



Beijing 2008



TUUNG Magazine



2008年7月

Beijing 2008

Beijing 2008

【目錄】

- 高爾夫球知多少 1
- 彈彈九宮格 7
- 創意桌球(蘇文傑、全組組員) . . . 1
- 迷失方向 8
- 球球是道 2
- 勞老師感想 9-10
- Fun Fun 足球闖三關 . . . 3
- 四川地震創作詩句 . . . 11
- 遊戲日花絮 4
- 管教「心法」. 12
- 創意桌球(陸倩洵) 5
- 校內外活動獎項 . . 13-14
- 籃球玩暈你 6

製作人員

負責老師：呂老師、黃老師、何老師

美術設計：PAUL 哥哥

文字輸入：BEN 哥哥

特別鳴謝：勞老師、梁姑娘



高爾夫球知多少

攤位名稱：高爾夫球知多少

組員：黎愛珊、李燕珍、湯俊麗、張曉陽、黃詠茵、林安妮、黃子晴、陳奇華、馬詩詩

遊戲玩法 1：我們會問一些問題，低年級每分辨是錯或對。每要用乒乓球投入有(錯/對)的箱。

遊戲玩法 2：我們會把圖片給同學看兩分鐘，然後把拼圖弄亂，讓他們放回原處。

感想：我覺得很開心，因為可以增進我和同學的感情！雖然，有部份同學很不合作，但這個活動令我學會很多東西。例如：學會如何領導同學、如何和同學相處等等。特別是看見很多低年級同學都玩得很開心，令我很有滿足感。



五甲 黎愛珊



創意桌球

攤位名稱：創意桌球(9)

組員：蘇文傑、蘇顯軍、林智軒、卓家盛、陸倩陶、余嘉敏、朱芝佑。

遊戲玩法：首先我們向同學朗讀一小段關於桌球的短文，然後問問題，參加者用棒子把球推進正確答案的洞內，這就算勝利。

感想：我在這次服務生嘉許日暨遊戲日的活動裏，學到人與人相處的態度、團結的重要性、自我提升的技能等，我希望日後各方面的表現更進一步。



五甲 蘇文傑、全組組員

1

第四屆星星火炬(中國青少年藝術英才)推選活動全國總決賽「北京」	銅獎	P.6 余采妮
「佳兆業·可園杯」深圳第七屆少兒藝術、第九屆少兒模特表演賽「聲樂」類兒童組	金獎	P.5 吳婉詩
原創歌曲《美麗的紫荊花》在由深圳市音樂家協會、深圳市青少年活動中心、深圳廣播集團飛揚 97.1 音樂頻道聯合主辦的深圳原創音樂廣場評選中榮獲 2007 年度	「最佳演唱」獎 「十佳原创作品」獎	P.5 吳婉詩
第六屆香港國際「金紫荊花獎」青少年聲樂、舞蹈藝術大賽歌曲「美麗的紫荊花」榮獲 2007 年「中國電信網絡快車」騰城歌飛揚第二季度歌曲「美麗的紫荊花」榮獲	金獎	P.5 吳婉詩
2008 九龍城區迎新年舞蹈表演	十佳金曲獎	P.5 吳婉詩
「愛家人 反暴力」街頭短劇創作大賽—小學組	嘉賓藝術紀念獎 最佳團體演繹大獎	P.5 吳婉詩 P.6 李紫茵 P.6 王碧芝 P.6 卓芸蔚 P.6 葉楚翹 P.6 余子賢 P.6 陳咏妍 P.6 余采妮 P.6 葉穎芯 P.6 劉善衍 P.6 梁美好
香港童軍總會雙魚區—幼童軍環保書袋設計比賽	幼童軍高級組季軍 幼童軍高級組優異獎	P.6 王碧芝(新界東 1299 旅) P.6 梁美好(新界東 1299 旅) P.6 陳咏妍(新界東 1299 旅)
香港童軍總會雙魚區—幼、小童軍聖誕咭設計比賽	幼童軍高級組冠軍 幼童軍初級組冠軍 幼童軍初級組季軍	P.6 劉善衍(新界東 1299 旅) P.4 鄧明軒(新界東 1299 旅) P.4 鄧明軒(新界東 1299 旅)
華夏之星 2008 全國青少年音樂舞蹈展評活動	兒童組聲樂專業銀獎 兒童組舞蹈專業銀獎	P.5 鄭詩敏 P.6 余采妮
華夏之星 2008 “鋼琴”類	金獎	P.5 鄭詩敏
第一屆香港青少年藝術節多才多藝迎奧運	獨唱組第一名 獨唱組第二名 獨舞(東方舞組)優異獎 西樂獨奏優異獎	P.5 吳婉詩 P.5 鄭詩敏 P.6 余采妮 P.5 鄭詩敏
2008 年度北區小學校際花式跳繩比賽	團體速度賽季軍	P.3 李燕芳、趙蘭芳、梁佩鈴、盧淑貞、殷翠珊、張倩怡 P.5 葉偉良
2008 年度北區小學校際花式跳繩比賽	個人花式賽優異獎 個人花式賽季軍	P.5 葉偉良 P.5 陳銘豪
2007/2008 兒童分區公園定向錦標賽—新界區賽事	第五名 第四名	P.6 張倩雯 P.6 王碧芝
2007/2008 年度小學標語創作比賽	優異獎	P.4 黃子晴、P.2 葉沛捷、P.2 黃競芝
深圳第三屆“聶衛平杯”少兒圍棋公開賽	女子 B 組第三名	P.4 李美瑩
深圳市、小學生棋類比賽—圍棋	小學低年級男子組第 8 名	P.3 李俊輝
2008 青少年獨木舟長途賽	14-17 歲組 第三名	P.6 朱珈穎
恒基兆業地產集團「與鳥共舞 2008」	小學組 雀鳥帽子設計比賽	P.4 李美盈、黃子晴、周梁寶盈 P.5 蘇文傑、吳婉詩、俞思敏、黎愛珊 P.6 葉楚翹(季軍)、余子賢(季軍)、卓芸蔚、朱珈穎
恒基兆業地產集團「與鳥共舞 2008」	小學組 雀鳥生活繪畫比賽	P.6 葉楚翹(全港 20% 入圍)、余子賢、卓芸蔚、朱珈穎、張倩雯、陳麗娟、李雪兒、蘇曉彤
黃石獨木舟大賽 2008	短途賽(少年艇) 女子少年組 冠軍	P.6 朱珈穎
第六十屆香港學校音樂節	高音笛獨奏(12 歲以下組別)	P.6 蘇曉彤(良好) P.6 張倩雯(良好) P.6 葉楚翹(良好)
	高音笛獨奏(10 歲以下組別)	P.5 馬詩詩(良好) P.5 曾廷輝(良好) P.4 陳婉晴(良好)
	高音笛獨奏(8 歲以下組別)	P.3 殷翠珊(優良) P.3 鄺紹嵐(優良)



老師感想

今年舉辦的「義凝兵團」計劃，當中包括了「開放日暨服務日」及「嘉許日暨遊戲日」已完滿結束了。

在過去的一年裏，我校特意培養學生的紀律、品德，以及服務社會的精神，舉辦了「義凝兵團」計劃，有幸得到展青社的協助，使計劃得到成功。除了學校及學生有所得着外，更給予我自己很大的鼓舞。恰巧，展青社服務的工作人員及義工當中，部份是東莞學校的畢業生，知道很多畢業的同學對「東莞」的那份情誼，明白他們很想回到母校服務，但卻礙於時間關係未能出一分力，內心是欣慰的。回想起當年滿臉稚氣的小孩，如今能獨當一面，處事認真、積極，更激勵自己，相信老師們付出的每一份努力，是有成果的！



其中的一個大型活動是「開放日暨服務日」，目的是開放校園，邀請區內長者到學校參觀，由「義凝兵團」的學員擔當服務大使及小導遊，同學們能服務他人，心裏都感到雀躍。在訓練期間，小孩子就是小孩子，貪玩、調皮、懶惰的表現，一一浮現出來。到了服務日當天，小孩子突然長大了，緊守崗位，不怕疲倦，努力、堅持到完成所有任務，這種服務大眾，無私奉獻的精神，老師也向你們致敬！

今年學校和展青社主辦的「義凝兵團之蛻變計劃」，我很高興可以成為這個活動的一份子。



籃球玩暈你

回想起義凝兵團嘉許日那天，有豐富的表演和有趣的遊戲，那天我們的遊戲很受歡迎，而我們遊戲的名稱也很有趣，叫做「籃球玩暈你」。雖然在那天我們沒有得到很好的成績，但我也很感謝學校、展青社輔導我們的姐姐及我組的組員，沒有你們，這次嘉許日也不會這麼成功。



六甲 陳咏妍



迷失方向

3月12日是學校的遊戲日，也是「義凝兵團」的嘉許日。之前，我參加了「義凝兵團的領袖訓練班」，導師以不同的遊戲方式訓練我們的領導力，導師要求嚴厲，通過這幾次訓練能夠讓我更明白團結就是力量的道理。

在這次活動中最開心可以說是嘉許日，我以領導的身份和隊員設計了一個攤位遊戲，遊戲的規則很簡單，遊戲分兩部份，第一部份便是要把毬子放在頭上，走過平行木。接著便第二關，首先要一個同學蒙著眼睛，另一個要指引他穿過障礙答另一條問題便可過關了。很多同學都很開心，令我的緊張也化成動力，全程投入了遊戲當中。當日雖然辛苦但也很開心，感覺像又回到了童年，使最後一年的小學生活有更多有趣的回憶。

六甲 張倩雯



8

3月12日那天，義凝兵團在我學校舉辦的「義凝兵團嘉許日」。當然，這個嘉許日活動不可能草草舉行，我們早在2月時已做了很多準備工作。我們準備了十個遊戲，我和我的組員負責其中一個遊戲。

雖然，我們的遊戲不算太成功，但是我也已經心滿意足，在這個嘉許日中，我們學會了互相幫助、包容、接納別人，以及和別人合作的技巧，可惜快要畢業了，不然的話，我還想參加下次的嘉許日。

六甲 司徒健榮

彈彈九宮格



7

創意桌球

3月12日是學校的遊戲日，也是「義凝兵團的嘉許」。之前我也參加了「義凝兵團的領袖班」。

通過這幾次的訓練班，令我學到很多東西，例如：在訓練班上導師會用一些遊戲訓練我們，跟我們會們一起商討遊戲日玩甚麼遊戲，遊戲的玩法、名稱。而我們的主題是桌球，玩法就是回答問題，用一枝棒把球射進洞，假如射中了，便可過關。我覺得這個計劃令我的知識豐富了很多。

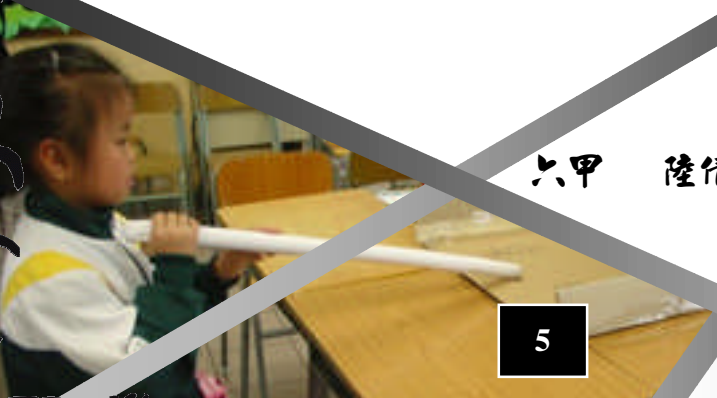
六甲 陸倩淘

另一個活動是「嘉許日暨遊戲日」，給予同學們共同創作，合作完成一個攤位遊戲。在籌備過程中，我們的學生不斷地努力，投入小組工作，盡力希望把遊戲設計得有趣味。過程中，少不免出現爭執及互相投訴對方，這正是老師希望同學在實際的自我策劃、設計及推展遊戲中，出現此類問題時，懂得如何互相體諒、包容，從磨擦中學懂如何處理人際關係，彼此有效地合作。學校就是一個社會的縮影，將來你們要跟不同性格的人相處，甚至要合作，共同完成一個又一個的任務。

學生能夠自主地完成遊戲設計及負責看守攤位，雖然某些組員間的「問題」始終存在，但是老師亦讚賞同學們相處變得融洽。當中的轉變除了老師察覺到，當事人的你們，一定會知道自己在進步呢！

同學們，你們可有想到這計劃不是要你們爭取冠軍，而是希望你們能健康地成長，願意與人合作，努力做好自己。上了這第一課已有進步的同學，恭喜你們！仍覺困難重重的，不要氣餒。與人相處之道，是你我畢業主要學習的課題。很開心能陪着你們成長！每一天都是一個好的開始，願大家有一個健康、愉快的身心靈！經常「表現優異」、「表現傑出」。

勞子奔老師



地震無情

人有情

《四川地震創作詩句》

四甲 黃子晴

藍天白雲人人愛，
地震災害個個憎。
損失親人無比哀，
但卻得知人間情。

四甲 王咏欣

你的夢落在哪里
想着生活繼續
天空失去了美麗
生死不離
我數秒等你的消息
無論你在哪里
我都要找到你

抗震救災
剩一線希望，
盡百倍努力。
不顧自生死，
永遠不放棄。

四甲 李美瑩

地震來了傷悲多，
財物受損沒家人。
地震無情人有情，
一方有難八方援。

四甲 周梁寶盈

遊戲日花絮

三月十二日是我校「義凝兵團嘉許日」的日子。

早上，我回到學校，看到四至六年級的同學在操場和課室正準備各式各樣的攤位遊戲。我心想，我也想玩呢！不過甚麼時候才可以玩呢？突然，鄭老師用中央咪說：「現在請各位同學到課室外排隊。」同學迅速地回到課室外排隊。不久，我們便到達禮堂坐下來觀賞表演。

看完表演後，鄭老師說：「首先，一年級同學可以先出去玩，然後，二年級，三年級……」說完後，我也高興地到各個攤位遊戲玩了。

我先到五年級的攤位遊戲，那個是關於時事知識問答題的。接着，我便到操場其中一個攤位遊戲玩，那個遊戲真好玩呢！第一關是用「紙皮箭」射「紙皮圈」，射中便過關，第二關是用「橡皮圈」拋到「雪糕筒」上面，中便是勝利。然後我便到六年級的攤位遊戲玩，第一關是用球射到牆壁上，第二關就要回答一些問題，那些問題真困難嘍！那是要用腦袋的。

最後，我便到三年級的攤位遊戲玩，那裏準備了些障礙物，我們要越過那些障礙物，還要保護着乒乓球，不要讓它從碟匙裏丟下來，那就勝利了。從「義凝兵團」的活動中，我認識到很多知識，學會了與人相處的態度和提升了我的自信心。

五甲 袁寶兒



FUN FUN



足球

闖三關

在三月十日，學校和展青社合辦了「義凝兵團嘉許日暨遊戲日」，我和其他同學組成了一組負責一個的攤位遊戲，而我又是一位司儀，感到既緊張又興奮。

我們組分別有四、五、六年級的同學，還有一些甲寅年中學的學生抽出課餘時間當義工幫助我們。當然少不得我們組的負責老師黃老師。

我們組的遊戲名稱是「FUN FUN 足球闖三關」。顧名思義我們設計的遊戲是關於足球的，而且還很有趣呢！我們設計的「FUN FUN GAMES」分為三關。第一關會擲骰，再問問題，然後以踢足球的方式答「是與否」。同學們對足球認識並不是一知半解，每一題都答對。第二關是考同學對足球明星的認識，我們為了考考同學，便準備一些籃球明星、影視明星或出名的運動員的圖片，但他們都能過關，即使不太懂的，也能在工作人員的協下過關。最後一關，都難不到同學，只是考眼界和足球技巧。同學們的身手敏捷，很容易就通過我們設計的遊戲。



同學們都很用心和投入其他的組員和甲寅年的義工，大家都為了希望同學投入當日，還有很多不同的遊戲環

繞體育運動的，如籃球、桌球、乒乓球、踢毽等，每一個都別具新意。

其實身為一位小司儀，就好像身上背着一個重重的責任。甲寅義工會教我們儀態，對答等技巧，他們更要求咬字清晰，真不容易，最後，我和我的伙伴都不過不失地完成了！

我很開心啊！因為我不但贏得一個非常寶貴的經驗，還在小學的最後一年做了一件既有意義又很有趣的事呢！

遊戲，令我感到很高興。都為這個攤位而費盡心遊戲而作出無限的創作。

繞體育運動的，如籃球、桌球、

六甲 葉楚翹



3

管教

駐校社工：梁姑娘

「心法」

提起管教子女，家長難免有頭痛的時候。很多家長曾提出，子女「教極都唔聽」、「講左好多次都唔改」，令他們覺得不知所措。家長常常想尋求一些有效的管教方法，希望可改善子女在各方面的問題。

坊間有很多書本及講座也談及有效管教子女的方法，在此我們暫且不談。讓我們談談管教子女的「心法」。

在管教過程中，**平心靜氣是首要的「心法」**。作為成年人，我們要先懂得管理自己的情緒。當我們能有效地管理情緒，就能避免將負面情緒發洩在孩子身上。

因為當人處於負面情緒時(如過份緊張、憤怒、不安等)，很容易會作出不適當的行為，如體罰或講出傷害子女的說話等。這些行為不但影響親子的關係，而且會傷害了子女的自尊心。而偏激的孩子更會學習以暴力解決問題，成了一個惡性循環。現時香港政府十分重視家庭暴力的問題，嚴重及長期打罵會被視為懷疑虐兒個案，故此切忌以過份激進的方法教導孩子。

管理情緒三步曲：

認識情緒 – 我們先要知道「何為情緒」。情緒好比一個保安警號，當身邊的人或事情影響我們時，內心就會產生不同的情緒，讓我們知道要採取適當的措施回應。

接受情緒 – 我們要明白每個人都有喜、怒、哀、樂。有開心或不開心的情緒是很正常的。只要適當地去表達情緒，不傷害自己，也不傷害別人。

處理情緒 – 找人傾訴、做運動、到公園逛逛、深呼吸、喝杯冰水，甚至當與別人面臨衝突時離開現場，避免再受刺激……這些方法都能幫我們紓緩情緒，而且能減少不必要的衝突及傷害。若意識到自己有困難時，更要主動向社工或醫生談談，尋求專業意見，正視其情緒問題。

當我們能平心靜氣後，才能冷靜、客觀地去與子女分析其錯誤，解釋他們犯錯的原因及後果。孩子明白自己犯錯，才會認錯，道理才能打進他們的內心。


盼望每一個家長都在情緒管理方面作孩子的好榜樣，讓你和孩子都能在健康的情緒狀況下一同成長。

12

《校內活動獲獎》

硬筆書法比賽(英文科)	初級組冠軍:P.2 葉沛鈺 亞軍:P.2 凌俊亨 季軍:P.1 馬婷婷 中級組冠軍:P.4 李美瑩 亞軍:P.3 李燕芳 季軍:P.4 周梁寶盈 高級組冠軍:P.6 陳麗娟 亞軍:P.6 卓芸蔚 季軍:P.5 蘇文傑
硬筆書法比賽(中文科)	初級組冠軍:P.2 黃競芝 亞軍:P.2 謝兆榮 季軍:P.2 陳錦明 中級組冠軍:P.4 周梁寶盈 亞軍:P.3 梁佩鈴 季軍:P.3 李燕芳 高級組冠軍:P.6 陳麗娟 亞軍:P.6 余子賢 季軍:P.5 李燕珍

《校外活動獲獎》

禁毒/減罪野外定向比賽 2007 	小學個人優異獎	P.6 梁廣勝 P.6 張曉陽 P.6 譚偉明 P.6 譚仲延
	小學個人亞軍	P.6 葉楚翹 P.6 蘇曉彤
	小學個人冠軍	P.6 何國建 P.6 李煒培
	學校支會小學組亞軍	P.6 梁廣勝 P.6 張曉陽 P.6 譚偉明 P.6 譚仲延
	學校支會小學組冠軍	P.6 何國建 P.6 李煒培 P.6 伍晉廷 P.6 李彥鋒
Solo Verse Speaking-Non-Open-Primary 6-Girls	優良	P.6 陸倩洵 P.6 葉楚翹
2007 年中學校際獨木舟比賽 女子 11-13 歲 200 米及 1000 米	第一名	P.6 朱珈穎
2007 北區聯校陸運會女特 400m	冠軍	P.6 李雪兒
2007 北區聯校陸運會女特 400m	季軍	P.6 余子賢
2007 北區聯校陸運會男特 100m	季軍	P.5 黃子浩
2007 北區聯校陸運會男乙跳遠	季軍	P.5 冼家城
2007 北區聯校陸運會男丙跳遠	季軍	P.4 羅俊豪
2007 北區聯校陸運會女甲 100m	優異	P.6 陳麗娟
2007 北區聯校陸運會女特鉛球	優異	P.6 余子賢
曼佳美環保聖誕裝飾設計大賽	優異	P.6 馮銀珊 P.6 卓芸蔚
北區(2007)花鳥蟲魚展覽—板畫設計	優異	P.4 張善衡 P.4 李美瑩 P.4 吳鈺穎 P.4 周梁寶盈 P.4 鄧朗軒 P.4 王永浩 P.5 鄭詩敏 P.5 黎愛珊 P.5 馬詩詩 P.5 吳婉詩 P.5 蘇文傑 P.5 俞思敏 P.6 陳麗娟 P.6 卓芸蔚 P.6 張倩雯 P.6 朱珈穎 P.6 李雪兒 P.6 陸倩洵 P.6 葉楚翹 P.6 余子賢
「港深小學生慶回歸十週年書畫比賽」	二等獎	P.5 馬詩詩 P.6 余子賢
「藍天綠地在香港」設計比賽 2007 全港學界書籤設計比賽 2007	分區優異	P.6 葉楚翹
詩詞獨誦-普通話 小學一、二年級 - 女子組	亞軍	P.2 黃競芝
散文獨誦-普通話 小學五、六年級 - 女子組	優良	P.2 李結怡
散文獨誦-普通話 小學三、四年級 - 男子組	優良	P.5 吳婉詩
散文獨誦-普通話 小學一、二年級 - 男子組	優良	P.3 謝昊龍
Solo Verse Speaking-Non-Open-Primary 3-Girls	優良	P.2 曹坤
Solo Verse Speaking-Non-Open-Primary 4-Boys	優良	P.3 梁佩鈴 P.3 李燕芳
Solo Verse Speaking-Non-Open-Primary 1 to 2 Girls	良好	P.4 張偉發 P.4 羅俊豪
第三屆(世界華人青少年藝術節) 香港區總決賽	銀獎	P.1 陳雅文 P.1 潘文蔚
第三屆(世界華人青少年藝術節)深圳區初賽	金獎	P.6 余采妮
第四屆星星火炬(中國青少年藝術英才) 推選活動初賽「深圳區」	銀獎	P.6 余采妮

球球是道

在三月十二日我們學校和展青社合辦了一個義凝兵團嘉許禮。

那天在嘉許禮完結後最開心的遊戲時間開始了。

我是「球球是道」的組長，我的組員有陳麗娟、梁正詠、李燕華、冼家城、梁廣勝、黎正邦。

「球球是道」的玩法很簡單，我們準備一塊很漂亮的底板，底板盡頭放 3 個寫上 1-5 的水瓶，參賽者用皮球擊中任何一個水瓶，就要回答與水瓶上相應數字的問題。

今次我很榮幸可以擔任組長，這活動令我獲益良多。經過這次活動，我學會和其他同學一起合作，深深感受到團結就是力量這個道理。

