



親愛的家長：

校長的話

2026 年剛剛開始，距離年終好像還有很長的時間，但是時光飛逝，一月份轉眼已差不多過去，若不認真地訂立切實可行的目標並努力實踐，年終時回頭便可能會後悔莫及。

專注力可說是現今世代很容易被忽略的一個能力。因為在電腦時代同一時間處理多項工作 (multi-tasking) 是一個常見的習慣，但若我們要成功達成高層次的目標，專注力是不可或缺的。

管理學大師彼得·杜拉克 (Peter Drucker) 曾經說過，如果要舉出成功的唯一秘訣，那就是專注。成功的人都是從最重要的事情開始着手，而且一次只做一件事。專心、放棄一些不相關的事務、努力鑽研、不斷反思及改善，就是邁向成功的途徑，學習也是如此。考試是一個過程，令我們不斷反思自己的學習歷程及可進步的空間，我們的能力也因此得以提升，將來有機會服務社會。所以中學階段是一個寶貴的階段，對我們在追求更深奧的學問上有承先啓後的作用。在此鼓勵同學，在年初時一定要定下目標並努力實踐。年份只是一個數字，我們如何好好運用當中的十二個月才是這一年是否過得充實的關鍵。

「忘記背後，努力面前的，向著標竿直跑，要得神在基督耶穌裡從上面召我來得的獎賞。」
(腓立比書 3:13-14)

今期家書還有以下事情請你們留意：

1. 上學期家長日

上學期家長日將於 2 月 14 日（六）舉行，敬請中一至中五的家長及學生預留時間親身到校出席。家長日電子回條會於下星期一（2 月 2 日）或之前發給家長，家長了解約見時間後，如有任何問題，請聯絡班主任，敬請家長留意及簽署。

2. 家校聯歡晚會

一年一度的家校聯歡晚會將於 2026 年 3 月 13 日（星期五）晚上 7 時至 9 時 30 分舉行。我們誠邀各位家長與同學一同參加，與老師、校務處同事及工友共享一個溫馨愉快的晚上。當晚設有豐富的到會美食，亦安排了老師、家長及學生的精彩表演，更有抽獎及遊戲環節，歡迎大家攜手同樂，萬勿錯過！

如有興趣參加，請於 1 月 30 日前填寫電子回條。費用為每位 \$188（大小同價；3 歲以下免費）。名額有限，如報名人數超出限額將以抽籤形式處理。成功報名者將透過電子通告通知繳費，而晚會入場券將於當晚入場派發。

名額有限，請大家盡早報名，上期已報名的家長毋須再次報名。如有查詢請聯絡鄧俊維老師。

【尚有資料請翻閱後頁】

願你們身心健康！



張冠康 校長

3. 家校會親子一天遊：沙頭角禁區探索、自助午餐親子遊

本校家校會將舉行一天遊活動，藉此讓大家享受一個愉快的週末及親子同樂。若子女未能出席，亦歡迎家長報名參加。

活動詳情如下：

日期：2026 年 4 月 18 日(星期六)

時間：上午 8 時 15 分集合，大約下午 5 時回校

費用：\$230 (大小同價，每個家庭最多 4 位參加)

名額：120 人

備註：(1) 團費已包括故交通、自助餐、專業導遊及旅遊平安保險。

(2) 如參加是次旅行團者，出發當日未能隨團出發，團費將不獲退款。

(3) 如出發前兩小時，香港天文台已懸掛或已宣佈將於兩小時內懸掛 8 號颱風訊號，當日團自動取消，是次活動將改期進行。

(4) 有興趣參加者，成人必須持有香港身份證或國內通行證，而小兒則須持附相片的護照，報名成功後，則會收取身份證明副本。

行程：

8:15-8:30	於學校集合	14:30-16:00	法定古蹟【九龍寨城公園】；歷來最大規模的電影場景展【九龍城寨場景展】。在公園內重構“九龍城寨之圍城”經典場景，包括「七記冰室」、「龍城髮廊」、以及「城寨光影天台」天台內有大型投映屏幕，展示九龍城寨的日與夜，更配以特別聲效，讓參觀者感受當時九龍區居民在飛機飛過時的聲浪，進一步展現香港電影美術工作者的創意與精湛工藝。
8:30-9:30	乘車前往沙頭角		
9:30-11:30	走入【香港禁區-沙頭角】於新界北區與深圳市鹽田區接壤，1951 年被列為邊境禁區。於 2024 年進一步開放，搖身一變成爲本地一日遊的好去處，讓市民大眾深入認識當地歷史文化、自然風光及旅遊景點。		
12:30-14:00	中午於九龍維景酒店棕櫚廳享用自助餐	16:00-17:00	乘車返回學校

報名方法：請於 2 月 11 日(星期三)前填妥回條，成功報名者將收到電子通告確認報名及繳交款項，如報名人數超出名額上限，以親子形式報名將獲優先，餘額以抽籤處理。(報名以交費作實)

4. 家校聯歡晚會—親子比賽

爲親子表演提供一個絕佳的平台，本年度的家校聯歡晚會將舉辦一個親子比賽，表演形式不限，可以合唱、唱歌及伴奏、跳舞、棟篤笑等等，人數不限，但需有親子參與，每個單位時限爲 5 分鐘，需自備表演用具。

聯歡晚會當晚將即時邀請全體參加者進行即場投票，選出冠、亞、季軍各 1 名，獎品豐富，誠邀有興趣的家長及同學踴躍參與(參加者必須先報名出席聯歡晚會)，相信定必爲親子之間留下美好的回憶，如有查詢，請聯絡鄧俊維老師。

5. 正向家長教育電影巡禮 — 《你在嗎》親子電影欣賞暨分享會

教育局聯同家庭與學校合作事宜委員會及賽馬會「樂天心澄」靜觀校園文化行動（由香港賽馬會慈善信託基金捐助）於 2025/26 學年在全港十八區舉辦《你在嗎》親子電影欣賞暨分享會，各區設有一個場次。第一輪九個場次已於 2025 年 10 月至 2026 年 1 月舉行，而第二輪的九個場次將於 2026 年 2 至 6 月舉行，家長可按個別需要選擇合適的場次。

屆時除了欣賞電影外，亦有賽馬會「樂天心澄」團隊與家長分享提升家庭情緒健康的秘訣，以及聆聽子女心聲和促進親子關係的方法。此外，分享會設有互動環節，促進家長反思與子女的相處之道，幫助家長掌握正向育兒的知識、技巧和態度。是次活動費用全免，有關第二輪場次的活動詳情如下：

電影簡介：	由香港賽馬會慈善信託基金捐助製作的《你在嗎》以鐘錶為核心意象，以孩童視角觀察經營餐廳的父親與女兒及母親的相處日常。這部片長約 40 分鐘的電影旨在引導家長反思與子女的相處方式，從而提升親子關係及家庭成員的情緒健康。			
	《你在嗎》是一部香港電影，由麥婉欣導演執導，陸駿光、潘芳芳及李昀蔚領銜演出。電影在美國獨立短片獎（洛杉磯）中勇奪多個獎項，包括最佳外語短片（評審團特別獎）、最佳兒童短片、最佳原創劇本、最佳女導演、最佳男演員（陸駿光）及最佳小演員（李昀蔚）。			
活動地區、日期、時間及地點：	地區	日期	時間	地點
	葵青區	2026 年 2 月 28 日(星期六)	上午 9:45 - 11:15	中華傳道會許大同學校
	九龍城區	2026 年 3 月 6 日(星期五)	下午 6:45 - 8:15	教育局九龍塘教育服務中心
	黃大仙區	2026 年 3 月 27 日(星期五)	下午 6:45 - 8:15	慈雲山聖文德天主教小學
	離島區	2026 年 4 月 17 日(星期五)	下午 6:45 - 8:15	青松侯寶垣小學
	中西區	2026 年 4 月 24 日(星期五)	下午 6:45 - 8:15	般咸道官立小學
	灣仔區	2026 年 5 月 8 日(星期五)	下午 6:45 - 8:15	東華三院李賜豪小學
	觀塘區	2026 年 5 月 22 日(星期五)	下午 6:45 - 8:15	九龍灣聖若翰天主教小學
	元朗區	2026 年 6 月 12 日(星期五)	下午 6:45 - 8:15	東華三院姚達之紀念小學(元朗)
	大埔區	2026 年 6 月 20 日(星期六)	上午 9:45 - 11:15	三水同鄉會禰景榮學校
活動對象：	小學及中學的家長及其子女			

有興趣的家長可直接點擊以下連結或掃描二維碼登記，每位參加者報名時最多可預留四個名額（包括家長及其子女）。所有申請將以**先到先得**形式處理，額滿即止。如有查詢，請致電 3698 4376 與教育局家校合作及家長教育組聯絡。

https://www.chsc.hk/show_content.php?lang_id=2&c_id=2512&category_id=-1



6. 與 e 世代網「樂」相連家長講座（三）：引領孩子 AI 路 中醫護眼有妙方

教育局將聯同香港教育城及家庭與學校合作事宜委員會，合辦「與 e 世代網「樂」相連家長講座（三）：引領孩子 AI 路 中醫護眼有妙方」家長講座。講座將於 2026 年 1 月 30 日（星期五）下午 8 時正至 9 時 30 分以網上形式進行，現已接受報名（截止報名日期：2026 年 1 月 30 日上午 10 時正）。講座將由香港青年協會單位主任與家長分析 AI 對學習、價值觀與心理發展的影響，並透過實際例子協助家長理解其風險與機遇，引導家長掌握培養子女 AI 素養的方法；以及由東華三院中西醫藥治療中心註冊中醫師以現代醫學和中醫角度，分析電子學習與眼睛健康之間的關係，並以中醫角度講解促進眼部健康的方法。歡迎家長出席。有關詳情，請瀏覽網址 (<https://info.edcity.hk/zh/event/11807>) 或參看附件。如有任何查詢，可電郵至 carman.ng@hkecl.net 或致電 2624 1078 與吳小姐聯絡。

7. 校外比賽獎項

獲獎日期	學生姓名	主辦單位及活動名稱	組別	獎項
28/12/25	4B 江俊禮	全國跳繩推廣委員會 (CRSA) 中國國際跳繩公開賽 2025	男子組 U15 個人花式	冠軍
			男子組 16+ 四人交互繩花式	冠軍
			男子組 16+ 四人同步花式	冠軍
25/01/26		中國香港跳繩總會 全港精英跳繩比賽暨 中國香港代表隊選拔賽	16歲以上男子組 單人繩個人花式比賽 (75秒)	季軍
			16歲以上男子組團體 四人繩花式比賽(75秒)	冠軍
			16歲以上男子組團體 四人交互繩花式比賽 (75秒)	冠軍
			16歲以上男子組 團體總成績	季軍
28/01/26	3B 陳穎瞳、3B 陸凱兒 3D 畢心語、3D 禰緻晴 4D 盧睿晴	中國香港學界體育聯會 屯門區中學校羽毛球比賽	女子乙組	季軍
25/01/26	2A 黃焯亮	康樂文化事務處 油尖旺分齡網球比賽 2025-26	男子青少年 12歲或以下組(單打)	冠軍
02/12/25		康樂文化事務處 觀塘分齡網球比賽 2025-26	男子青少年 13-14歲組(單打)	亞軍
25/12/25	5B 陳力廷	香港中華基督教青年會新界 會所 躲避盤聖誕盃 2025	公開組	冠軍
07/01/26	3A 王康廷	屯門區青年發展及 公民教育委員會 待人有禮好少年	初中組	嘉許獎
	5C 潘悅希		高中組	嘉許獎

與 e 世代網「樂」相連家長講座（三）：

引領孩子AI路 中醫護眼有妙方

e-Generation Connected Joy Parent Seminar (3):

Guiding Children on the AI Path X Effective Eye Care in Chinese Medicine



2026年1月30日

星期五 8:00PM-9:30PM



線上(Zoom)

講題及講者

- 1 AI 世代的孩子-家長如何引導孩子面對人工智能



香港青年協會 全健空間 單位主任
趙樂盈女士

- 2 電子學習中使用電子設備與眼睛健康：
關係、預防和中醫保健



東華三院中西醫藥治療中心註冊中醫師
胡智超醫師

費用全免
立即報名



如有任何查詢，可電郵至carman.ng@hkecl.net或致電2624 1078與吳小姐聯絡。