



中華基督教會 元朗真光小學



校址：元朗鐘聲徑 5 號 電話：2476 2696 傳真：2443 0755
網址：www.ckps.edu.hk 電郵：info@ckps.edu.hk

困境也是一種動力

何妙玲校長

在新冠病毒的陰霾下，學校停課、復課、面授課、網課、全日制、半日制等等，形形式式、反反覆覆的影響着學生的校園生活，以往的旅行、運動會、境外學習.....也全部暫停，大家正經歷一場前所未有的考驗。

東京奧運會也因疫情的緣故，一波三折，甚至連舉辦日期也由2020年延至2021年暑假。相信最吸引大家的，莫過於香港運動員在這非一般的奧運，取得一金二銀三銅的驕人成績。張家朗、何詩蓓、劉慕裳、李皓晴、杜凱瑋、蘇慧音、李慧詩.....眾位傑出的香港選手，也一時成為佳話，他們憑著堅韌的精神，克服了疫情下的種種困難，在生命的歷程中畫出了美麗的彩虹。

其中「牛下女神」李慧詩的奮鬥精神，也一直讓人讚賞。我們每一個人都總有受傷的時候，就好比李慧詩在2006年一次訓練受傷導致手腕骨裂，經過三次手術都失敗，就連教練也勸她要放棄單車一樣。李慧詩的手部傷患一直都在，面對這個窘境，相信不少人也會選擇放棄。然而李慧詩，她選擇咬緊牙關，堅持到底，學習著與傷患共處，憑著她堅毅不屈的精神，在2010年的亞洲運動會中，贏得金牌及同時打破亞洲紀錄，並且一路走到今屆的奧運頒獎台上也未曾放棄。

我們的生活裏總沒可能一帆風順，有時候一些過去不愉快的挫折就如魔咒一樣與我們的生活形影不離。面對衝擊，我們可以選擇放棄；但我們更可以像李慧詩一樣心存盼望地努力下去，因為神必定會為我們開路。

我們的生活裏總沒可能一帆風順，有時候一些過去不愉快的挫折就如魔咒一樣與我們的生活形影不離。面對衝擊，我們可以選擇放棄；但我們更可以像李慧詩一樣心存盼望地努力下去，因為神必定會為我們開路。



小一適應活動

小一適應周

學習聆聽老師的指令，提升專注力。

透過遊戲，互相認識，學習聆聽指令，訓練專注力。

學習交功課的步驟，自己的事自己做！

小學生活與幼稚園生活截然不同，為了讓學生盡快適應小學的校園生活，學校於暑假期間舉行了「小一適應周」活動。活動除了讓學生提早認識校園環境、教師及同學外，亦會集中提升小一生社交、專注及自理能力，以裝備學生適應小學生活，從而建立自信，並培養學生擁有正面的學習態度和習慣，為他們在新階段的學習打穩基礎。

為自己設計名牌，讓大家互相認識。

利用放大版的家課冊寫功課，有助適應與過渡。

學習排隊拍智能卡，模擬上學時的基本程序。

學習自行收拾物品。

學習打招呼，做個有禮的真光好孩子。

同心抗疫，保持個人衛生很重要。

自理小達人活動

學校特別舉行「自理小達人」活動，邀請家長與孩子一起學習收拾書包，認識每科的書簿及作業，並教孩子閱讀上課時間表及校曆表等，熟習如何準備上學的用品。

大哥哥大姐姐計劃

學校邀請四至六年級的學生擔任「大哥哥大姐姐」，去照顧及陪伴剛升上小一的學弟學妹，以協助他們更容易適應校園生活。開學前學校特意为各位「大哥哥大姐姐」進行培訓，透過與人相處和溝通的遊戲，讓他們學習照顧學弟學妹的技巧，期望他們在實踐時能更得心應手。

「大哥哥大姐姐」會於小息時間與小一生聊天，又會帶他們認識校園，更會為他們檢查家課冊，以培養良好的學習習慣。在「大哥哥大姐姐」的陪伴下，小一生擴闊了社交圈子，在適應新環境的道路上更見順利，開開心心迎接小學新生活。



你好，我以後就負責照顧你們了！



小息時有大姐姐相伴，真好啊！



大姐姐教導小一生整理個人物品。



大哥哥正在指導小一生抄寫家課冊。



小一迎新家長日及家長小聚

為了讓家長更輕鬆地幫助子女適應新的學習生活，學校在開學前舉辦了「小一迎新家長日」，希望能解答家長心中的疑慮，例如小學的課程設計、小一銜接和課外活動安排等。

開學後，學校再舉辦「小一家長小聚」，先由小一科任講解科本學習重點，並分享小一生的學習表現和適應情況，再分小組面談，以加強家長與老師之間的溝通。活動得到家長們的積極參與和支持，學校深信家校之間緊密的合作和溝通，定會成為學生強而有力的最佳後盾！



小一迎新家長日。



小一科任向家長講解各科學習重點，並即時解答家長的查詢。



科任和家長們分享教導小朋友的心得。

STEM DAY

學校於11月16至17日舉行STEM DAY，在老師的指導下，同學們一一化身為小小科學家，從科學的角度進行探究和實驗，一同在解難活動中體驗STEM的樂趣。本年度學校更將STEM結合了編程的設計，五年級的同學需要利用不同的傳感器，例如聲音、光線感應器等連接Micro:bit微型電腦板和LED燈，創作一盞擁有夜光系統的燈，把STEM活動所學的知識融入日常生活之中。

看看同學們怎樣透過STEM設計循環五步曲(學習、設計、製作、測試和反思)為自己設計的作品不斷優化、測試和改良，體驗完整的科學實驗過程吧！



一年級同學透過探究物料的軟硬度和透光度製作相架，看他們多滿意自己的作品呢！



二年級學生透過多次實驗，製作「自製玩具車」，看看同學們正在進行比試呢！



四年級同學正在進行「紙飛機」比賽，他們細心地把紙飛機安放在發射器上，看看誰的紙飛機飛得最遠！



三年級學生變身成為「科學專員」，正在設計一個最佳的保溫裝置呢！



五年級同學正在設計一盞智能夜光燈，要運用micro:bit編程以完成作品，經過不斷嘗試後，他們終於成功研發出既節能、又美觀的夜光燈。



要設計一個穩固又發射得準確的投石器真的一點也不容易呢！六年級同學經過試射、改良、修正後，這個槓桿裝置最後終於成功了！



為了增加同學對科學的興趣和認識科學奧秘，學校於STEM DAY安排一、二年級同學參觀科學館。是次展覽特設「彼思動畫的科學秘密」主題，同學透過了解動畫製作的科學原理，明白到原來製作動畫真的包含很多大智慧呢！



同學們在常設展覽館能認識不同的科學原理，又能參與不同的小遊戲，真是一個動動腦筋的好機會！

訓輔活動

本年度的學校主題為「常載希望，心存感恩」，「希望」即對未來充滿正面的期盼，樂觀地面對挫折及困難，相信好的事情總會到來。「感恩」是時刻注意到自己身上發生的好事，懂得欣賞別人給予的幫助，對生活中的每一件小事、好事心存感恩。期盼真光學生能夠由心出發，去發現生活中的美，並對未來充滿希冀。疫情下的我們，更需要這份正向的能量，齊手共建不一樣的精彩生活。

壽星仔壽星女活動

YEAH! 生日月的大快樂!



正所謂獨樂樂不如眾樂樂，本年度的壽星仔壽星女跳出課室，在生日月份自由地邀請自己最尊敬的師長及最要好的朋友們，一起分享生日的喜悅，一起留下最美好的回憶。

同學邀請校長一起拍照留念。

品格強項活動 尋找我的 1/24

你了解自己的品格強項嗎？你又能否說出身邊好友、家人所具備的品格強項？6大美德、24種品格強項、正向教育，這些都是真光學生耳熟能詳的名詞，也是真光學生最強的心靈彈藥。11月的品格強項活動期間，同學們積極地參與，在活動中自信地寫出自己的品格強項，亦展示出正面的愛學習、樂挑戰的學習態度，值得嘉許。



認真地寫下自己的品格強項。



貼上寫有自己品格強項的小紙條



這是我們的1/24品格強項。



大家都很踴躍地參與啊！



齊來玩玩品格強項轉轉樂。



你又轉，我又轉，大家都很期待轉出自己的品格強項。



同學成功取得Smart Kids獎勵卡。

新

大家好，我是陳佩鈞老師。我是2A班的班主任，同時也是任教英文、常識和音樂的老師。我非常榮幸在今年加入元朗真光小學這個大家庭，我亦感恩有機會在此陪伴每位小朋友成長。無論是學業、品格培養、還是個人成長上，只要能夠看到他們一點一滴的進步，我也會感到欣喜。今年度學校的主題為「常載希望，心存感恩」，陳老師希望各位小朋友也能常存感恩之心，學會欣賞他人和喜愛自己，老師對你們滿懷信心！

我平日喜歡閱讀和畫畫，也很喜歡和小朋友談天。如你們想和我分享心事，歡迎到2A班來找我，謝謝！



老

大家好，我是鍾宛真老師，是3A班的班主任，主要任教數學和體育，很感恩今年能加入元朗真光小學這個大家庭，感恩有機會在這裡教導莘莘學子和陪伴他們在知識、品行和靈性上成長。從小開始，神的愛點亮了我的人生，讓我得著豐盛的生命，願我也能用神的愛引導他們走正路，不但成為有學識的人，而且懂得去愛和關懷，成為別人的祝福。

在閒餘時，我喜歡閱讀、彈結他、遠足和做運動，在周末時也喜歡參與教會的活動。願我們未來能一同在神的愛中快樂成長，一同經歷成長歷程中的苦與樂。



師

大家好！我是莫凱喬老師，很高興能夠加入充滿愛與歡樂的真光大家庭，更慶幸的是能夠認識到各位來自元朗真光小學的同工、家長及學生。我堅信每位孩子是獨一無二的，他們全都是天父和父母們珍視而可愛的寶貝。我認為老師除了負責教授知識外，亦是一位同行者，在孩子需要自信時去欣賞他；在孩子需要勇氣時去鼓勵他；在孩子受挫時去扶助他；在孩子失落時去安慰他，讓孩子感到被愛的溫暖。願真光小學的孩子每天都在充滿歡愉的校園裡學習和成長。



介

大家好！我是蔡康傑老師，很高興能加入這個充滿關愛的大家庭。我是5A班的班主任，任教數學、常識和電腦，平日喜歡做運動、看電影和看書。

在短短的兩個月，我發現這裡的同學都很純真，很喜歡和老師交談、相處，同時我亦收到同學給我的信件，向我分享他們的生活點滴，令我十分感動。就正如今年學校的主題「常載希望，心存感恩」，我自己也很感恩有機會來到元朗真光小學任教，歡迎同學找我傾談，無論是開心還是不開心的事，也可以與我分享，讓我可以有機會了解每一位同學。



大家好，我是謝琬琳老師，很高興能夠加入元朗真光小學這個大家庭。雖然只是短短兩個月，我已經與不少真光小朋友熟絡了。我發現真光的小朋友都是親切而有禮貌，每次碰上不太認識的小朋友，他們一定會主動向我打招呼，令我感到非常溫暖。

我主要任教視藝科，所以視藝課上常常會看到我的身影。其次，我任教常識科，本學年也是2B班的副班主任

我認為上藝術課最主要目的並不是要培養大家成為一位藝術家，而是希望可以提供一個隨性的空間，透過創作，鼓勵同學表達自己，尋找自我。希望日後同學有什麼個人創作，就算是一幅小圖畫，也可以拿來跟我分享。



紹

大家好，我是何偉倫老師。很開心能夠加入元朗真光這個大家庭，期待在這個充滿愛的環境中與大家一起進步。我是4B班的班主任，主要任教數學和常識。我每天都非常享受和珍惜與同學相處的時光。當我看見他們的臉上掛著天真無邪的笑容，就感到很滿足。在往後的日子，歡迎大家多找我聊天，互相了解。

除了日常教學外，我還很喜歡做運動，運動有助身心健康、提升學習及工作表現，也能讓人增添自信，並擁有成就感。因此，請各位同學謹記多做運動，建立良好的運動習慣。



2020-2021 校際及公開比賽得獎名單

藝術

第十三屆國際公開繪畫大賽：金獎	5B 楊俊曦
Draw My Watch 錶面設計比賽 2021：中童組銅獎	6B 陳愉欣
木管樂器自選曲組：金獎	5A 麥曜雅
Children's and Youth Woodwind Competition：榮譽獎	5A 麥曜雅
上文化國際青年音樂節 2021 決賽：銅獎	5A 麥曜雅
香港學界音樂大賽 2021：銀獎	5A 麥曜雅
The 1st Hong Kong Student Woodwind Competition：SILVER	5A 麥曜雅
2021 第七屆澳門 - 亞太青少年鋼琴公開比賽：英皇第四級組三等獎	6B 鄧啟皓
2021 BIPC 曼谷國際鋼琴大賽 (泰國) 香港區賽：鋼琴級別組四級組銅獎	6B 鄧啟皓



全港社區體育舞蹈公開賽 香港 2021 第一站

雙人組 13 歲查查查、倫巴舞及牛仔舞冠軍、雙人組 13 歲查查查亞軍、雙人組 13 歲倫巴舞亞軍、 雙人組 13 歲牛仔舞亞軍	6B 陳愉欣
男女混合組 8 歲查查查冠軍、牛仔舞冠軍、男女混合組 8 歲森巴舞及鬥牛舞冠軍、男女混合組 8 歲 查查查、倫巴舞及牛仔舞冠軍、男女混合組 8 歲倫巴舞冠軍	3A 陳亮博
男女混合組 (7 歲或以下) 查查查第 4 名、牛仔舞第 4 名	1A 陳肇汧
全港社區體育舞蹈公開賽 香港 2021 第三站：單人組 11 歲或以下倫巴舞冠軍、單人組 11 歲或以下 查查查季軍、單人組 11 歲倫巴舞分組賽 B 第二名、單人組 11 歲查查查、倫巴舞及牛仔舞分組賽 C 第一名、單人組 11 歲牛仔舞分組賽 A 第一名、單人組 11 歲查查查分組賽 B 第一名、單人組 11 歲 森巴舞及鬥牛舞分組賽 B 第一名	6B 陳愉欣
IIFYDC International Young Dancers Competition Age Group 13-15 Latin Dance Team (2nd place)	6B 陳愉欣

校際體育舞蹈公開賽 2021

11 歲單人牛仔舞 D 組冠軍、11 歲單人森巴舞、鬥牛舞 B 組冠軍、11 歲單人查查查、倫巴舞、牛仔 舞 A 組冠軍、11 歲單人查查查 A 組冠軍、11 歲單人倫巴舞 D 組冠軍	6B 陳愉欣
6 歲單人牛仔舞 A 組 - 第 5 名、6 歲單人查查查 B 組 - 第 4 名	1A 陳肇汧
第八屆世界舞蹈家錦標賽：第一屆世界舞蹈家表演舞大賽 U12 Solo Samba B (1st)、U12 Solo C/R/ S (2nd)、U12 Solo Paso Doble (2nd)、Danslab Girls' Team Showdance Competition (Gold)、U12 Solo Rumba A (1st)	6B 陳愉欣
ICBD District 18 Championships (Stage 42)：Juvenile & Youth Solo SCR PJ (First)、Juvenile & Youth Solo Rumba (First)、Juvenile & Youth Solo CR (First)	6B 陳愉欣

東區舞蹈節錦標賽

Solo Samba (First)、Solo Rumba (First)、Solo Paso Doble (First)、Solo Jive (First)、Solo Cha Cha Cha (First)	6B 陳愉欣
Solo Cha Cha Cha (Second)、Solo Samba (Second)、Solo Rumba (Second)	6B 許天穎
Solo Samba 優異、Solo Rumba 優異	6A 譚詠妍
兒童青少年 Cha Cha Cha (First)、兒童青少年 CJ (First)	1A 陳肇汧
2021 第三屆星藝盃：初小組單人芭蕾舞銅獎	4A 趙穎薇



體育

第四屆 X 分區交流賽 (競技)：速度王賽事 (優異)	6B 陳靖琳
-----------------------------	--------



多元課外活動

為了學生的全人發展，學校透過舉辦不同的課外活動，拓展學生在課堂以外的學習，培養學生的興趣，發展他們的潛能，促進他們的身心健康，增進他們良好的人際關係，激發他們追求卓越及進取的學習精神。

本年度學校開辦了英語音樂劇培訓班、英語小廚師培訓班、劍橋英語班、珠心算班、無人機編程隊、「人工智能應用AI Maker」班、CoSpace VR/AR班、小小科學家、創科天地、藝術小兵團、畫班、黏土班、視藝天地、詩歌班、節奏樂班、陶笛班、手鐘隊、Boomwhacker班、中國舞蹈班、拉丁舞班、田徑隊、花式跳繩班、三人籃球班、足球班、乒乓球班、跆拳道班、鼓操班、夜光舞龍班、自導自剪班、學生團契、女童軍等課外活動。

除了提供培訓，學校還會鼓勵學生參加校內、校外舉辦的比賽，展示自己努力的成果。



跆拳道班



劍橋英語班



中國舞蹈班



珠心算班



黏土班



花式跳繩班



畫班



英語音樂劇培訓班



► 夜光舞龍班



► 鼓操班



► 學生團契



► 節奏樂班



► 英語小廚師培訓班



► 乒乓球班



► 三人籃球班



► 足球班



同學們隨著Hip Hop舞導師的示範動起來。



本年度學校新開辦Hip Hop Dance街舞和Tap Dance踢踏舞班，並邀得相關機構提供示範表演，同學們都樂在其中。

Tap Dance 導師落力示範。

