

教育傳媒出版

升中指南

學校分享：



基督教四方福音會深培中學
Semple Memorial Secondary School

- ◆ 校長專訪
- ◆ 課程特色
- ◆ 學生支援及發展
- ◆ 家校合作



目 錄



P1 學校簡介

P2-3 升中適應指南

P4-7 校長專訪



P8-11 課程特色

P12-16 學生支援及發展

P17 家校合作





校訓

博愛 明誠

「博」— 廣也，大也，所以擁有更多。

「愛」— 耶穌基督的愛記載於約翰福音第13章：34—35節「我賜給你們一條新命令、乃是叫你們彼此相愛。我怎樣愛你們，你們也要怎樣相愛。你們若有彼此相愛的心，衆人因此就認出你們是我的門徒了。」

「明」— 清晰也，辨別清楚。

「誠」— 真實無妄也。

辦學宗旨

忠於所托 實踐使命

學校以基督精神辦學，培育學生服務社群。積極進取，群策群力，善用資源，提供優良教學及學習環境。透過合適課程，使學生在德、智、體、群、美、情、靈各方面，得到全面培育，均衡發展，並能終身進取，貢獻社會及國家。

子女將由小學升上中學，處於青春期的躁動，加上需要適應新環境的不安，家長作為子女最強的后盾，角色尤其重要。然而矛盾的卻是，進入反叛期的子女，未必對父母言聽計從。在學生適應校園和學業方面，學校會提供不少支援，反而一直見證子女成長的家長，由照顧者變為同行者，角色位置開始轉換，正是需要小心處理的一刻。其實愈是緊張子女「成長」，愈要為他們提供適切的環境，讓他們走自己的路。

升中適應 家長指南



■ 中一生常見問題



升中後，中一學生最常面對的問題：



生理方面

由於男生和女生的發育年齡不一，大部分女生於高小已經開始面對青春期帶來的生理轉變，反而男生踏入升中後才開始有生理轉變，而生理變化亦會直接影響他們的外觀、與人相處、自我觀感及自我認同。



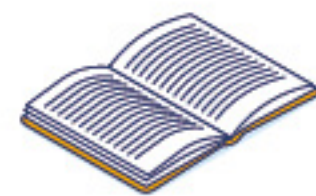
心理方面

根據發展心理學家與心理分析學者 Erik Erikson 所指出，青少年在青春期正處於自我認同和身份混亂的階段，往往表現得反叛。反叛其實是表現獨立的一種手法，有趣的是，在表現獨立的同時，他們往往十分介意他人的想法，故此相當重視父母對自己的認同。所以青春期的心理狀態既矛盾又複雜，家長應更細心留意子女的狀態而作出回應。



交友方面

希望透過同輩建立自我認同感，所以特別在意外表打扮，想盡快尋找自己獨特之處，希望以外觀告訴別人自己是一個怎樣的人。並且，他們會對異性開始產生興趣，不少初中生會開始拍拖，希望透過拍拖了解異性，作為對身份價值的一個肯定。



學業方面

科目增加，學習模式亦有所改變，不再是重複抄寫的作業，而是更多參與小組討論，需要從多角度思考。學生若能於高小階段便作出適應，升中後會更容易掌握這種學習模式。此外，他們參加的課外活動亦會增加，更為着重團隊合作和社交技巧。





學習觀察和聆聽



子女升中後需要支援，然而當他們踏入反叛期，未必事事都聽從父母意見時，家長又該如何拿捏與子女的溝通？香港青年協會家長全動網向來致力推動家長教育，單位主任凌婉君姑娘表示，先決條件是家長必須要承認子女已經步入「小成人」階段，以子女能獨立自主為目標，而觀察和聆聽永遠是家長需要學習的環節。凌姑娘說：「家長需要由較『權威』的管教方式，逐步轉為『有商有量』。因為子女年紀較小時，家長會直接指導他們。隨着子女年紀漸長，父母與子女在溝通上的關係相對平等，應讓子女選擇自己的生活模式。家長聆聽子女的需要和想法的同時，亦可分享經驗，讓子女參考並作出選擇，從而走出自己的人生路。」父母與子女的關係是一世的，然而父母可以選擇相處模式和角色，由照顧者變為同行者，操作上則需要細心的轉變。



放手就是多信任



相信不少青少年都會覺得父母「囉唆」，若要擺脫這種「宿命」，父母管教初中生時要「醒目」，選擇值得管教的議題。若父母凡事出聲管教，難免令青少年覺得反感。凌姑娘指出：「囉唆背後，代表了父母對子女的不信任和不尊重，當子女認為父母對自己毫不信任，到有大事發生時，更不會選擇跟父母傾訴。家長應從旁觀察時，選擇介入比較重要的事情。」父母要懂得分辨哪些事情應由子女自己處理，哪些事情應由父母出手協助或提供意見。即使家長認為事情需要介入幫忙，首先必須聆聽子女的理解和想法，嘗試以他們角度分析事情，讓子女明白，原來父母會從自己的角度思考，關係便會漸趨良好。

重建社交生活



痴心父母古來多，然而子女終須學習離巢，屆時父母應重建自己的生活 and 社交圈子。凌姑娘說：「首先是重建夫妻關係，因為在子女年紀小的時候，夫妻常常會將重點放在子女身上。到他們升中後，夫妻可以重建親密關係，面對子女的成長改變時，互相支持鼓勵。建議家長發掘或重拾一些興趣嗜好，藉此減少對子女過份的關注，大家在相處上會舒服一點。」重建自己的社交生活，為自己建立同輩支援，到子女獨立離家，也不會過份失落。

強化自主學習 教學兼顧成長需要

全方位學習 從實踐引領成長

基督教四方福音會深培中學創校於 1967 年，培育優秀學子逾半個世紀，多年來堅守基督精神，營造力臻完美的教與學環境，以學生為本設計課程和活動，引導年青人全面發展七育，建立終身學習、貢獻家國的人生觀。

近年，學校投放資源優化校園，加入大量資訊科技學習配套；同時順應疫情與學習需要，重新編制上課時間表，新設「校本應用學習」，令學生在追求學術成就時，仍能透過多項證書課程，探索個人興趣。黃佩儀校長帶領專業教學團隊，積極傳承基督教精神，一同以心教育、以愛關懷，啟發每位學生的才能，讓他們活出燦爛未來。



籍，並製作閱讀報告表，從中提升閱讀興趣與語文學習成效。去年，學校更於「資優閱讀報導比賽」中奪得「傑出學校大文豪獎」，成績斐然。黃校長表示藉着辦學團體、教會和「學校起動計劃」的捐款，學校於本年度得以進行圖書館改建工程，估計將於今年底竣工，屆時能夠為學生提供更廣闊的閱讀空間。

關注教學配套 鍛鍊兩文三語能力

新校舍設備緊貼需求，善用優質教學基金和其他基金撥款，全面優化教學配套。校內全數教室都改裝成「智能課室」，老師可透過 86 吋智能屏幕和活動式趟門黑板教學。學校亦看重閱讀學習，期望通過推廣閱讀文化，從中培養學生自主學習的習慣，並強化語文能力。透過「教育局校本支援服務」協作計劃，為學生籌劃專業的閱讀方案，按學習需要添置適合的書

在課程規劃上，教學團隊積極完善教學方式，革新校本課程，從中提升教學質量。如英文及數學科參與了賽馬會「翻轉課室」先導計劃，課程打破傳統學習方法，同學需於課前觀看影片或進行線上的測驗以了解課題內容，然後在課上進行共同協作和師生交流，以主題學習模式增加讀、寫、聽、說的訓練，從中學習不同詞彙、句式和寫作方法，增加對英語應用的信心，也讓數學學習更有趣。

深培中學

SEMPLER MEMORIAL SECONDARY SCHOOL

黃佩儀校長



關注學習需要 提供適切支援

為照顧學生在不同階段的學習需要，學校與香港中文大學合作，制定學習技巧訓練課程，引導學生認識不同學習方法，選擇切合個人需要的方案。同時，學校定期為學生調適課程教學，增撥資源提供功課輔導，照顧不同學生的學習進度。

黃校長指出：「中一至中四級班別均設雙班主任制，初中每班也安排 1 名教學助理或副教師協助，又會提供課後功課輔導班，務求照顧到所有同學的學習進求。教學助理及副教師同時是課後功課輔導和課後活動的專責老師，角色如同『課餘班主任』，透過籌備不同課後活動，建立良好的師生關係。」學校亦有駐校教育心理學家，為學生提供教育心理評估和覆核，識別有特殊教育需要的學生，



提供專業訓練和支援。「針對有需要的同學，我們特別設計應用學習課程，讓有興趣的同學可以嘗試『實用平面設計』、『生態旅遊及自然攝影』、『精品咖啡』等證書課程；亦會針對學習弱項設計活動，如在英語的校本課程上增加趣味英語學習與職業英語教學，以及美化英語花園，令英文氛圍變得濃厚。」

優化教學時間表 釋放空間滋養心靈

過去兩年，學生的上課時間受防疫政策限制而變得浮動不定，因此學校調整上課時間表。學科課節集中於午膳前，下午會進行學習技巧訓練、精神健康、生命教育、體藝、閱讀教學等對學生成長有益的活動，滋養同學在疫情下的心靈健康。學校在調整課節後，午膳後的課節增加了「從做中學（Learning By Doing）」的比重，令學生得到均衡的身心發展。為配合活動空間的需求，校內除設有學生活動室外，近年更將有蓋操場優化成小禮堂，提供舞台與音響設備，讓學生進行不同類型的活動如音樂、話劇、體藝等。黃校長續指：「我希望在疫情過後，同學能增加不同活動的機會，涉足不同的領域，使其從實踐中學習，透過不同展示的機會，提升其自信心和學習的熱誠。」



同時，學校關懷學生的情緒健康，善用全方位學習基金，創立「成長小組」，提供個人面談機會，令同學可以透過義工服務、遠足運動和成長挑戰，建立正向積極的態度。另外亦成立「Circle of Friends」、「中一女同學聊天小組」、「Zentangle 小組」、「新興運動小組」等不同組別，透過小組活動和社工輔導，讓學生可以傾吐成長的煩惱，重新建立對學校的歸屬感。



全方位學習經歷 從實踐中成長

學校的辦學理念鼓勵學生走進社區，從經驗中學習，從實踐中成長。推行全方位學習活動近 10 年間，學生每年都會到校外進行各種學習體驗和考察活動。例如，去年初中同學到中上環考察，地理老師於出發前會教授閱讀地圖技巧，規劃行程路線，再由英語老師教導訪問技巧，希望學生能靈活運用英語與外籍人士打開話匣子；考察完畢後，學生再進行個人報告，分享感受。黃校長笑指：「全方位學習活動收得的回饋甚豐，即便性格內向的學生在經由實地體驗後，也會主動表達個人感受，並在活動學習團隊協作精神，學習活動不單提供多元的學習機會，更加強了各班的班級營造，提升對學校的歸屬感。」





另外，學校積極參與由香港中文大學與消防處、志願機構合辦的「創路雄心」計劃，參觀大學和不同職業訓練機構，又會與現職消防員交流，了解紀律部隊的工作性質。學校亦多次舉辦「工作影隨計劃」，邀請校友進行就業和創業講座，了解不同行業的發展前景。在疫情前，中五學生更能透過職場體驗活動，到酒店、律師樓、時裝設計公司、幼稚園等機構進行實習，提前思考對未來生涯的規劃。

跨學科學習 增 STEAM 元素

學校致力在課程上融入藝術發展和創科學習元素，增加學習趣味，擴大知識層面，將知識融會貫通。例如，在優質教育基金的支援下，學校興建「團隊創夢館」（Teamwork Lab）、電腦輔助工藝設計室、電腦多媒體語言學習室、兩間電腦室和兩間電腦輔助科學實驗室，教學團隊能針對學習題材，於不同場地運用各種軟件教學；近年更興建了水耕種設備，讓學生從生物科及環境健康角度學習照顧農作物，推動生命教育，鼓勵走進大自然，與環境建立感通。



為提倡跨學科教育，不同學科亦進行協作教學，讓學生從多角度吸取知識。如通識科教授香港經濟發展時，老師會加入南豐紗廠發展與活化介紹，介紹藝術與產業發展的關係；中史科教授敦煌石窟時，又會從藝術角度與學生一同分析中西藝術的異同與交流；地理科與生物科亦應用「人工智能」與「虛擬實境」等科技進行教學。在新學年，視藝科亦會開展電子繪畫教學，而人工智能課程更會針對性於中一、中二級推行，緊貼科技發展，讓學生能盡早掌握未來社會的需求。



優化課堂時間表 照顧多元學習 及發展需要



為讓學生更有效地鞏固所學，在學科學習上能有所延伸，並建立良好的學習習慣，學校於本年度優化課堂時間表，特意釋出課堂空間，新增「自習技巧」、「AI 課程」及「閱讀課程」，以照顧學生的多元學習及發展需要。



「自習時段」

中一至中五級自習課於課堂內進行，科任老師能夠指導學生整理筆記、完成預習，同時教授溫習技巧。措施從根本出發，讓學生掌握不同學習策略，並延伸至課外學習，幫助學生成為自主學習者，檢視學習需要和策劃目標。



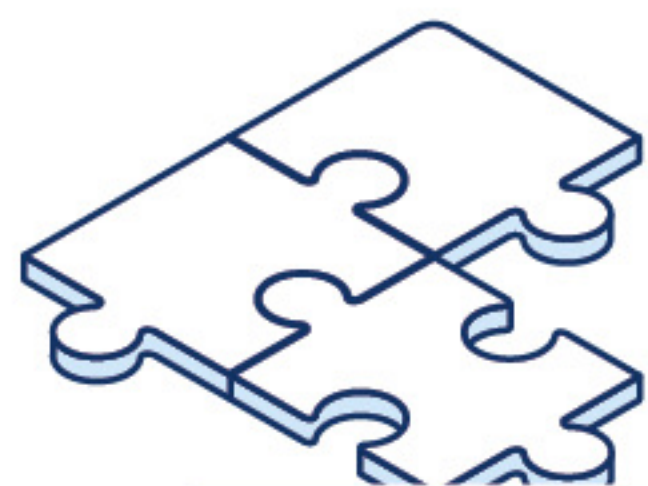
「學科時段」

學校極積發展校本課程，同時強調學科延伸及學習高階知識，因此特別於中一至中五級開設「學科時段」。學生可以在中文、英文、數學及科學時段中，透過學習任務和活動，將知識融會貫通，深化課堂所學，提升學習氣氛。



「閱讀時段」

學校深諳閱讀素養是未來社會發展的核心能力，故設有每循環節三節的閱讀課，藉以提升學生的閱讀與動機，建立良好閱讀習慣，並於生活中實踐。學校成各級學生編訂主題閱讀書單，從中培養閱讀技巧及策略，引導深度反思，拓展國際視野，建立正面的價值觀。



中一至中二 下午時間表

節次	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
9	自習技巧－中文	自習技巧－中文	自習技巧－英文	自習技巧－英文	自習技巧－數學	自習技巧－數學	自習技巧－中史	百仁基金－AI 課程	自習技巧－IS	閱讀
10	自習技巧－中文	自習技巧－地理	自習技巧－英文	週會／班本活動／級本活動	自習技巧－數學	自習技巧－IS	自習技巧－生社	百仁基金－AI 課程	自習技巧 IS	閱讀
11	體藝教育（音樂／視藝／體育）	生涯規劃	聯課活動	週會／班本活動／級本活動	宗教活動	閱讀	生命教育	聯課活動	體藝教育（音樂／視藝／體育）	宗教活動
12	體藝教育（音樂／視藝／體育）	生涯規劃	聯課活動	週會／班本活動／級本活動	宗教活動	閱讀	生命教育	聯課活動	體藝教育（音樂／視藝／體育）	宗教活動
初中課後功課輔導（必須參加）	功輔	功輔	功輔	功輔	功輔	功輔	功輔	功輔	功輔	功輔

多元教學策略 提升學習效能



學校積極推動發展能力轉移教學，各科組按校本課程規劃，透過共同備課及經驗分享，於課堂靈活善用教學策略，為課堂增添趣味，強化能力轉移教學，提升學與教效能。

與中文大學優質學校改進計劃合作

深培中學於 2013 開始與中文大學優質學校改進計劃合作，至今已接近十年了。合作的項目包括：教師教學策略改進、回饋與促進學習的評估、照顧學習差異、班級經營、初中考察活動等，去年因應學校優化上課時間表，騰出了上課空間，便與中文大學合作，一同研究及推動初中學生掌握不同的「學習技巧」。優質學校改進計劃的學校發展主任親臨學校，與教學領導及老師們一同商討協作，為學生的學習共同努力。



學生反映他們學習到合用的溫習方法，如：分類法、Flip card 等，也學到了合用的管理方法，如：時間管理、習慣建立等。今年，學校繼續推展「學習技巧」課到不同級別，讓學生對學習更有自信，更能提升學習效能。



九龍倉集團學校起動計劃 (香港教育大學)

深培中學於 2014 年參加了九龍倉集團學校起動計劃，多年來獲得學校起動計劃不少資源，無論在校園建設、學生學習及教師專業成長各方面，均有莫大裨益。「趁墟做老闆」、「職出前路」、「English WeCan」、「職場體驗」等活動，讓深培的學生獲益良多。透過學校起動計劃，深培的教師得以參加香港教育大學的教師專業學習社群，如：「在初中科學科引入 STEAM 學習元素」、「視覺藝術科融合中華文化」等，為教學進益、為個人專業成長開闊了眼界。

課後功課輔導及活動計劃 全面照顧生成長

深培中學位於屯門區，學生逾半來自基層家庭，部份更為弱勢社群。有些家長須長途跋涉跨區工作，而且工作時間長，缺乏時間照顧子女。這類學生的家庭支援薄弱，並且欠缺功課指導和參加課外活動的機會。有見及此，深培為中一至中三學生於放學後提供功課輔導和參加課外活動的機會，令學生能有全人的發展，在身、心、靈都能健康成長。

是項計劃自 2009 年開始推出，多年來不斷改進優化，至今已十餘載。計劃貫徹了深培中學「關愛校園」的精神，讓學生不會因家庭環境而影響學習的機會。計劃亦培養了學生個人及學習方面的責任感和正面的學習態度，同時支援了學生身、心、靈健康成長，期望他們不論家境，不論成績，每個人均可有參與課外活動，發展潛能的機會。



善用全方位學習 培養共通能力

學校具有完善的級本架構，並運用校本全方位學習週平台，讓學生循序漸進掌握共通能力。教學團隊積極協調不同學科，以及聯絡不同的大學及機構，讓學生仍然能把知識從課室拓展到不同的情境，由體驗中培養共通能力。在本學年，即使受疫情限制，學校仍然舉辦了「全方位學習日」活動，讓學生即使身處在校園，亦可「在實踐中學習、從經歷中成長」，實現全人發展的目標和提升共通能力。



中四級——城鄉融合。



中一級——香港星級手信。



中五級——職業導向。

全方位學習周

年級	主題	設計整體共通能力的縱向規劃
中一	香港文物保育與旅遊的關係	溝通能力、運用資訊科技能力、自我管理能力、研習能力
中二	認識少數族裔	協作能力、溝通能力、批判性思考能力
中三	智能家居裝置發明、設計及製作	協作能力、溝通能力、創造力、運用資訊科技能力、 運算能力、解決問題能力
中四	寮屋生活及農耕（水耕種）體驗計劃	協作能力、解決問題能力、研習能力、溝通能力、 創造力、自我管理能力
中五	求職需知及工作經驗分享	溝通能力、解決問題能力、自我管理能力

活動體驗日

「活動體驗日」讓學生能夠接觸一些新興或平常較難參與的活動項目，例如在「劍擊體驗日」中，學生可在專業教練的指導下，了解劍擊的基本技術及動作，初嘗對戰的樂趣；「滑板體驗日」則邀請香港滑板總會的教練到校，教授滑板的初階技巧，學生從害怕跌倒，到掌握基本技巧後勇於嘗試，享受滑板當中的樂趣。



「學生於 Team Maker Lab 试玩活動」。



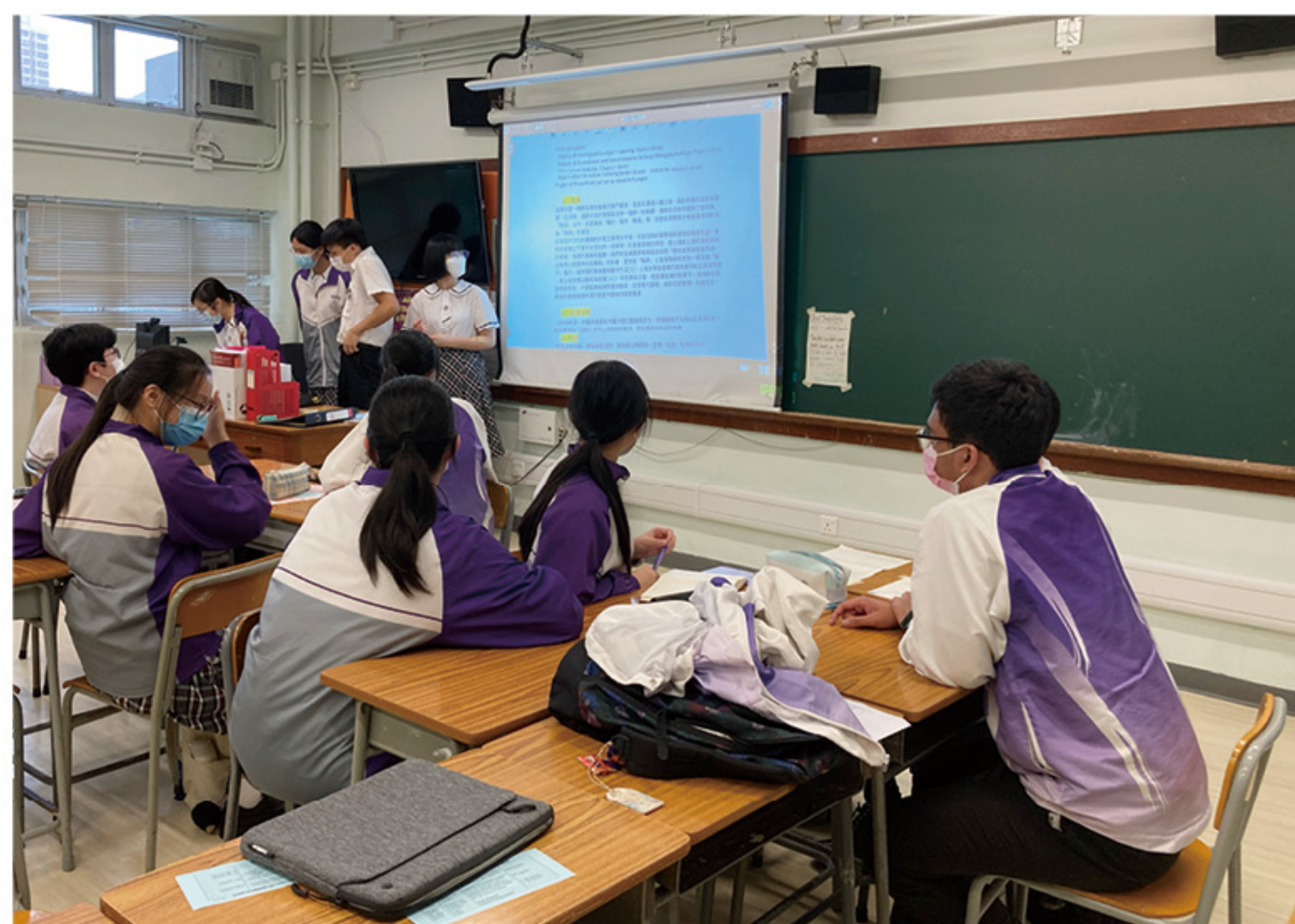
此外，學校更舉辦新興運動——「穿雲箭體驗日」，學生透過合作及溝通，爭取在比賽中獲勝的喜悅，期望透過多方接觸後，擴闊眼界，有助成長。

新加坡跨境學習一直是我們每年都會舉辦的交流活動。我們的同學會到達當地與當地的中學進行交流，希望擴闊他們的眼界，亦同樣增進他們的英語能力。但是在疫情影響下，我們不能如以往外出體驗，我們仍然希望同學能有所學，於是我們選擇在網上與當地的中學進行交流，互相認識。學生用英語與對方就不同的議題進行討論並互相分享各自地區的特色，例如當地的飲食文化、歷史文化、傳統習俗等等。我們希望藉着這些活動讓同學對境外的地區有更多嘅認識，增進他們的知識。

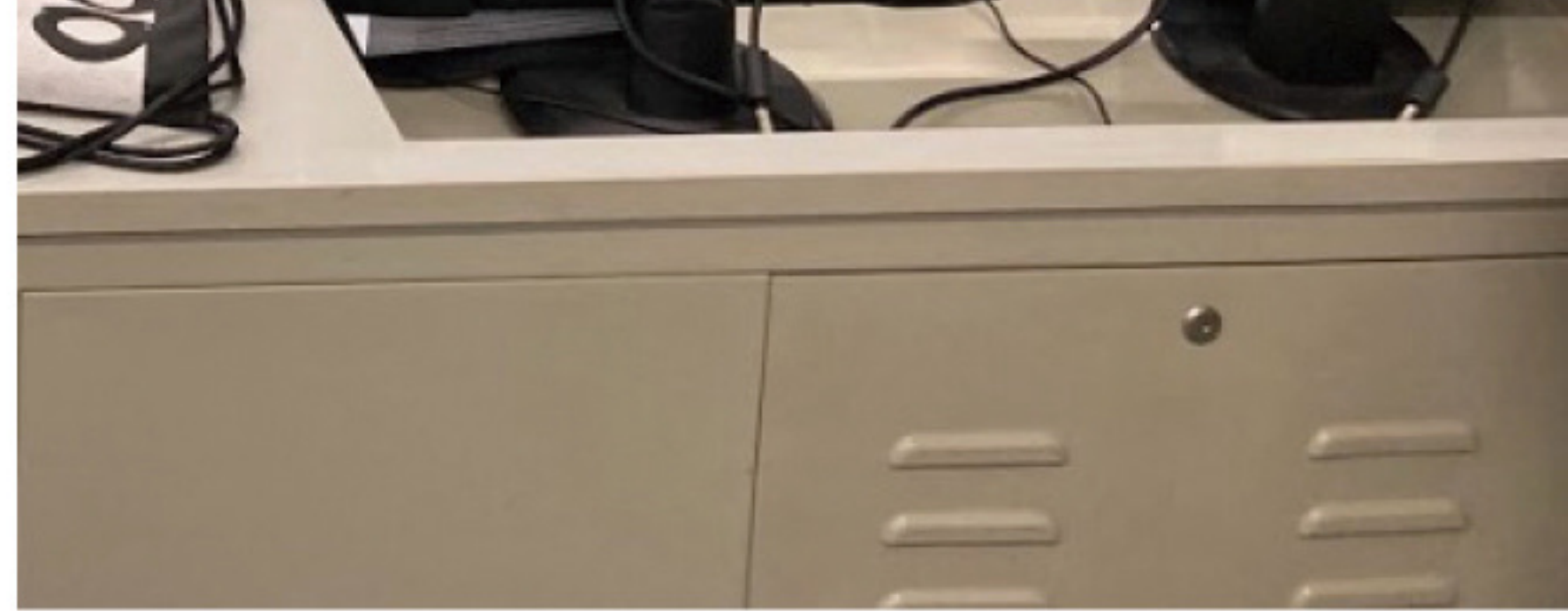
學生在網上交流前做定準備功夫，先到三棟屋博物館考察及搜集資料，然後討論分、分工、準備、練習等，最後才能暢順地與新加坡的同學互相交流。



交流會前工作坊



參觀三棟屋博物館



MAP 獎勵計劃

深培人有一個經常掛在口邊的名詞，就是「MAP」，這個 MAP 並不是指地圖，而是由三個英文字的首個字母組合而成的獎勵計劃，M=Moral 即是「品德」；A=Academic 即是「學術」；P=Participation 即是「投入」。學校希望透過課堂學習、品德培養以及校園生活，加強訂立明確的目標，努力追求卓越。

爲了鼓勵同學積極參與，學校預備了精彩的獎勵給同學。獎勵可分階段獎勵及終極獎勵，均是獎勵同學與老師一同經歷的項目，如 Namco 競技活動、貓之茶房、VR 遊戲體驗、菠蘿園活動等等皆爲階段性的獎勵；而終極大獎我們則爲同學舉辦上海遊學團及手錶工藝工作坊。



家 校 合 作



家長教師會作為家長與學校之間的橋樑，每年都會透過家教會網頁、舉辦不同的活動、家訪、家長小組及出版刊物，讓家長更了解學校的發展及情況，從而作出配合，讓他們的子女在校得到最好的照顧。校方亦會與家教會作出配合，定期舉辦實體活動，包括「書法班」、「書法比賽」及「潤手霜製作班」，增加家長及教師溝通的機會，並透過以親子形式進行活動，讓家庭成員有更多融洽相處的時刻。另外，學校亦會繼續發放家教會定期出版刊物及透過網頁，向家長發放各項相關訊息，保持家校的緊密溝通關係。



十
深
培
中
學

基督教四方福音會

基督教四方福音會深培中學

地址：新界屯門兆麟街 18 號

創校年份：1967 年

校訓：「博 愛 明 誠」

電話：2452 4702

傳真：2451 7154

電郵：info@semple.edu.hk

網址：<http://www.semple.edu.hk>



學校網址



GoodSchool.hk