「樂繫校園獎勵計劃2018–2019」	傑出大獎	全校
BDS機械人創意設計	二等獎	2A 施龍兒　2D 洪寶鈴 3D 黃澄婷　3D 余瑋倩
	三等獎	2C 卜翠芸　2D 何港怡 3C 許藝彤　5C 林穎潼 6A 葉慧琳
2019–20年度第50期晶文薈萃網上優秀文章展廊	第50期十優文章獎	5D 李　薇　6A 林泳詩
全港中學「兩文三語」菁英大比拼(第十六屆)	入選優秀作品文集(中文)	5D 李　薇
2019–20年全國青少年語文知識大賽「菁英盃」現場作文初賽（香港賽區）	特等獎	5D 李　薇
	一等獎	4D 利建鋒
	二等獎	1D 江宇緣　2A 馮雨希 4D 李紫清　4D 王佩君
	三等獎	1D 余曉芬　4D 黃曉文 4D 甄彩儀　5D 仇思瀛 5D 邱群樟
2019–2020年度第71屆香港學校朗誦節	詩詞獨誦–普通話（中學一、二年級 – 女子組）良好獎狀	1D 江宇緣
	散文獨誦–普通話（中學一、二年級 – 女子組）優良獎狀	1C 劉　榆　1C 任國薇 1C 劉詩韵
	英文朗誦 Choral Speaking S1–2 優良獎狀	2D
	英文獨誦 優良獎狀	1D 美　雅　2A 伊佩莎 2A 鄭知凡　2B 鄧世佳 2C 李嘉宜　2C 艾沙力 4D 甄彩儀　4D 宋楚橋 5D 邱群樟
	英文獨誦 良好獎狀	1A 張穎琪
全港第一屆桌上遊戲教學短片比賽	季軍	3A 雷朝傑　3D 吳兆章 5C 陳穎錢　5C 黃子杰 5C 周尊翰　5D 蕭子財
生涯理財樂滿紛籃球同樂日 3x3籃球賽	冠軍	2C 林永權　3C 李仁瑋 3D 劉文傑　3D 聶展揚
澳洲國家化學測試 2019	Distinction	4B 鄭志豪　5D 曾善榆
	Credit	4C 梁俊儒　6A 林泳詩
應用學習獎學金 (2018/19年度)	獎學金	6B 鄺珈琪
救世軍共融飛鏢友誼賽2019	亞軍	2A 冼厚霖　4A 謝紹東 4C 尹駿亨