



# 東華三院洗次雲小學 TUNG WAH GROUP OF HOSPITALS SIN CHU WAN PRIMARY SCHOOL

新界沙田大圍積福街 38 號 38 Chik Fuk Street, Tai Wai, Shatin, N.T.  
Tel: 2694 9272 Fax: 2602 7661 E-Mail: scwps@tungwah.org.hk



親愛的家長們：

經過悠長暑假後，同學們又再次回校上課！在這三個月，同學參與了不少在疫情時停頓了的學習活動，當中包括：全體周會、升旗禮、彩虹書法工作坊、皮影戲工作坊、剪紙工作坊、變臉表演、中式雜耍及性教育講座等。這一切學習活動能擴闊同學學習的視野，讓他們知悉學習是多元化。

但另一方面，也因長達三年的疫情，為部分同學帶來前所未有的挑戰，同學在回復正常的學習和社交生活時，仍需時間逐步適應各種轉變。所以同學們如遇到壓力時或有一些負面情緒時，可尋找家長、老師或社工傾訴或支援。此外，當同學遇到逆境時，可以唱「活出燦爛」的正向歌曲以舒緩不安情緒；亦可想起在正向課或平時課堂學懂的知識或技巧作出自我激勵。因此，擁有正向價值觀是相當重要的，本校將正向教育定為學校的重點關注事項，以發展學生品格強項、建立正面情緒和快樂感為重點，著重學生全人發展，讓學生培養及發揮個人的長處和潛能，以推動個人正面發展，藉積極、堅韌的態度面對生活中的壓力和挑戰，從而邁向圓滿的人生。

校長期望同學能常存「堅毅」精神，抱持積極樂觀的人生態度，勇於面對生活和成長的挑戰與困難，以達致全人發展。

在剛過去的學校運動會，見證了同學付出的努力及汗水，也見證了各位家長對子女的關懷及愛護；同時讓同學明白「勝不驕、敗不餒」的精神；最後也讓同學之間建立深厚友誼，互相支持及尊重，也明白團隊合作的重要。

最後，校方為同學每天精心準備不同的教學內容，期望學生在校能學到不同東西，因此校方如非必要是不會批准學生申請事假，以免影響學生在校的學習進度。



## 正向教育

為配合學校的關注項目，讓家長及同學更瞭解何為正向教育，於是  
由上次開始，校長會分享正向教育的資訊及活動予大家。

**全情投入 Engagement:** 當人集中在做一些他真正享受和重視的事情，  
就會全心投入在此時此刻。在正向心理學中，這種投入的狀態，稱為「神  
馳」(FLOW)。

你有否嘗試過專注於做好一件事的時候忘卻了時間的流逝？當你在  
極度專注，完全享受和投入於一項活動時，你會忘記時間、飢餓和疲勞，  
甚至會忘記所有與此活動沒關係的身體訊號，從而達至「心流」(flow)  
的狀態 (Csikszentmihalyi, 1990; Seligman, 2012)。直至該活動完  
結後，你才會猛然回憶起及意識到自己剛才是如何地投入於某件事情中。  
舉例說：「你參加了一個比賽，當你在全心全力地應付比賽，你在當刻不  
會想『我現在很開心』，我們常常都是之後才回想『剛才的比賽很精彩』」。

小學生普遍都很喜歡體育課，他們十分投入和享受體育課，以至於  
每當體育課的下課鐘聲響起時，學生會慨嘆一節體育課的時間過得特別  
快，回想起剛才的課堂活動是多麼的快樂，然後依依不捨地離開操場。  
回到課室時，有些學生還會意猶未盡地與同學討論剛才體育課的精彩點  
滴，好不熱鬧。這都是學生有全心投入在體育課的行為表現。

### 促進課堂上的心流

課堂上，老師使用不同的教學方法、利用幽默感、多回答學生問題、  
讓學生進行討論、給予學生適當的挑戰（安排比學生能力略高一點的  
任務）、加強課堂內容和學生生活之間的聯繫、以及多使用需要「動手」  
的練習，如數學課能配合七巧板等道具來教圖形；中文課能讓學生以戲  
劇方式來了解課文，均能讓學生更投入課堂學習 (Eliisa & Satu, 2017;  
Nathan, 2018b)。

另外，讓學生有機會為自己的學習做選擇，如讓學生選擇想先學習  
哪個課題，給學生一段較長及不被打擾的時間做練習，讓他們能按照自  
己的步伐來學習，可使他們更專注及更投入學習 (Jill, 2012; Nathan,  
2018b)。

在面臨新挑戰時，試從不同角度思考，發揮你的想像力，勇於冒險，  
並相信自己會成功。如果你願意嘗試挑戰並成功，你會獲得更大的鼓舞  
和自信心，以後會更相信自己的能力，更大機會體驗心流 (Elaine,  
2020)。



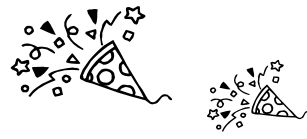
# 東華三院洗次雲小學 TUNG WAH GROUP OF HOSPITALS SIN CHU WAN PRIMARY SCHOOL

新界沙田大圍積福街 38 號 38 Chik Fuk Street, Tai Wai, Shatin, N.T.  
Tel: 2694 9272 Fax: 2602 7661 E-Mail: scwps@tungwah.org.hk

參考網站:



學校喜訊



獲獎項目	成就	獲獎學生
Hong Kong Youth Soccer League (23/24 單日聯賽) U9	亞軍	3C 張奕宸
「足世路」七一回歸盃 中國香港青少年足球邀請賽 U8	季軍	
賀國慶暨慶香港回歸 26 周年 第三屆香港青年發展聯盟盃 (2015 組)	碗賽 季軍	
2023 臺北跆拳道公開賽 (台北)	(少年男子競速踢擊色帶組) 第一名	6B 姜聰
	(少年男子推廣色帶組 29kg) 第二名	
台灣花蓮武士岸夏季盃 2023(U8)	冠軍	3C 張奕宸
2023 星學堂空手道 (套拳) 邀請賽男子新星組 8-13 Years Group G	第一位	4B 梁柏賢
東拳會 the 12th HKSKKK Karate Invitational Tournament 2023 (男童 7 至 8 歲初級組形)	冠軍	3C 蔡政男
港澳台兩岸奧數盃 2023 (IERC Grade 2)	Silver	3C 張奕宸
第三屆小學生語文「偵英」同樂日比賽	(語文知識大獎) 全場季軍	6C 孫穎阡 6C 葉梓熙
	最佳偵探大獎	6C 蔡宥恒 6C 鄧承峰

馬振玉體藝邀請賽（五人足球）	碟賽 冠軍	4B 朱灝康 4C 孫梓軒 5C 王偉昊 5D 陳子俊 6A 劉浩言 6B 姜博然 6B 林煒庭 6C 蔡宇灝 6C 曾慶天 6D 呂承義 6D 楊景軒
全港區際五人足球比賽 2023 （8歲以下組別）	盃賽 亞軍	3C 張奕宸
2023 年度 第二屆美食之都在香港繪畫比賽	少年組 金獎	6C 邊筱荼
上文化「周年繪畫大賽 2003」	銀獎	5C 吳熙語
Techbob Academy、香港理工大學專業及 持續教育學院 STEM EdTech Lab、世界教 育機械人協會、香港精算扶輪社、 PRISTER Academy 主辦 「國際青少年創科奧林匹克大賽」—遊 戲編程	初小組 創意大獎	4C 陸品瑜

（獎項未能盡錄，完整版本請瀏覽本校網頁）

順祝

身體健康！

黃偉興校長謹上

二零二三年十一月二十八日