

佛教葉紀南紀念中學

二零一七至二零一八年度

學生輔導組第三期通訊四月至七月

輔導通訊電子版：<http://www.byknmc.edu.hk/CustomPage/72/1718.counsel.newsIII.pdf>

為配合學生的全人發展，學生輔導組、學校社工及家長教師會在過往的幾個月內已舉辦了多元化的活動。各項活動能得以順利推行，實有賴各方面的支持，現將活動簡述如下：

恆生—YMCA 快樂「球」學計劃

今年度本校參與了由恆生贊助的快樂「球」學計劃，由4月起舉辦了8節的氣球技藝班，讓同學透過學習扭氣球訓練小肌肉和提升專注力。7位參與計劃的同學不只學習到扭不同的卡通人物如小熊維尼和迷你兵等，更能合力製作大型的氣球佈置。在氣球技藝師和聽障導師帶領下，同學亦學習到互相尊重和欣賞的重要性。



一眾合力製作出氣球佈置



迷你兵團

IPSC 氣槍實用射擊小組



同學專注練習氣槍射擊

11名中二和中三的同學在4月至5月期間，參加了與女青年協會合辦的IPSC氣槍實用射擊小組。氣槍是講求紀律和專注力的運動，與在學校裡輕鬆學習的氣氛截然不同，因此同學們都展現出認真的一面。活動在長青社區中心舉行，由校友兼中心社工唐浩然先生教授，而本校高年級的學生義工從旁指導，以身作則，帶領同學認識正面的學習態度。

Career Express 「生涯列車」

為了提升中三級同學對不同職業的認識，學生支援組與 Edvenue® Limited 於 4 月 28 日舉辦「生涯列車」活動，簡介行業的工作，透過模擬工作環境，讓同學有不同的體驗，行業包括空中服務員、酒店與餐飲、配音員、消防員及 Youtuber。同學在體驗過程中都非常投入，並開始思考自己的生涯方向。



同學蒙眼模擬消防員入火場執行職責

2018 全港無人機比賽 — 任務挑戰賽



參賽同學和大會嘉賓合照

為培養及發展學生多元興趣，本校學生參與了由國際無人機學會於 4 月 14 日在上水鳳溪第一中學舉辦的「2018 全港無人機比賽」。由比賽前期準備和計劃，以至在比賽中實踐和應用，同學除了更深入了解無人機的技術外，還提升了對 STEM 的知識與解難技巧。



「沿途有你·好心情@學校計劃」

本年度「沿途有你·好心情@學校計劃」於 2018 年 1 至 6 月期間進行了三項活動，包括：「蜜蜜送」校本義工培訓及服務計劃 (4 節)、個人探索小組(4 節 x2 組)、“迎刃有餘”歷奇成長挑戰營 (兩日一夜)。從活動中學生學習情緒管理，並在學校內宣傳關注精神健康資訊，學習與人溝通合作及解難，以及突破自我。



個人探索小組—減壓噴畫



“迎刃有餘”歷奇成長挑戰營

傳情達意工作坊

適逢節日，學生支援組特意於 2 月及 5 月舉辦「朱古力」及「蜜蜜送」兩個傳情達意工作坊，目標是透過製作朱古力餅、麥芽糖餅和心意卡等，讓同學學習及運用適當的社交技巧，建立正面的人際關係，並向關心他們的朋友、師長和家人表達謝意。



一齊製作魔術感謝卡



齊來享用 DIY 朱古力餅

「台灣大中華杯 2018 棍網球比賽」—U19 比賽香港代表羅浩龍同學活動後感

很有幸能在早前隨同香港棍網球總會到台灣參加大中華杯 2018 的比賽，這一次寶貴的經驗令我的見識更加開闊。我們隊伍裏大多數人都是第一次參加真正的比賽，但是我們並沒有因此向對手示弱。在與台灣 U19 比賽中，我們很好的貫徹了教練的安排，並多次封鎖了台灣隊的絕好機會。雖然最後我們落敗了，但是我們在場上決不放棄的精神讓我們每一個人都能挺起胸膛離開。此次比賽也讓我認識到了自己的不足之處並希望能在未來有所改善。在場上，我們與台灣球員是對手；在場下，我們皆是喜愛棍網球的好夥伴。我還和台灣的夥伴們在最後一天一起參加了七比七的混合比賽並且得到了冠軍呢！時間總是過得很快，四天的台灣之旅轉眼間就過去，不但吸收了不少經驗，還認識了許多台灣朋友，這次的旅程真是讓我對棍網球的愛燃燒得更加火紅！



兩地球員賽前來張大合照(前右三為羅浩龍同學)



球場上奮勇作戰

「Say Hello to Work」工作體驗計劃

為配合同學踏入高中的需要，本校與香港小童群益會合作舉辦「Say Hello to Work」工作體驗計劃，透過小組活動、行業參觀及真實工作實習的形式，讓同學進一步了解自己的能力及興趣，裝備同學了解行業資訊、理財概念和面試技巧等。12位參與計劃的中四同學已完成小組活動及行業參觀的要求，並於六月下旬至七月中旬參與10天的工作實習。



同學參觀餐廳與學習如何摘錄點餐

友情 LOL



同學把LEGO砌出不同物品

駐校社工李慧芬姑娘及香港佛教聯合會教育心理學家鍾晞信姑娘於4月至5月期間為中一級同學舉辦了「友情LOL社交技巧小組」。透過小組活動，同學學習「想人所想」、「鑑貌辨色」和「憤怒處理」，進一步改善與同學及家人的關係。



「火柴人工場計劃-無酒精雞尾酒沖調班」

今年的「火柴人工場計劃」招募了十三位中三同學，他們在4至5月期間接受了4節的訓練，學習調酒師的工作內容、禮儀和技巧，並在5月25日在學校有蓋操場協助舉行「無酒精雞尾酒義賣活動」，籌得款項\$2700，並捐贈聯合國兒童基金會。同學在訓練過程中嘗試調配了不同的飲料，包括4款無酒精雞尾酒和咖啡等，擴闊了他們的工作技能，他們從中獲得滿足感及成就感，更能好好訂定未來的生涯規劃。



同學在導師指導下嘗試沖泡不同飲料



導師與師生為活動圓滿成功而高興

「西貢鹽田梓、海下灣親子一天遊」



親子及師生齊享離島風光

家長教師會已於 3 月 25 日（星期日）舉辦「西貢鹽田梓、海下灣親子一天遊」，約有 100 位學生、家長及教職員一同參與。當天風和日麗，大家先乘車往西貢碼頭，再乘坐街渡往鹽田梓遊覽。享用午膳後各人再暢遊海下灣海岸公園，開心歡度了一個周日。

「耀陽行動 — 探訪長者及派發福袋」

為了提高同學對獨居長者的關注，本組於 2018 年 5 月 12 日聯同已升讀大專院校的舊生及本校的初中學生參與「耀陽行動」探訪長者活動，為葵涌長者互助社的長者送上福袋，他們倍感欣慰，學生亦體驗助人為樂的道理。



義工和長者合照留念

這次是我在中學生涯中第三次參與探訪長者活動。但這次令我體會更深刻，領悟更多。在這次探訪活動中，我是組長。這是我第一次在探訪活動中擔任組長。一開始，我相當緊張，因為我擔心自己沒有足夠的能力。相當慶幸，整個探訪過程中都有白婆婆的協助。從她的身上我學會了不少與人溝通的技巧，例如：從與她傾談的過程中，我感受到她對任何事情都是坦然接受，而且她的性格相當開朗，臉上總是掛著微笑，她的生活態度很值得我們學習。

5A 陳景瑤

「傑出學生選舉 2018」

本年度「傑出學生選舉」已圓滿結束，評審委員會已甄選出品學兼優、才藝出眾，又熱心服務的同學，頒獎禮將於 2017-2018 年度學校結業禮舉行。獲選名單如下：



3A 楊嘉蕎 3A 傅嘉怡
4A 杜曉鵬 5B 莫翠兒



長幼共融活動—「港島山頂及赤柱一天遊」



長者與義工在古董纜車前留合照

為了讓年青人體驗與長者不分年齡界限一同進行活動，在健康快樂的環境下學習關心別人，關心社會，並歡度一個愉快的週日傳達共融訊息，國際婦女會—青年委員會於 2018 年 4 月 9 舉辦了「港島山頂及赤柱一天遊」活動，一行八十多人，本校共有六位中四級同學參與。大家先到山頂廣場遊覽，然後到香港仔珍寶海鮮舫午膳，午後再到赤柱美利樓參觀及拍照。長者均對青年義工讚賞不絕。

「生命教育劇場—《英雄本色》」



演員落力演出，感動全場師生

為了讓同學建立正向的生命價值觀，並且接納更生人士，輔導組於 2018 年 5 月 30 日舉辦了「戲劇欣賞—《英雄本色》」。本組透過香港善導會甦星劇團在校內公演音樂劇，當天各演員的精湛演出讓師生讚賞不絕，透過他們以過來人身份分享人生經歷，更具教化作用。

參觀羅湖懲教所

為了讓學生明白勿以身試法，本組於 2018 年 3 月 29 日帶領二十多位同學參觀羅湖懲教所，讓同學設身處地了解監獄的實況，從與在囚人士的對話，讓大家對更生人士的包容與尊重，明白做人要潔身自愛，否則抱憾終身。



立志做個奉公守法的良好公民

2A 林家榆

這次活動中，令我明白做任何事之前要想清楚後果。在羈留室，我見到的色彩，可以用「冷漠死寂」。我平時身處的地方，是色彩繽紛的；外面的世界是自由的，沒有束縛的，但在那地方，我完全感到沒有自由，是死寂的。活動完結前，我們聽了一位因運毒而被判入懲教所的在囚人士，講述她的人生經歷。她為自己曾任性而懊悔，最後跟我們說了一句話，就是「畀心機讀書，陪屋企人食飯」，這句話令我感受良多。

戊戌新歲賀耆康敬老活動

本校家長教師會聯同輔導組及品德教育組於 2018 年 3 月 4 日在本校合辦「戊戌新歲賀耆康」敬老活動，趁著春節給予耆康會懷熙葵涌長者地區中心 120 位長者送上溫情及禮物包。當天節目豐富，包括：校友歌唱表演、家長義工帶領遊戲，以及抽獎等，長者都十分高興。活動能圓滿成功，有賴各方人士的鼎力支持。



「葵青區家長教師會聯會有限公司

第八屆傑出教職員、熱心家長及飛躍進步學生嘉許禮」

葵青區家長教師會聯會有限公司主辦第八屆嘉許禮已於 2017 年 6 月 23 日(六)圓滿結束，並感謝本校家長教師會候任秘書葉秀貞老師及鍾美琮老師出席支持，在此恭賀下列獲獎人士：

傑出教職員	家長教師會執行委員義務秘書	趙妙嫻老師
熱心家長	家長教師會執行委員會主席	湯俊英女士
飛躍進步學生	佛教葉紀南紀念中學中二丁班	鄭俊軒同學



「伴你同行—園藝治療小組」

為了提升中五同學自我管理壓力的能力，學校社工以園藝治療的形式讓同學透過整理盆栽來舒緩壓力。同學別出心裁設計心愛的盆栽，並表示在過程中學習到如何放鬆心情，增強自信和滿足感。



同學埋首製作盆栽中

2018 廣東惠州新春派米糧及探訪特困戶

慈輝佛教基金會與本校輔導組在 2018 年 1 月 7 日至 8 日舉辦了兩日一夜的廣東惠州惠陽區良井鎮派米糧及探訪特困戶活動，共有 20 位來自中二至中五的同學參與活動。惠陽區良井鎮位處廣東省惠州市之內，經濟發展日漸發達，但仍聚集不少特困家庭。通過是次扶貧體驗活動，同學可將日常書本所學和老師的教導，從活動中身體力行，了解佛陀教導的慈悲和智慧，實踐慈悲的精神。



學生義工探訪五保戶及送上福袋

活動後感（節錄）

在良井鎮這個小鎮裏，我體會到祖國的飛騰。當地的中小學校長親自帶我們參觀學校，那股熱情在寒冷的冬日裏增添了幾分暖意呢！此外，我們看到村裏的景色，有現代的科技展現，卻沒有抹滅了專屬農村的自然氣息！這讓我對農村的看法煥然一新。

3A 梁漪彤

在這次活動中，讓我知道中國的發展越來越好。當我們在幸福的環境中讀書，增長知識時，而中國內地的學生卻還在一個設施不大完善的地方唸書。我覺得我們應該連着他們的份一起努力，好好珍惜學習的機會。

2B 梁舒盈

學生輔導通訊編輯：何偉培老師
佛教葉紀南紀念中學
電話：2495 3363