



南屯門官立中學

校址：屯門湖山路218號 電話：2404 5506 傳真：2618 3151
電郵：stmgss.pta@gmail.com 網址：http://www.stmgss.edu.hk



會訊

2024-25 年度第二期

主席的話



大家好！我是本屆家教會主席李綺珊，我的兒子梓夔在下學年將升上中四，開展他的高中生活。

今學年即將結束，我的心中充滿著感恩與欣喜。我衷心感謝陳校長、副校長、各位教職員、家長和同學們在我任職期間所給予的真誠提醒、幫助、支持和鼓勵。

加入家教會已有三年，這份角色不僅是一種責任，更是一場與老師、家長和同學們同行的珍貴旅程。

在剛過去的畢業典禮上，中六的同學們畢業了，也意味著中六家長們的畢業。這三年來與家長們的共處互勉，見證了同學們的成長，實在令人不捨。

南官的女飛人、男飛魚、Bass樂手、女團、男團、獨特的女聲王、社長、會長……隨著Marching Band老大那句「拜拜」，你們便要踏上人生的另一段旅程。感謝每一位師兄師姐為南官留下的點滴，滋養了每一位南官人。我衷心祝福你們前途似錦，不負青春，不負韶華。

家教會讓我明白：教育不是單行道，而是家校共撐的一把傘。我會繼續堅守使命，作為家校之間的「溫度傳遞者」。作為主席，我始終銘記使命：打破心牆，讓溝通零距離，繼續帶領家教會與各位家委積極籌辦不同的活動，讓校方和家長有更多相聚溝通的時間，將建議轉化為行動，共同努力締造更美好和諧的校園。

家教會就像那座小小的橋，讓家庭的理解流向學校，讓學校的智慧滋養家庭。家校並肩，培育每一個獨一無二的生命。

我誠意邀請每一位家長成為「教育合夥人」。我深知許多家長工作繁忙，但孩子的成長無法重來，讓我們成為夥伴，加入家教會，成為孩子最堅強的後盾。

願主祝福南官，這片土地和平有愛，南官人身心康泰。

家長教師會主席李綺珊女士

副主席的話

不經不覺我成為家教會委員已是第4年，過程充滿歡樂和難忘的回憶。首先，今年我們舉辦了幾場家長生日茶聚，每次聚會桌上都擺滿了美味的食物，家長們圍坐一堂，互相交流，分享生活點滴。最讓我感動的是，作為壽星之一，我受到了大家的祝福和禮物，感謝大家的心意！

此外，今年的家教會活動都相當豐富多彩，例如春困艾葉祛濕工作坊、製作菠蘿酥、眼療工作坊等等。每一個活動都讓家長們增進友誼，加深彼此的認識，以及了解學校對學生們的關懷及施教方針。

在學校開放日，我們的義工家長們一起準備了爆米花和麥芽餅，熱情招待前來參觀的學生和家長。看到大家的笑容，讓這一天更加難忘。我也非常感謝學校的邀請，能夠親身出席周年畢業暨頒獎典禮及中六畢業暨頒獎典禮，看到每位學長學姐完成一個學習階段，心中感慨萬千。這讓我想起自己的孩子們也在不斷成長，真的很感動。此外，家教會的親子旅行也非常精彩。我們前往昂坪參觀中國風雲館，認識三個故事，雖然行程緊湊，但我們也抽空和大佛拍照，吃碗冰凍嫩滑豆腐花，還一起享用自助餐，充滿歡樂和美好回憶。

回顧這一年，每一個活動都順利且圓滿，這一切都離不開校長、老師們和家委們的努力與合作。感謝大家的付出，讓我們的活動更加精彩！

祝各位安康



家長教師會副主席伍海瑤女士

校長的話

優質親子教育的「5放」： 放手之間，看見成長的力量

在上一期中，我們探討了如何透過「四個抓」幫助孩子打穩成長的根基。而當孩子步入青少年階段，他們開始渴望獨立與自主，這正是家長需要練習「放手」的時候。「5放」不是放任，而是一種智慧的信任，是給予孩子空間，讓他們學會負責、懂得選擇、勇於承擔。今天，就讓我們一起了解如何透過「五個放」，在尊重與支持中，陪伴孩子走過青春的探索之路。

「5放」：放手，是一種深層次的教育智慧

1. 放下過度控制，讓孩子為選擇負責

青春期的孩子開始尋求獨立的空間，過度的控制反而容易引發衝突與反感。家長應學會適當放手，在原則之內給予孩子自由。無論是在交友、參與社團或興趣選擇上，父母可採用「觀察者」的角色，必要時給予建議，而非事事介入。唯有給予空間，孩子才能在選擇中學習判斷與負責。

2. 放手讓孩子嘗試錯誤，從挫折中學會成長

錯誤，是最好的成長教材。當孩子在考試中失利、活動中遇挫，父母不應急於責備，而應引導孩子從失敗中反思與調整。例如，與孩子一起回顧準備過程，探討未來如何改進。這樣的支持，遠比懲罰更能讓孩子學會自我管理與持續進步。

3. 放低標準，接納孩子的不完美

每位孩子的能力與步調不同，父母應以接納代替比較，以欣賞代替批評。當孩子在某些領域表現平平，不妨給予他們更多鼓勵與信任，並尊重他們的興趣與選擇。成功不一定以成績定義，懂得尊重差異，才是真正支持孩子做自己。

4. 放寬心態，相信孩子有能力面對未來

青少年在探索未來時，難免會徬徨與不安。此時，比起強加期望，他們更需要的是父母的信任與傾聽。與其一味安排，不如相信孩子的潛能，陪他們一起摸索方向，給予信心與鼓勵。這份「信任感」將是孩子日後走出人生路的強大後盾。

5. 放眼未來，重視長遠的成長目標

教育不應只看眼前的分數，更要著眼孩子整體能力與人格的養成。父母宜鼓勵孩子探索多元興趣、培養解難能力與抗逆力，比短暫的名次來得重要。未來社會變化快速，唯有具備終身學習與獨立思考的能力，孩子才能穩步前行。

結語：支持與放手的藝術

「5放」不是一時的退讓，而是一種長遠的智慧。在青少年階段，我們需要學會信任、學會等待、學會陪伴，讓孩子在愛與自由中，逐步學會為人生負責。當我們放下過多的期待，反而能看見孩子內在的力量與潛能。

在親子教育的路上，願我們以寬容的心、堅定的愛，與孩子一同邁步前行，共同見證他們的蛻變與成長！

陳耀明校長



親子交流

家長教育活動： 英雄家長——三國故事中的教育啟示

本會於2025年5月17日（星期六）參觀中國王朝風雲館，透過互動展覽深入了解三國故事的英勇情懷及其教育啟示，鼓勵家長以正向教育的方式培育子女，並協助家長成為子女學習的同行者。



6B 吳凱晴家長

時光飛逝，六年已匆匆而過！非常感謝校長、副校長和各位老師以及家教會的陪伴，讓我們在這個階段成長了許多。就如5月17日的「英雄家長」活動，讓我在三國故事中感受到女兒在學校和家中獲得的教育與愛護，讓她一天天成長起來。我突然感覺我們彷彿是超人一樣。在這六年中，我感謝校長和各位的陪伴，感恩有你們。



2C 桂文希

相信三國故事對大家來說一點也不陌生，今天我們參觀了大嶼山的中國王朝風雲館的三國風雲，了解三國是中國歷史極為動蕩的年代。甫進館內，面前270度的大屏幕令我十分震撼，通過短片了解三國眾多著名人物，還可一起參與虛擬攻城遊戲，倍添樂趣。



其後，我們參觀了以兵器為主題的劇場，介紹三國時代各國兵器特點，還設有認識三國武將兵器的互動遊戲。中國王朝風雲館可將學習帶出課堂，把歷史內容變得生動活潑，寓娛樂於教育，此次參觀十分有意義。

家委 甘嘉儀女士

我很榮幸能成為家長教師會成員，這一年裡參與了各種家教會活動，如製作鯉魚年糕、鳳梨酥，艾草養生工作坊，三國風雲館參觀等。透過活動認識了很多家長，大家既可交流與子女相處的心得，又能互相勉勵。從籌辦活動中更看到老師和校長們對學校的熱忱，無論工作多繁重也能抽空支持家教會活動，成為家校合作的重要橋樑。來年期望家校繼續攜手創造更美好的校園，為孩子們締造美好的未來。



2C 游天強

我學習了中國歷史人物的事件，學習中國古代皇朝的特點，不同時期兵器的特點及其威力。其次這次活動令我大開眼界，活動使用了3D全景投影，令我在參觀的過程中仿如親歷其境。

家長茶聚分享會

家長教師會的茶聚分享會中，洋溢著溫馨熱鬧的氣氛。家長們精心製作各式自製點心，琳琅滿目：金黃酥脆的蛋撻、晶瑩剔透的桂花糕、鬆軟香甜的戚風蛋糕，還有幾盤家常小菜，香氣四溢，令人胃口大開。茶聚間，家長們三三兩兩聚在一起，一邊品嚐美食，一邊分享子女的學習生活。老師們也卸下平日的嚴肅，與家長們分享讀書心得。南官家教會定期舉辦多個茶聚，拉近了家校之間的距離，暖意融融。



4C 何靖蕾家長

學校與家教會每年都會積極籌辦許多活動供家長參加，通過這些活動，我獲得了更多關於學校的資訊，深入了解學校的動態。最令我驚喜的是，學校會讓家長們一同參與大型活動，如陸運會、水運會、聖誕聯歡、校慶表演等等，讓家長們親臨現場為孩子們加油打氣，感受校園的氛圍。我相信，曾經參加過的家長們一定能感受到孩子們充滿熱情、全情投入、不輕言放棄的精神。作為家長，我感到無比欣慰，這也拉近了我與孩子之間的距離，建立了互信與支持。



除此之外，我還認識了來自不同年級的家長。通過每次的聚會，大家分享交流生活的點滴。從最初的點頭之交，到現在能夠真誠交談，我們建立了深厚的友誼，互相支持與鼓勵，這份情誼讓我倍感珍惜。

家教會為學校和家長建立了一座良好的溝通橋樑，感謝校長、老師和家委們的無私奉獻。我希望在未來的日子裡，大家都能健康愉快，繼續為我們的孩子們發揮家校合作的精神！

學校管理委員會家長成員李嘉雲女士

作為學校管理委員會的家長代表，過去一年深感榮幸能與家教會緊密合作，共同為孩子們努力。我們以「一切為了孩子」為共同目標，成為彼此信賴的夥伴。通過定期溝通與協作，我們建立了堅實的信任。尤為珍貴的是，在參與家教會舉辦的各項活動中，如家長茶聚分享會，我得以與眾多家長面對面交流，傾聽心聲，建立聯繫。這份在活動中自然形成的親近感與理解，促進了家校間的融洽氛圍。藉此感謝家教會委員的無私奉獻，期待未來繼續同心同德，攜手並進，為孩子們創造更美好的成長環境。



下學期活動精華



中六打氣大會



菠蘿幸福坊



眼療工作坊



周年開放日



中國傳統藝術飛躍舞台大匯演



我有我價值訓練營



周年陸運會



中六畢業暨頒獎典禮 2025



反「太空油」毒品周啟動禮



春困艾葉祛濕工作坊

家長心聲



4C 李藁浩家長

我多次參加由家長教師會舉辦的活動，在眾多活動中，我最喜歡的莫過於製作鳳梨酥的部分。無論是揉麵團、包餡、定型，每一步都充滿趣味與成就感，氣氛溫馨熱鬧。我非常感謝家長教師會對每一次活動的用心安排，讓我們能認識學校環境，創造溫馨難忘的回憶，享受子女在中學成長中的美好時刻。

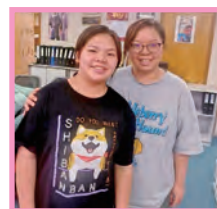
2C 楊承朗家長

我很感恩兒子能入讀南屯官。兒子活潑好動，但同學及老師們一直都很包容，藉此感謝老師們的盡心教導。尤其要感謝中二班主任讓我的兒子有一個開心快樂的學習成長環境。我覺得南屯官的老師們都很親切，尤其校長平易近人，沒有架子，每次見到家長都很熱情打招呼。這讓我每次去到學校都感受到非常好的氛圍，也拉近了家校的合作關係。亦很感謝家教會經常舉辦一些活動及講座，讓我有更多機會了解兒子的校園生活。例如6月份舉行的正向思維推廣活動「菠蘿幸福坊：身心健康的甜點時光」。我在活動中可以學製作菠蘿酥，還有社工分享如何照顧子女的精神健康。過程既開心又有收穫，令我受益良多！



1D 高善妍家長

早兩年來參加南屯官小六學生講座，女兒已表達對學校的活動、表演、環境等的興趣。今年女兒有幸正式成為南屯官的中一學生，作為在職媽媽的家長，對升上初中亦有不同的困難及疑問，亦想可以多方面了解女兒在校的情況。家教會每月都有不同的活動，各家長彼此願意交流心得，提供意見及方向，活動氣氛亦非常輕鬆和開心。家教會讓我們可以認識到不同年級的家長，彼此分享已認知及已有的經歷，交流與年輕人相處的心得。



2C 鍾希敏家長

我很感恩加入了南官義工隊這個大家庭，可以為學校出一分力之餘，也認識了很多家長，大家互相交流，獲益良多。另外，我很欣賞家教會的活動，除了有不同的工作坊，還有家長生日派對。活動辦得有聲有色，當中渡過了很多令人愉快、感到幸福歡樂的時光。感謝家教會主席、副主席及各家委付出寶貴的時間及無私的精神，希望大家一起努力並攜手合作，讓南官更上一層樓！

