

## 主席的話

戴依妮女士 (2B趙天佑、4B趙天朗媽媽)

大家好，我是Elaine，衷心感激老師和家長們的信任和支持，讓我擔任今屆家教會的主席。學年接近尾聲，想和大家分享一下感受。今年，確是非比尋常的一年！因為各種原因，很多家教會籌劃中的活動都被迫取消。表面上，多姿多彩的校園生活和家長義工隊對學校的支援工作也暫停了。然而事實上，這段期間，高可寧一直引以為傲的家校合作團隊精神卻一次又一次令我深深感恩和感動！最深刻的是上學期十一月中旬，因為社會運動的關係，交通情況令家長們非常憂心學生乘搭校車上學途中的安全。我們商討後立即組織了一個校車義工隊，家長們負責觀察和報告各區路線的安全情況，而老師們則在學校負責記錄校車到校情況，並在eClass發放即時訊息。感謝校方的理解和大力協助，更感激家長們在倉卒時間二話不說的幫忙和付出！到了下學期，因為疫情停課的關係，對學校、家長和同學們更帶來前所未有的新挑戰。老師們不單要將原本準備好的面授教材放下，還要在短時間內學習新的網上教學方法，重新整理一套適合網上教學用的教材和功課，讓同學在停課期間，仍然能夠在家好好學習。家長們除了要上班，還要全天候照顧好孩子們日常生活和健康，更要學習不少新技能和知識，例如：用遠端電腦上網睇教學片段和網上功課、Zoom會議程式等以配合孩子在家學習的需要。感謝老師們為學生的努力！特別感激負責電腦系統的老師和同事們，這段期間超級辛苦你們了！亦感恩家長們也非常努力、積極地學習和配合！當家長遇到困難在社交群組提出時，大家也積極回應努力幫忙解決。面對困難和逆境，從沒半句怨言，大家都能正面積極地面對，實在令人鼓舞和感動！我想藉此感謝林校長、各位老師和所有教職員一直以來對家教會和家長義工隊的支持和信任，並一直非常願意和家長溝通，更重視大家的意見！更要感謝我們的家長義工隊，一直以來無論在場地佈置、圖書館、又或是各活動，有賴大家默默耕耘、不求回報、無私奉獻，令各項任務得以順利完成！感激！感恩！期望來年可以繼續和大家一面輕輕鬆鬆地分工合作，一面開開心心地分享育兒心得。最後，祝願大家平安健康！順心如意！

## 第二十二屆 家長教師會會員大會



10月21日點票大會，感激家長出席支持！

我們的重頭戲「家教會會員大會」每年都在學年初進行，本年度有12位家長參選本屆常任委員，當中更有一年級的家長參與，家長的積極參選，為我們帶來動力。同事們都努力籌備會員大會，期望選出新一屆的委員，展開美好的開始。可惜事與願違，原訂於10月5日舉行的第二十二屆家長教師會常任委員選舉因交通情況取消，未能選出委員，令家教會所有事務都停下來。這時，大家都感到十分徬徨，幸好最終找到解決方法，以通告形式派發選票，起初都擔心收回的選票不足，但家長們都十分支持「非一般的選舉」，收回的選票數量超過85%，實在令人感動。今年又有幾位新的成員加入家教會，跟我和舊委員一起合作，繼續為學校服務，真是萬分感激！

### 第二十二屆家長教師會常務委員會分配

各獲選委員經共商後，本屆常務委員會的職位分配如下：

### 9位當選家長

顧問：林惠敏校長  
主席：戴依妮女士  
副主席：曾思瑩主任  
秘書：梅慧珊女士  
副秘書：鄧慧詩老師  
司庫：陳怡女士  
副司庫：施展翔老師  
康樂：劉琪女士  
康樂：鄺譚文老師  
總務：鄭國豪老師  
總務：陳鳳玲女士  
總務：薛麗女士  
聯絡：林淑婷女士  
聯絡：黃佩娜女士  
聯絡：何巧倩女士



### 校車管理委員會代表：

梅慧珊女士、林淑婷女士、黃志文副校長、蕭敬茵主任  
曾思瑩主任、施展翔老師、馬潔儀老師、陳輝成老師

午膳監察飯盒小組代表：劉琪女士、薛麗女士、陳鳳玲女士

校服監察委員會代表：戴依妮女士、陳怡女士、黃佩娜女士、施展翔老師

商業買賣活動監察委員會代表：

薛麗女士、戴依妮女士、林惠敏校長、黃志文副校長、施展翔老師

# 校長的話

林惠敏校長

一直以來，家教會主席、各位家長委員和家長義工都給予高可寧紀念小學積極支持，使學校所籌辦的各項活動得以順利進行。在此，讓我衷心感謝主席、委員和義工。

學校每年有十多項的活動，需要家長義工的協助才能順利推行。這自發的團隊，給學校投入不少的心力和時間，擔任不同的工作，當中有：校舍環境佈置，聖誕節的舞台背幕和圓柱壁飾，還有農曆新年的中華文化日佈置，上至禮堂，下至操場，家長們的手藝出色，為學校增添節慶的氣氛；故事爸媽、言語治療導師，他們耐心與孩子分享閱讀與文字的樂趣；全天候的義務工作，包括圖書館包圖書、表演化妝、中華文化日傳統美食 DIY、舊校服回收、小一百日宴、田徑運動日義工、防疫注射，他們是活動的強大後盾；更值得一提的，在本年交通情況混亂的日子，家長組成義務交通監察隊，清晨便與老師聯繫，通報校車途經地點的路面情況，協助學校確保孩子安全回校。他們樂意配合學校的需要，默默地付出，不辭勞苦，一切都是出於對孩子的愛護。

家教會委員和一群熱心家長義工對學校的支持和信任，這是學校前進的動力，也是使我感動的地方。學校老師會繼續用心教學和籌辦學習活動，與家長攜手締造更理想的學習環境。

小一新生快樂百日慶祝會



東華三院小學聯校運動會



姊妹學校交流



公益金便服日



東華聯校正向教育教師澳洲交流團



## 副主席的挑戰

曾思瑩主任

對我來說，本年度最大的挑戰是成為家長教師會的負責人，一來我不太熟悉家教會的事務，二來由於我負責訓育工作，經常因學生的行為問題與家長聯絡，擔心在家長心中形象比較負面，自覺未能勝任。學年初，真的懷着戰戰兢兢的心情擔任家教會的副主席，幸好得到校長、同事和家長的支持及協助，漸漸累積經驗，建立信心，經歷了整年家教會的工作，我深深感受到家校合作的力量，讓孩子得到更優質的校園生活。

## 家教會的挑戰

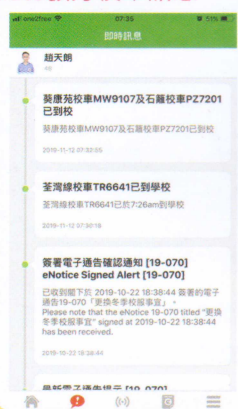
今年家教會面對重重挑戰，原訂於10月5日舉行的第二十二屆家長教師會常任委員選舉因交通情況取消，未能選出委員，令家教會所有事務都停下來。幸好，最後改變了收集選票的模式，在家長支持下，終能在10月尾選出9人家長委員。11月初，在重重困難下終於順利召開第一次常務委員會，在每次會議中，家長和老師都熱心地表達意見，務求舉辦不同的活動，讓家長和學生參與，家長們更積極組織義工隊，協助學校處理大小事務，當中聖誕聯歡會、中華文化日的佈置，往往為全校師生帶來驚喜。此外，我們亦籌備了家教會親子旅行、家長學堂、家長生活系列等等活動，大家創意無限，眾志成城。好景不常，本學年真是多事之秋，家教會大部份活動因社會運動及疫情的影響下，都未能舉行，感到可惜及氣餒。

但我們沒有被逆境打倒，繼續利用不同的渠道進行家教會的事務，當中家長生活系列以網上模式進行「潘姑娘禪繞教室」，讓家長在停課期間有自我增值的機會，當中感謝潘媛芝姑娘的創意無限、巫春紅姑娘及蕭敬茵主任的友情客串，家長們都非常欣賞。在停課期間，我們更在晚上進行「網上實時常務會議」，各委員犧牲家庭樂的時間，彼此交流意見，令家教會得以繼續運作，為了讓孩子能安全復課，家教會更會在復課後，為學生送上口罩盒及衛生資訊小冊子，這些都是各委員的努力成果。



「潘姑娘禪繞教室」拍攝花絮

## eClass發校方校車訊息



教師在校留意校車到校的情況，並在群組發放

## 家校合作的體驗

本年度初當家教會的工作，深深感受到家校合作的重要，記得在上學期，因為社會運動而令早上交通情況非常惡劣，學生在上學路途的安全受到威脅，尤其擔心在校車站等候校車的學生，此時，家長主動提出每天早上在校車站站崗，合力保護學生的安全。我們即時啟動「高可寧校車義工隊」，家長負責校車站的學生安全，而同事們則負責每天利用eClass及社交群組發放校車到校的情況，讓家長知道學生已安全到校。這次家長和教師的迅速行動，進一步保障學生的安全，大家無私的付出實在令人感動。

疫情停課近四個多月，學生的學習受到嚴重影響，學校利用電子學習材料及實時課堂進行教學。由於學習場所由學校轉到家中，小朋友的自律性亦因停課太久而下降，管教學生的責任就全靠家長。教師用心製作教學影片及實時課堂，亦需要家長在旁協助，學生才能進行網上學習活動。除了學科的學習，家長亦關注學生的品德教育，因此，學校嘗試推行德育的實時課堂，效果亦滿意。其實部份家長對電腦的操作不太熟悉，但他們也願意與孩子一起學習，一起適應網上學習模式，本校的資訊科技人員亦妥善解答家長的疑問，家校合作又再一次發揮作用。

本年度家教會的事務充滿挑戰，但憑著家長和學校的默契，衝破一切困難，令家教會成長不少，期望日後家校合作能帶出新氣象，為學生謀福祉。



網上家教會會議



各位同學又係上數學堂既時候啦！請準備好寧靜既環境、文具、草稿紙、書，最緊要係專心既你……一把熟悉的聲音從房間傳出來，原來是女兒在上曾主任的課堂，從沒有想過會在家裏聽到平日老師授課的聲音。疫情關係全港學校均需停課，我校亦於二月下旬推行“停課不停學”教學方法，每週利用學校遠端連線方式為各級同學準備不同科目的教學短片及電子工作紙以便跟進同學的學習進度。為了跟進女兒的學習，自己都在此期間收看了不同的教學短片，當中包括中文的六何法、英文的時態、數學的分數及常識的天氣變化等，老師們有趣幽默的教學手法和精美的教材重點，實在令我重新學習，獲益良多。學校一直鼓勵閱讀，除了學習課本知識外，亦希望同學能吸取不同知識，每週附設何老師閱讀天地，讓他們可聽聽故事放鬆心情。四月中旬更推行網上實時功課指導課之線上教學，令疫情下的學習生活增添樂趣。在此特別感恩學校的用心安排，我相信家長們都能深深感受到這一份別有用心的抗疫禮物。容我在此借用自己母校校長感言，向校長、老師們、全體教職員及工友們說聲：「唔該晒！辛苦晒！多謝晒！」



梅慧珊女士 (3A 陳祉霖媽媽)



## 家長義工 高可寧家長義工隊

高可寧家長義工隊成立多年，吸納了不同年級的家長成為義工，在學校不同崗位默默付出，積極支援學校不同類型的活動。今個學年義工隊都面對不同的挑戰，以致招募和舉辦活動等各個方面都遇到不同困阻，但義工們各出奇謀，例如佈置場地時，不少家長預先準備好物資材料。感謝大家無私的付出！我們全年招募家長義工，有興趣成為義工的家長，歡迎聯絡潘姑娘。



輕鬆聚會



抱抱爸媽講故事



招募學校家長義工暨迎新日



### 特別鳴謝曾付出時間及心機的家長 (排名不分先後)

區鳳霞女士	陳鳳玲女士	陳金蘭女士	陳怡女士	陳小賢女士
周素霖女士	張輝艷女士	張詠恩女士	鍾美英女士	何美恩女士
許建恒先生	熊麗女士	倫群女士	黎少芳女士	黎少嫻女士
黎肇霞女士	林淑婷女士	林少君女士	劉琪女士	劉菊荃女士
劉愛清女士	李佩珊女士	李詠詩女士	梁木菁女士	呂寶珊女士
呂玉霞女士	呂育紅女士	陸安怡女士	麥燕玉女士	梅慧珊女士
謝麗玲女士	包楚紅女士	薛麗女士	施若賢女士	蘇海燕女士
戴依妮女士	曾鳳蘭女士	曹陽女士	徐孝新女士	王冰冰女士
黃玲玲女士	黃佩娜女士	孫孝賢女士		

### 社會福利署義務工作嘉許狀2019

#### 個人獎項(家長義工)

銀獎：陳怡女士、戴依妮女士

銅獎：薛麗女士、陳鳳玲女士、施若賢女士



節日佈置





由幼稚園踏入小學，對一仔和一媽都感到十分緊張及期待，幼稚園的同學仔各散東西去了不同的小學，令一媽多了一份擔心。開學前，一媽一爸第一次去到高可寧，第一次接觸到的老師便是可愛的黃副校長（一媽第一時間想起男兒當入樽的安西教練），黃副校詳盡地講解入學程序及學校背景，令我們對學校有更多的認識。第二次去高可寧是入學前講座，學校安排分開了小朋友及父母，小朋友會有一連串團隊合作遊戲，父母便可以安心聽學校安排的講座。在講座時段，台上有兩位講者令一媽感動到流下眼淚（淚線比較敏感吧！）一位老師原來是學校的舊生，她講出她對高可寧的感覺，這可證明學校令舊生及老師有很大的歸屬感！另一位便是林校長，溫柔的聲線說出她在高可寧與老師、學生和老師的一點滴，令我感覺到這學校上至下的愛。

對於一仔來說，升小一 是他認為自己已經「長大了」的意思，他又大膽又怕醜地接觸新的同學及老師，開了學約一個月，他已經說很喜歡老師們，有時會問他習慣學校生活嗎？他都說喜歡高可寧，喜歡馬老師及所有老師。中文老師鄧老師也令一仔有自信地在不同學校的男生及評判們表演中文朗誦，幼稚園時我也嘗試過為一仔參加這些活動或比賽，但十分怕醜的他，到上台表現的時候，他便戰戰兢兢地輕聲唱，輕聲說，無法聽到他說什麼，在這中文朗讀比賽，他在台上的聲線嘹亮、說話清晰、有勇氣地把詩詞大聲朗讀，一媽在台下眼淚又流下。雖然一仔沒有取得任何獎項，但他已經贏了以前的自己。想像得到鄧老師花了很多力氣和耐性令一仔可以做到這件事情，我也衷心多謝鄧老師。



一媽在開學前的擔心放低了，也參加了家教會，希望可以更了解學校也希望能夠把我懂得的東西投放在家教會及學校中，未來五年的小學生活，我和一仔以投入及積極學習的心態與高可寧的同學們、老師們和家長們一起努力。



比賽完的獎勵



學校太有心思了，舉辦「小一百日宴」的活動，第一次聽到學校有這個安排，這是表現愛及宣揚愛的活動，小一同學仔有表演唱歌，多謝老師及家長的活動。一仔為我敬茶，跟我說多謝，送上咭有他在校園生活的相片，這也是令我又流下眼淚！



## 家長學堂

本學年共舉辦了5次「家長學堂」，當中包括1個校本講座及4個聯校講座，家長的出席人次接近200人，正所謂學海無涯，大家都非常積極學習不同課題呢！

活動名稱		日期
校本家長學堂： 「正向管教－培養子女的性格強項」	本校教育心理學家 陳惠珍博士	01/11/2019 (一)
聯校家長講座： 「三大正向元素提升孩子學習力」	東華三院「家·長·愛」學院計劃之 註冊社工葉思香姑娘	09/12/2019 (一)
聯校家長講座： 「夫妻相處與親子關係」	資深執業家庭治療師、婚姻及家庭 治療哲學博士、美國婚姻及家庭 治療學會臨床院士暨檢定臨床督導 屈偉豪博士	16/12/2019 (一)
聯校家長講座： 「三個正向方法增強孩子解難力」	東華三院「家·長·愛」學院計劃之 註冊社工劉巧淇姑娘	06/01/2020 (一)
聯校家長講座： 「運用正念思考管理情緒」	東華三院「家·長·愛」學院計劃之 註冊社工張雅強先生	13/01/2020 (一)



「正向管教－培養子女的性格強項」



「夫妻相處與親子關係」



「三大正向元素  
提升孩子學習力」



「三個正向方法增強孩子解難力」



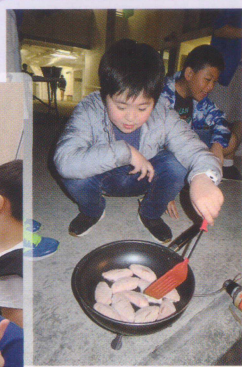
「運用正念思考管理情緒」

# 六年級家長分享



## 黃佩娜女士 (6C容子喬媽媽)

回想起一年半前，子喬轉學入讀高可寧紀念小學時，對學校的生活，是那麼的好奇，那麼的忐忑，我的心情也是，既為她高興，又為她擔心。幸好在這一年多的時間裏，老師們的細心呵護、不厭其煩、孜孜教誨，讓子喬從那個懵懵懂懂的小孩子到現在的乖巧懂事。至於我也是獲益良多的，有幸進入了家教會和義工組，在這裏我認識了一群愛心滿滿的家長義工，個個家長都是多才多藝的，在她們的身上學會很多東西。一年多前，子喬剛剛進學校的那一剎那，還歷歷在目。子喬在高可寧插班的五百多個日子轉瞬即逝，即將要踏入人生的另一階段，我們即將分離，確實不捨。在這裏我衷心感謝老師們對子喬的幫助及鼓勵，感謝幫助子喬的所有人，子喬將帶著您們的祝福，走出校門，邁向人生的另一個階段。最後，祝我們的學校越辦越好!祝我們的老師身體健康!也祝我們的同學，帶著妳們的激情，帶著妳們的夢想，在更大的舞臺上，演繹妳們精彩的人生!



## 畢業心聲

### 畢業心聲~~ 6B范晉璋

時間過得很快，轉眼間我在這裡讀書快六年了，我從一個不懂事的小孩變成了一個明白事理的小學生。我很慶幸入讀了高可寧紀念小學，在這裡，老師除了教會我書本上知識，還教會我不少做人處事的道理。亦感謝同學們多年來對我的包容。在校長及老師的鼓勵下，我參加了很多不同種類的課外活動、比賽及演出，令我獲益良多，內在潛能發揮得淋漓盡致。今年我終於畢業啦，真的不捨得，不過不要緊，我會將我所學到的知識繼續在中學延續，堅持我理想，努力做得更好。

### 畢業生家長心聲~~ 何巧倩女士 (6B范晉璋媽媽)

咁就六年，感恩晉璋能夠加入這個大家庭，這些年來看見校長及老師們盡心盡力教導他，讓他能夠每天在開心的環境下學習，學到的遠遠比我想的多，而學校活動令他在各方面發展都能夠獨當一面，真心感謝校長、老師及校工對他的愛護。



學校地址 新界葵涌麗瑤邨小學校舍第一座  
電話 2745 2005, 2745 0511  
傳真 2786 3085  
電郵 mail@twghkhnmp.edu.hk  
網址 www.twghkhnmp.edu.hk