



孫方中書院家長手冊





孫方中書院家長手冊

目 錄

2 第一章：辦學理念

5 第二章：學校的組織

9 第三章：上課事宜

12 第四章：學與教事宜

18 第五章：學生成長事宜

25 第六章：家校合作與溝通

26 第七章：家長評審制

29 第八章：獎勵計劃

30 第九章：課外活動安排

31 第十章：家長教師會

32 第十一章：其他校園生活資訊

34 第十二章：親子教育園地

第一章：辦學理念

(一) 宗旨：

秉承辦學團體一貫的辦學方針，注重學生在兩文三語方面的培訓，乃香港首家以普通話為教學語言的津貼中學。

同時，竭力發掘學生的多元智能，使他們在德、智、體、群、美得到全面而具個性的發展，樂於終身學習，成為有創意、具適應變化能力、富責任感及積極進取的公民。

(二) 總目標：

孫方中書院承諾裝備學生有能力面對未來世界*的挑戰。

總的來說，我們致力培養學生成為

主動學習、

具良好語文能力

富創意和

擁有良好品格的新一代。

*未來世界 (FUTURE) 的特徵：Fast (變化快速)

Unique (趨向獨一無二的發展)

Threatening (人為的危機增多)

Unbound (全球一體化)

Rambling (無特定的發展方向)

Electronic (電子化)

(三) 長遠目標：

- 誘導學生樹立正確的人生觀、價值觀和道德觀，讓他們能自重、自愛、自發，並能知禮守法，成為有正確人生態度和高尚情操的良好公民。
- 幫助學生提高自學精神，堅持終身學習，使他們能準確運用兩文三語，掌握溝通技巧，並能獨立思考分析，反省批判，善於利用新資訊和科技，增進學識技能，與時並進，適應變化，創造未來，貢獻社會。
- 鼓勵學生鍛鍊體魄，並培養永不放棄的體育精神，在身心方面均衡發展，養成良好習慣，將來享有積極健康的人生。
- 建立學生對社會和國家的歸屬感，並培養服務精神和民主意識，學習優雅的社交技能，發展良好人際關係，重視家庭生活，締造美好的社會。
- 協助學生發掘和發揮自己的創作才能，對藝術具備一定審美能力，並能就個別條件發展自己的藝術興趣。
- 提昇學生的環保意識，讓他們明白在選擇使用環境及自然資源時會引致的生態後果，從而小心選擇，愛護環境及自然資源。

- 建立相互輔助的氣氛，並開拓多方面的支援網絡，促進教師專業發展，提升學與教的動力，使學校成為理想的教學及學習環境。
- 與家長及社區保持友好及緊密聯繫，建立伙伴關係。透過家長及社區的貼身關懷及協作，凝聚師生自愛自信，使學校有前瞻的發展、多元的文化、融洽的環境和愉快的校園生活。

(四) 校訓：

勤、廉、信、慎

勤奮：全力以赴完成別人所交代的任務。

廉潔：視維護純正、真實的事為己任。認清真正的幸福不受物質所左右。

誠信：即使須付出額外的代價也要言出必行。

謹慎：避免後果不佳的言行和態度。

(五) 校徽：



設計者：李炳坤先生

學校校徽設計，能體現本校的辦學理念。

設計詮釋如下：

| | |
|--------|---|
| 盾形： | 取自「學校乃捍衛知識的堡壘」這個觀念。 |
| 鑰匙： | 西方教育哲學謂學校乃「開啟」人類智慧的鑰匙。 |
| 九角立體星： | 代表由心理學家豪爾葛德納 (Howard Gardner) 所倡導的多元智能，即語文 (linguistic)、數理邏輯 (logical-mathematical)、感受空間 (spatial)、肢體動覺 (bodily-kinesthetic)、音樂 (musical)、人際 (interpersonal)、內省 (intrapersonal) 及自然觀察者 (naturalist) 的八種能力。而第九角則代表心靈智慧 (spiritual intelligence)。 |
| 立體： | 表示我校在培育上述九種智慧方面的成果將會十分豐碩。 |
| SFC： | 孫方中三字的英文縮寫。 |
| 九個圓： | 象徵九大行星(最大的為地球)。寓意我校的教育會突破傳統的教學範疇，全方位地因材施教。 |
| 整體形象： | 以歐美警章的設計為藍本，務求達到「見校徽元素即知責任，見設計醒目增加自信」的境界。 |

(六) 學校信念：

- (1) 每個學生都滿有求知熱誠，能貫徹終身學習。
- (2) 每個學生都具多元潛能，能透過不同的學習經歷得以發掘、強化及拓展。
- (3) 每個學生都能從全面的普通話教學及英語培訓中，提升兩文三語的能力。

(七) 基本策略：

- (1) 多彼此關懷欣賞，勿互相挑剔謾罵。
- (2) 多稱讚良好品德，勿褒獎浮誇表現。
- (3) 多誘發內在動機，勿依靠外在權威。

(八) 一條龍理念：

本校將會與孫方中小學在2013年結成「一條龍」。換言之，2007-08年度的小學一年級學生（即2007年9月入讀孫方中小學一年級的學生）在2013年升讀中一時，可以無需參加派位辦法，透過「一條龍」的模式入讀本校。在現階段（即2013年9月前）就讀孫方中小學的各級學生並未能以「一條龍」的模式入讀本校，如欲入讀本校的學生，必須參加自行派位或統一派位，與其他學校的同學無異。

「一條龍」學校的好處除可確保中、小學課程的連貫性；加強學校對學生的認識和照顧；減少小學生升讀中學的適應困難外，「一條龍中小學」的緊密合作更可為中小學帶來更大的發展。「一條龍中小學」可以下列的模式或方向合作：

(1) 共享資源：

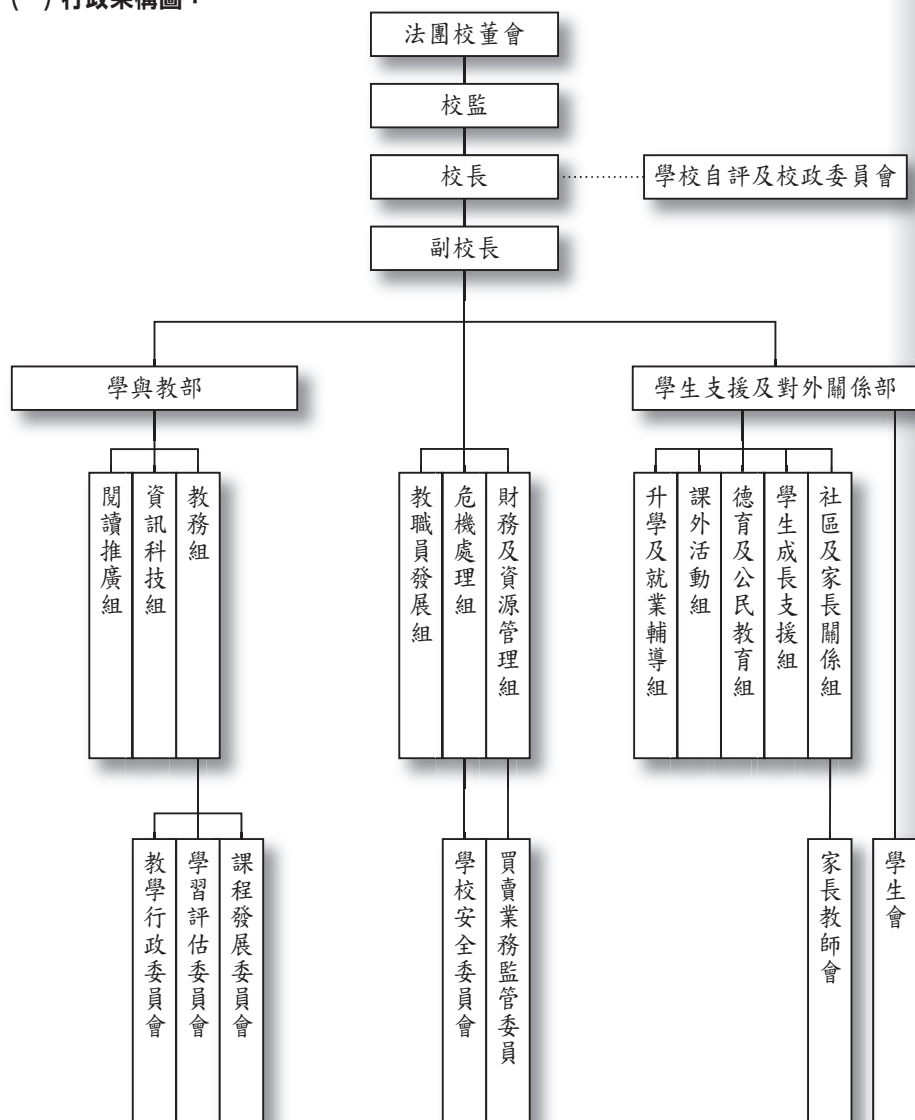
- a. 數碼圖書館：學生透過互聯網借閱中小學圖書館內書籍 / 多媒體資料，工友於每天將書籍 / 多媒體資料送至中學或小學，再由圖書館負責交收。
- b. 自學資源中心：學生透過內聯網進入「自學資源中心」，進行各科的網上測驗、虛擬實驗、觀看教育電視或短片等活動。
- c. 教學資源中心：中小學老師透過內聯網下載各科教學資料、教學策略及心得。
- d. 校園設施：在長假期時安排屬校小學學生到中學參觀及體驗中學的學習生活，加強適應。

- (2) 「大哥哥」、「大姐姐」功課輔導計劃：中學生在星期六到屬校小學協助功課輔導，發揮「大哥哥」及「大姐姐」的作用，實行中小一家。
- (3) 課程設計：中小學老師透過定期會議，共同設計縱向的課程，發揮校本課程設計精神。
- (4) 舉辦聯合家長晚會：利用小學校園舉辦聯合家長晚會或講座，既可方便家長，亦可加強中小學家長的溝通，讓小學家長對中學有更深的認識和了解。
- (5) 舉辦聯合大型活動：利用中學校園舉辦「英語營」、「升中適應日營」及「閱讀營」等大型活動。此外，亦可舉辦聯合運動會，除可節省資源外，亦可表現中小一家的。

第二章：學校的組織

學校已成立「法團校董會」，全面實行校本管理，設校政諮議組及多個行政組別，透過定期舉行師生座談會及家長問卷，因應學生需要，全體老師共同制訂政策及目標。透過各方協作，使學生認識自己的長處和局限，建立自信，加強主動性，樹立榮譽心和服務精神，達致學生均衡成長的目標。

(一) 行政架構圖：



(二) 各行政組別之分工：

1. 學校自評及校政委員會：

職責：(1) 定期檢視自評機制，落實「策劃 — 監察 — 評估 — 反思 — 回饋」的工作範式。

(2) 定期收集有關學校發展的數據(包括：持分者問卷、APASO、成績分析表、考勤和獎懲紀錄等)，配合「點 — 線 — 面」的策略，推動老師作分析及討論，檢視學校的政策方向及成效。

(3) 透過全面反思及總結成效，擬定短期及長期的跟進改善措施，修正學校的長遠發展策略。

2. 學與教部：

職責：(1) 聯繫委員會轄下各組，定期收集有關學與教的數據，並作分析及討論。

(2) 檢視已有的政策方向和成效，制訂不同的策略，提升學與教的效能。

3. 學生支援及對外關係部：

職責：(1) 聯繫委員會轄下各組，定期收集有關學生行為和情意發展的數據，並作分析及討論。

(2) 檢視已有的政策方向和成效，制訂不同的策略，協助學生樹立正確的人生觀、價值觀和道德觀。

(3) 制訂不同的策略，增強學校與外間的聯繫。

4. 教務組：

職責：推動全校的學習風氣，培養學生的自學精神及統籌各類的校內、校外的學術活動及比賽。

(1) 教學行政委員會：負責統籌測驗、考試、補課、編制上課及對卷時間表、處理收生等事宜。

(2) 課程發展委員會：(a) 定期檢視學校的課程目標與政策、課程架構、課程的實施和評鑑等。

(b) 協調各學習領域調適學習內容。

(c) 統籌及協調跨科課程活動，為學生提供所需的學習經歷，培養學生的9種共通能力。

(3) 學習評估委員會：(a) 制訂及檢討學習評估政策、制度、實施方式、頻次等。

(b) 編制測驗及考試的統計表。

(c) 管理有關學習評估資料。

5. 資訊科技教育組：

- 職責：(1) 協調及連繫各組各科，規劃及協助老師及學生利用資訊科技進行「學與教」活動。
- (2) 管理電腦器材及硬軟件，為老師和學生提供資訊科技培訓，並在學校網頁推動網上學習提供技術支援。

6. 閱讀推廣組：

- 職責：(1) 按學校的發展及學生的需要，制訂及定期檢視推廣閱讀的風氣及營造閱讀氣氛的策略。
- (2) 協調及連繫各科，培養學生的良好習慣。
- (3) 策劃及統籌閱讀推廣活動，使學生從小便能養成喜愛閱讀的習慣。

7. 學生成長支援組：

- 職責：(1) 透過制訂、執行及檢討校規、獎懲制度及相關活動等，培養學生遵守紀律。為學生提供融洽有序的校園生活，從而建立純樸的校風。
- (2) 按學生的需要，有策略地設計及安排發展性、預防性和補救性的訓育及輔導活動，加強學生對自我的認識及幫助他們建立健康的自我形象，使他們能建立正確的人生觀。
- (3) 針對個別學生的需要，安排合適的校內或校外的輔導。

8. 升學及就業輔導組：

- 職責：(1) 協助新生和家長認識學校，設計和提供適合的入學適應輔導和跟進服務，讓新生盡快融入學校生活。
- (2) 為同學提供合適的升學或擇業的資訊，透過安排訓練、探訪、研討等活動，協助同學提升對自我的認定，培養正確的工作態度，為升學或就業作最好的預備。
- (3) 為同學撰寫離校證書和推薦書。

9. 課外活動組：

- 職責：(1) 安排及策劃各項的課外活動，促進全方位學習，幫助學生培養終身的興趣，發展多元智能和擴闊生活體驗。
- (2) 統籌、組織及協調不同類別和形式的課外活動，透過不同的方式，積極鼓勵學生參與課外活動。
- (2) 制定清晰和全面的課外活動指引及安全守則。

10. 德育及公民教育組：

- 職責：(1) 按社會的發展及學生的需要，制訂及定期檢視學校的德育及公民教育目標及策略。
- (2) 協調及連繫各組各科，規劃及推展不同範疇的價值教育課程或活動，培養學生品格及公民責任，加強他們對香港與祖國的歸屬感及承擔感。

11. 社區及家長關係組：

- 職責：(1) 按學校的發展及學生的需要，制訂及定期檢視家校合作的策略。
- (2) 透過不同渠道，定期收集家長及校外人士的意見；向家長及校外人士提供最新的學校資訊。
- (3) 協助家長教師會組織多元化活動，支援學校及學生各方面的發展。

12. 教師發展組：

- 職責：(1) 制訂教師專業發展策略，統籌及執行學校發展需要的教師培訓工作，例如：協助教師透過課研、改善教學法等，提高專業水平。
- (2) 為新入職和經驗較淺的老師提供適切的支援。
- (3) 安排全體老師分組討論學校周年計劃的成效與不足，徵集意見後，整理初稿，並提交予「學校自評及校政委員」。

13. 危機處理組：

- 職責：(1) 處理一切與師生安全有關或嚴重的突發事故。
- (2) 制訂緊急應變措施及有關指引。

14. 財務及資源管理組：

- 職責：(1) 每年檢視及修訂「財務及資源管理指引」
- (2) 審批各組各科的財政預算
- (3) 每學年底跟進各科組的盈虧情況，以修訂下學年的財政計劃
- (4) 協助校長制訂學校的周年預算案

15. 學校安全委員會：

- 職責：制訂校內職業安全及健康措施，並監察有關措施的推行情況。

16. 買賣業務監管委員會：

- 職責：監管及督導各類商業活動/安排。

(三) 各行政組別的負責老師：

有關各行政組別的負責老師名單，請瀏覽本校網頁：<http://sunfc.school.hk>

第三章：上課事宜

(一) 上課時間：

學校採用五天星期制上課，時間由8:05am - 3:45pm，12:30pm - 1:30pm為午膳時間。星期一至四均進行早會(星期一及三以普通話進行；星期二及四以英語進行)，時間為8:10am - 8:30am。早會後安排閱讀節，時間為8:30am - 8:50am。每天3:30pm - 3:45pm為班主任節。

(二) 校園開放時間：

| | 星期一至五* | | 星期六** | 星期日* | 公眾假期* |
|------|-----------------|-----------------|-----------------|------|-------|
| | 上課日 | 非上課日# | | | |
| 開放時間 | 7:00am - 6:00pm | 9:00am - 5:00pm | 9:00am - 1:00pm | 暫停開放 | 暫停開放 |

* 學生必須先得老師允許和偕同，方可於校園開放時間以外留校進行活動。

在非上課日或星期六回校者，必須穿着整齊校服，參與課外活動者則可穿整齊的運動服。此外，學生也必須攜帶學生證，在進入學校時交予當值職員，並在離校時親自取回。

(三) 考勤事宜：

為達致良好的學習成效，學生不應遲到早退，並須出席所有的課堂。因此，學校相當關注學生的考勤表現，所有考勤情況均會紀錄在案，並在成績表上顯示。如學生因身體不適或因其他事情而需遲到、早退或請假，家長及同學可依下表之程序，辦理有關手續：

| 事件 | 應辦理之手續 |
|----|--|
| 遲到 | 1. 家長或監護人於8:00am前先致電通知學校。 2. 家長或監護人於學生手冊中「學生遲到或早退事項」欄內，填寫有關原因及簽署，交學生帶回學校。 3. 同學須於校門呈交手冊，並填寫「遲入教室紀錄紙」。 4. 校長或學生成長支援主任會個別接見遲到學生，以了解遲到原因，協助改善。 |
| 早退 | 1. 家長或監護人於學生手冊中「學生遲到或早退事項」欄內，填寫有關原因及簽署，交學生帶回學校。 2. 同學須攜學生手冊到校務處辦理早退手續，得到批准後才可離校。如因身體不適而早退者，學生必須由家長或監護人陪同下方可離校。 |
| 事假 | 1. 家長或監護人於請假日最少一天前填寫學生手冊中「學生請假事項」欄通知學校。 2. 學生主動於上課日小息時呈交學生手冊予校務處職員記錄。 3. 如因特別情況不能提前請假，家長或監護人須於缺課當日8:00am前先致電通知學校。 4. 家長或監護人於學生手冊中「學生請假事項」欄中填寫原因及簽署，交學生帶回學校。 5. 學生主動於復課日小息時呈交予校務處職員核查及記錄。 |
| 病假 | 1. 家長或監護人於8:00am前致電通知學校。 2. 家長或監護人於學生手冊中「學生請假事項」欄中填寫原因及簽署，交學生帶回學校。 3. 學生主動於復課日小息時呈交予校務處職員核查及記錄。病假超過一天，需附呈註冊醫生證明書。 |

學生無故缺席，均作曠課論。如學生只通過電話或口頭請假，未能於復課日起計算一星期內具函正式通知校方，則作「未正式辦理請假手續」，此紀錄之缺席日數統計，將於學期末之成績表上顯示。

(四) 處理學生不適或受傷等事件：

若學生因身體不適（例如：嚴重傷風感冒或患高度傳染病等），以致不能進行學習活動，不適宜回校上課。患病的同學回校不但未能如常地進行學習活動，亦有可能令其他同學受感染，更可能延誤自己的康復速度。

若學生因身體輕微不適而需帶藥物回校服用或因身體不適而須豁免正常的學校活動（包括任何種類的運動或體格鍛鍊），必須帶同家長信及醫生證明書向有關老師展示。若學生於回校後感到不適或受傷時，老師會按情況採取即時措施，照顧學生。

| 地點 | 情況 | 處理 |
|----|----------------|--|
| 校內 | 輕微不適或受傷 | 1. 老師指派班長或領袖生陪同該生到校務處登記。 2. 職員安排該生進入醫療室休息，並通知具急救資歷的老師協助處理。 3. 如該生在醫療室內休息超過15分鐘仍感不適，學校會按情況通知家長或監護人接該生回家或轉介到就近醫院。 |
| | 嚴重不適或受傷 | 1. 老師親自或請教職員陪同該生前往校務處登記。 2. 老師安排該生進入醫療室休息，並通知具急救資歷的老師協助處理。 3. 學校馬上致電該生之家長或監護人來校接該生回家或召喚救護車送往醫院急症室治理。 4. 如學生須送往急症室治理，學校會通知家長或監護人到醫院會合，同時安排工友陪同該生到醫院，直至該生家長或監護人到場為止。若家長或監護人及時趕到學校陪同該生前往急症室，則工友不會一同前往。 |
| 校外 | 進行戶外活動時嚴重不適或受傷 | 1. 負責老師會即時通知家長或監護人，並會召喚救護車將情況嚴重者送往醫院急症室治理。 2. 負責老師陪同須送往急症室治理的學生前往醫院，通知家長或監護人到醫院會合。 3. 同時，負責老師亦會盡快通知學校，以便作出適當的支援。 |

* 如需使用急症室服務，家長或監護人需支付有關費用。

(五) 熱帶氣旋及持續大雨安排：

在熱帶氣旋及持續大雨襲港時，學校會根據教育局之規定作出安排，並透過學校網頁發放有關消息。

- (1) 天氣惡劣期間，家長或監護人應密切留意電台或電視台之廣播，教育局會按情況需要發出公佈，通知家長或監護人學校會否停課。公佈會盡可能安排在6:15am前發出，並會定時重播。
- (2) 如天文台於學生上學途中發出8號或以上熱帶氣旋警告信號，本校將會停課。學生應在安全情況下盡快返回家中，否則應留在安全的地方。

- (3) 如天文台於6:15am - 8:00am發出紅色或黑色暴雨警告信號，本校將會停課。在上學途中的學生，應在安全的情況下繼續前往學校或返回家中，否則應留在安全的地方。本校校舍會保持開放，同時安排應變措施，讓教職員照顧已返抵學校的學生。直至放學及在安全情況下，校方才會讓學生回家。
- (4) 如在上課時間內得悉天氣情況可能因颱風逼近或特殊情況而急劇惡化，教育局局長會在電台及電視台公佈學校須立即停課，但這並不表示校方會安排所有學生立即返家。學校將會採取應變措施，繼續上課，直至放學時間，或在安全情況下，方會讓學生回家。
- (5) 在特殊情況下，教育局局長可能會宣佈某個或多個地區的學校停課。在該等地區居住的學生，即使就讀另一區的學校，亦無須回校上課。
- (6) 若教育局認為一般情況尚未惡劣至需要宣佈全面停課，又或天文台改掛較低之風球而需復課，家長或監護人仍可因所居住地區之天氣、道路、斜坡及交通情況惡劣等理據而決定不讓子女上學，學校會酌情處理。

第四章：學與教事宜

(一) 課程政策：

(1) 課程發展方向：(請瀏覽本校網頁：<http://sunfc.school.hk>)

- a. 增強語文訓練
- b. 增加協作學習機會
- c. 提高使用資訊科技學習的能力
- d. 利用網絡資源，發展「自我學習」工具
- e. 發展校本綜合課程
- f. 發掘學生多元智能
- g. 推行全方位學習，提供學校以外的學習經驗

(2) 科目組合：

學校按課程發展處建議開設科目，每日上課八節（逢星期五九節），每節40分鐘。各級開設科目及授課節數（以每星期計）安排如下：

中一至中三級

| | |
|------------|--|
| 英國語文教育 | 英國語文 (8節) |
| 中國語文教育 | 中國語文 (7節) |
| 數學教育 | 數學 (6節) |
| 通識教育 | 通識 (2節) |
| 科學教育 | 綜合科學 (4節) |
| 科技教育 | 電腦 (1節)、家政 / 設計與科技 (2節) |
| 個人、社會及人文教育 | 中國歷史 (1.5節)、歷史 (1.5節)、地理 (2節) |
| 藝術教育 | 視覺藝術 (2節)、音樂 (1節) |
| 體育 | 體育 (2節) |
| 其他 | 早讀課 (每天20分鐘)、班主任課 (星期一至四，每天15分鐘)、周會 (每星期1小時) |

新高中一至高中三：

新高中學制將於二零零九年九月正式實施，本校將以一個富彈性、連貫及多元化的高中課程配合。除中、英、數、通識教育四科的核心科目及其他學習經歷為必修外，本校計劃讓新高中的學生修讀兩科至三科的選修科目。

現暫定開設的選修科目如下：

生物、物理、化學、組合科學(物理+生物)、組合科學(化學+生物)、經濟、地理、歷史、中國歷史、視覺藝術、企業會計與財務概論、資訊及通訊科技、設計與應用科技、應用學習

選修科的組合安排可因應每年學生的不同需要而有所變動，請參閱學校網頁。

(3) 校本課程：

學校按學生需要及學校特色作課程統整及調適，力求課程多元化，強調協作學習，讓同學有平衡發展。

- a. **中國語文科**：將漢語拼音等普通話科的知識融入中國語文科內，把中國語文科和普通話科結合。
- b. **初中通識教育科**：設計以探究式學習為本，旨在讓同學認識自我，並了解與社群、國家、國際社會物質世界與環境的關係；從而幫助學生建立正面的價值觀和積極的人生態度，使他們成為對社會、國家和世界有識見和負責任的公民。

(4) 語文政策：

- a. 學校一向重視學生的語文能力訓練，以提高學生語文能力為本，故大力推行全科使用普通話授課，將英語和普通話定為學校的「官方語言」，規定所有老師及學生在所有正式場合使用英語或普通話溝通。
- b. 為了照顧學生長遠的升學需要及發展，學校在初中學生升讀高中時，按學生的能力及意願在各學科引入英語為授課語言，而中文及中史科仍採取普通話授課。
- c. 為使學生在升讀高中時採用英語學習作最好的準備，學校會在初中各科引入英語元素，按學生的能力增加英語授課課時，教授各科相關的英文詞彙及派發英文工作紙，並按年提升有關的百分比。

(5) 協助提升英語水平措施：（請瀏覽本校網頁：<http://sunfc.school.hk>）

(6) 閱讀政策：

本校一向認同教育局的課改理念，積極推動四大關鍵項目。在閱讀中學習方面，創校時已成立「閱讀推廣組」，全力協助學生建立閱讀習慣。措施包括：

| | |
|--------|---|
| 閱讀課 | 每周四天早上設有二十分鐘的閱讀課，學生於單月閱讀中文課外書籍而雙月則閱讀英文課外書籍，藉此培養同學良好的閱讀習慣，從而強化同學的語文能力和提昇他們對學習的興趣。 |
| 閱讀手冊 | 同學每天均需填寫閱讀紀錄，並把閱讀心得記錄，於早會分享閱讀心得或閱讀的樂趣。 |
| 網上閱讀 | 為同學提供網上的自學資源，鼓勵他們多閱讀和練習，從而提高同學的理解、分析和語文能力。 |
| 廣泛閱讀計劃 | 同學除可參加普及閱讀計劃外，中、英文科均設有廣泛閱讀計劃，增加同學接觸課外讀物的機會。同學也可因應自己的需要而挑選不同程度的課外書籍。近年部分科目要求學生完成課外閱讀，以延伸學生的學習機會。 |
| 書展 | 「閱讀推廣組」與各學科合作，定期舉辦專題學科書展。此外，每年更在兩次的家長日舉辦親子書展，鼓勵親子閱讀。 |

(7)照顧學習差異：

本校認同照顧學生的學習差異的重要性，能靈活運用及調配資源，在大部分科目的課程、課業種類及測考上作出調適，因材施教。措施或特別安排包括：

- a. 委派老師接受特殊教育的培訓，並成立專責小組，照顧和協助個別有特殊需要的學生。
- b. 推行的「朋輩輔導計劃」，為「學長」舉辦工作坊，受訓後的「學長」在午膳時間輪流協助學習困難的同學進行認字及伴讀，為他們在學習上提供適切的支援，減少同學的焦慮與不安。
- c. 善用資源額增聘英文科老師，在中一、中二級英語科更全面落實小班教學。此外，增聘外籍英語教師，使英文口語課的師生比例大幅減少。
- d. 英文科使用兩套不同程度的課本，在程度較高的班別採用較高度度的課本，提高能力較佳學生的學習效能。
- e. 在成績稍遜的中一班別安排中文和數學科作小班教學。在減低師生比例下，讓老師有較大的空間照顧學生的個別差異。
- f. 老師把課程分成核心、延伸及高階三個層次，能力稍遜的同學只需完成核心部分，能力較佳的同學才需完成高階部分。老師亦會根據不同階層次的課程給予學生合適程度的課業。
- g. 由中一級開始安排中文、英文、數學及科學的測考卷在100%外，增設20%的挑戰題，以滿足能力較高的學生，提升學習動機。此安排按年遞增至初中三個級別。
- h. 制定「擬卷指引」，明確規定一般性問題佔40%、延伸題目佔40%、高階思維題目佔20%，以考核不同能力的學生。
- i. 老師根據測考的評估數據，在課堂內、外進行拔尖補底的工作，中、英、數三科按其需要於課後舉行拔尖班及補底班，強化學生的學習。
- j. 在學與教上推動合作學習的策略，促進學生和學生間的互動，讓能力較佳學生協助能力稍遜的學生學習。
- k. 增加「平時分」的比重，強化持續評估，減輕學生面對考試的壓力。
- l. 為有特殊需要的同學作出考試的特別安排。
- m. 老師積極發掘在不同範疇中具天分的學生，推薦參加教育局的「資優培訓計劃」。自03-04學年至今（07-08），本校已成功推薦29位在不同範疇（包括：卓越數學、卓越科學、卓越人文學科和卓越領導才能）資優學生參加教育局的「資優培訓計劃」，讓他們得到更全面和有系統的栽培。

(8)學習評估政策：

學校根據學生發展需要，制定清晰的評估政策，形式及頻次已透過通告和家長手冊向學生及家長闡釋清楚。

a. 測考次數：

- 中一至中三：每一學科全年進行兩次期中統一測驗及兩次考試。
- 高中一至高中二：每一學科全年進行兩次期中統一測驗及兩次考試。
- 高中三：每一學科全年進行一次考試。

b. 各級評估分數比重：

- 上下學期各佔全年評估的 50%。
- 學科：

| | 中一至中三 | 高中一至中二 | 高中三 |
|---------------------------|-------|--------|-----|
| 考試 | 40% | 40% | 70% |
| 統一測驗 | 30% | 30% | / |
| 持續評估 (小測 / 閱讀報告 / 實驗等) | 30% | 30% | 30% |

- 初中通識教育科、電腦與資訊科技科：

| | |
|------|-----|
| 持續評估 | 30% |
| 專題研習 | 30% |
| 考試 | 40% |

- 術科：音樂、體育、家政、設計與科技、視覺藝術

| | |
|------|-----|
| 考試 | 30% |
| 持續評估 | 70% |

c. 各科評估滿分額：

| | 中一至中三 | 新高中一至高中三 |
|-----------|-------|----------|
| 英文 | 300 | 300 |
| 中文 | 300 | 300 |
| 數學 | 300 | 300 |
| 通識教育科 | 200 | 300 |
| 科學(中一至中三) | 200 | / |
| 其他學科 | 100 | 200 |
| 術科 | A | A |

各科已編訂具體的擬卷及批改指引、評估的內容、形式及難易度，能切合不同能力和需要的學生，有效地照顧個別差異。近年，不少學科的測考卷已在初中階段加入開放式的意見題目，此舉有利學生銜接高中課程，也能發展及訓練學生的思維能力。

除透過成績表顯示學生的學科成績表現外，本校亦為新高中學生設學習歷程檔案，記錄學生在學業以外各方面的表現和成就，如義工服務紀錄、課外活動紀錄及獲獎紀錄亦清楚列明，有助學生了解自我，肯定自我，從而訂立努力的目標。學校每年舉行2次家長日與家長面談，藉派發學業成績表及相關評估資料，讓家長了解學生在校的學習成效及情況。

d. 統一測驗及考試注意事項：

- 如因風暴或天氣惡劣，教育局宣佈停課，該日之測驗或考試便告取消，重考日期將另行通告。復課後第一天之測驗或考試仍照原定時間表舉行。
- 學生須按測驗或考試時間表依時參加測驗或考試。遲到者，必須得主考老師批准，方可進入試場。遲到考生概不獲給予額外時間。
- 學生應認真及盡力作答，如有作弊，除該考卷可被扣分外，亦須接受校方處分。
- 學生在考試或測驗期間，未經主考老師批准，不得提早交卷離場。
- 學生如因病或特別事故而不能應考，須向學校請假。考生應在復課後的第一天內主動向學校提出補考申請，學校只會提供補考予請病假並提出申請的學生。為對所有準時應考的考生公平，學生補考所得之分數將以80%折算。考生必須於復課當天提交由註冊醫生發出的病假證明，並主動向學校申請補考，逾期恕不受理。

(二) 家課政策：

(1) 性質：

- 家課是課堂學習的延伸，學生應在家裏完成在課堂上未完成的工作。
- 家課亦是老師按照學生的能力和學科的目標而安排的課前準備。
- 老師會因應學生不同需要和能力設計，利用與他們能力相配的作業以資激勵，使他們的才能得到更大發展。因此，家課是富思考、重分析，實踐全方位學習，扣緊生活經驗發揮創造力，不是著重抄寫的工作。

(2) 指導：

- 老師會向學生清楚說明該份家課的目的及要求、完成家課的時間及方法。
- 如有需要，老師會說明家長參與的程度。
- 老師會利用學生的自修時間向有需要的學生提供輔導，幫助他們解決在家課上所遇到的困難。

(3) 數量：

- 由於個別班級和學生的情況各有不同，要為各班級的數量定下規限並不容易及不切實際。老師會因應學生的程度（不同年級/班別）、學習需要和能力決定各班級學生每日完成家課的時數。
- 任教同一班的老師會小心調節各科家課的次數，務求平均而持續，以免學生在某些日子裏做過量的家課。

(4) 回饋：

- 老師會適當地批改、給予等第、置評，並記錄學生做家課的表現。學生如在家課有卓越的表現，也會加以讚揚，以發揮鼓勵和激勵的作用，並促使學生的學習得以達標。
- 如有需要，老師會對有需要的學生給予輔助。
- 學生若經常欠交家課，老師會通知家長或監護人，尋求協助。

(三) 留校學習班安排：

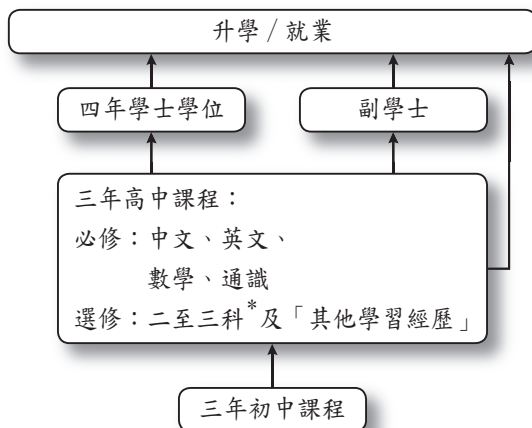
為使學生能有效地完成課業，達到學與練同時同步的效果，並優化學生的學習效果，強化學生的責任感，故校方將採取以下措施：

- (1) 如學生未能於指定日期呈交功課，必須於當天放學後在留校學習班完成有關功課。
- (2) 留校學習班會在下午五時結束，惟個別老師可要求學生繼續留校進行功課輔導。
- (3) 如學生未能在留校學習班結束前完成當天功課，則須於下一上課天繼續出席留校學習班，直至完成所有拖欠之功課為止。
- (4) 如學生於欠交功課當天放學後需出席由學校或老師安排之補課或增潤班，則需於補課完畢後立即到留校學習班報到，否則將受處分。
- (5) 學生有責任平衡其課業及課外活動。因此，欠交功課之學生必須在留校學習班完成功課後，才能參加當天之課外活動。

(四) 編班安排：

| | |
|----------|--|
| 中一 | 中一新生入學時，校方將根據學生於香港學科測驗的中文、英文和數學三科的總分來編班。 |
| 中二及中三 | 根據學科成績的全年總分作分班標準。 |
| 新高中一至高中三 | 根據學科成績的全年總分和學生的選科作分班標準。 |

(五) 升學流程圖



* 選修科目資料：<http://sunfc.school.hk>

(六) 各級班主任安排：

本校採取雙班主任制，並於每天(星期一至四)安排十五分鐘班主任節，加強師生溝通。有關各班班主任名單，請瀏覽學校網頁。

第五章：學生成長事宜

學生在成長的過程中是需要適當的協助及支援，致令其社交、心理及學業不至陷入困境。學校會透過不同的活動、方法及「自我完善綱領」，協同學員以正確的方法盡快投入校園生活，為健康成長奠定堅實的基礎。家長需與學校配合，經常提示子女如何實踐學校所定的指引，遇有子女未能達到基本要求，家長可與學校聯絡，一起商討如何以智慧的方式去疏導及糾正有關行為。

(一) 學生「自我完善綱領」：

(1) 課堂內外：

家長須督促子女：

- a. 遵守老師的指示，專心上課及積極投入課堂活動。
- b. 準時交齊功課及帶齊上課用品。為免遺失和妨礙上課，其他雜物及貴重物品一律不會攜帶回校。
- c. 保持教室整潔，未經老師批准，不會飲食。
- d. 愛護公物，並明白如蓄意破壞公物，必須照價賠償及接受處分。
- e. 於轉堂時保持肅靜，未經老師同意，不會私自前往洗手間。如需離開原有教室到其他地方上課，亦必排列整齊隊伍，由班長或老師帶領前往。
- f. 不擅進別班教室。
- g. 先得到老師許可，方會進入實驗室或其他特別室，並且切實依照老師的指示使用各種器材及物品。
- h. 在實驗室或特別室內保持安靜，不喧嘩、嬉戲或飲食。如遇有任何意外或器材損壞時，立即向老師報告。
- i. 得到老師的批准，才會逗留於教室內（包括所有特別室）或使用任何設備。
- j. 在球場上打球時穿着適當的運動鞋。
- k. 如有需要攜帶手提電話回校，必定具函向班主任申請。申請批准後，必定於每天早會前將手提電話交予校務處代為貯存，並於每天離校前到校務處領回。

(2) 校服儀容：

家長須督促子女：

- a. 以端莊、樸素及適體為儀容及服飾的原則，不會刻意標奇立異、崇尚潮流、佩戴飾物及化妝。如因特別原因需要佩戴某些飾物，父母或監護人須向校方提出書面申請。學生須時刻攜帶有關許可證，以便有需要時出示予領袖生或老師檢查。
- b. 以樸實為原則，不染髮、不燙髮、不塗新潮髮膏及不噴定型水。頭髮長短及髮型之標準願意遵從校方規定。

- c. 穿著合乎規格的校服。如要參加學校舉辦的任何校內外活動，除得老師特別的安排，否則無論任何時間，包括往返學校途中，均穿著整齊校服及保持良好的儀容。

(3) 校外行為：

家長須督促子女：

- 離開學校後立刻回家，不穿着校服於社區內流連，不進入電子遊戲機中心、網吧或一些品流較複雜的場所。如離校後需要外出，也必先回家換好便服才出門。
- 與本校老師、家長及領袖生等合作，當他們提點自己時，必以友善的態度應對，並立即改進自己的行為，也明白如對他們無禮，將會受到處分。
- 時刻注意自己的言行，除了不作出傷害自己的行為外，也不對社區人士造成滋擾，例如：大聲喧嘩、推撞追逐及說粗言穢語等。

(二) 獎懲制度：

- (1) 凡學業品行有良好表現、熱心服務、為校爭光、獲老師推許者，皆予以表揚，方式包括：記優點、小功、大功、頒發獎狀，或於成績表及離校證書上，寫下鼓勵嘉許的評語。
- (2) 凡在校內或校外犯過者，必須接受處分。老師將依事情之輕重、違規行為的動機及影響、學生違規後的態度和表現等，予以相應的處分。處分包括：校園服務令、留堂、警告、記缺點、記小過、記大過。經常違反校規，或犯事嚴重者，可被罰停課，甚至經教育局批准下革除學籍。
- (3) 凡觸犯校規者，必須接受校方的處分。學生應保持積極的態度，虛心受教，藉以改善違規的行為。
- (4) 凡學生之功過紀錄將列明於成績表上。
- (5) 學生於每學期開始時均獲80分基本操行分，學生若表現良好或犯過時，則按其程度及類別（參考「操行分評定準則」）增加或扣減操行分。
- (6) 操行分與操行等級之對照表：

| 分數 | 等級 | 分數 | 等級 |
|-------|----|--------|----|
| 90或以上 | A | 60-64 | C+ |
| 85-89 | A- | 50-59 | C |
| 80-84 | B+ | 45-49 | C- |
| 70-79 | B | 35-44 | D |
| 65-69 | B- | 34 或以下 | E |

(7)學生的基本操行等級會因該生的功過紀錄作出調整，調整準則如下：

記功 / 優點 / 讚賞之操行等級調整：

- 曾記大功者，最高可給予 A+ 等級
- 曾記小功者，最高可給予 A 等級
- 曾記優點者，最高可給予 A- 等級

記過 / 缺點 / 警告之操行等級調整：

- 曾記大過者，最高可給予 D 等級
- 曾記小過者，最高可給予 C 等級
- 曾記缺點者，最高可給予 B- 等級

註：沒有任何功過紀錄者，最高可給予 B+ 等級。

(8)在特別情況下，老師可根據學生該學年的整體表現，酌情調整學生之最終操行等級。

(9)其他懲處的方法：

a. 勸告

- 凡犯過事態輕微者（「操行評定準則」中列為需扣一分之事項），老師可酌情決定是否只進行勸告而不扣減學生操行分。
- 進行勸告時，老師將於手冊中的「學校通訊」欄上通知家長。若學生違規事項達缺點程度，則無任何勸告。

b. 校園服務令

- 每星期進行一次，如學生於一個月內被領袖生記名達三次，則須參加「校園服務令」，協助清潔校園，每次一小時。無故缺席者，需按缺席次數增加參加次數，屢次缺席者將交予訓導組處理。

c. 留堂

- 學生遲到，必須即日參加放學後的「守時班」。倘若學生遲到15分鐘或以下，須參加「守時班」30分鐘，而遲到超過15分鐘者，則須參加「守時班」45分鐘。嚴重遲到者，校方會酌情處理及處分。

d. 約見家長

- 學生因嚴重事件須予記過者，由學生成長支援組老師或班主任約見其家長面談，讓家長得知其子女所犯事項之處分，並共同協助該生尋求改過之辦法。

(三) 獎懲原則：

(1) 加減操行分乃客觀反映學生在校表現之方法，而學生於學年結束時所獲得之操行等級，乃根據其操行分數作評定。惟學生若有特殊貢獻或嚴重觸犯校規，將按其程度記功或記過。家長可通過本校網上查閱系統了解子女在校的表現。

(2) 自新計劃：若學生於常犯錯誤項目中被扣減分數，學生可向級學生成長支援組老師申請參加自新計劃。詳情如下：

- 連續5個上課天內未有因該項常犯項目被扣減分數者，加1分；
- 連續10個上課天內未有因該項常犯項目被扣減分數者，加2分；
- 連續15個上課天內未有因該項常犯項目被扣減分數者，加3分；
- 連續20個上課天內未有因該項常犯項目被扣減分數者，加4分；
- 連續30個上課天內未有因該項常犯項目被扣減分數者，加5分；

自新計劃之目的乃抵銷學生常犯錯誤項目所扣之分數，藉以鼓勵學生改過，養成良好習慣。惟進行自新計劃時，學生若再犯該項錯誤，是項計劃即自動停止，並將繼續予以扣減操行分數。當學生成功完成自新計劃後，如有需要，可再次申請。

(3) 豁免扣分：開學初期乃新生的適應期，凡新生於開學首兩星期內觸犯「操行評定細則」中「欠帶上課應用物品」一項者，可獲豁免扣分。

(4) 功過換算方法：

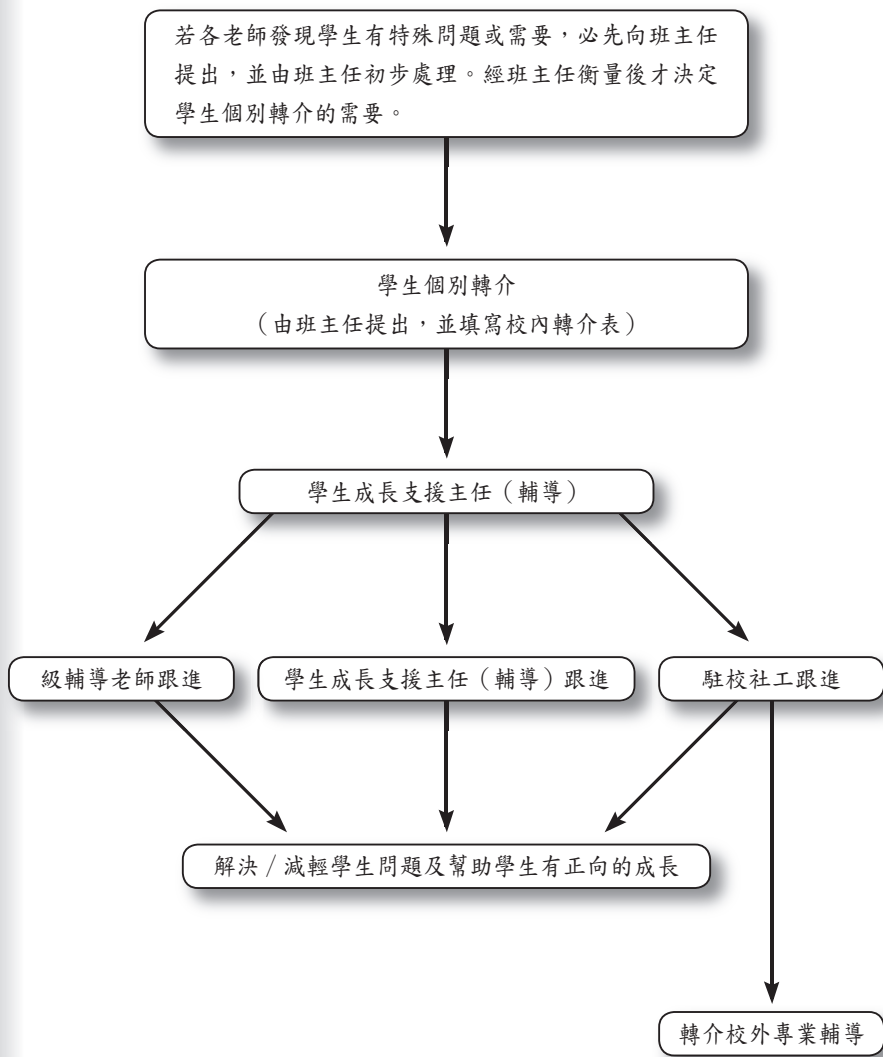
a. 獎勵

- 對社區、學校有特殊貢獻者，可獲記優點一次。
- 累積三個優點將會被轉換成一個小功。
- 累積三個小功將會被轉換成一個大功。
- 學校可按學生的表現而直接給予小功或大功之獎勵。

b. 懲罰

- 觸犯達缺點程度之事項者，須記缺點一次。
- 累積三個缺點將會被轉換成一個小過。
- 累積三個小過將會被轉換成一個大過。
- 學校可按學生觸犯過錯之嚴重程度，直接給予小過或大過之懲處。

(四) 學生成長支援組學生轉介程序



* 學校社工駐校時間：逢星期一、二、四、五；上午九時三十分至下午五時三十分

(五) 領袖培訓計劃：

為培養學生的獨立思考、協作、溝通、解決問題及自我管理的能力，學校安排不同的學生領袖訓練計劃。

(1) 學生會：

- 目標：a. 以學校的辦學宗旨和信念為原則，為學生提供多元發展的平台；
b. 作為學生與學校之間的橋樑，以加強學生對學校的歸屬感；
c. 作為學生與社區之間的橋樑，引入校外資源，豐富同學的學習經歷。

成員：由中四及中六級同學組成內閣參選，並經由全體同學投票選出。

(2) 學術領袖生：

目標：嘉許在中文科、英文科及數學科有優秀表現的同學。為在中文、英文及數學科有潛質的同學提供更多學習的機會，並培養一群優秀的學術領袖生在校內擔任「小導師」，藉以增強他們的自信心及服務精神。

成員：校方根據學年考試成績，委任中文科、英文科、數學表現優秀的同學為學術領袖生。任期為一個學期。如同學仍能保持佳績，他們可繼續被委任為學術領袖生。校方將安排及鼓勵同學參與各項的學術活動及訓練課程以擴闊他們的視野。透過參與校內「小導師」的訓練課程，讓他們與同學分享所學及建立其領導才能和與他人相處之道。

(3) 紀律領袖生：

目標：領袖生團隊成立之目的是協助學校建立一個融洽有序的學習環境，並訓練學生成為獨立、主動、具創見、自律的領袖。

成員：領袖生團隊的編制為：1名主席，3名總隊長，5名隊長，其餘皆為隊員。除隊員外，亦設領袖生助理。隊內活動皆由隊長或組長設計及統籌。領袖生團隊組織嚴密，晉升制度清晰，學生能於隊內充份發揮其領導及創見能力，並且能於隊內達到自我挑戰、自我完善、自我反省的果效。

(4) 圖書館領袖生：

目標：培養圖書館領袖生的服務使命感、責任感；培訓圖書館領袖生共同處理日常的館務工作及推廣圖書館服務的合作能力；培育管理及服務的技巧和態度；以及團隊精神和領導能力。

成員：全校同學皆可報名參與，經遴選後便可成為圖書館領袖生。

(5) 學長：

目標：旨在訓練有潛質的同學，提高參加者的領導才能自信心、合作精神、溝通技巧及籌劃活動的能力。參加者會為低年級同學提供指導和支持，希望令低年級同學盡早遇適應及投入校園生活。

成員：中二級或以上同學皆可報名參加，經遴選後便可成為學長。

(6) 社聯會：

目標：社聯會是學校課外活動的統籌單位，當中的成員由四社的幹事出任，旨在訓練同學管理及協調各個學會運作，並定期舉辦全校性的活動及比賽。

成員：同學們如欲參與社聯會，必先在本身的學會或校隊中有出色的表現，才有機會成為社幹事，繼而進入社聯會。

(7) 司儀及傳播人員小組：

目標：旨在培養全方位的司儀及傳播人員，為學校主持早會、周會、各種典禮及活動，並肩負領導校園電台，推廣普通話、英語，擔任「小記者」，組織及參與各種校內外活動等職責。隊員需具備優異的普通話或英語口語表達能力，儀容談吐大方得體，擁有敏銳的時事觸覺及視野。

成員：面試合格者為預備成員。表現優異者，可獲取銀章或金章。

(8) 推廣及接待領袖生：

目標：協助學校向外推廣學校的辦學宗旨、理念及目標，讓區內人士對本校有深的認識。

成員：推廣及接待領袖生的編制為4名隊長，4名副隊長，其餘皆為隊員。

第六章：家教合作與溝通

學生的全面發展需要各方面的支持與配合，他們需要家長了解和支援、社區組織和全校的隊工所提供的活動和鼓勵才能夠健康地成長，所以本校非常重視與家長及社區保持緊密及友好聯繫，建立伙伴關係。透過家長及社區的協作及關懷，凝聚各方力量共同創建一所具有前瞻發展、多元文化、融洽環境和愉快校園生活的學校。

學校的家校合作政策如其他政策一樣，採取全校參與形式。家長可透過以下方法與學校聯絡：

1. 每天閱讀「學生手冊」裏的記錄及簽署，並透過「學校通訊」、「家長通訊」、「學生請假事項」、「學生遲到或早退事項」及「學生獎懲紀錄」欄等與學校互通消息及聯繫。
2. 細閱學校派發之通告及簽署回條。如有疑問，請與有關教職員聯絡。
3. 登入學校的內聯網，查閱學生的家課及行為紀錄。
4. 瀏覽學校網頁，查閱學校的最新動向。
5. 班主任會進行電話家訪，以分享及了解學生的學習進度、個人成長及發展等。
6. 透過電話（26567123）或親身約見校長或老師，以進行查詢或表達意見。然而，因為日常上課的限制，家長未必可以即時與老師取得聯絡，故家長可以留言待覆。
7. 老師會按個別情況家訪學生。家長如有需要亦可主動邀請相關老師作家訪，以加強彼此的認識及接觸。
8. 學校會定期安排家長日，讓家長與校長或老師交流子女之學習進度、個人成長及發展等。家長務請盡量抽空出席，或與校方另約時間商談。
9. 家長可將意見透過函件或電郵（info@sunfc.school.hk）形式直接向校長反映，校長將會根據署名聯絡家長及作出回應。

請將我們做得好的，向別人推薦；將我們做得不好的，向我們反映，我們必定於最短的時間內改善。

第七章：家長評審制

幫助學生建立良好品格是學校其中一個重要的目標，因為良好的品格及價值觀能協助學生在未來懂得如何自處，做出正確的決定，並提高生活品質。我們深信協助學生建立良好品格是需要學校與家庭共同合作的，所以學校引入「家長評審制」，選定10種良好品格，請家長在家庭內按學校提意的步驟協助建立這些良好品格，並定期與子女討論及評分，將有關資料交回學校，以便讓有關資料記錄在學生成績表上，作為他們成就表現的一部分。

建立品格家庭的步驟（資料來源：邁向真成功（培基文教基金會））：

（一）示範好品格：

在家的成年人可先要求自己具有良好品格，再引導子女。當自己沒有表現出某種品格時，可請求家人原諒，並請他們督促改進，以「身教」的方式示範良好品格。此外，家長亦可把握機會，利用生活上的「品格英雄」或講述歷史上「品格英雄」的故事來協助子女找尋楷模。

（二）讚美好品格：

讚美可加強子女的學習動機，不過家長需要讚美品格而非成就。例如，讚美品格：「你在足球比賽中表現了耐力。謝謝你即使在困難時，仍然鍥而不捨。」，而不是讚美成就：「你真了不起，贏了這場足球賽。給了他們一點顏色。」在讚美的同時，家長可以指出哪些言行和態度示範了良好品格特質，解釋它們如何使子女本身和別人受益。

（三）教導好品格：

家長可先為良好品格特質下定義，再不斷尋找機會向子女作口頭提示何實踐，但不要過份參與。

a. 專注 (Attentiveness) —— 全神貫注地聆聽別人的意見以示尊重。

包括：—— 支持家人，聆聽對方的意見，不立即生氣或挑剔。

—— 鼓勵家人對他們參與的活動表示興趣。

—— 分出時間，用眼與耳聆聽家人的建議及關心的問題。

—— 花時間與每位家人獨處，聽聽他們的興趣愛好，讓他們感覺到他們的重要性。

—— 了解每位家人的喜好，以便在生日會或其他特殊場合給他們特別的驚喜。

b. 仁愛 (Benevolence) —— 滿足別人基本的需要不求回報。

包括：—— 對待家人要像對待外人一樣尊重。

—— 把洗衣、做飯等日常家務事，作為愛家人的一種表現。

—— 關心家人品格的成長多過他們成績。

—— 注重彼此內心的需要和願望，而非自私地尋求個人的成功，滿足個人的野心。

c. 勤奮 (Diligence) —— 全力以赴完成人所交代的任務。

- 包括：—— 投資時間和精力來協助家庭實踐共同目標。
—— 針對每週的任務協助家人計劃並設定可依循的優先次序。
—— 擬定每日時間表以便最有效地利用時間。
—— 努力幫助家人完成他們的責任，如同花精力完成，自己的責任一樣。

d. 謹慎 (Discretion) —— 避免後果不佳的言行和態度。

- 包括：—— 對可能產生摩擦或爭論的話 少說為妙。
—— 不讓那些給家人帶來不良影響的影片或書籍存放家中。
—— 不說使人氣餒的話。
—— 彼此提醒：不可不經過大腦說話。
—— 避免使用指責和輕視別人的負面話語或肢體語言。

e. 信心 (Faith) —— 即使事情不樂觀仍確信好品格會有好結果。

- 包括：—— 設想家人可有的成就，並幫助他們發出全部潛能。
—— 即使在不明瞭的地方，仍信任父母的領導和意見。
—— 彼此信任，在沒有反面證據前總是往好處想。
—— 願意放棄那些有礙好品格的朋友或活動，即使因此落到沒有朋友也在所不辭。

f. 主動 (Initiative) —— 看到事情不待別人開口就著手去做。

- 包括：—— 接受挑戰成為其他家庭的榜樣並藉著分享自己家庭學到的教訓來鼓勵他們。
—— 想像未來發展的方向，並預先計劃接受培訓的機會，努力達成目標。
—— 看到家中有哪些家務事需要做，然後動手去做。

g. 忍耐 (Patience) —— 接受困境並不設下擱開的時限。

- 包括：—— 把困難當作培養品格的機會。
—— 願意充分利用父母給予的零用錢。
—— 若是目前的慾望不能使整個家得幫助就放棄它。
—— 即使題目很難、老師要求太高，仍勤奮地功課。

h. 盡責 (Responsibility) —— 明白別人的期望並切實做到。

- 包括：—— 勤奮地學習。
—— 接受挑戰把家整頓得順當、有效。
—— 父母給予孩子們鼓勵和忠告。
—— 孩子們在言行和肢體語言上順服孝敬父母。
—— 使家人都能將潛能發揮盡致。

i. 節制 (Self-control) —— 摒棄私慾做正當的事。

包括：—— 學習控制自己的脾氣並處理任何內心的怒氣。

—— 即使被激怒，也謹慎地只說造就而不是拆毀的話。

—— 養成良好習慣，如早睡早起、健康飲食、適度運動及遵照編好的時間表等。

j. 誠實 (Truthfulness) —— 準確地說明過去的事實以賺得未來的信任。

包括：—— 知道承認錯誤而不是隱藏錯誤才能贏得尊重。

—— 向父母詳細解釋那些有問題的活動，以便父母 對在場的人和情況有正確的印象。

—— 不要為了給人留下深刻的印象而誇大事實。

(四) 識別好品格：

當子女將品格特質應用到生活中的時候，予以肯定及解釋此品格特質的定義。家長一定要相信子女願意有好品格及有能力實踐好品格，這樣才會有良性循環（希望他變好 ---> 真心相信他有能力更好 ---> 結果他的確有進步 ---> 更堅定我們的信心，相信他有能力更好）的出現，家長與子女之間之互動與交流便會越來越密切。

(五) 疏導糾正以培養好品格：

家長要以智慧方式進行疏導及糾正子女，恰當的改正是出於愛而非憤怒，不是要子女感到內疚或後悔。因此，家長不口出惡言，管教子女時更應私下處理，避免傷害子女。

第八章：獎勵計劃

(一) 學術獎：(教務組)

1. 學科優異獎：各級各科第一名至第三名
2. 學業成績優異獎：各級第一至第三名
3. 學業進步獎：各級學業進步獎第一名至第三名

(二) 品行獎：(學生成長支援組)

1. 品行優異獎：各級品行優異獎第一至第三名
2. 品行進步獎：各級品行進步獎第一名至第三名
3. 多元智能獎勵計劃：

目的：根據豪爾·迦納博士(Dr. Howard Gardner)的「多元智能論」，透過獎勵計劃，促進同學在語文智能、邏輯---數學智能、空間智能、肢體---動覺智能、音樂智能、人際關係智能、內省智能、自然觀察者能力的發展。

紀錄：參與校內及校外之比賽、活動及服務，都可以申報在計劃內。

獎勵：※計算每年在七個範疇所獲的總得分，頒發金獎、銀獎及銅獎。

※三年內獲分數最高的三位同學，分別獲金、銀及銅杯。

(三) 運動及藝術獎：(課外活動組)

1. 運動成就獎：頒發予運動方面有出色表現的同學
2. 藝術成就獎：頒發予藝術方面有出色表現的同學

(四) 模範生

每學年頒發予學業、品行及課外活動方面皆有出色表現的同學

第九章：課外活動安排

課外活動能讓學生發揮他們的興趣和潛能，更可訓練學生的自信、自律和團隊精神。透過各類訓練和活動，學生的情緒智商和多元智能得以提高。因此學校推行「一生一體藝計劃」，讓每位同學皆參加最少一項體育或藝術活動。課外活動的分類如下：

I. 學術：

- 中國文化學會
- 英國文化學會
- 數學學會
- 科學學會
- 綜合人文學會
- 電腦與資訊科技學會

II. 體藝：

- 視覺藝術學會
- 合唱團
- 管樂團
- 中樂隊
- 流行樂隊
- 籃球隊
- 足球隊
- 排球隊
- 乒乓球隊
- 羽毛球隊
- 划艇隊
- 拔河隊
- 越野長跑隊
- 花式跳繩隊
- 舞蹈學會
- 戲劇學會

III. 興趣：

- 攝影學會
- 演講及辯論學會
- 醒獅學會
- 魔術學會
- 園藝學會
- 棋藝學會
- 家政及手工藝學會
- 知心友

IV. 服務：

- 公益少年團
- 男童軍
- 女童軍
- 少年警訊
- 升學及就業輔導小組

V. 領袖生：

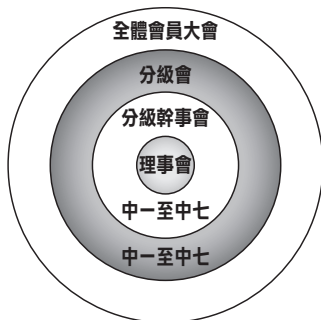
- 學生會
- 學術領袖生
- 紀律領袖生
- 圖書館領袖生
- 學長
- 社聯會幹事
- 司儀隊
- 推廣及接待領袖生

各課外活動組織在每年學期初招收會員，學生應至少參與一項及最多三項的課外活動，每學年九月將進行招收學員工作。在第一次會員大會選舉學會職員，學生不應擔任超過兩個學會的幹事工作。各學會的集會時間及地點將會另行通知有關家長或監護人。

此外，所有學生分別被編入勤、廉、信、慎四社其中一社，社務工作將由社幹事及社導師安排，各社學生幹事由全社成員以普選選出。

第十章：家長教師會

(一) 架構：



1. 理事會：

| 職位 | 家長代表 | 教師代表 |
|-----|------|------|
| 主席 | 1位 | 1位 |
| 副主席 | 1位 | 1位 |
| 秘書 | 1位 | 1位 |
| 司庫 | 1位 | 1位 |
| 康樂 | 1位 | 1位 |
| 學術 | 1位 | 1位 |
| 聯絡 | 1位 | 最少1位 |

2. 幹事會：

| 職位 | 家長代表 | 教師代表 |
|------|------|------|
| 幹事長 | 1位 | 1位 |
| 副幹事長 | 1位 | 1位 |
| 秘書 | 1位 | 1位 |
| 司庫 | 1位 | 1位 |
| 康樂 | 1位 | 1位 |
| 學術 | 1位 | 1位 |
| 聯絡 | 1位 | 最少1位 |

(二) 會章及會章附件：

請瀏覽本校網頁：<http://sunfc.school.hk>

(三) 家長教師會電郵：

pta@sunfc.school.hk

第十一章：其他校園生活資訊

(一) 支援有經濟困難學生的措施：

經濟有困難的學生可向隨時向學校以書面陳述理由，並附上相關的證明或資料副本，申請豁免或減收下列費用：

1. 空調費
2. 家長教師會費
3. 乘搭校車費
4. 購買校服費
5. 訂購飯盒費

此外，學生亦可向有關政府部門申請車船及書簿津貼。如新生屬初次申請車船及書簿津貼津貼，學校校務處備有少量申請表格以供索取，填妥後直接寄回學生資助辦事處，以便辦理有關手續。

(二) 繳費安排：

由於學校已引入八達通系統處理考勤紀錄，所以家長或監護人均可透過八達通繳交各項費用。此外，家長或監護人亦可利用支票繳費，支票抬頭請填上「港九街坊婦女會孫方中書院法團校董會」，並在支票背面寫上學生的姓名、班別及學號。請家長或監護人盡量避免讓學生攜帶大量現金回校繳費。如需協助，請與班主任聯絡。

(三) 交通安排：

學生可選擇校車公司提供的校車服務或乘坐巴士（九巴：70、72、72A、73A及74A）、專線小巴（28K）及其他公共交通工具往返校園。

學校已委任「勁力旅運有限公司」作為校車服務承辦商，委任期由二零零七年九月一日至二零一零年八月三十一日止。家長可按需要及該公司的收費自行決定是否選用有關服務。「勁力旅運有限公司」提供之校車服務如下：

1. 上學由大埔區內各大屋苑開出，同學於指定地點及時間上車。
2. 放學以循環線在學校開出往返大埔區各大屋苑。
3. 放學行車路線分A、B、C三路線：
 - A線——廣福/富善/大埔中心/富亨
 - B線——大元/榮暉/太和/帝欣苑/太湖
 - C線——桌球城/運頭塘/新達
 - 繁忙時段通常用三車分別行走以上路線，非繁忙時段將B、C線合併行走。

| 班次 | 頻次 | 車輛數目(A/B/C線) |
|---------------------|---------|--------------|
| 3:55 - 4:30 (繁忙時段) | 10-20分鐘 | 4-5車 |
| 4:30 - 5:20 (非繁忙時段) | 20-30分鐘 | 4-5車 |
| 5:45 - 6:10 (繁忙時段) | 10-20分鐘 | 4-5車 |

4. 每當家長日、家長座談會等活動，校車公司亦會以按次收費形式，派車穿梭大埔區各主要車站，接送家長及學生往返學校。
5. 如遇上天氣惡劣，教育局宣佈即將停課，校車公司會立即派車前往學校接載所有學生放學。

(四) 午膳安排：

全校師生均留校午膳，學生可自由向午飯供應商訂購午飯或自備午餐。中一級班主任會在午膳時間看管學生秩序，藉以增加彼此接觸的機會和建立師生間的良好關係。

(五) 請家長或監護人留意，學校規定所有教職員均不可接受任何與職務有關之利益。

第十二章：親子教育園地

親子心得 與青春期孩子的親子溝通

在很多家庭中，青春期的孩子不願把真正的感覺告訴父母，不管是自我中心的想法，或者是過去的經驗認為跟父母說是沒有用和不安全的，而且通常隻會換來忽視、嘲笑或指責等負面結果，這種情形發展下去使父母失去了許多原本可以幫助子女成長的機會。因此，如何增進與青少年子女的親子溝通至為重要，以下有五個基本原則提供父母參考：

接納孩子心聲

1. 表達接納的態度：當一個人能感覺到被另一個人真正的接納和溝通時，他就具有幫助別人的能力。很多父母都認為如果接納孩子的行為，他就會依然故我，要幫助一個孩子最好的方法就是告訴他，你不能接納他這樣的行為，他將來才會變得更好。因此，大多數父母都是採取「不接納」的方式來面對子女，以評估、判斷、批評、教訓、命令的方式來傳達資訊，讓孩子知道自己是不能被接納的。這種「不接納」的方式使孩子不再跟父母談心，而常是自己獨自去面對問題。

若父母透過自己的語言向孩子表達「接納」的感覺時，可以使孩子接納並喜歡父母，並幫助子女成長發揮潛能，從而協助孩子去解決自己的問題，給予支持的力量，幫助其渡過青少年期的一些痛苦與失望。而「接納」的重點是一定要表示出來，讓孩子感受到真正被接納。接納雖然是屬於被動的，所以更要藉由主動的溝通或表達才能讓孩子感受到。

2. 以身體語言表達接納：是指經由姿勢、手勢、面部表情或其他動作來表達。
 - (1) 以「不干涉」表現接納：當孩子從事自己的活動，父母不輕易干涉，會讓子女感覺到「我現在做的事是對的」、「我玩的遊戲是被允許的」、「父母接納我正在做的事」。而一些父母常會闖入孩子的房間、檢查孩子物品等，這無形中已干涉到孩子的活動，並傳達出「我不接納你」的資訊，通常會引起孩子的不安、恐懼與焦慮。
 - (2) 以「沉默的傾聽」表示接納：有時候什麼都不說也是一種很清楚的表示接納。心理輔導專家都知道利用這個方法，因為別人肯聽你說話是一種很美妙的經驗，會使人覺得被接納。所以什麼都不說跟什麼都不做是一樣的，是表示接納的一種方式，而這種接納有助於建設性的成長與改變。

3. 以語言表達接納：父母與子女在互動上當然不能全然保持沈默，語言的溝通亦十分重要，將於下文的積極傾聽、我的資訊、鼓勵等親子溝通方式中進一步說明。

表達積極傾聽

傳統父母總是習慣說教、指揮、命令、威脅等，因此要父母扮演積極傾聽的角色並不容易，而積極傾聽可以減少孩子「被否定」的害怕，這種方式代表了關愛。願意積極傾聽的父母會表現出一種全新的感激、尊重與關愛，使孩子對父母為生親密的感覺，因而也會相對地對父母表達出類似的反應。因為父母肯傾聽孩子的心聲，孩子當然也願意聆聽父母的看法。除此之外，積極的傾聽可以幫助孩子分析問題，孩子會因不斷的傾訴而逐步分析自己的問題，最後找出建設性的解決方法，進而變得較自主、負責和獨立。

當孩子透露他的心聲時，父母要聽得出孩子是不是遭遇到困難了。每個孩子在生活中都會遭遇到一些困難、失望、挫折與痛苦。如，與朋友、手足、父母、老師、環境之間的問題，或是自己本身的問題。解決這些問題若能得到父母的幫助，孩子就會擁有健康的心理，獲得更多的力量與信心。

父母在傾聽孩子的說話時，一定要察覺他的問題。但有一個重要的原則運用是「問題所有權」，亦即辨別問題到底是屬於誰的？

積極傾聽在「孩子有問題」最有效，但在「父母有問題」時卻無能為力。大多數父母習慣把孩子的問題攬在自己身上，給自己帶來不必要的壓力，不僅破壞他們與子女的關係，也失去了許多幫助孩子的機會。惟有當父母接納「問題是孩子的」觀念後，他才能夠訓練孩子自己去解決問題。

有時孩子也知道一些情況不能改變，但是因為有人接納他、瞭解他，就能幫助他消除那種不安的感覺。

父母要等到嚴重的問題出現時才去積極的傾聽嗎？還是像孩子隻要有一些小事便開始注意？孩子每天都會傳遞資訊給父母，述說他們遇到難題的感覺。父母在這種情況下提出任何保證都是無效的，隻有積極的傾聽才能解決問題。

孩子要的是父母體會與瞭解他的感覺，許多父母抱怨他們的孩子不跟他們討論心中的問題，其實孩子會以試探和猶疑的口吻提出問題來，隻是這種心意常被父母一貫傳統的反應（如訓誡、說教、諷刺等）給打消了。

運用積極傾聽時，父母常犯的錯誤：

- a. 經由指導來「操縱」孩子：有些父母使用積極傾聽會失敗，是因為他們內心有想要操縱孩子的企圖，希望孩子照他們所要的去做。例如，有的父母假借傾聽之名，想

達到要孩子用功讀書的目的，結果孩子在感到威脅之餘，不但不會領情，而且會出現防衛的姿態。因為，孩子會很快察覺到父母操縱的企圖，認為父母想改造他，雖然父母不是直接的控制，但是已使孩子的獨立性受到威脅。

- b. 打開門後又關上：有些父母打開積極傾聽之門後，隨即又關上，因為他們沒耐心聽孩子把話說完，或是不認同孩子的看法。
- c. 缺乏共鳴的傾聽：父母積極傾聽的同時，一定要以關愛與同理心來聽，也就是要和孩子產生共鳴，因為我們在說話時都希望別人明白自己的感覺為何，孩子是特別敏感的，當他們和父母溝通時，渴望父母的共鳴，否則會認為父母不懂得瞭解他們的感覺。
- d. 積極傾聽的時間不對：當孩子不願談他們的感覺時，就算父母肯洗耳恭聽也是白費。父母應該尊重孩子，等他願意說的時候再傾聽，而非強迫他立刻說。傾聽隻是幫助孩子跨出解決問題的第一步，讓他把感覺說出，讓問題具體化，父母不必操之過急。

運用「我」的信息

在親子溝通中，強調父母宜多用「我覺得……」、「我感到……」、「我認為……」等語句表達，但許多父母急於運用或用得不當，卻往往沒有得到預期的效果。因此，以下提出幾個運用

「我」的資訊要注意的地方：

- a. 偽裝之「你」的信息：許多父母雖然在和孩子溝通時，也記得使用「我」的資訊表達方式，但很多時候其中還是隱含了「你」的訊息。
- b. 別強調消極的感覺：當父母在發出「我」的資訊時還常犯的錯誤，就是忘了「我」的資訊是要表達「積極」的感覺，而往往他們所傳達的是「消極」的感覺。
- c. 反應太過溫和：有些父母對於一些自己心中覺得嚴重且強烈的真正感覺，不放進「我」的資訊中，尤其一些真正嚴重的事是必須要真實傳達，孩子才可能感到沖擊，才可能改變行為。
- d. 反應太過激烈：有些父母在剛學會「我」的資訊後，就急著去面對他們的子女，結果是像火山爆發，一發不可收拾。很多父母誤以為「我」的資訊是用來發洩他們對子女的不滿，結果反而傷害到孩子，讓他覺得有罪惡感、父母在責備他。通常「憤怒」的父母會用「憤怒」的表現來教訓孩子，所以生氣常會變成是「你」的信息，帶有責備和批評。

給予適切鼓勵

青少年的父母總希望能夠建立他們子女的「自信」，使其養成積極思考的習慣，學會對自己的行為負責。自信心的建立，來自於自我的成就動機與別人的贊美和鼓勵。許多父母吝于或疏于給孩子適切的鼓勵，特別是在溝通的過程中，要求多過徵求他的同意、苛責多於贊許。其實隻要適當地把握「鼓勵」的原則，溝通的結果多半是能趨於一個積極、正面的行為導向，使親子之間的關係更和諧。以下是幾個重要原則：

- a. 對孩子有信心：青少年需要大人的指導是天經地義，但一旦指導原則確定且互相同意後，父母應要求孩子有遵守約定的誠意，而且相信他們會去遵守（信任他們）。也就是對孩子要有正面的期望，不要認為他做不到，也不應要求他做到完美。
- b. 建立孩子的自尊心：不要把他拿來和其他兄弟姐妹或朋友進行比較，每一個人都是一個獨立的個體，給子女選擇做自己的權利。經常拿來和別人比，尤其是比他表現好的比較，跟當別人面前打他的耳光沒什麼兩樣，不僅有傷孩子的自尊心，而且使他容易放棄努力。
- c. 肯定孩子的努力和進步：沒有人天生是完美的，隻要青少年的孩子有一點點進步和努力，父母都應該鼓勵他們。鼓勵是在強調過程（努力、行動、前進），而不是在結果（成就、得失、榮耀）。找出其最有興趣的事物，鼓勵他發展實際（不是遙不可及）的目標，不要給他壓力，以他能力可及之限為標準，要求過高的結果常會導致孩子反抗或退縮的兩極反應。
- d. 集中注意力在他的優點和潛力：不要指責孩子的錯誤，多給他的優點和能力加油，幫助他找到屬於自己的潛能。每個人不同的特質造就他存在的意義，在他表現不好的項目上給予鼓勵，在他表現好的項目上肯定其長處，真誠的告訴他：「你會做得很好！」
- e. 接納犯錯的可能：在學習的過程中，犯錯是在所難免的，而青少年正處在嘗試不同角色以達到「自我認定」的階段，接納他，與他一起討論，親子一同在這過程中學習，檢討出原因並找出可能改進方法，幫助孩子面對錯誤而自行修正，而且不忘記對他說：「我們永遠在這裏給你支持的力量！」

訂定規範

在生活的競賽中，父母是教練，孩子是球員，共同訂定一套彼此都能接納的「遊戲規則」是制勝的保證。

- a. 訂定規範：做父母最大的挑戰，便是訂定家中的規矩。為維持家中的紀律，很多父母會把它和「懲罰」畫上等號，但規範必須是幫助孩子步入成熟和獨立的規範，是協助他預防和糾正錯誤的過程，讓孩子知道如何自己下決定，學會自動自發地對自

己的行為負責。規範是與孩子平等討論而建立的協議，因著雙方對此協議的尊重和遵守，讓孩子學會自我規範，走向對自己行為負責的成熟且獨立的坦途。

b. 學著改變自己：這是規範訂定之前的主要條件，因為一個人不可能「決定」任何一個人的思想或行為，能決定只有自己的改變。所以，想受到孩子尊重，先要尊重孩子。訂定規範前，要讓孩子瞭解你想解決問題、相互溝通的誠意。你們是平等的個體，青少年不再是小孩子，他們擁有自己的意見、學會獨立思考的模式。父母要真正的尊重他，他才可能對父母為生自發性的尊重。

c. 協議規範的步驟：

- (1) 澄清問題：父母與子女將彼此對問題的看法提出，強調是事實陳述，而不是情緒反應。換言之，要就事論事，不要借題發揮。
- (2) 腦力激蕩、角色扮演：開誠布公地與對方交換問題解決方式的建議。這時一個好方法是「角色扮演」，鼓勵雙方互換角色，父母去體會兒女表達的意見，子女亦設身處地去感覺父母的想法和考慮，互相問對方，「如果你是我，會怎麼處理？」提出各種解決分歧和問題的可能方法。
- (3) 選擇最好的結論：藉由上項各種解決方法的討論，對各種建議做評價，在雙方都能接納的前題下，選擇一個最好的結論。
- (4) 規範訂定後，最重要的是共同遵守的誠意，使規範成為「非強迫」性自發行為的動力，如此規範才能持久。當然，也需要互相給一段適應時間，定期做評估，使規範永遠切合實際環境和需要。父母的身教重於一切，本身一定要以身作則，雙親的標準亦須一緻，以免孩子無所適從。

尋日阿牛仔又俾學校罰留堂，已經係今個月的第三次。我一返到屋企，我老婆就啄住我，佢話：「你可唔可以做返一個老豆應該做的東西呢？」

我有D迷惘，我話：「老婆，我有咩問題呀？」佢一路洗菜一路講，佢話：「你有冇聽過孔融的故事呀？」我話梗係有啦，孔融讓梨丫嘛，你唔係要我學佢下嘛？阿牛仔唔中意食梨架喎。

佢冇理我，繼續講，佢話：「東漢末年，小時候讓梨那個孔融，已經成為兩個仔的老豆，有一日，佢兩個仔趁住佢訓緊晏覺，走去佢床頭偷酒飲，首先係個大仔，佢對住孔融拜左兩拜，然後先至敢落手；但係個細那個就唔同喇，佢冇拜到，一手拎起個酒壺就飲喇。」

講到呢度，我忍唔住插嘴，我話：「咁佢個大仔都算係咁啦，明知自己做緊衰野，所以先同個老豆拜兩拜，即係報定案，認左錯先；但係個細的就好似有乜是非之心喎，係咪咁的意思呀？」

我老婆話：「No，個細的唔拜，唔係因為佢唔知衰，而係因為佢覺得，做緊壞事，係唔應該同個老豆行禮的，所以，其實佢比佢阿哥仲更加知書識禮呀。你明唔明呀？」

我諗左一諗，我話：「老婆，到底你想同我講咩呀，我都係唔明喎。」佢洗完菜，抹乾雙手，然後好認真咁同我講，佢話：「呢個故事即係話，阿孔融係一個嚴父，佢教出黎的仔，就算做壞事都會作賊心虛，咁的仔，第日大個左呀，都唔方壞得去邊啦。」

我又諗左一諗，我話：「你的意思即係話，我對阿牛仔唔夠嚴？」佢反問番我，佢話：「你認為呢？」

我有答佢，我只係係心裡面嘆左一句：「唉，做人難，做人老豆，就更加難呀！」

管教子女的智慧：

成長在「讚美」中的孩子，長大後學會「感激」；

然而，成長在「批評」中的孩子，長大後學會「責難」；

成長在「激勵」中的孩子，長大後學會「信心」；

然而，成長在「嘲諷」中的孩子，長大後學會「畏縮」；

成長在「贊許」中的孩子，長大後學會「自愛」；

然而，成長在「羞辱」中的孩子，長大後學會「虛怯」；

成長在「鼓勵」中的孩子，長大後學會「欣賞」；

成長在「接納」中的孩子，長大後學會「友誼」；

成長在「忍讓」中的孩子，長大後學會「堅忍」；

成長在「安定」中的孩子，長大後學會「信任」；

成長在「公平」中的孩子，長大後學會「正義」；

成長在「溫暖」中的孩子，長大後學會「幸福」。

參考資料

1. 親子心得交流中心：

<http://www1.hkp2pforum.com/forumdisplay.php?fid=268&sid=ke29Z1>

2. 一頁子網絡：

<http://hk.geocities.com/ymantea/>

3. 天下父母經：

<http://www.rthk.org.hk/special/parentsmottoes/>

書籍推介

《為青少年立界線》作者：約翰·湯森德；譯者：蔡岱安，2007年，台福出版社。



孫方中書院

地址：香港新界大埔大埔公路大埔滘段4643號

電話：2656 7123 傳真：2654 6886

網址：<http://sunfc.school.hk>

電郵：info@sunfc.school.hk

