



Sha Tin Public School
30th Anniversary

耕 耘 夢



沙田公立學校



第四十一期
沙田公立學校家長教職員聯會

2012年7月

目錄

編者的話.....	1
特稿	
校外評核後反思..... 何兆餘校長.....	2-3
會員信箱	
Good Show !..... 林淑珍女士 (中五班林希慧家長).....	4
一個令人回味的晚上..... 張淑筠女士 (小六班黃溢曦家長).....	4
30周年校慶之沙公廚房..... 12位參賽家長.....	5-7
「親子烹飪比賽」——家長感想分享	
家長敬師也敬校..... 梁美賢女士 (中一班譚洛瑤家長).....	8
晚會圓滿結束..... 劉淑敏女士 (中三班何詩昊家長).....	8
感謝..... 呂煥平女士 (小二班謝林恩家長).....	9
後台..... 鄒淑嫻女士 (中二班香鈞堯家長).....	9
歲月的流逝..... 趙燕萍女士 (小六班歐卓文家長).....	10
30周年校慶之沙公廚房..... 黃玉玲主任.....	10
「親子烹飪比賽」後感	
「武」出彩虹——跆拳道..... 陳孝斌老師.....	11
「粵」照遍沙公..... 張美欣老師.....	12
30周年校慶晚會..... 中三班何叡傑同學.....	13
日記一則..... 中三班謝芳賢同學.....	13
我喜愛的科目——家事實務..... 中六班王思榕同學.....	13
我在沙公的第一次..... 中五班陳子茵同學.....	14
沙公生日快樂..... 中三班李穎駿同學.....	14
特稿	
30周年校慶典禮暨表演晚會..... 曾詠茵主任.....	15-18
薪火相傳 延續閃耀	
人物專訪	
精益求精——劉敏菲主任..... 張詠賢女士 (中五班吳鈞庭家長).....	19-21
羅小雲女士 (中五班郭璋添家長)	
特稿	
30周年校慶境外遊——北京..... 陳寶麟主任.....	22-23
萬花筒.....	24-25
特稿	
科學科 樂趣多..... 莊志強老師.....	26-27
活動剪貼簿.....	28-30
2011至2012年度家長教職員聯會..... 何麗荷女士 (中二班林曉欣家長).....	31-32
家長問卷調查總結..... 周裕琪女士 (中三班李穎駿家長)	
家教會新動向.....	33
校園通訊站.....	34-41
鳴謝30周年賀禮.....	42-43
有獎遊戲.....	44
編輯名單	

編者的話

學校 30 周年校慶的主題是「薪火相傳，延續閃耀」。《耕耘集》亦響應校慶主題，一期比一期精彩，一集比一集吸引。

本期特稿內容充實，先有何兆餘校長就上學期校外評核作出的反思，再有 30 周年校慶晚會的花絮，讓你感受當晚會場高漲的氣氛，重溫令人感動、回味的場面。校慶活動一浪接一浪，今期亦會為大家帶來 30 周年校慶境外遊的第一手直擊報道，讓大家看看同學們身處北京的所見所聞。此外，學校今年增設了一個新科目——科學科。究竟為甚麼需要這個科目？教學內容是甚麼？同學們在學習當中有甚麼得著？讀者可以從今期的特稿中找到答案。

“Who is your English teacher?” 相信不少同學的答案都是劉敏菲主任，她亦是今期人物專訪的受訪對象。這個專訪，讓我們進入她的內心世界，並分享她在校內一些印象深刻及難忘的事。

今期還有多篇學生、家長及教師的投稿，請各位不要錯過這些精彩的文章。

最後，祝願沙公不斷進步，再創高峰！

校外評核後反思

何兆餘校長

在 2011 年 12 月 5 日至 14 日期間，本校接受了教育局校外評核隊的「五天深入檢視」，過程包括：閱覽及分析大量學校的文件和資料、對 32 位教師進行觀課、觀察學生進行各項活動及訓練的情況、與不同的持分者（包括校監、校董、校長、科組負責人、專責人員、教師、家長及學生）進行面談、影隨兩位學生半天的校園生活。由於他們審視資料及觀課的態度都是一絲不苟，而面談的內容亦既廣闊而深入，所以雖然只是花了五天時間，但相信對學校的情況已有深入的了解。

上月本校正式收到「校外評核報告」，內容真是令人十分鼓舞！反映出學校多年來努力獲得校外評核隊的確認及欣賞，而我們的發展方向亦得到他們的認同和讚賞。就着今次的外評過程和報告，校內教職員進行了詳細的分析，得出了以下的反思：

面對外評的正確態度

一直以來，本校都抱着一個信念，就是必須透過客觀和有效的「自我檢視」，才能找出學校需要發展的正確方向。故此，我們多年來發展了不少「自評」工具，希望透過收集各持分者的意見，找出學校發展的優次，然後按部就班，推行各項計劃，以邁向優質教育服務的目標。

我們深信只要自評工作做得「對焦」，學校自然就會循着正確的方向發展，邁向卓越；而「外評」隊伍的到訪亦只是從校外人士的角度去檢視一下學校的發展情況，從而給予改善建議。當大家持着「自評工作比外評來得重要」的信念時，把日常工作做到最好，外評就不會對大家構成壓力，更無需特別為它而加添額外的工作。

審時度勢、對焦發展

近年本校的學生人數及班級不斷增加，教師團隊及管理層亦日益壯大，為了提升教職員的專業水平和強化中層管理的職能，近年我們積極推行了一連串的專業發展計劃，包括：「師徒制入職輔導」、「共同備課」、「同儕觀課」、「教學茶座」、「中層管理培訓班」、「團隊訓練」……而外評隊亦肯定了這些發展的重點，確實能「對焦」學校的需要。

而在「學與教」方面，無論在課程目標、架構、內容、策劃和評估策略等等，外評隊都給予我們高度的評價，讚揚學校能夠自覺地持續完善各科課程，而課程設計不但能與時並進，而且亦能配合學生的需要和能力，在照顧個別差異方面更加表現積極、進取。

學校一直以來都非常重視課程和教職員的專業發展，因為課程與學生的學習關



係密切，息息相關。沒有合適的課程，學生就不能盡展潛能；若有優質的課程而沒有專業的教師，學生的學習也難有成效。故此，我們不斷為教職員提供專業的培訓，使課程和教師日趨完善，讓學生能享受優質的教育服務。

活動安排既能普及，又能培訓精英

外評隊伍讚賞學校能夠有策略地為學生安排活動，能讓每位學生都有機會參與各項普及培訓，擴闊視野，讓他們發展潛能。當其表現達至一定的水平後，更會為他們提供精英培訓。以往本校亦藉此培育了不少體藝精英，出戰國際性的比賽，為港爭光。

「能讓所有學生積極參與」是沙公一貫的政策，因為我們相信學生在參與的過程中能夠激發潛力，在訓練中能夠磨練出毅力和鬥志，同時亦能擴闊社交圈子，提升溝通技巧。在不斷超越的過程中更能提升自信，健康成長。這方面的安排亦得到外評隊伍的肯定，故此，我們會把這個政策延續下去，繼續發揚光大。

沙公具備優良的團隊

在外評報告中，充滿了很多正面、積極、令人鼓舞的評價。外評人員認為沙公的員工「工作態度正面」、「勤懇」、「具承擔精神」、「對學生關懷備至」、「耐心教導」、「校園氣氛融洽」、「愉快」、「上下一心」、「關係和諧」、「團隊精神良佳」和「彼此分享、學習」。外評隊更非常欣賞家長對學校的支持和信任。正因為有這個優秀的團隊，沙公才可以不斷進步，屢創佳績。

其實，要建立這樣優秀的團隊文化絕不容易，透過多年的家校合作，讓家長對學校有所信任，並不時向學校提供意見，大家本著為學生的利益而努力，當看到學生有所進步，家長自然會對學校更加支持和信任。

而教職員在學校工作，都是懷著同一信念：為學生提供優質教育服務，大家不分你我，不計勞苦，共同鑽研有效的教學方法，彼此分享教學心得，共同為學生的裨益而奮鬥。

在共同的信念下，我們的團隊精神必定能延續下去，日後更會邁向高效能的「學習型組織」，為學生研發出更多有效的學習策略，提升學與教的成效。

沙公學生的卓越表現

報告中最令人雀躍的就是外評隊伍對我們的學生作出了多方面的讚許。外評人員認為他們「能保持情緒穩定」、「專注及用心聆聽」、「遵從教師指示」、「投入學習」、「表現合作」、「具自信和活力」、「就同學表現給予意見」、「相處和睦及互助」、「互相幫助」、「尊重師長」、「守規有禮」、「表現友善」、「主動與人溝通」、「態度親切」、「社交技巧不錯」、「喜愛及投入校園生活」、「樂於參與課堂及課後活動」、「樂於服務學校，表現稱職和盡責」、「對學校有歸屬感」……

作為他們的師長，我們也感到十分欣慰。實際上要令學生培養出這些優良的表現，絕不能單靠一兩位教師便可以做到，而是必須透過整個學校團隊，加上家長的配合，從小提供訓練，經過多年的培養，學生才會習以為常，養成這些良好的態度和習慣。

適逢今年是沙公創校 30 周年，這份讚譽有嘉的校外評核報告，正好為學校送上了一份彌足珍貴的生日禮物。同時亦肯定了所有教職員和家長過去多年來的努力和心血。但是我們這個家校合一的團隊絕不會因此而驕傲自滿，相反地，我們會以 30 周年校慶的口號——「薪火相傳 延續閃耀」為目標，繼續全力以赴，為我們的學生提供更優質的教育服務，讓他們盡展潛能，發揮所長，回饋社會。

Good Show !

林淑珍女士（中五班林希慧家長）

“Good Show!” 沙公 30 周年校慶表演晚會在一片熱烈掌聲下完滿結束。當天，我們一班家長義工的心情跟表演的同學們一樣，既緊張又興奮。在此真的要給表演的同學 N 個“讚”！略過他們之前在校的刻苦排練，無論是在台上的表演有十分鐘，或是只有一分鐘，從早上至晚上表演結束，他們都是乖乖的在後台等候化妝、換戲服、綵排。後台只充斥着忙忙碌碌的聲音，而沒有半點抱怨聲，到晚上同學們雖有點倦容，但到他們出場表演時，抖擻精神後，便為大家演出了一場接一場精彩的表演。另外值得我們讚賞的是一班當司儀的同學，他們的記憶力及表現的鎮定，我們也自愧不如呢！最後當然是要感激勞苦功高的老師們，還有言語治療師、社工、工友、各位教職員的同心協力，大大體現了沙公的團體合作精神。多謝你們讓大家度過了一個難忘而賞心悅目的晚上，期待沙公 35 周年再見！



一個令人回味的晚上

張淑筠女士（小六班黃溢曦家長）



2012 年 4 月 20 日，一個令人回味再回味的晚上，有一個精彩的表演晚會。

我和家人，一行七人慶幸有份成為「沙公 30 周年校慶晚會」的座上客，能夠欣賞到百多位同學的精彩演出。由節目一的「龍宮賀壽」到最後一個節目「飛躍大舞台」，各同學都有超水準的表現，與平常在校的模樣，簡直判若兩人，而且整個表演絕無冷場。完場時，首次參與的家人也懷著興奮的心情離去。

在此看得出各項目的負責人也同心的訓練每一位同學，才能有如此好的表現，完成一個完美的演出。

而小兒溢曦有幸參與其中一個節目的演出，我也因此而有點激動。想不到平時有點孩子氣的他，經過訓練後，能獨當一面做好司儀的工作，真的要謝謝多年來教導仔仔的老師和言語治療師。

願沙公永遠像口號一樣：
「薪火相傳，延續閃耀」



30周年校慶之沙公廚房「親子烹飪比賽」 家長感想分享

廖淑貞女士（中二班黎睿文家長）

當接到有烹飪比賽的消息時，心情的確有點複雜，因為比賽不同平時煮飯，總有點壓力，又怕應付不來，所以最後一剎那才決定參賽，賽前和睿文做了幾次練習，見到睿文也煮得很開心，所以無論結果是怎樣，這次參賽也是值得的。比賽當天，睿文十分投入，這次比賽對他來說是很新鮮的，是一次寶貴及難忘的經驗。至於最後結果我也不太着意。



周瑞霽女士（中一班梁文卓家長）

我很高興能參加這個比賽，發覺原來兒子很喜歡烹飪，更可以成為我的「好幫手」，而我和兒子都十分享受當天比賽的過程。

黃麗霞女士（中一班劉廣豪家長）

尊敬的校長、評判和老師：

你們好，多謝學校舉辦第一屆沙公親子烹飪比賽，我和廣豪有機會參加比賽很開心，又有機會與其他學生、家長、校長、評判和老師交流烹飪的心得，使我很快樂，此外也增加了大家之間的友誼，非常有意義。我們都很享受這次親子烹飪的過程。熱切期望日後能多些舉辦這類型的活動。謝謝！



周裕琪女士（中三班李穎駿家長）

好開心能與穎駿參與今次「親子烹飪比賽」。好欣賞家長和學生的投入參與，比賽氣氛良好，彼此能分享及交流烹飪心得。感謝沙公教職員悉心安排是次活動，期望下次再能參與。沙公努力！加油！





黃月萍女士（中三班李依琳家長）
好開心見到一班家長與子女合作煮美食，多謝各位老師及職員的努力。老師、學生和家長都讚我和依琳煮的瑞士雞翼好食，給我們很大的鼓勵，真要多謝大家。

劉淑敏女士（中三班何詩吳家長）
首次見到親子烹飪比賽的通告時，便直覺知道詩吳會樂意參加，至於比賽的拍檔亦一如所料，他揀選了跟他爸爸合作，他倆向來是我家星期天晚餐的主廚呢！比賽當天，見他父子倆合拍得很，詩吳更哼起歌曲來，十分輕鬆和享受，使我也深感欣慰。



張紫媚女士（中五班黎昕家長）
很高興能夠參加學校的親子烹飪比賽，為了參加比賽，我和黎昕也抽出了較多的時間一起練習烹調菜色。到了比賽當天，心情真的很緊張，還好是比賽進行期間一切都很順利，黎昕也很合作。比賽完畢，看見其他家長所做的菜色很精緻和造型很靚，真的很佩服。最後要多謝每一位評判，因為他們要抽空觀看比賽的過程外，還要試吃每件作品的味道和給予評分。其實得獎與否也是其次，我們最享受的，是比賽的過程，希望來年學校也可以再舉辦這類型的親子比賽。「沙公」加油！



阮美莊女士（中三班蔣浩東家長）
我當初參加第一屆沙公廚房「親子烹飪比賽」的時候覺得很有信心，像是在家裏煮燉一樣，是一件非常容易的事。但當到了比賽的現場，才開始感到緊張。因為其他參賽者都像廚藝高手，各人都準備了很多豐富材料和各式各樣的私伙工具，對於自己只帶了一些價廉雞翼和工具，真覺得緊張。幸好兒子在比賽過程中也很積極參與，評判亦在旁點頭表示滿意我們的表現，我的心情也定下來，最後與兒子能順利完成我的拿手名菜「豉油雞翼」，我覺得很開心，多謝學校給予「優異獎」。



陳仕燕女士（中四班張凱耀家長）
透過參與親子烹飪比賽的活動，我
與兒子多了互動的機會和接觸，使我十
分高興。



Ms Pelobello(中一班郭慧儀家長)

很高興能參加第一屆沙公廚房親子烹飪比賽。在同學
們幫助下，大家都能煮出美味又美觀的菜式，雖然看到同
學有些緊張，但在他們的協助下，可以欣賞到家長們出色
的烹飪技巧，真是一個難得的機會。



梁美賢女士（中一班譚洛瑤家長）

很榮幸有份參與沙公廚房「親子烹飪比賽」。當天踏進科技與
生活室時心情既緊張又興奮。看見周圍都是熟悉的同學及家長時，
感覺驟然輕鬆一點。回想由構思至決定參賽菜式的原則是「簡單健
康又易做」，於是用「老少平安」這道菜的基本煮法，舊菜新做，
加點心思，又配合女兒的能力和節奏，便誕生這道菜式。比賽過程
中，沒有競賽的感覺，反而似是美食交流大會。雖然如此，烹調時
自己倒有點手騰腳震，反觀洛瑤卻鬆容不迫，有秩有序。



真是感謝校方舉辦這次烹飪活動，發掘和發揮沙公學生、家長的能力和智慧，
籍此建立信心和彼此感情，使我們獲益良多。更感謝的是蒙評判團的支持和恩寵，
成績結果真令我們非常驚喜。願將一切榮耀頌讚歸給主耶穌我們的神！

願與大家分享這菜式的意義

- 1.「豆腐」好似沙公學生，純潔健康又喜樂。
- 2.「魚肉」象徵老師，拆皮去骨，身經百戰，有教無類，樂育菁莪。
- 3.「雞蛋」象徵校長，滿有生命力和創意。
- 4.「臘腸」好似家長，是學校背後的支持者及幫助者，在各項活動裏加



上力量，愛上加愛，錦上添花。

以上材料融匯一體，就成為「沙公共融 30 年」。祝福大家！

劉雪娥女士（中四班黎俊悅家長）

我與兒子是第一次參加親子烹飪比賽的，我們
的菜式是煎桂花魚，初時我很緊張，但見到自己兒
子比賽時的表現也很出色，使我十分滿意。



家長敬師也敬校 梁美賢女士（中一班譚洛瑤家長）

學期初收到三張敬師咭，心中正躊躇給那位老師，算來算去實在不夠用，不如藉此機會來表達謝意吧！

自從女兒入讀沙公後，確實得著學校不同人士的照顧和幫助。首次認識這學校，正是接待我們參觀校園的社工——何瑞英姑娘。她那溫柔謙卑又耐心詳細介紹學校資料的態度，使我留下深刻的印象。近年多了接觸社工們的機會，她們都給予我一份專業、承擔、團結和敬業樂業的感覺，更是將學校與家長拉近距離的好橋樑。

在不同的活動中，觀察到老師們對學生那份無微不至的照顧，自愧也做不到。例如在特奧田徑分區賽中，當沙公運動員領回獎牌後，老師立刻為他們在掛帶貼上姓名貼紙。另外，在特奧滑冰比賽，老師為參賽學生的每一隻運動鞋和滑冰鞋都釘上膠條名牌，不但不會遺失，又能使比賽過程暢順和減少混亂。還有，親子烹飪比賽中，工友們不慌不忙地準備參賽者需要的用具，又彼此合作收拾和清潔廚具用品，整過程都融洽和喜樂，真令我欣賞。還有，曾在傍晚時間，多次收到老師來電關心女兒或跟進活動情況，甚感窩心。其實，每一次學校的活動，無論大型或小型，校外或校內，都盡顯學校各教職員同心同力，團結一致的精神，他們都清晰知道，自己在其崗位中的代表性，除了顯出嚴謹、盡責、智慧與愛心外，也是學生們學習的好榜樣。

在此衷心感謝各位校董、何兆餘校長、老師、言語治療師、社工、護士、職員、工友、校巴司機和褓姆。祝福各位凡事盡心而作，盡力而為；又彼此和睦，常存感恩的心。



晚會圓滿結束

劉淑敏女士（中三班何詩昊家長）

晚會圓滿結束了，感覺多好喔！

全校教職員、學生和家長義工們，辛苦了！

今早十時多，兒子詩昊已換好黑色套裝回校集合，因今晚是他期待的大日子——沙公 30 周年校慶晚會。

他參與的節奏樂表演只短短幾分鐘，演出的包括沙公的同學和畢業生，都是十來二十歲的孩子，但全體「黑色套裝」現身，竟十分醒目，帥氣迫人，演出合拍、專心而投入。我感到他們真是大個仔、大個女啊！當然老師們功不可沒。

雖然校方還有不少與 30 周年有關的工作尚未完成，但相信老師們能很快重投教學工作，學生們也能重回課堂，愉快學習。



感謝

呂煥平女士（小二班謝林恩家長）

林恩在沙公這個大家庭快兩年了！還記得林恩上學一周後，已有很多哥哥、姐姐照顧她，令我感到安心。

我好感謝學校給林恩不同的學習機會，更感謝兩位班主任林敏樺老師、張美欣老師及輔導老師袁慧敏老師。無論林恩在學校或家中有什麼情緒上的問題，我也會與三位老師溝通，她們會認真及快速地了解林恩的情況，令她得以改善。更多謝湯樂琪主任和葉芷欣老師，她們花了很多時間向我解釋運動對這些小朋友的好處，讓我能為女兒選擇合適的運動。

林恩在學校的日子越久，相信我對學校的了解會更深，而學校亦會更了解林恩的需要，家校溝通、合作，為孩子的未來共同努力。



後台

鄒淑嫻女士（中二班香鈞堯家長）

「某某同學的運動服在衣架嗎？」、「節奏樂的服飾齊備嗎？」。4月20日中午開始，以上類似的對話不斷出現在新界鄉議局會堂的后台，是日，正是沙公30周年晚會要舉行的大日子。當日，每位教職員和家長義工像患了短暫精神病一樣，每5分鐘就發問一次，處於備戰狀態。大家都希望當晚能順利演出。

沙田公立學校
學校慶典禮暨表演



我也曾經在學校其他活動上當過義工，但頭一次要幫助50多位同學化妝及換戲服，又要協助其他表演者更換服飾，的確很刺激。緊張？我相信當日每位教職員都會感覺很緊張，經過數月的構思及排練，大家都希望當晚同學能夠演出成功。而作為義工的我就很享受當時的每一分每一秒，雖然工作的節奏很緊迫，但能和老師、家長以及同學一起合作完成這個晚會，已經成為我的美好回憶。本人的兒子已是中二生，還有多少個年頭能和他一起經歷這樣精彩的學校的生活？！各位家長，如果你也想和自己的子女，將來有個共同回憶、共同話題，請你們也一起當義工，希望下次能和大家一起合作。

歲月的流逝 趙燕萍女士(小六班歐卓文家長)

三十個年頭在我們的見證下從指縫間無聲無息地流逝……可是我和你，亦不曾後悔，因為這三十年的時間，培育出一個又一個社會棟樑。

今年就是屬於沙田公立學校光輝的第三十個年頭，祝沙公生日快樂！

回想卓文選擇小學時，我和卓文爸爸都亂了套子，不知如何是好。思前想後，決定「跳進」沙公，回想起來，我倆可真的沒選錯！雖然六年時光仍未拜別，腦海浮現出一幕幕的片段……第一天走進校園，書包遠比身子大的卓文就連上課都不知道是什麼一回事。幸好，經過兩、三個星期後，亦漸漸適應下來。

小三班的時候，幸得湯樂琪主任給予的一個機會，卓文參加了游泳班，使卓文能夠接受游泳訓練和吸收比賽經驗。小五班時亦接受了葉芷欣老師的建議，開始體操訓練，卓文也嘗試不同的體能活動和訓練，如滑冰、乒乓球、跑步等等。靜態活動有唱歌、節奏樂，今年有幸參加舞蹈組，全組同學得到優等獎，真是可喜可賀！在卓文訓練其間，老師們亦抽空教卓文學習課本上的知識，真是很感謝老師們對卓文的悉心呵護和教導，使卓文在學習及活動兩方面均得到全面發展。

最後衷心感謝校長、各位老師們、工友、整個沙公團隊，一直延續培育社會棟樑的重大使命。



30周年校慶之沙公廚房「親子烹飪比賽」後感

黃玉玲主任

大家好，我是黃玉玲主任，我想與大家分享最近一件令我很感動的事。今年適逢學校建校30周年，我們特別舉辦了第一屆的沙公廚房「親子烹飪比賽」。由於是第一次舉辦，最初我還擔心沒有隊伍參加，想不到最後居然有十二個家庭很踴躍地報名，令我雀躍不已。到了2月25日比賽當天，家長和子女們都合作無間地烹調食物，可想像到他們在賽前一定做了很多次練習。每一隊親子組合都花了很多心思去設計比賽的菜式，看著他們那種幹勁十足和無比認真的投入，讓我深深感受到那份親子交流的幸福和滿足。比賽時間到了，看著餐桌上放著各款精緻的菜餚，色香味俱全，實在令人食指大動，這下子可難為了我們勞苦功高的評判們了，因為實在太難分出勝負呢！

在此再次感謝各位家長積極參與首屆的「親子烹飪比賽」，其實在我心目中，每一隊親子組合都是比賽的冠軍，因為家長們用了無比的愛心和耐心去教導子女。願我們家校能繼續互相合作，共同努力，培養您的子女成為一個有獨立生活能力的人，使他們能活出美好的人生。



「武」出彩虹一跆拳道

陳孝斌老師



從前真的很抗拒表演，視表演為「賣武」，亦覺得武學是一種個人修為，不應為表演而練習。

因緣際會，因為在申請沙公教席的履歷表上，寫了「多年跆拳道表演和教授表演經驗」（現在細想也覺誇大了），加上校長的一句：「不如你試試教跆拳道班啦！」，從此改變了我在沙公的日子，亦改變了我對表演的想法。

其實當時的心情頗為複雜，雖然我擁有4、5年跆拳道表演、比賽和教授跆拳道經驗，但教導特殊學生是另一回事，而且作為一個新任教師，會否給人「博出位」的感覺呢？不過，最後我還是硬著頭皮完成了去年的跆拳道興趣班。及後，校長建議一班跆拳道小子參與畢業禮表演，令我又多了一種體驗。眾所周知，沙公學生活動繁多，單是選同學表演和訓練，預約時間和訂日程，已花了我一個月時間！練習過程中，又因經驗不足，對學生特性不了解，以致到畢業典禮前，學生表演還未成型，最後幸好在校長一輪「愛的教育」下（不是對學生，是對我！），學生終於完成表演，當時我立刻在後台歡呼！這次，我學會了認真。

學校30周年晚會過後，我細看跆拳道表演的錄影，感動得哭了出來。作為一個老師／教練，能令不願上學的學生變到每天早上八時回校嚷著要練習；能令左右不分的學生變得分毫不差地跟上歌曲拍子；能令被人忽略的學生變成數百觀眾的目光焦點，也令吊兒郎當的學生變得認真。表演不再是「賣武」，更不是「博出位」，表演給學生一個學習和轉變的機會，帶給他們寶貴的回憶。而同學們的友情、堅毅精神、互助精神、溝通能力、體能等種種難能可貴的東西，就在他們沉悶又重覆的練習中，一點一滴的積累下來。

這次表演讓我為學生感到驕傲，也為台前幕後緊守崗位的同事感到光榮，全情投入的演出與無私的工作令晚會異常成功，這就是沙公特有的良好文化，而並非每個機構皆有的文化。

最後我要感謝校長、各位老師和家長，給了我很多意見。我更要謝謝我的學生，給我這個經歷。你們的「特殊」，是需要別人多給予時間、耐性、了解和愛心，而不是人們的偏見和質疑。在訓練和表演的過程中，你們證明了自己的才能，亦證明了沙公老師們一直負出的心血，一點也沒有白費！原來自己的一小步，可以成就你們的一大步，是你們給了我工作的意義、信心和動力，再一次謝謝你們！



「粵」照遍沙公

張美欣老師

沙公 30 周年校慶晚會雖已告一段落，但今天重看當日晚會《龍宮賀壽》的片段，卻令我回想起粵劇培訓班在這幾個月裏的點點滴滴……容我在此分享一些感受吧！



《龍宮賀壽》的演員們，我真的為你們感到自豪！由 9 月開始，每周兩次的排練，你們從基本功學起，由完全不懂，到耍得有板有眼，你們真是做得很好呢！尤其當演期日漸迫近時，我對你們的要求亦嚴格起來，其實我知道你們已排演得很累，但你們無論多累，仍繼續認真的翻筋斗、揮水旗、耍櫻槍……你們比專業的表演者更「專業」呢！這次的演出並沒有主角或配角之分，在我的心中，有份演出的每一位同學都是真正的「主角」，因為在過程中，我看到你們一次又一次超越自己，並將最好的都呈現在舞台，雖然在演出時出現了不少「蝦碌」場面，但我真的完全「收貨」，因為我看重的是你們在過程中認真付出的態度，若要給你們打分，我會給你們 200 分！

除了一班「主角」外，我亦要向所有家長義工致以最衷心的感謝，您們是真正的「無名英雄」，在背後不斷默默的付出。台上華麗的服飾，絕大部份都是由家長義工一針一線幫忙縫補的。於排練時，遇上有些什麼物資需要添加，只需一個電話，便總有家長義工義不容辭地幫忙。到正式演出當天，您們忙着在後台為同學們更衣和化妝，連休息和吃飯的時間也是很趕忙的，但您們一句怨言也沒有，您們無私的付出，真的讓我非常感動。我膽敢說，沒有您們的幫助，《龍宮賀壽》是沒有可能演出成功的。

最後我也要感謝資深粵劇導師——湯太，她付出了很多心血和時間在每次的粵劇表演上，而且還要為演出的服裝到處張羅，為的只是希望令表演更臻完美。還有我的兩位好拍檔——何詠芝老師和陳錦嫦老師，沒有你們的包容及全情投入，真的沒有可能將過程中的所有困難一一解決。還有何瑞英姑娘，因為有她的「精密」部署，當日在後台的更衣和化妝程序才會如此順利。最後，還要感謝何兆餘校長在過程中對我們的支持和給予的寶貴意見。

《龍宮賀壽》不僅是一個表演，還是一個很寶貴的學習經驗。最讓我開心的是，有些從未接觸過粵劇的同學，也主動走來問我，下期的「粵劇培訓班」將會在何時開始呢？就讓我在這裏，藉當晚台下觀眾對《龍宮賀壽》的歡呼和掌聲，送給每一位有份演出的家長、老師和同學們！最後，我祝願沙公繼續上下一心，邁向另一個光輝三十年！



30周年校慶晚會

中三班何叡傑同學

四月二十日晚，我參加了沙田公立學校創校三十周年校慶晚會。晚會有各種精彩的表演，我很細心地欣賞。其中我最欣賞學長——譚偉業先生和幾位口才了得的小司儀，令晚會生息不少。當晚，我十分開心。



日記一則

中三班謝芳賢同學

今天是特殊奧運會的大日子，我坐在看台上同學跑步，我看見低年級的同學很努力地完成跑步比賽，令我覺得很鼓舞。不久，終於到我比賽跳遠了。到召集處等候時，我的心情越來越緊張，我看着一個又一個同學跳遠，他們似乎都比我跳得好。我心想：我一定不及他們跳得遠了。不過，我卻沒有放棄，結果，我得到了銀牌，老師和同學都替我高興。到了中午，我開始覺得肚子餓，於是我便返回看台吃飯。吃完飯後，我便休息一會。大約下午三時半，便到我跑步了，我到召集處做熱身運動，接着便正式比賽。我用盡所有氣力，一口氣跑到終點，真的很累啊！雖然結果未如理想，但我卻沒有不开心。



晚上，我很早早上床睡覺了。臨睡前，我回想起白天在運動場的情景，便不禁笑了起來。希望在下一年度的特殊奧運會中，我會有更好的成績。

我喜愛的科目 —— 家事實務

中六班王思榕同學

我上家事實務課已經四年，學到不同的知識。例如：學懂到街市買餸、怎樣設計餐單、怎樣烹調食物。我最難忘的事是可以與老師及同學一起在街市買餸及寫餐單，而最開心的事是我今年在堂上煮咕嚕肉，恰巧嘉賓來學校參觀，並到科技與生活室品嚐我的拿手菜，他們吃得津津有味，並稱讚我的菜很好吃，我感到很高興。最後，我要感謝黃玉玲主任、楊麗芳老師及王素兒老師，因為她們教我不同的烹調技巧及作出指導。如果沒有她們的支持及鼓勵，我就不會有成功的一天。

最後，我感謝我的學校，因為沙公栽培我，使我成為一個有責任感、勇於面對困難的人，令我覺得很自豪。我祝願我的母校——沙田公立學校桃李滿門，同學不斷進步。



我在沙公的第一次

中五班陳子茵同學

我是中五班的陳子茵，雖然我中三才轉讀沙田公立學校，但新學校的老師和同學們都對我很好。我在沙公的學校生活很開心，嘗試了不少以前從未試過的，例如歷奇冒險、打保齡球、與其他學校一起表演竹舞和雜耍……。

記得去年，我有幸獲選在尖沙咀舉辦的「親切共融」活動中表演雜耍，我們不斷練習，以求做到最好。我們都有自己要負責的部分，我當然不想拖累別人，所以我很努力練習。但表演當日我十分緊張，練習頻頻失手，幸好我的同學、媽媽和妹妹都到場鼓勵，我才能完成表演！

今年令我最開心、最難忘的，就是聯校運動會了！我報了100米的賽事，由於這是我第一次參加跑步比賽，所以當天早上我十分緊張，後來更感肚痛！不過在老師、同學、媽媽以及妹妹的鼓勵下，我踏上跑道準備比賽。

起初，我處於落後狀態，但當我正想放棄時，忽見我校的葉慕謙老師在終點線前為我打氣，於是我就急起直追，最終超越其他參賽者，奪得冠軍！

希望我在沙公的生活會越來越精彩，經歷更多第一次，獲取更多第一！



沙公生日快樂

中三班 李穎駿同學

四月二十日（星期五）是雨天，也是沙田公立學校慶祝30周年的大日子，我們在鄉議局大樓舉行晚會，很多舊生和朋友來參加。晚會有歌唱、明星show、雜耍、跆拳道、粵劇、暖暖校園、從前有座山和回到校園時。我參加了粵劇、歌唱和舞蹈表演，我們練習了很長時間，大家很努力，不怕辛苦。表演時我沒有緊張。表演後，張老師、何老師、陳老師和湯太讚我做得好，我也感到很開心和滿意自己的表現。凌主席和校長讚賞所有同學的表演都很精彩。這個晚會，就好像一個盛大的生日會，祝沙公生日快樂。



30周年校慶典禮暨表演晚會 薪火相傳 延續閃耀



曾詠茵主任



2012年4月20日(星期五)整天下着滂沱大雨，間中還有雷暴，雖然天不造美，但無損900多名人士的熱誠，蒞臨沙公的盛事——「30周年校慶典禮暨表演晚會」。是次晚會於下午七時正假鄉議局大樓順利舉行，分為兩個部份：校慶典禮和文藝表演，體現了主題「薪火相傳 延續閃耀」。

校慶典禮承蒙教育局副秘書長葉曾翠卿太平紳士及沙田民政事務專員杜彭慧儀太平紳士親臨主禮，共頒發了26個長期服務獎予校董和教職員，以表揚他們服務沙公超過10年至30年或以上，貢獻良多。而表演部份就更加陣容鼎盛，有160名學生傾力演出，再加上校友、家長和教師的參與，令晚會錦上添花。精彩的表演、觀眾熱烈的掌聲、歡呼聲和讚賞，都讓我們知道晚會成功了！此乃多方面努力的成果，才能締造了這個既感動又難忘的時刻。

學生盡展所長，激勵閃耀人生

為了讓更多不同能力的學生能展現所長，以及從表演中體驗寶貴的學習經歷，我們在晚會的節目編排上花了不少心思。表演晚會共有五幕：第一幕《龍宮賀壽》；第二幕《從前有座山》；第三幕《暖暖校園》；第四幕《回到校園時》及第五幕《飛躍大舞台》。當中共有14個不同形式的表演節目，包括粵劇、戲劇、節奏樂、歌唱、舞蹈、跆拳道、體操、雜耍、中文朗誦、英語會話、行貓步和擔當司儀等。學生多方面的才能盡現眼前，令人感動的是他們把最好的學習成果都呈現出來，令人興奮的是他們的能力獲得觀眾一致的讚賞。



你看到學生身上所發出的光芒，是來自其喜悅、自信、積極、潛能發放……但這些光芒並不是與生俱來的，而是學生需要經過長時間的訓練和努力，才能燃亮。正所謂「台上一分鐘，台下十年功」，在訓練的過程中，學生要學懂堅毅、承擔、關愛、自律和合作的精神，這些正面的價值觀和態度才能點燃人生。

我們不想學生的光芒像流星般一瞬即逝，盼望他們在體會了晚會美好的學習經歷後，能夠延續才能和良好態度，激勵閃耀的人生。

教職員團隊合作 薪火相傳延續愛

晚會的籌備工作待外評完結後才正式展開，時間約有四個月，再加上是學校第一次舉辦大型晚會，確實是一項挑戰。十分慶幸沙公有一群優秀的教職員團隊，上下一心，大家目標一致，都希望有一個精彩的晚會，為沙公爭光。因此事前一些被忽略及令人頭痛的問題，大家也會主動提出和共同解決。而校董們和校長亦提出了許多寶貴的意見，讓籌備工作不斷完善。不過儘管安排得十分妥當，當晚仍遇上了不少「意外」，幸好，大家懂得隨機應變，互補不足，晚會才得以順利舉行。



晚會的成功，實在有賴堅守台前幕後崗位的教職員，團隊合作精神是成功的關鍵，這份精神正是沙公優良的傳統，一直承傳下來，教我們凝聚力量，延續沙公輝煌成就。

我們懷着堅定的信念，秉承本校校訓「樂育菁莪，有教無類」，悉心栽培學生，讓學生在舞台上展現了努力學習的成果。就是這份無私的愛，燃點了學生心中的光芒，活出燦爛人生。

家長支持 義不容辭

家長們義不容辭地協助老師製作表演服飾和道具，美輪美奐，令學生奪目耀眼。當晚更有二十多位家長在後台協助化妝和更衣，為了學校而放棄欣賞自己子女演出的機會；家長還細心地為我們訂了大量麵包，讓我們在忙碌中可以充飢，令人相當感動！家長的鼎力支持，使晚會取得成功，十分感謝他們為學校所付出的每一分每一力。





另外，很榮幸邀請到家長參與表演，有八位口才了得的家長透過唸打油詩向學校祝賀，字字鏗鏘，功架十足，精彩絕倫，難怪贏得滿堂喝采。

此外，當晚亦有許多家長前來觀賞，無論其子女有否表演也冒雨前來支持，實在令晚會生色不少。

晚會後，有些熱心的家長為表謝意，特地為我們送上愛心蛋糕、糖水和水果等，令我們驚喜萬分。沙公有幸得到家長的支持和愛戴，相信是因為有良好的家校合作，希望彼此的關係能夠延續，在家長的支持下，沙公定能繼續邁向光輝里程。

校友忘不了母校之情

晚會表演當然少不了校友的參與，如司儀、節奏樂和《回到校園時》戲劇的部份，他們在工餘時間回校排練，與在校學生攜手演出，寓意沙公同學「薪火相傳」。

此外，亦有多位歷屆畢業的校友蒞臨慶賀，當中有些更帶同子女前來，大家聚首一堂，緬懷昔日在母校的點滴，跟老師及其他校友互道近況。最難得的是，於一九八二年前（還未轉為特殊學校）畢業的舊沙公校友也前來慶賀，真是別具意義。由此可見校友們對母校的情誼是延綿不斷的。

一個難忘感動的晚上

「讓我閃耀，讓我閃耀……」晚會隨着 180 多名演出者合唱的美妙歌聲，在一片星光和掌聲中落幕。這一晚讓我感受良多，畢生難忘。我為同學的表現感到驕傲，亦為晚會的成功感到自豪。

十分欣賞教職員悉心栽培學生，作出了無私的奉獻，當晚學生的表現比預期出色，大家的心血沒有白費啊！同時多得教職員、家長和其他義工肩負起台前幕後的工作，大家同心協力，努力不懈地確保整晚能順利進行，完全體現了沙公的團隊精神，我被這份熱誠感動，實在感激不盡！

慶幸自己成為沙公的一份子，有機會參與這項盛事，共同分享了 30 周年校慶的喜悅。期待同學的光芒能夠延續下去，甚至燃點其他人，在往後的 35、40、45……周年校慶中更明亮，締造出更多沙公明星！



晚會雖然已經曲終人散，但所體現的「薪火相傳延續閃耀」仍會承傳下去，我們繼續致力提供優質教育，盡心盡力地令學生愉快成長，發展潛能，燃點每一位學生心中的光芒。願學生能把這份愛化成色彩和力量，延續閃耀人生，將最好的都獻給我們最愛——沙田公立學校。



精益求精——劉敏菲主任



張詠賢女士 (中五班吳鈞庭家長)
羅小雲女士 (中五班郭瑋添家長)



今期的專訪人物為劉敏菲主任，她在收到訪問內容及問題時，立刻用文字詳細地回答了我們所有的提問，以下的內容，正楷字體由她親自執筆；顏色斜字體則為筆者的感受或在訪問中加插的內容。

問：請介紹一下你的個人背景、教學經驗和工作年期等。

答：我自小住在觀塘，在屋邨長大，於羅富國教育學院畢業後，在聖傑靈女子中學當「特殊班」教師，主要教授中國語文和社會科。工作三年後，我便到英國進修兩年，回港後於基智中學任教英語科，一年後便轉到沙田公立學校任教。

教授「特殊班」的經驗成為了劉主任為特殊教育老師的前奏。

問：為何選擇沙公？之前的工作對你作為特殊教育老師有沒有幫助？此外，作為特殊教育老師，你認為甚麼是重要的個人特質？

答：由於我在聖傑靈女子中學是任教「特殊班」，所以必須接受為期兩年的特殊教育培訓，令我對「特殊教育」有了初步的認識；不過我當時覺得自己仍是很年輕，需要認識更多才決定是否加入特殊教育界，所以工作三年之後我便毅然遠赴英國修讀輔導，回港後我刻意不找特殊學校的教席，到了一間普通中學任教英文，在這年我不斷思考自己未來的職業路向，最後我決定申請到特殊學校任教，因為我清楚知道自己喜歡作為一位特殊教育教師，到了今天，我仍覺得自己昔日的決定是正確的。我認為作為一位成功的特殊教育教師必須有創意，經常願意為學生構思一些不同類型的教學法，而且必須要很勤力，才可將這些好意念付諸實行。有人曾問我：做特殊教育教師是否需要付出更多愛心？我會說否，因為我覺得他們較普通學生還要可愛。

劉主任每年暑假會重新準備教案，要不斷更新，因她覺得教學是一種良心工作，尤其是特殊學校的同學，他們很少會批評老師，因此，更要鞭策自己，不可虧欠學生。



問：請分享你任教沙公多年，對同事、學生的感受。

答：我覺得沙公同事的工作態度很認真，對教育充滿熱誠，對學生也很有愛心。我覺得沙公的學生活潑可愛，大部份都很認真學習；雖然他們的長處都各有不同，但有一個共通點，就是「喜歡上學」，每次當我聽到學生說很想上學時，心裏就會很开心和感動。

問：請分享任教沙公以來，甚麼事令你印象最深刻，如：與同事間的難忘事或印象深刻的學生。

答：在多年前，曾有十號颱風襲港，想不到那颱風將整個校園大部份的樹木都吹斷，全校大部份地方都堆滿了樹枝和樹葉，當時我們全體教職員用了整整數小時才能將全部殘枝和落葉清理好，那次令我感受到沙公同事上下一心，充滿團隊精神。雖然颱風令校園變得滿目瘡痍，但這更顯出大家的團結，實在令我難忘。

她還有次無故被學生用鞋拍打，然後還向她微笑，她不但沒有立刻責罰他，反而利用這機會，教曉他跟別人打招呼的應有禮儀。

問：主任和一般老師的工作有何不同？作為主任，你要兼任甚麼工作？

答：沙公跟一般學校的分工略有不同，主任要擔任的工作範疇較多，主任多數除了是科主任外，還要籌劃各類大型活動和擔任不同組別的組長，以我自己為例，我是通識教育科和實用英語科科主任，也是行政組組長、學校自評及外評組和危機小組組長，亦是課程發展組、編調代課組、教職員專業發展組、奮進計劃組和德育及公民教育小組組員，並統籌畢業典禮、英語遊戲日及奮進計劃活動等等。由於學校本學年成功參與教育局課程發展處「實用英語科」種籽計劃，我是本校代表，所以必須經常出席相關會議、觀課活動和製作教材等。其實沙公的老師跟主任一樣，都是十分忙碌，只是各人的職責不同而已。

繁重的工作也把我們嚇了一跳啊！



問：甚麼是外評？請介紹一下。

答：本校剛於本學年十二月接受教育局的外評，外評的主要目的是希望透過校內的自評及校外專業人員的外評令學校作出改善。

問：你要怎樣預備及負責甚麼工作？

答：我跟其他教職員一樣於外評前全面檢視自己所負責的範疇，由於我是學校自評及外評組組長，所以必須做些自評及外評的統籌工作，例如：完成自評報告和召開外評準備會議等。

問：你對外評的結果有甚麼感想？

答：我覺得很開心，因為我們全體教職員多年來的努力得到肯定。

統籌外評的大量工作，她以平常心面對，因為自己已全力以赴，面對批評也能處之泰然。

問：特殊教育的外評準則，是否跟一般學校不同？

答：以我所知，外評組的評核準則是一致，不會因為學校的種類不同而有分別。

問：有沒有一些個人感想，希望跟大家分享？

答：在沙公工作雖然很辛苦，但覺得很有價值和開心，因為看見學生得到幫助，在德、智、體、群、美各方面不斷成長，令我感到很欣慰。沙公的中層培訓機制跟一般學校有點不同，我們除了會採用「按才配職」的原則外，也會給予多元化的培訓機會，令中層管理人員可於短時間內有較快的成長，我想自己也是其中的受益者。

在訪問過程中，非常感受到劉主任對每件工作，必訂下清晰的目標，按步就班地去完成所有託付給她的工作，展現出她的能幹及效率，令人敬佩。

30 周年校慶

30 周年校慶活動一浪接一浪，本年度我們首次乘坐飛機前往北京，開展一連四天的「認識國都—探索傳統與現代」之旅。除了解國情外，我們亦有進行專題研習，讓學生探究北京的交通、市民生活及旅遊業情況。現在就讓我們一同看看他們的經歷和感受吧！

中六 黃怡馨

這次旅程，我認識到中國的文化及歷史。但在分組探究方面，我仍不敢主動地訪問遊客，惟有請同學幫助我，希望日後我會學得更加主動。

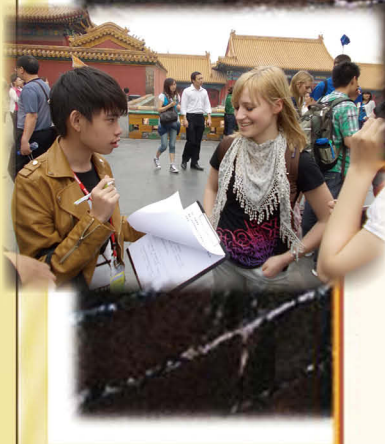
中六

旅
上的禮
排工作
會。最
程，不

中六 王思榕

攀上萬里長城，我感到很辛苦，但經過堅持，最後我成功了，跟老師一起登上高峰。這時我突然想起練習跑步的辛苦，但只有堅持跑下去，才會獲得成功。

我期望找到工作後，多賺點錢，除了再去北京旅行外，還可以前往我下一個希望到的目的地——上海。



慶境外遊 —— 北京

陳寶麟主任



中六 謝敏瑜

這次北京旅程和上次廣州旅程比較，有很大分別，上次主要是看亞運比賽，今次北京之旅是認識北京的歷史，欣賞不同的古蹟，我們還到了北京居民家中品嚐地道食品 and 學習包餃子，令我很難忘！

潘梓軒

旅程中，我實踐了日常所學的技能，如餐桌禮儀、在適當時候說適當的話、有條理地安排等。我很感謝老師們一直照顧我和給我機會。最後，我希望日後能自己去旅行和安排行程，不要辜負老師對我的期望。



陳寶麟主任

回想三年前踏足中山，無論在教導同學整理行李、使用房間設備等，都花上很多時間，結果令時間非常趕急。

這次看見同學無論在自理、與同學相處上都進步了很多，他們能自己安排起床、梳洗及吃早餐的時間，亦能準時集合。這令我們十分鼓舞，我們深信只要給予學生機會，他們是可以把事情做得完善和妥當的。

「境外遊學習」的確能令學生獲益不少。未來，「境外遊學習」將推行至初中，令同學可更早從遊歷中學習，擴闊視野。

30周年校慶—至Like星光大獎

1 龍宮賀壽

58票



2 從前有座山

31票



3 暖暖校園

41票



4 回到校園時



55 票

5 飛躍大舞台



69 票



科學科 樂趣多

莊志強老師



水的實驗



電的實驗



電的實驗

為什麼需要科學科？

科學科著重知識概念的同時，也強調解難過程和日常生活的應用，故此它能有效培養學生的靈活度和創意。同時，學生透過親自做實驗，能激發潛藏的興趣和好奇心，以發現問題及提出問題，並嘗試親自解決。這樣，學生對學習便會更有承擔，學習動力也越強。

科學科的設立

二零一一年某日，確實日期已記不起，約在一月左右吧，校長問及我對科學科的看法。初執教鞭的我，戰戰兢兢地迎來了這一項挑戰。「科學科之我見」不能用三言兩語便能詳細說出，如果可以，那就真的太不科學。於是，我搜集和整理了一些關於科學科的資料，便大膽地向校長陳述己見。

校長聽畢，也向我談及他的經歷。那是「雞蛋浮起事件」和「鋁罐漏水事件」，我記憶猶新。這兩件事都是關於科學實驗的，其實校長也有向其他教職員提過，我在這裡不多說。如果不知道的可以問問校長呢！（要有尋根究底的科學精神啊！）在我還未弄清楚是我的挑戰還是沙公的挑戰時，就這樣，開辦科學科的旅程便展開了。

預備篇——

「功欲善其事，必先利其器」

科學的課題繁多，但選擇適合學生學習的科學課題卻不容易。經過討論後，我們訂立課程初稿，課程以四個單元作試行，主題為光、空氣、水和電。於是，我們便統計所需材料，開始準備購置科學器材。科學器材可真多，要在不同地方購買，如五金店、文具店和科學儀器公司等。最後，學校添置了不少全新的科學器材！「實驗」是科學探究的重要一環，所以暑假的時候，校長和科學科的同事進行了一次「大實驗」，一口氣把全部單元的實驗通通都做一遍，體驗「教與學」的難點，以修訂更適合學生的學習內容。

實踐篇——

「問題天天都多」

第一天的科學堂，未踏進課室已感壓力。壓力不在於學生做實驗成功與否，而是在於學生能否習慣科學探究的模式。

學生對科學科都感覺陌生，陌生中又帶點好奇。其實早於課前，已有數名學生好奇地問我，堂上會學什麼和做什麼。課堂中，學生對實驗都表現得興趣盎然。科學探究著重發問、觀察、思考、假設、驗證、分析和應用等過程，也許予人「任重

而道遠」之感，不過，那是一個很好的開始，因為興趣就是學習的催化劑，能夠激發學生主動學習！當然，在本校，這是一個起步，畢竟學生在科學探究的經驗不多，往往怯於提問和回答。幸好，校長給我們很多意見和鼓勵，科學科同事也經常互相交流討論，分享教學策略，令情況得以逐漸改善，師生從科學堂中也獲益不少。

現在，同學們都較以前勇於提問，甚至勇於表達自己的想法和親身經驗。毫無疑問，任何一個科學家都是從許多問題中，透過思考、觀察和分析等，找出答案。其實學生也一樣，應多提問、多思考和多發揮創意，解難能力才能得以提升。

科學科的趣事

有一次…

我：「細心觀察，你地留意到啲咩？」

學生們：「咦…真係奇嘞…點解會咁既？」

又有一次…

我：「你地估下得唔得？」

學生們：「梗係唔得啦！」

我：「好！你地試下做一做實驗，睇下得唔得？」

學生們：「嘩！得呀！」

日復一日，堂復一堂。漸漸地，愈來愈多學生既興奮又好奇地問我，堂上會學什麼和做什麼。甚至會建議我做某某實

驗，如「噴射飛船」、「太陽能板」和「解剖動物」等，聽到這些建議，我會心微笑起來。

某天小息，經過禮堂，某學生對我說：「莊 Sir，你勁過 Master Joe(兒童節目中的科學家，幫助同學解答疑難)啊！」哈哈！太誇獎了吧？我更開心的是學生有留意科學節目。同學們，看見你們對科學實驗的期待，其實你們才是老師眼中的「Einstein」。

學生期待上科學堂前的表現、專注地做實驗的情況、對實驗結果的驚嘆，我記得很清楚。每一節科學堂，我也十分期待。

展望

科學科涉及的課題有很多，確實還有可完善的空間。沒有完美的課堂，只有更好的課堂。展望將來，科學科能帶來更多有趣的實驗，繼續讓學生愉快地主動學習。



空氣的實驗



水火箭實驗



水的實驗

新春團拜 —— 龍騰報喜迎新歲



玩吓遊戲攞吓獎，睇吓表演拍吓掌。新春團拜，喜氣洋洋，祝大家身體健康，萬事如意，年頭開心到年尾。

陸上暢遊



參加親子遊，識到新朋友，一家都盡興，玩到唔願走。

拍攝學生相



雲影靚相，無家長義工幫手點得呢！

家長日



家長日人頭湧湧，先欣賞展板和表演，再和老師溝通吓，了解子女在校表現。

親子柔力球興趣班



柔力球絕不是想像中那麼容易，難得阿爸、阿媽、阿仔同阿女都學得頭頭是道。

春郊樂無窮



偷得浮生半日閒，行吓傾吓樂忘返。

校服回收轉贈計劃



呢件校服啱我，唔好浪費呀！真係多謝家長義工來校幫同學試身。

30周年校慶晚會



沙公呢個盛大嘅校慶晚會，家長都有份演出，而且重好有表演天份添，佩服！

家長興趣班 —— 十字繡工作坊



要做咁精細的十字繡，少口眼力都唔得！不過，能做出精美的製成品，就幾難都唔怕！



家長專題講座 —— 團隊建立工作坊



睇吓大家幾投入、幾開心！我哋嘅團隊精神，就在歡笑聲中建立起來。

火炬慈善跑



睇吓我哋陣容幾鼎盛！今年沙公共籌得善款港幣 35,945 元，衷心多謝大家的支持。

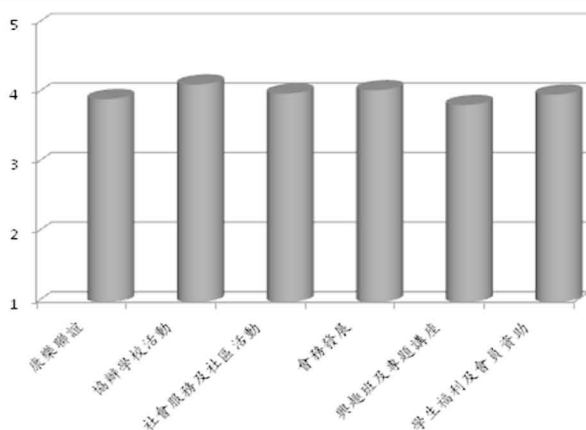
2011 至 2012 年度 家長教職員聯會家長問卷調查總結

何麗荷女士（中二班林曉欣家長）
周裕琪女士（中三班李穎駿家長）

大家好！為蒐集家長對家長教職員聯會的意見，了解大家的期望，同時提升服務的質素，本會於今年三月進行了一項全面的家長問卷調查。在大家的積極回應下，問卷回收高達 256 份（95%），成績實在令人鼓舞。藉此機會，多謝大家對本會的支持。

是次問卷從六個範疇去了解大家的意見，包括康樂聯誼、協辦學校活動、社會服務及社區活動、會務發展、興趣班及專題講座、學生福利及會員資助等，以下是各範疇的調查結果：

家長教職員聯會
2011 至 2012 年度服務範疇滿意度



調查項目	平均分	滿意排序
康樂聯誼	3.92	5
協辦學校活動	4.13	1
社會服務及社區活動	4.00	3
會務發展	4.05	2
興趣班及專題講座	3.83	6
學生福利及會員資助	3.98	4

家長意見	非常同意	同意	中立	不同意	非常不同意
分數代號	5	4	3	2	1

- 一、康樂聯誼 — 超過 82% 家長對家教會舉辦的康樂聯誼活動感到滿意，尤其親子康樂日營和陸上暢遊。約 75% 家長同意本會舉辦的康樂聯誼活動的數量足夠，約 24% 表示中立。除了保持原有項目外，部份家長建議我們多舉辦不同類型的親子活動，如燒烤、烹飪班和球類活動等。
- 二、協辦學校活動 — 超過 90% 家長滿意家教會協辦的學校活動。
- 三、社會服務及社區活動 — 平均有 82% 家長對家教會參與社會服務及社區活動感到滿意。
- 四、會務發展 — 平均有 84% 家長滿意家教會的會務發展。約 86% 家長認同耕耘的內容充實、製作認真，可讀性高。部份家長建議加插多些圖畫以增強小朋友的閱讀興趣，亦提議增加專家 / 學習性資訊和區內支援服務的訊息等等。與此同時，超過 87% 家長同意耕耘能把學校和家教會的最新消息傳遞給會員。約 78% 家長同意家教會與家長的溝通渠道足夠，並感到滿意。部份家長提出利用先進科技，如 SMS、電郵、Facebook、建立 whatsapp 群組等以提高會員間溝通網絡，亦有家長提議加強對在職父母的網絡支援，本會會認真考慮。再者，家教會舉辦的活動，其實是家長間溝通的最佳途徑，所以我們非常希望大家能積極參與各項活動，與幹事及其他家長多交流，多聯繫。
- 五、興趣班及專題講座 — 平均 72% 的家長對家教會舉辦的興趣班及專題講座感到滿意。其中約 78% 家長滿意家教會舉辦的專題講座，認為內容切合家長的需要，約 67% 家長認為專題講座數量適合。大部份家長希望能多辦些管教子女 / 輔導訓練講座，另部份家長建議本會舉辦有關身心舒緩及減壓工作坊和改善家人關係講座。約 73% 家長滿意家教會舉辦的興趣班，約 68% 認為現行的興趣班適合。家長建議的興趣班種類繁多，其中較感興趣的包括烹飪、舞蹈、瑜伽及健體活動等。我們會按家長的興趣於日後推出不同類型的興趣班，屆時希望大家踴躍參加。
- 六、學生福利及會員資助 — 本會在促進學生福利及會員資助的工作上，超過 80% 家長感到滿意。至於家長對校車收費及對子弟於車上安全的照顧、膳食及校服質素亦非常關注，本會會聯同各商戶作檢討和跟進，以提升服務質素。

整體上，超過 79% 的家長對本會的活動及服務表示滿意，亦對家教會的活動、服務及發展給予正面的評價。

是次問卷調查，讓我們更能了解家長的意願及興趣，作為日後組織活動的參考。不過，除了定期的問卷調查外，我們期待及歡迎大家隨時提出意見，並踴躍參與各項活動。在大家努力耕耘下，家教會會繼續進步，積極與家長和學校溝通，發揮家校合作的精神。多謝大家！

九月 迎新茶敘

為了歡迎新家長的加入，我們會在新學期安排迎新茶敘，到時新舊家長可以輕輕鬆鬆飲啖茶，食個包，談天說地，分享心得，到時記得報名啦！

校服回收及轉贈計劃

- ★ 把孩子不合身的校服於指定時間帶回學校，讓我們轉贈予有需要的同學，既環保又助人，一舉兩得，請大家踴躍支持。

中秋節佈置及慶祝活動

每年中秋佳節，家長義工都會為校園掛上傳統的中秋花燈，讓同學感受濃厚的節日氣氛。誠意邀請大家到時一齊幫手佈置，為校園增添節日色彩。

十月

康樂日營

- ★ 親子康樂日營，地點待定。名額有限，請大家密切留意通告，預留時間與子女共度歡樂時光。

陸運會

陸運會是大家表現身手的好機會，家長的協助可使活動進行得更加順利，在此呼籲各家長今年繼續參與義務工作，發揮家校合作的精神。

十一月

周年會員大會及會後活動

大會中有各項報告，讓會員了解本會的會務及發展情況，並會頒發紀念狀，希望大家能踴躍出席。會後更會安排精彩的聯誼活動，歡迎會員一家大小參加。

十二月 聖誕聯歡會

學校將於十二月舉行聖誕聯歡會，除了精彩的表演節目及遊戲外，還有聖誕老人派禮物及聖誕聚餐。到時會邀請家長義工協助佈置校園，亦歡迎大家花點心思，製作拿手小食到校分享。這個歡樂的日子，大家切勿錯過，到時記得一齊來歡度佳節啊！

校內活動

30周年校慶之沙公廚房「親子烹飪」比賽

為配合學校 30 周年校慶，科技與生活科於 2012 年 2 月 25 舉行了首屆親子烹飪比賽，共有 12 個家庭參加。親子合作製作出色香味俱全的菜餚，過程既緊張又溫馨。比賽結果如下：

獎項名稱	菜式名稱	獲獎名單
美食金獎	沙公共融 30 年	學生：中一譚洛瑤 家長：梁美賢女士
美食銀獎	什錦鴛鴦卷	學生：中二黎睿文 家長：廖淑貞女士
美食銅獎	美味煎豆乾	學生：中一梁文卓 家長：周瑞雯女士
創意美食大獎	煎牛扒	學生：中五黎 昕 家長：張紫媚女士
親子合拍烹飪大獎	沙公共融 30 年	學生：中一譚洛瑤 家長：梁美賢女士
成績優異獎 (排名不分先後)	哈哈笑	學生：中三李穎駿 家長：周裕琪女士
	豉油雞翼	學生：中三蔣浩東 家長：阮美莊女士
	腐皮卷、蛋卷	學生：中四張凱耀 家長：陳仕燕女士
	豆豉雞	學生：中一劉廣豪 家長：黃麗霞女士
	蕃茄炒蛋	學生：中三何詩昊 家長：何文雄先生
	瑞士雞翼	學生：中三李依琳 家長：黃月萍女士
	上海炒年糕	學生：中一郭慧儀 家長：Ms Pelobello
	煎桂花魚	學生：中四黎俊悅 家長：劉雪娥女士

書法比賽

2011-2012 年度中英文書法比賽已於 2 月 29 日舉行，得獎名單如下：
中文書法

		冠軍	亞軍	季軍	優異
初小組	初	小三乙 葉啟雄	小一 虞樂瑤	小一 李朗曉	小一 趙浚然
	中	/	小一 李家輝	小三乙 張娉淇	小二 許彥澤 小二 黃進培
	高	/	小二 謝林恩	小三乙 李家平	小二 邱俊文
高小組	初	/	/	小五 鄭熙寶	小四 黃凱姮
	中	/	/	小五 梁雨森	小六 劉浩昇 小六 梁詠彤
	高	小五 伍世燃	小六 岑志學	小六 周智鎬	小五 李穎濠
初中組	初	/	中二 方慰寶	/	/
	中	/	中一 伍祥達	/	/
	高	中一 張芷瑩	中二 周敏軒	中三 馮顯邦	中三 謝芳賢
高中組	初	/	/	/	/
	中	中五 鄧香玲	中四 張永潤	中六 焦廣揮	中四 劉海明
	高	中六 王思榕	中四 李中傑	中四 張筠宜	中四 吳錦權

英文書法

		冠軍	亞軍	季軍	優異
初小組	初	/	小二 郭萊順	小三甲 張浚灤	/
	中	/	小一 李家輝	小一 虞樂瑤	小三乙 葉穎茵
	高	小三乙 李家平	小一 司徒志朗	小三甲 林梓頌	小一 蘇卓恒
高小組	初	/	小六 梁詠彤	小四 黃凱姮	小六 黃 煒
	中	/	小五 李穎濠	/	小四 林展銳
	高	/	/	小五 伍世燃	小四 庾焯琳
初中組	初	/	/	/	/
	中	/	/	/	中三 莫仁傑
	高	中一 張芷瑩	中三 謝芳賢	中一 潘海源	/
高中組	初	/	/	中四 張永潤	/
	中	/	中四 李鈺清	中四 布詠愉	中六 蔡海盈
	高	中六 梁嘉汶	中四 張筠宜	中六 潘梓軒	/

朗誦比賽

一年一度的朗誦比賽已於 2012 年 3 月 13 日順利舉行。各班、各組表現精彩，既有氣勢磅礴的演出，亦有可愛佻皮的演繹。在比賽當天，同學們能將平日的努力表現出來，真不負教師及家長的期望。



誠信周活動

活動一浪接一浪，以誠信為主題的活動由 2011 年 9 月推展至 2012 年 3 月，內容豐富：既有主題早會，亦有不同的比賽項目。學校並於 3 月 16 日舉行誠信至 OK 分享會暨嘉許禮，總結及展示同學七個月以來的學習成果。各班表現形式多元化，包括短片介紹、短劇表演等，極具創意。



花卉展覽

全校同學於 2012 年 3 月 19 日前往維園參觀香港花卉展覽，今年的主題花卉是風信子。同學們有秩序地跟隨教師，欣賞鮮豔奪目的花朵，真是既輕鬆又愉快。



家長日

家長日已於 2012 年 3 月 25 日順利舉行，當天活動內容豐富：包括參閱展板及視藝作品、觀看學生表演、校長校務分享及與班主任會面，過程中更享用到本校學生所製的甜品。



30 周年校慶典禮暨表演晚會

「讓我閃耀，讓我閃耀，讓我發出光輝將個世界照！」30 周年校慶典禮暨表演晚會於 2012 年 4 月 20 日，假新界鄉議局大樓舉行。當晚的表演節目十分精彩，大受歡迎，同學表現投入，嘉賓也看到入神。儘管當晚天氣不如理想，但仍無阻各位嘉賓、家長、全體教職員及學生對學校的支持。這份心意，實在可貴，令人感動！



故事演講比賽

本年度的故事演講比賽，共有 104 名學生參加，大家都有出色的表現。經初賽後共有 26 名學生進入於 5 月 24 日舉行的總決賽。比賽的獲獎名單如下：

組別	初小組	高小	中學
冠軍	陳子聰	黃溢曦	張家銘
亞軍	譚偉祐	傅穎豪	蔡華傑
季軍	謝林恩	張智朗	羅俊文
第四名	周德輝	蔡思遠	香鈞堯
第五名	張凱欣 司徒志朗	張昊輝	梁文卓



校園消息

林敏樺老師新婚之喜

林敏樺老師於 2012 年 3 月 4 日新婚之喜，祝林老師及她的丈夫白頭到老，有影皆雙！恭喜！恭喜！



江玉珍女士離職

護士江姑娘為沙公服務多年，盡心盡力，深得學校、家長、同學信任及支持。江姑娘於本年 2 月份以個人理由申請離職，學校上下均十分不捨。在此祝願江姑娘身體健康，生活愉快！



黃惠儀女士接任本校護士


黃姑娘於 3 月接任護士一職，很快已能適應學校環境，在校常常能見到她的親切笑容及對學生細心的照顧。黃姑娘，繼續努力！



校外活動

香港特殊馬拉松 2012 2012年1月8日			
班別	學生姓名	項目	獎項
中三	何詩昊	三公里少年組(男子)	第一名
中二	蔡華傑		第七名
中六	梁嘉汶	三公里少年組(女子)	第六名
中一	周煥然		第八名
中六	王思榕	三公里青年組(男子)	第二名
中六	陳麗君	三公里青年組(女子)	第三名
中六	林景珊	五公里挑戰組(女子)	第二名

第36屆香港特殊奧運會 Special Olympics Hong Kong 2012年2月18日			
項目	金牌	銀牌	銅牌
田徑	90	86	46

第四十八屆校際舞蹈比賽—「天使的盼望」 2012年2月23日			
班別	學生姓名	項目	獎項
小二	曹俊業 黃進培		優等獎 編舞獎
小四	劉樂融 鄭芷昕		
小六	歐卓文 梁睿珊		
中一	周煥然 許云比 李詠童		
中二	香鈞堯		
中三	張東進 李穎駿		
中四	徐婉鏢 布詠愉 羅俊文		
中五	林穎雯		
中六	梁嘉汶 陳曉婷 黃彩茹		

第 12 屆明日領袖高峰論壇暨明日領袖獎頒獎禮
(傑出青年協會及教育局合辦)
2012 年 2 月 28 日

班別	學生姓名	獎項
中六	王思榕	2012 明日領袖獎

屈臣氏集團『香港學生運動員獎 2011-2012』
A.S. Watson Group HK Student Sport Awards
2012 年 3 月 6 日

班別	學生姓名	項目	獎項
中六	林景珊	香港學生運動員獎 2011-2012	運動員獎

2012 香港公開室內賽艇錦標賽暨慈善長途接力賽
2012 年 3 月 10 日

班別	學生姓名	項目	獎項
中六	司徒東峻	男子展能個人 1000 米 (智障組)	金牌
中六	林景珊	展能混合隊際接力 (智障組)	銀牌
中四	何雋彥		銅牌
中四	李中傑		銅牌
中三	何詩昊	親子混合接力	銅牌

Special Olympics Hong Kong 第 36 屆香港特殊奧運會
2012 年 3 月 14 日

項目	金牌	銀牌	銅牌
滑冰	17	14	14

第 64 屆香港學校音樂節—器樂組比賽
2012 年 3 月 21 日

班別	學生姓名	項目	獎項
小四	謝浩賢	器樂組	乙級優良
小五	傅穎豪		
小六	胡至強		
小六	柯恩睿		
小六	梁睿珊		
小六	歐卓文		
中三	何詩昊		
中三	張家銘		
中四	楊錦程		
中四	梁耀華		
中六	焦廣揮		
中六	司徒東峻		
中六	區兆錦		
中六	胡鈞洛		
中六	潘梓軒		

第 36 屆香港特殊奧運會
Special Olympics Hong Kong
2012 年 3 月 23 日

項目	金牌	銀牌	銅牌
羽毛球	13	4	4



2012 年第 5 屆〔世界關顧自閉日〕
粵港澳三地自閉特色人士繪畫比賽—香港賽區
2012 年 3 月 24 日

班別	學生姓名	組別	獎項
中一	梁文卓	中學組	冠軍
小三甲	陳琛義	初小組	亞軍
小五	李穎濠	高小組	優異獎



第 8 屆香港扶康會「香港最佳老友」運動
電能烹飪比賽暨才藝表演
2012 年 4 月 21 日

班別	參賽者	項目	獎項
中三	李穎駿	親子電能烹飪比賽	優異獎
	周裕琪女士 (李穎駿家長)		



第 36 屆香港特殊奧運會
Special Olympics Hong Kong
2012 年 4 月 27 日

項目	金牌	銀牌	銅牌
地板曲棍球	3	6	3



本會發起的「學校 30 周年賀禮募集」活動，承蒙家長會員大力支持，賀禮總數達港幣 \$38,830，在此特別向各位致謝。所有賀禮會全數撥交學校作添置教具及改善學校設施之用，提升學生的學習環境，使各子弟直接受惠，現詳列參與募集活動的學生名單如下：

班別：小一

李家輝	李熹承	蘇卓恆	周堽桐	龍希駿	趙浚然	司徒志朗
郭恩曦	陳鋸銘	虞樂瑤	庾子謙	許宏煜		

班別：小二

張一言	麥宏熙	許彥澤	陳朗彥	譚偉祐	張晴月	麥智謙
謝林恩	何榆賢	黎子文	邱俊文			

班別：小三甲

梁凱傑	張浚灤	林梓頌	張可盈	梁振鵬	馮善朗	葉家禧
萬耀軒	陳琛羲					

班別：小三乙

程偉信	陳樂洋	吳子臻	華悅恩	嚴明曦	何俊藝	李俊明
吳家超	陳進笙	張凱欣				

班別：小四

區天威	何蘊翹	李澤昇	馬瑋廷	張昊輝	張智朗	謝浩賢
廖芷晴	陳浚哲	李梓朗	黎宇軒			

班別：小五

馬浩文	周栢健	梁卓惟	林安怡	傅穎豪	陳頌榮	莊善行
李穎濠	伍世燃	陳彥彤	張海峰	鄭熙寶	王 濠	付詩珈

班別：小六

陳雪瑩	蔡思遠	黃溢曦	葉子輝	謝首進	岑志學	何韻萱
陳以臻	謝巽暉	黃 煒	盧子健	柯恩睿	周智鎔	梁睿珊
黃偉傑	譚正德	歐卓文	梁詠彤	陳家昌	蘇澤榮	

班別：中一

譚洛瑤	何滿田	潘志俏	周嘉寶	俞愛霖	梁文卓	呂家華
李詠童	郭慧儀	馬少慧	伍祥達	張芷瑩		

班別：中二

黎睿文	蔡華傑	吳曉欣	李進傑	香鈞堯	馬少淇	吳俊彥
林曉欣	陳泳彤	李洪	聶丞康	周敏軒		

班別：中三

麥海聲	黃兆彤	梁俊軒	李穎駿	蔣浩東	林耀鴻	黃銘浚
馮顯邦	何子權	何詩昊	王佩珊	李潔雯	張東進	梁思澄
何叡傑	鍾邵珩	吳曉彤	黃如巧			

班別：中四

廖思婷	羅俊文	梁耀華	張筠宜	楊錦程	吳錦權	何雋彥
-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----

班別：中五

鍾子良	林希慧	曾錦明	郭瑋添	黎昕	陳灝	丁錦俊
葉康禮	鄭芷然	黃穎欣	吳鈞庭	林穎雯		

班別：中六

胡鈞洛	劉均澤	羅俊安	高子健	張熾文	黃曦樂	王思榕
司徒東峻						

畢業生

鄧翠芬	湯安勇	胡迦楨	丘子謙	吳栩漩	勞潔華	譚曉恩
何家銘	丘子謙	區浩祥	無名氏			

30 周年校慶晚會已圓滿結束，考考你有沒有留意當晚的細節啊！

1. 30 周年校慶晚會在哪一天舉行？ 答案
 a. 4 月 19 日 b. 4 月 20 日 c. 4 月 21 日 ()
-
2. 30 周年校慶晚會在哪裡舉行？
 a. 鄉議局大樓 b. 浸會大學 c. 沙田大會堂 ()
-
3. 沙公有多少位教職員獲得 20 年服務獎？
 a. 2 位 b. 8 位 c. 4 位 ()
-
4. 在「龍宮賀壽」表演中，共有多少人飾演太子呢？
 a. 1 人 b. 2 人 c. 3 人 ()
-
5. 在「暖暖校園」中，誰飾演校長一角？
 a. 黎明 b. 黎昕 c. 黎俊悅 ()
-
6. 在「特別新聞報導」中，報導沙公有多少學生被送進醫院？
 a. 53 位 b. 13 位 c. 23 位 ()
-
7. 在「回到校園時」，有多少位舊生重返校園探訪？
 a. 3 位 b. 5 位 c. 7 位 ()
-
8. 在「家長 RAP SHOW」中，共有多少位家長參與演出？
 a. 6 位 b. 7 位 c. 8 位 ()
-
9. 在「沙公明星 SHOW」中，同學展示了視藝組設計的衣服、布袋和甚麼？
 a. 球鞋 b. 雨傘 c. 獎牌 ()
-
10. 校慶標語「薪火相傳，延續閃耀」是由哪一位老師創作的？
 a. 楊尚嵐老師 b. 朱頌恩老師 c. 陳志權主任 ()

第 41 期有獎遊戲參加表格

參加者姓名：_____

班別：_____

第 40 期有獎遊戲答案：第 4 幅圖

得獎名單：

中一 梁文卓

中三 麥嘉豪 李穎駿

中六 焦廣揮



10周年校慶典禮暨表演晚會



編輯名單

顧問： 何兆餘校長

委員：	周裕琪女士	周瑞霽女士	何麗荷女士	羅小雲女士
	周香妹女士	李燕玲女士	吳嘉麗女士	蔣維維女士
	張詠賢女士	李嘉嘉老師	曾麗芬老師	張惠儀主任
	張美欣老師	蔡嘉恩老師	何詠芝老師	李慧萍老師
	廖敏兒老師	吳瓊冰老師	袁慧敏老師	何瑞英女士
	梁俊傑先生			

封面及封底設計：李燕玲女士



congratulations



happy birthday



we love you



通訊處：
沙田大圍積輝街15號
沙田公立學校
電話：2605 6903
電郵：spspta@ymail.com
封面設計：
李燕玲女士（陳泳彤家長）



生日快樂

