



主席的話

不知不覺在家長教師會擔任義務工作已有五個年頭了，本人深感榮幸。在家長與義工互相配合下，老師委員及家長委員交流合作中，本人作為今屆的家教會主席，能繼續與家教會團隊為學校服務，實在是一件美事。回想最初加入家教會的目的，是為了向女兒樹立榜樣，且有更多機會了解她的學校生活，同時我也可以服務學校，藉著家校活動認識不同的家長和老師，獲益良多。

新冠狀病毒病疫情期間，感謝陳校長、副校長和各位老師奉獻寶貴的時間籌備不少活動，讓同學能透過網絡參與其中。這得衷心感謝校長、副校長和老師所付出的辛勞。希望疫情快些過去，家教會將繼續秉承家校一心的理念，為我們的孩子創建更美好的校園生活，希望所有學生以身為南官人而驕傲。在此，我祝願中六畢業生得償所願，考獲心儀大學！最後，我祝願每一個家庭健康快樂、生活愉快！



主席陳佩玲女士

副主席的話



副主席馮劍東先生

陳校長、陳主席、各位家長：

大家好！首先我要為今年中六的學生打打氣，希望他們可以考獲滿意的成績。

實踐多元化的學與教從來都不容易，眼見疫情下的南屯官在陳校長及其教師團隊帶領下，竟然一次又一次的求變突破，除了舉辦了多項學生活動，陳校長與老師亦不斷對外交流來提升學校水平。一切皆因「愛」，以學生為本，創造舞台讓他們發光發亮，身為家教會副主席的我覺得非常欣慰及自豪。

來年，家教會將一如既往大力支持學校籌備各項活動，實踐家校合作精神，多謝大家！

教育局常任秘書長李美嫦女士JP 到訪南屯門官立中學

教育局常任秘書長李美嫦女士JP與副秘書長陳慕顏女士於六月三日聯同官員到訪本校，實地體驗學與教的情況，了解學校運作，並與師生交談。

常任秘書長及一眾官員透過學生的分享及匯報，了解學校的課程特色及學校的最新發展情況。學生即場的展示讓常任秘書長清楚掌握其學習狀況，隨後教育局代表與本校資深教師就教育事務及學校管理等進行交流。

為了讓常任秘書長進一步了解學校，本校同工邀請嘉賓參觀校園內的設施及學生作品。常任秘書長對學校除了向學生教授課本知識外，更藉著課室以外的活動培養學生自信表示讚賞，並指南官師生上下齊心，令學校不斷進步，實在值得表揚。

除了師生共同進步外，常任秘書長亦表示有賴南官家長的鼎力支持，學校得以在多方面不斷成長和進步；各方面的配合才成就今日蛻變成長的南屯官。會後常任秘書長亦表示欣喜見到南屯官積極改革以推進學校發展。



教育局常任秘書長（左一）到訪南官



常任秘書長與師生交流

校長的話

21世紀人才必備的素養及關鍵能力

時光飛逝，眨眼間與南官大家庭共渡了兩個學年。由清早至黃昏，老師們用勤奮和熱誠培育學生成才，令我這個掌舵者更竭力推動學校變革和發展，期望能為同學締造理想的學習環境，讓他們在充滿關愛和快樂的校園裡茁壯成長，發揮潛能，學懂欣賞自己。

跨進21世紀，世界變化很大，面對經濟、社會等方面的新形勢和要求，所需人才既要有健康的體魄、淵博的知識，又要有高尚的道德情操和良好的心理素質。因此，青年人必須有充足的裝備，學會互相依存、互相尊重，才能應付急速轉變的社會和世界。面對新世代，莘莘學子要怎樣去裝備自己，迎接21世紀帶來的挑戰？以下是我就「人文素質」、「身心素質」和「公民素質」三方面所作的反思。

面對時代的變化，擁有良好的「人文素質」，強調健全的人格是十分重要的。使學生沉浸在人文和藝術的薰陶之中，他們將來待人處事，都可用寬容和豁達的心境面對；與人交往，學會將心比心、以誠相待，除了可建立良好的際網絡，家庭生活也會有所改善。若學生只專注書本知識和才能，而缺乏對人對事的人文關懷，必定會局限自己的發展。所以，學校積極探索構建，以提升人文素質為核心，針對學生美育的實際需要，以創新能力培育為重點，開展豐富多彩的藝術實踐活動，藉此加強學生的「人文素質」。



「身心素質」包括身體和意志，青年人需要有迎接成功的謙遜；也要有接受失敗的勇氣。在未來的日子，學校會加強相關教育，藉此提升學生的「身心素質」。希望同學面對失敗、經歷挫折時，可用堅強和豁達的心克服困難。強大的「身心素質」能使同學面對成功不驕不傲；遇上挫折則不屈不懼。所以，通過提升「身心素質」，方能總結自己的經驗和教訓，邁向成功。

今天，香港經濟銳意轉型，在這個發展大方向下，作為國家和香港發展的未來棟樑，青年人必須擁有良好的社會責任感和承擔感等「公民素質」，肩負創造未來的重任。學校會加強品德教育，讓南官學生建立正確的價值觀，才德兼備，發揮他們各自稟賦的潛能，從而成為一個有信心、有責任感及為人著想的公民。

南屯門官立中學本著「人人有舞台、個個可上榜」的宗旨，培育人才。展望將來，學校會透過不同途徑，培育及裝備同學，讓他們日後踏入社會，能夠運籌帷幄、決勝千里。誠盼南屯官與家長結伴攜手，支持學校在各個層面上繼續提供優質教育，培育具創意思維、不畏逆境、勇於面對挑戰、視野廣闊的優秀新一代，為建設香港開拓更遼闊的天地。



一眾家委協助中一新生註冊後與校長合照



陳耀明校長

「冰山歷情」工作坊

社工陳筠儀姑娘對工作坊的回饋

「健康的家庭創造出健康的世界」這句說話道出了家庭對健康人格塑造之重要性。健康的家庭有賴家庭成員間良好的溝通，而良好的溝通來自彼此的理解、情感支援和需要。

我們的溝通模式習慣地建基於個人外顯的行為，似是一座浮出水面的冰山一樣，我們看到的只是表面的部份，實情是冰山下深藏的感受、期望、觀點及需求等。以上各項環環相扣、複雜多變、意義深遠，卻是我們最容易忽略的部份。忽略這些部份的後果將帶來不健康的溝通模式及家庭關係，破壞彼此的理解、情感支援和需要。

「冰山歷情」家長工作坊便是為了讓家長明白及經歷上述的重點，從而在現實生活中學習以探索冰山的形勢，理解子女行為背後反映的感受、期望、觀點和需要。另一方面，家長也透過認識五種溝通模式，從而反思自己的限制及作出改善。

兩次合共五節的工作坊共有五十位家長參與，家長們非常投入，充分表現出他們對子女的關愛。參與家長也紛紛表示工作坊幫助他們理解子女的行為，使他們掌握更多與子女溝通的技巧。

來年學校社工將會繼續與家教會合作推出類似活動，期待你的參與。

家長心聲

日復日的生活彷彿未能激起我們的內心波瀾，但其實兒女們的每一個轉變，卻會深深牽動父母的心神！

傳統的教育方式，責備多於鼓勵，令人失去自信，家長對於孩子們的期望和要求，更視為理所當然！透過今次「冰山歷情」家長工作坊內的真實「案例」及即場「示範」，學習怎樣「理解」、「提問」及應用「沙維雅溝通模式」等，家長可更容易明白子女行為背後的意思及目的，了解青少年的心態，讓我們學懂如何在現今世代維繫良好的親子關係，得益匪淺。

馬思偉女士



冰山歷情工作坊合照



冰山歷情工作坊實戰篇-角色扮演



工作坊互動環節



工作坊討論環節

鑑於新冠狀病毒病疫情的原故，家教會舉辦的活動有限，難得成功舉辦的「冰山歷情」家長工作坊，我當然要參加。

這次工作坊的內容是關於如何與子女溝通，但其實對象也可以是朋友和家人。由學校社工陳姑娘帶領家長們從情境中學習，透過真實案例和即場示範，教導我們當人與人之間發生衝突而衍生到壓力和感到混亂的時候，如何藉著冰山理論內的「沙維雅溝通模式」一步一步地去拆解，並提升溝通能力。

「冰山理論」是一個幫助我們了解自己和對方內心世界的工具，掌握對方的感受、想法和需求再作出回應。

徐秀麗女士

活動感想

中一家長義工招募 陳佩玲主席

剛過去的中一註冊日，作為家教會一員連同其他家委一同回校招募義工，深深感受到新一屆家長的熱情，她們紛紛爭相與校長合照，並表示因參加了校長主持的升中講座深受感動，因此才以南官為第一志願，得悉獲派南官後十分興奮。

校長上任後帶領著老師們所作的努力我們全都知悉，希望南官隨著時間，一天比一天更好。另外我亦要感謝一班熱心的家長，不少家長期待疫情過後回校參加家教會及學校的活動，希望藉此機會更了解學校。但願疫情快點過去，學校和家教會同心舉辦更多活動，做到家校一心，令我們的孩子對南官更加有歸屬感！

葉惠森女士

大家好！光陰似箭，不知不覺在南屯官這個大家庭已經渡過兩個年頭，由經驗豐富的陳校長接任，新人事新作風，小至上課鐘聲，大至對外宣傳，都有不同的改變。讓一眾家委代表家長們向陳校長及各位老師致以衷心感謝！家教會的運作除了校方的支持外，亦需要一班積極負責的家長付出寶貴的時間來營運，很高興今屆各委員們都在不同的崗位上盡展所能，使會務運作暢順，各活動亦安排得有聲有色，家長們出色的表現實在令我感動！能夠參與其中本人深感榮幸！



★ 家長教師會會議開會情況



★ 一眾家委祝賀全體師生新年進步



★ 家教會主席(右一)參與中國文化周「點睛儀式」



★ 家委參與中國文化周「疫境廚神爭霸戰」



★ 家委參與中國文化周「派福袋大行動」



★ 家教會主席(右四)及校友會主席(右五)一同出席開放日開幕典禮並作主禮嘉賓



★ 家長委員出席學校管理委員會會議



★ 家委參與2021中六畢業典禮