

# 寶「季」園地



## 寵物樂「童」行



封面設計：余欣靜老師



地址：新界荃灣蕙荃路22-66號綠楊新邨  
網址：[www.kmw.edu.hk](http://www.kmw.edu.hk)

電話：2498 8911  
電郵：[info@kmw.edu.hk](mailto:info@kmw.edu.hk)

傳真號碼：2415 3326



# 主題：寵物樂「童」行



小學階段正是培育學生生命素養的最佳時機，因此，我校十分重視生命教育，為引導學生培養主動認識、愛護及欣賞生命的態度，本年度我們邀請了不同有關愛護動物的團體到校舉辦活動，讓學生接觸不同類型的動物，從而教導學生要尊重生命。

## 兔廬：兔兔大使說聲Hi

這個學生講座以故事形式介紹了兔子的生態、飲食習慣和行為，並探討遺棄兔子的問題，以及人類與兔子的關係和保護措施，學生可以近距離接觸兔子，表現得很興奮！



## 「書朋狗友」伴讀計劃

本校邀請了香港動物輔助治療協會Hong Kong Animal Assisted Therapy Association (HKAATA) 為學生舉辦了一系列有關動物輔助生命教育課程，讓同學在學術以外，可培養自我了解、認識生命中的不同面向及提昇同理心。各同學在「書朋·狗友」活動中化身成小小伴讀員，與繪本、治療犬一起做朋友，一齊享受輕鬆又互動的閱讀時間。看看他們的歡樂時光！



## 與兩棲爬蟲 互動體驗活動



是次活動介紹爬蟲的基本特徵、分類、生態和習性，對爬蟲的尊重和保護，並教育學生如何安全地與爬蟲互動和觀察。提供學生與爬蟲近距離接觸的機會，如蜥蜴、龜、蛇等。同學在過程中表現得非常開心和享受，更表示期待下一次的爬蟲活動。



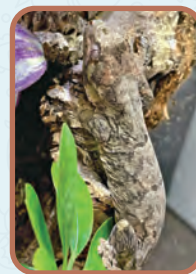
## 小學自然探索班

本校安排全體五年級同學到訪海洋公園，進行教育景點導賞和動物觀察等活動，期望同學們能走出教室，了解野生動物的生活環境，將書本裏的知識在真實環境下進行親身體驗。



## 介紹新成員：守宮

學校最近增添了兩位小成員：分別是「肥尾守宮」和「魔物守宮」。為學生提供了一個與爬蟲近距離接觸和觀察的機會，讓他們更了解爬蟲的生態和特徵。同時，學校也將透過兩位小成員，教育學生如何尊重動物和保護環境，讓學生們在體驗中學習。





# 中華文化日

本校於2023年1月18日舉行中華文化日(小一至小三)，藉此增加學生對中華文化的認識，引發學生對中國傳統文化習俗的興趣。當天學校各處都佈置了充滿農曆新年氣氛的掛飾及擺設，師生都悉心打扮，穿著美麗的華服參與活動，令全校洋溢着濃厚的中華文化氣息。



傳統舞獅開展文化日的開始



極受歡迎的變臉表演



齊來寫福



家長教師會的攤位人頭湧湧



家長學生齊賀春



揮春設計我至叻



中國傳統文化特色攤位遊戲



本校於2月3日的遊戲日，舉辦了一個名為「奧林匹克主義嘉年華」的活動，整個活動得到了學生的積極參與和回饋。學生們通過活動，瞭解奧林匹克主義的理念和價值觀，學到了公平競爭精神。本校相信，這樣的活動可以為學生們的成長和發展帶來正面的影響。



宣揚奧林匹克的精神



認識中國傳統活動-足毬



學生透過攤位遊戲學習奧運精神



家長義工協助攤位遊戲



嘉年華會上師生打成一遍



校長及家長義工分派禮物



開心一刻



老師介紹新興運動

# 教育營22-23

六年級四班學生在3月20日至22日於賽馬會西貢戶外訓練營度過三日兩夜的教育營。在教育營中，同學參加了許多有趣的活動，學到了團隊合作和友誼的重要性。在老師和其他同學的幫助下，克服了困難，並完成了挑戰。這次經歷讓大眾學懂堅持和努力的價值，收穫滿滿。





# 畢業留言



## 我的畢業留言 六信 林凱晴

時間過得飛快，一去不回。眨眼間，已經過六年了。我已是一個六年級的大姐姐。很快就離開有我六年寶貴回憶的地方，去「新天地」了。

回想起當初哭着進校園，是朋友，是老師，甚至六年級的大哥哥、大姐姐都幫助我融入這大家庭——「伍季明」。我認識了很多好朋友和好同學，互相照顧，令我感到十分溫暖。

在這六年期間，不僅有令我們有好學習環境的工友，還有校長經常給我們舉辦不同的活動，更有老師關心我們的學習業成績，督促我們，更在戶外活動中為我們創留下了不少的回憶。一切一切都令我十分難忘。

校長、副校長、主任、老師、工友和各位書記，感謝你們六年來的悉心教導。亦感謝同學六年來的陪伴和關照，希望我們有緣再聚。



我的畢業留言 沈榮鈞 六望  
光陰似箭，時間飛逝，小學的時間過的很快。一眨眼，我便由一個全校最小的一年級變成了一個全校最大的六年級的大哥哥，但家庭了。

說起來真的有點可惜，想不到這麼快就要離開了，還記得陳老師在我快放棄的時候，她不停地勉勵我，令我振作起來。還有我的班主任黃老師的教導下，我的成績像鯉魚般飛躍起來，我要感謝的老師真是數之不盡啊！

我現在要感謝所有老師和鍾校長，也希望各位前途萬里，一帆風順，希望我們能在以後多多相聚。最後，祝大家身體健康，再見！

## 我的畢業留言 黃志謙 六愛

時間過得很快，一轉眼我已是六年級的大哥哥。很快就要離開母校了。現在想起在學校每一刻相處的快樂時光，都令我很高興。例如，四年級動感校園週的雞蛋降落傘，五年級的羅馬炮架，六年級的教育營。這些活動都令我畢生難忘。

最後，我想感謝校長、班主任和老師多年來的悉心教導和照顧。在此希望各位身體健康、事事順利。



## 我的畢業留言 丘蕙寧 六信

光陰似箭，已經到了我們畢業的時候了。我們要離開「伍季明」的大家庭了。當中的點點滴滴，真令人難忘。

回想起小一的時候，我還是那戰戰兢兢的小朋友。現在，我卻變成一個勇敢的孩子。六年間，我認識了一班好老師，一班好同學，還有令我們的學校更乾淨，令我們有更好的學習環境的校工和書記。當然，也少不了校長，各位副校長，主任的努力，令我們得到悉心的照顧。同學們陪伴著我，更建立了一份珍貴的友誼。老師們的悉心教導，更令我們得到多方面的知識。真的非常感謝他們啊！

在這一刻，我要再次衷心感謝校長，副校長，主任，各位老師，各位同學的陪伴，令這株小小幼苗能茁壯成長。謝謝你們！最後，我祝願各位同學鵬程萬里，各位老師生活愉快！



## 我的畢業留言 崔梓浩 六德

光陰似箭，時光飛逝，轉眼間已是六年級，很快便要離開「伍季明」這個大家庭。這六年來發生了很多令我難以忘懷的事。

例如在教育營中，我們進行了天才表演，我和同學的表演成功地引來很多人發笑。此外，我們還一起體驗游繩下降的樂趣，部分同學還因為畏高而大叫起來，幸得老師的安慰，心情才平伏下來。

感謝老師多年來的悉心教導和栽培，祝大家一帆風順，前程萬里。



## 我的畢業留言 張智泓 六信

我的六年小學生涯就這樣過去了，這裏給了我很多很好的回憶，很好的同學，還有很好的學習環境，可是一想到現在就要離開，真的非常不捨。

記得我還是一年級的時候，幾經辛苦才來到這所學校，說起來，我都要謝謝當初的自己。在小學的這幾年，我學習到很多從老師教授過來的知識；我感受到同學給我的關懷，我真的十分感謝他們。這些年，我和同學、老師都共創了不少難忘的回憶。

我想在這裏，好好地感謝所有教過我的老師、同學和主任。不過我最想感謝的，是最後揀選我入讀「伍季明」的人——鍾校長。



# 迪士尼畢業慶典

為豐富畢業班同學的校園生活，本校安排六年級同學體驗富有迪士尼特色的畢業典禮——「迪士尼畢業慶典」，讓同學在畢業前一起歡度快樂時光，留下難忘的回憶。感謝天主眷顧，雖然當天天氣不穩，但在樂園正式開放時就大放晴天，讓同學更愉快地享受當日的歡樂時光。



5 寶季園地



校園



# Happy Time

## 「紙」繁葉茂·摺班人

讓同學認識中國傳統文化之餘，通過動手，希望可以訓練同學們的專注力和小肌肉的發展，以及培養審美能力和創造力。



## 互動劇場-尊重互聯網上的知識產權

本校學生於2023年3月，參加由知識產權署舉辦的互動劇場——「舅舅的新奇運動雜貨店」，通過生動有趣和互動形式的話劇，提高學生對互聯網上侵權行為的影響的認知，以及對創意、原創作品和知識產權的尊重。



學生都表現得十分專心



劇中演員與學生進行互動活動



班別	中文名	表演樂器
四信	鄭悅勤	小號
四望	洪藝嘉	二胡
四德	劉安悅	琵琶
五信	鍾昊言	小提琴
五信	黃智瑩	鋼琴
五望	柳文皓	鋼琴



## 午間音樂會



全日制的回歸，也迎來了「午間音樂會」的回歸！回歸第一擊，5月16日當天，高年級的哥哥姐姐為同學們演奏不同的樂器，展現他們在疫情時努力練習的成果。哥哥姐姐們的表現不負眾望，他們的演奏真是令人回味無窮呀！



# 水果日

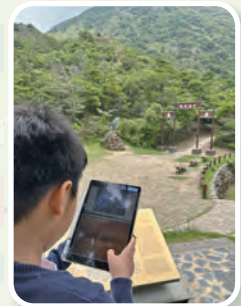


4月28日舉行水果日。老師與學生進行水果派對，享受美味的水果，以培養健康的飲食習慣。



# 昂坪360活動教室之旅

學習不只在校園，本校在4月27日安排全體四年級同學到訪昂坪，參與昂坪360活動教室，期望同學們在多元豐富的环境下進行全方位學習活動，將書本裏的知識在真實环境下進行親身體驗。



# 十大優秀領袖生選舉

2023年5月17日本校進行了十大優秀領袖生選舉。全校師生以一人一票的方式，選出十大優秀領袖生的金、銀、銅獎。



讓學生了解投票是盡公民責任的表現



感謝家長義工落力幫忙，令投票過程十分順利。

校長及老師們投出心目中理想領袖生，成為全校領袖生及同學的榜樣

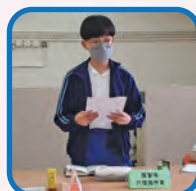


## 學生諮議會

2023年5月17日本校進行了學生諮議會。每班選出一位班代表，出席學生諮議會會議，向校長、副校長及老師反映該班意見或建議，以及將校方的回饋或訊息帶回給同學。



讓學生以持分者的身份參與學校的事務



從會議中提升學生的責任感及領導能力。



每位班代表負責蒐集和反映同學的意見，從而加強學生對學校的歸屬感。

## 學校互動教育巡迴劇場

由香港吸煙與健康委員會主辦的學校互動教育巡迴劇場於1月9日，由「大細路劇團」到校演出，讓學生認識吸煙的害處。學生投入觀看話劇，氣氛熱烈。



## 護苗性教育課程



本校為全體二年級同學安排了「護苗性教育課程」，通過啟發性的遊戲、動畫和布偶劇等，讓學生能在輕鬆的氣氛中學習，學會如何保護自己的身體。



## 四年級服務學習計劃

學校響應「賽馬會全城義工推廣計劃-校園夥伴項目」，安排全級四年班學生參與由香港青年協會舉辦的「服務學習計劃」。透過三節有系統的義工服務教育，讓學生掌握義工服務的理念，並透過生活實踐，落實為社區上的長者帶來關懷和希望。



由導師帶領同學探討「何謂義工？」



導師利用不同的道具，讓同學親身體驗長者因身體機能衰退而引起的生活不便。



同學用心設計心意卡，並由導師安排送贈予區內長者中心。



關愛  
剪影



8 寶季園地



## 聖母月〈聖母像出遊〉活動 - 孝愛聖母，活出德行

於聖母月中學校隆重地舉行了「聖母出遊」禮儀，恭敬聖母瑪利亞。全體老師和學生與聖母步出操場，在沿途中以聖詠讚美聖母，學習聖母的德行。

禮儀以耶穌的第一個奇蹟「把水變酒」(若二1-11)為分享主題，讓學生感受到聖母是我們的學習榜樣，體察世人的需要及事事信賴天主。

同學們經過禮儀後，承諾效法聖母的德行，成聖自己、聖化世人，多祈禱，在生活中發揮出自己最強的同理心和洞察力，主動去愛和幫忙身邊的人。



班代表把班中訂立的聖母美德承諾繪畫在玫瑰花環上，連同玫瑰花奉獻到聖母像前



校長帶領全體同學一起與聖母步出操場，把敬愛聖母的精神深化在伍季明的大家庭中

## 清潔日及感謝職工工友活動

2023年1月17日本校進行了清潔日及感謝職工活動。

全校師生及職工齊心合力清潔校園，提升學生對學校的責任感，讓學生認識保持學校環境衛生之重要性，使學生能做到以清潔校園為己任，活動中促進學生彼此合作的精神。



老師、工友及同學一同清潔各層走廊及操場



各班同學於課室進行大掃除



校長及學生一同感謝學校職工盡心服務

## CYC AMAZING TEEN 領袖群英匯

本校公益少年團學生於3月份探訪葵青區的劏房戶，在劏房戶家中進行了小任務—洗菜，親身體驗劏房戶的生活。並於4月的領袖群英匯中，透過戲劇來分享成果，最後同學更獲得「積極實踐獎」。



探訪葵青區的劏房戶



親身體驗於劏房戶如何洗菜



於領袖群英匯分享成果及獲獎





## PTA資訊站 宗教會於本學年舉辦了以下的活動：

### 1. 親子流體畫工作坊

家長和子女透過澆淋的方式來完成了既抽象而有個性的流體畫畫作，並從體驗中提升親子間的合作，營造互相欣賞的氛圍。



### 2. 「親子賣旗籌款」- 香港導盲犬服務中心

本校希望為視障人士提供更多支援，協助該中心籌募經費。當天各位家長都身體力行，與子女一同熱心參與公益活動，成為了孩子學習的好榜樣。希望各位都能繼續參與更多義工活動，將關愛助人的精神傳揚至整個社會！



### 3. 宗教會(PTA)冬、夏季校服義賣活動

感謝各位家長無私的捐贈及家長義工們的幫忙，本年度順利完成了兩次的校服義賣活動，大家除了可以為環保出一分力外，還將所有收益捐贈家長教師會作日後宗教會活動之津貼！



### 4. 宗教會(PTA)信箱

為了加強家長與宗教會的溝通，本會設立會員信箱，擺放在學校地下雨天操場小斜坡旁，收集會員或家長的意見。如會員或家長要得到回應，信件內請附聯絡資料。



### 家長講座：「管有時 愛有時」

本校於2023年2月3日（星期五）舉辦了「管有時 愛有時」家長講座，由杜恩言女士為家長介紹管教和培養親子關係技巧，讓管教與關愛兼容。鍾校長也參與其中，與家長們一起討論和學習，家長們獲益良多。





## 鍾姑娘時間

### 「愛好自己，才有力愛我們的孩子」

近日在街上見到一個年約4、5歲的小男孩，他當時怒氣匆匆地指着另一個和他年齡相若的女孩子，轉頭向身後的母親大聲說「佢唔打唔識乖㗎！」。當時我心裡馬上出現了兩個想法，一、他也曾有過這種經驗；二、這說話來自他身邊的大人。

家長是孩子成長的學習對象，我們不難從孩子身上看到自己小動作、眼神、語氣，以致情緒、性格特質。因此我們要多在孩子面前說正面的說話，以正面的角度和視野欣賞身邊的人和事物。

但坦白說，我們都是一個擁有喜怒哀樂、需要面對生活壓力及不同大小煩惱事務的平凡人!!!怎能沒有動氣、感覺辛苦無助的時候？要做到時刻內心的平靜，我們首先要學懂愛護及照顧自己。而這一點比任何親職管教技巧更為重要。

### 今次《鍾姑娘時間》想和大家分享 其中一種重新擁抱自己的方法：

#### 《靜觀練習》

做法：

我們嘗試找一個舒服的坐姿坐好，挺直腰背，雙手可以輕輕放在身體兩旁，雙腳平放踏地。然後，我們可以慢慢閉上雙眼，又或者垂低視線，望住前面地下一點

練習開始，我們首先將注意力放在自己的身體，留意現在坐的椅子承托著體重的感覺、腳底和地板接觸的感覺、皮膚溫暖或者涼快的感覺。無論你留意到有甚麼特別的感覺，又或者沒有甚麼特別的感覺，都只需要去察覺、接納這一刻身體告訴自己的感受。

接著，嘗試慢慢地將注意力放到呼吸上面。慢慢感受一呼一吸，我們不需要控制呼吸，順其自然便可以。但我們可以好奇地觀察一下，每個呼吸的深淺快慢。吸氣時，感受空氣經過鼻孔、氣管進入身體；呼氣時，感受空氣經過氣管、鼻孔離開身體。除了留意空氣的流動外，也留意一下這些空氣的溫度和濕度。隨著每一個呼吸，感受身體的一脹一縮，一起一伏。

當你覺得足夠，或者想停止，就可以慢慢地張開你的眼睛，然而輕輕地移動一下手指和腳趾，完成今次的練習。

在育兒的道路上，我們太習慣把目光向外：照顧孩子的需要及尋找回應問題的方法。但往往忽略了自身身體每天告訴我們的訊息，如疲倦、擔憂、緊張……然而這些感覺卻往往會在我們面對孩子突發的「狀況」時，堵塞我們的腦袋及主導我們的言行，讓我們難以尋找出最佳陪伴孩子的方法。

我會形容「靜觀練習」是一種「內功心法」，需要持之以恆，每天堅持練習，才有機會讓我們學會把注意力放回自己本身，並留意到身體狀況與情緒之間的關係。哪一天我們的情緒被自己察覺及接納，我們便有機會活出自己更喜歡的面貌。

各位家長，鍾姑娘邀請大家都抽上3分鐘左右一起進行靜觀練習。下一次有機會在校園與你們碰面時，大家也可以分享一下當中的經驗！



圖書館好介紹



動物們的身上藏著數不盡的法寶，無論是千年前從胡蜂身上獲得造紙靈感的蔡倫、從鳥兒飛行的帥勁激發出翱翔天際夢想的萊特兄弟、甚至因為游得太快而引起爭議的鯊魚裝，可以看出不論是文化或科技，人類都不斷從動物身上獲取靈感，藉以面對生活中的各種挑戰。

書中涵蓋醫學、建築、工程、生物科技、力學、光學、產品設計等各個範疇，引發孩子對自然好奇、觀察和探究的動機，這本書鼓勵同學要多探索、有尋根究底的精神，把觀察到的東西加以轉化、應用，不論身處何處、接觸到的是哪個範疇，都能有大派上用場的一天。



書名：你沒想過的仿生學：模仿動物的創意發明  
出版社：臺灣麥克

德公 小知識



國家安全教育與港區國安法講座

本校於1月11日邀請了荃灣區警民關係組吳警長與四年級全級學生分享國家安全教育及港區國安法的知識，令學生獲益良多。

小問題大發現(國家安全)

本校常識科於5月9日至12日利用壁報，以問答的形式，提升學生對國家安全及中華文化的認識。

喜事重重



丁寧老師：「很高興能跟各位分享這份喜悅，我結婚了！祝大家也和我一樣，喜樂有分享，冷暖有相知。」

老師 絕密基地

「寶貝對對碰」競猜遊戲

各位同學，你們的家裏有沒有飼養小寵物呢？原來學校的老師們也和你一樣都是充滿愛心和喜歡飼養小寵物，有些老師甚至與兩隻小寵物一起生活，大家是否想知道老師的小寶貝是怎麼的樣子呢？下面是十幅小寶貝的相片，誰是牠們的爸爸媽媽呢？把牠們的代表組別英文字母填在參加表格內，然後交到校務處門外的收集箱內，猜對的同學有機會獲得豐富禮品，大家踴躍參加啊！

A組 	B組 	C組 	D組 	E組 
F組 	G組 	H組 	I組 	J組 
( ) 組是屬於林子聰老師	( ) 組是屬於楊鈞沛老師	( ) 組是屬於郭婉薇老師	( ) 組是屬於余欣靜老師	( ) 組是屬於周裕恩老師
( ) 組是屬於鍾詠嫻校長	( ) 組是屬於陳景主任	( ) 組是屬於曾寶玲主任	( ) 組是屬於梁敏怡老師	( ) 組是屬於謝碧珊老師

姓名：\_\_\_\_\_ ( ) 班別：\_\_\_\_\_

編輯委員會：鍾詠嫻校長(顧問)

梁敏怡老師、李嘉雄副校長、程麗珍老師、梁悅玲老師、郭婉薇老師、曹少櫻老師、余欣靜老師、周裕恩老師



12 寶季園地