



沙田循道衛理中學

SHA TIN METHODIST COLLEGE

校址：新界沙田新田圍邨 電話：26021300 傳真：26091477
電郵：info@stmc.edu.hk 校網：www.stmc.edu.hk

二零二零至二一年度
沙循生活第一期

校長訪談



主席，很高興現在回到自己成長的沙田區為沙循服務。

「過往你是一位怎樣的校長，來到沙循有甚麼學校發展計劃？」

我的性格比較硬朗爽直，處事明快，重視團隊精神和與人溝通。過往著力推動校園的英語氛圍、英語音樂劇、英美海外交流、資優教育和教師專業發展。近年更配合教育發展趨勢，著力推動 STEM、創科、電子教學和廣泛閱讀計劃等。

來到沙循，我們也有英語氛圍、中一 STEM、中三全方位學習（Life-wide Learning）和電子教與學，當然，我們的數理學科表現出色，也是推動生命教育的先導角色！沙循未來的發展，需要師生家長一起群策群力：

1. 繼續提升學生的英語水平和能力、強化校園的英語氛圍，並推動學生參加英美等地海外交流。
2. 引入資源，強化數理科和人文學科的課程發展，讓學生提升成績，追求卓越。
3. 積極推動創科、STEM、電子學習、資優教育和閱讀計劃，讓學生能裝備不同的學習能力。
4. 優化校園環境及課室設施，並善用豐盛校園校舍，讓學生有更適切和現代化的學習環境，提升學習效能。
5. 積極推動基督教教育及生命教育，讓學生全人發展。培育學生有正確的價值觀和獨立思考，更要愛主愛人、服務社群。

「校長的工作十分忙碌，平日你有甚麼興趣？可以分享一下嗎？」

我曾是中學音樂老師和合唱團指揮，對音樂和藝術特別有興趣，常常欣賞音樂會、電影和話劇。週末我喜歡看書，收看資訊節目和紀錄片。早年我曾修讀有關法律及中英翻譯的課程，內容十分有趣。另外，我的中國書法也寫得不錯！我鼓勵年青人平日也要多發掘、發揮和發展自己的興趣。

「校長的教育理念是甚麼？你看到沙循人有甚麼特質？你對我們有甚麼期望和勉勵呢？」

很感恩我一直在基督教學校成長，我深信本著基督精神辦學，能培育學生正確的價值觀和全人成長。每個孩子都是上帝獨特的創造，而且有著不同的天賦與才能。透過優質教育，讓每位學生能發揮潛能，肯定自我，並成為具品德、自信、積極、勇於接受挑戰，及樂於服務社群的年青人。

我看見的沙循人互助互愛、努力向上；師生相處融洽、校園氣氛和諧；家長和校友對學校很有歸屬感，亦十分信任與支持學校的發展工作。現時在校長室裡，仍然掛著三位前任校長在三十周年校慶時的簽名，寫著我們的沙循精神「相信、愛、服侍」。我希望我們沙循人時常仰望上帝、滿有盼望；愛惜自己，關愛他人；更要彼此服侍、貢獻社會。

最後，祝願沙循的同學

品學兼優、追求卓越；
作鹽作光、榮神益人！

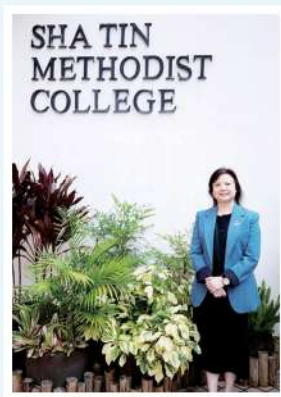
「校長，誠邀你撰寫一篇文章，好讓大家在新學年的《沙循生活》對新校長多一些認識，好嗎？」羅老師友善地說著。

「當然樂意，謝謝你的邀請啊！」我高興地回答。

剛剛接過何校長的棒，加入沙循這大家庭的新校長，大家希望了解我些甚麼呢？如果我是沙循小記者，又會問些甚麼問題呢？就讓我從小記者的角度和新校長的身份與大家分享一下吧！

「校長，沙循自從 1983 年開校至今，你是第四任校長，歡迎你。」

我與各位同學一樣在沙田長大。我在主風小學和曾肇添中學畢業，及後分別在香港浸會大學及香港中文大學取得碩士學位，都是主修教育。過往在港島東區做了十年的中學校長，至今一直擔任不同的公職，例如香港教育行政學會副主席和香港學習圈協會副



張翠儀校長
2020 年 11 月

世上無難事 只怕有心人

專訪余黎淑儀老師

不恥下問 只爭朝夕

被問到初次接觸網上教學最大的困難是甚麼時，黎淑儀老師坦言在二月初剛宣布停課的時候，自己根本不知從何入手，即使同事向她示範，她也不了解如何運作。面對着不適應和挫敗感，黎老師明白若有疑問而不提出，便任何知識也學不了，於是她嘗試主動向同事求教，寫下學習筆記，並邀約同事一同實踐練習 Zoom 的功能。由零開始直到能自行解決網上教學問題，黎老師表示最重要的是不恥下問，凡事不要「怕醜」，敢於戰勝自己的弱項，才能有所得益。



余黎淑儀老師這份勇於探索，敢於嘗試的精神，實在令人佩服和欣賞。

認真對待 保持熱情

如何平衡自己慣常的教學方式和新的教學模式？黎老師指 breakout room 功能類近往常的分組教學，但隔着屏幕，大部分同學都較被動。因此，黎老師為同學建立「教材鐵三角」，善用 eClass 功能，將教材分類，方便同學學習。而且會先拍攝教學影片講解內容，每十五分鐘一小段，讓同學較易專注。同學要先看影片，再於 Zoom 期間進行概念分析和討論錯誤題目，大大提高教學效能。黎老師又會運用分組比賽來提高課堂互動，下課時亦要求同學一同講「再見」。黎老師



黎老師在網課期間，重拾製作簡報 (PowerPoint) 的樂趣。

以失敗經驗為鑒並繼續努力實踐新的教學模式，以求同學成功吸收知識，她的教學熱誠令人感動。

為防止同學在鏡頭背後分心，黎老師會使用「車輪轉」的方式提問，令所有同學更專心上課。在善用 Zoom 課室的標記進行選擇題和提問後，更要同學解釋選擇對錯的原因。在課堂結束後，黎老師亦會在一星期內批改及發還課業給學生，以便同學加深記憶，鞏固知識。黎老師還曾經為跟不上進度的中六同學單對單進行網上補習，每位同學三十分鐘，一天要補課兩小時，有時候更需要一整天坐在電腦桌前。黎老師表示，同學能有效學習是她努力備課及做筆記的動力，可見黎老師十分愛惜學生。

黎老師也會不時提醒同學要重視網課，要為自己的學業負責，若同學因隔着屏幕而選擇作弊，或因霎時的快感而在網課分心，其實遲早要承擔無法吸收知識的後果，日後需要付出雙倍的時間及努力就更辛苦了。

勇於探索 披荊斬棘

黎老師說網上授課所花費的時間是平日的三倍，需要不停下載批改再上載，需要投放更多精力，確是一件苦差。但畢竟樂多於苦，黎老師現在已能靈活運用 Google Drive，並發掘了更多有助記錄筆記的程式，如今在電子教學中遇上困難也能嘗試自行解決問題，就如闖關一般，充滿成就感。因着網上授課，黎老師遇困難時比以往更細心及從容，不再慌張，更多的是思考不同的解決方法，想不到網上教學不單沒有難倒黎老師，反而更能助她成長。

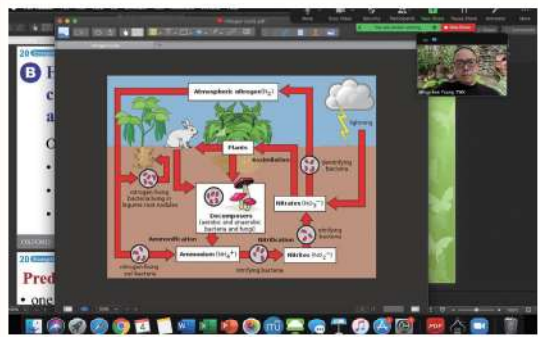
今年疫情肆虐，大家都不能上實體課，上網課對同學來說不會陌生。不知道同學上網課時有沒有留意老師的教學與平日有何不同呢？

動動腦筋 突破限制

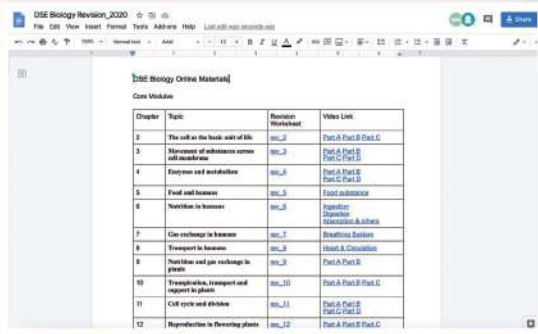
曾穎基老師坦言自己遇到不少困難和挑戰。網上教學比實體授課有更多限制，想讓課堂變得有趣互動，就需要想想辦法。曾老師使用 Zoom 上課時，會善用 Zoom 的不同功能，增加課堂的趣味，例如 Zoom 中有分組討論及「舉手」的功能，曾老師會在堂上提出問題，讓同學以「舉手」按鈕表達看法，亦可與同學分組討論。另外，他也會選擇在課堂上播放影片、展示圖片和使用白板，轉換不同形式，這樣能即時引起同學的注意力，更容易得到同學的回應，同學上課也更專注。曾老師認為只要動動腦筋、想想辦法，網上學習也會變得有趣味。



曾穎基老師希望同學透過網上教學能實踐自主學習的精神。



曾老師認為網上教學和實體授課相輔相成，令學習更全面深入。



透過不同的教學形式，能有效提升學習的趣味。

曾老師認為網上教學和實體授課各有好處，網上教學亦讓他發掘同學的另一面。他回憶起一件有趣的事，平日較為害羞的同學上實體課時不會主動發表意見，亦很少發問，但是他們在網上學習時會私下發問。他欣賞同學的主動，認為同學能掌握不同的學習模式，並嘗試把握機會發問，讓他體會到學生擁有無限可能。

另外，曾老師十分欣賞同學能實踐自主學習。同學主動觀看教學片段，還希望能有更多教學片段幫助他們溫習，這讓曾老師看到網上學習的優點，即使恢復實體課，他也希望繼續拍攝多些教學片段，讓同學自行擬定溫習計劃，重溫所學。

教時有限 學習無限

網上學習改變以往的學習模式，師生都要花時間適應轉變。曾老師認為同學要有改變，才能適應新的學習模式；而老師可以轉變教學的模式，幫助同學更快適應「新常態」。曾老師選擇拍攝教學短片，讓同學先預習、後上課。同學先了解相關課題的知識，則老師在課堂上可以與同學有更多空間作深入討論。由於上課形式轉變，老師未能即時察覺同學是否掌握課堂內容，故曾老師善用網課有限時段，課堂上集中看重點，讓同學發問，並於課堂上即時給學生做練習，鞏固所學，老師亦能掌握學生的學習情況。

形式轉變 重新發現

積極解難 正面回應

雖然大家都認為曾老師電腦技術超群，但他坦言自己同樣遇到不少困難，而其中之一是網路連接問題。由於與家人共用網路，令網絡非常不穩定，最後他需要更換網路器材才能解決問題。

另一個困難就是教學模式的轉變，讓他在儲存文件的方法上也有改變。另外，他也會想盡辦法透過 WhatsApp 解答同學的疑問。他表示每天上網課都是一個新挑戰。疫情期間更顯得平日學習機會得來不易，他寄語同學要珍惜上課的機會，以積極樂觀的態度面對困難。

準備充足 未雨綢繆

疫情期間，課堂無可避免改為網上實時上課，教學時間因而縮減。在有限的課時內，只能教授日常課堂的六至七成內容。黃麗文老師每次教學前都會將課堂內容抽絲剝繭，集中教授較為重要的，刪減非必要的教學內容。此外，為了避免因網絡不穩定而影響課堂施教，黃老師上課時同時使用平板電腦（iPad）及桌上電腦登入課堂，準備充足。



進行網課時，黃老師都會準備充足，務求令課堂更順暢。

不怕困難 迎接挑戰

授課形式的改變，為老師帶來很大的挑戰。首先，黃老師需要重新規劃課堂材料。本來已備妥的教學材料都需要轉換成電子本，一些課堂活動無法在視像課堂上進行，也需要重新擬定適合用於網上課堂的學習活動。網上課堂帶來的另一挑戰，就是老師難以掌握學生的學習進度。由於師生之間相隔了螢幕，學生對課堂的專注度大大不如面授課程；老師未能確保學生是否專心聽課，因而難以掌握及跟進學生的學習情況。對此，黃老師也費盡心思，促進課堂教學，如適時抽問問題，又不惜多花時間設計單元小測，藉著觀察學生的作答情況，了解學生的學習進度與難點。

有得有失 自主學習

黃老師積極學習活用不同的軟件輔助網上教學。首先，黃老師善用 Zoom 進行網上實時課堂，黃老師指出在免費會議軟件中，Zoom 的功能尚算齊全，例如分組討論（Breakout Rooms）、分享螢幕（Share Screen）及其他互動功能等，有效促進課堂教學及令同學更容易跟上課堂節奏。其次，由於課時縮減的問題，黃老師則另外提供教學片段作為預習，讓同學提前了解課題；或作為課堂跟進，補充未能於課堂詳細講解的內容。黃老師輕嘆，疫情令學生差異進一步拉闊，自主自律的學生不但能跟上教學進度，更能善用課餘時間深入探索；相反，欠自律的同學卻完全脫離正常學習軌道，成績一落千丈！黃老師寄語同學生活在多變的廿一世紀，必須養成自主自律的良好習慣，做一個終身學習者（lifelong learner），才能跨過各種各樣未知的挑戰。



同學堅持到底，不肯放棄的態度令黃麗文老師充滿教學動力。

互相勉勵 共同進步

網課模式的轉變，老師與學生需要同步適應。黃老師大讚沙循學生質素高，即使課堂上經常出現技術問題，教學時經常斷線，甚至被「彈出」課室，然而「獨留」的沙循同學不但沒有離開，反而自律地在房間內靜待黃老師回到課堂。又有一次，有同學在下課前三、四分鐘被「彈出」，即使距離小息尚餘數分鐘，但同學仍快速「趕回」課室，更不介意犧牲小息補上錯失的課堂時間。同學這份堅持令黃老師非常感動，她說：「即使再困難，想起沙循同學可愛的笑聲，我也會堅持下去的！」面對教學的重重挑戰，黃老師笑言她也會努力做個終身學習者呢！

開拓前進 克服困難

在剛停課時，網上實時課堂並未盛行，曾老師學習用 explain everything 攝製教學短片，務求以精煉的片段勾出教學重點。起初，曾老師反覆細聽短片內容，卻無法容忍自己錯讀、回讀、重讀的小瑕疵，結果多次重拍，短短一段二十分鐘的短片，竟花了三、四小時製作。「後來預備的時間減少了，一是因為逐漸熟習拍攝的模式，二是因為時間有限，不得不放過自己了。」曾老師笑說。而在全面推行實時課堂後，曾老師則面臨另一難題——未能確同學是否專心，能否跟上進度。在日常課室中，老師往往能從同學的眼神，所摘錄的筆記，甚或坐姿看出同學是否投入課堂。而網上教學時，則無法「看穿」三十多個方格。「我會邀請同學開啟鏡頭，至少可以看看同學們的樣子嘛！也從而確同學在合宜的環境下好好上課。」曾老師指同學需要為自己安排舒適的學習環境，才能重現課堂學習的氣氛，但若如同學有其難處，也可以酌情處理。



曾筠媛老師希望沙循同學能積累所識，與時並進。

多元教學 有效學習

「有時課堂以講授為主，我會擔心同學難以長時間集中；有時課堂實踐了新的教學活動，我又渴望知道同學的想法。」曾老師表示自己不時在課後探問學生的感受，期望能創造切合學生需要的學習方式。為了有效掌握學生的學習進度，曾老師努力學習使用不同的教學軟件、評估平台。如製作 Google Form，在課堂上設置簡單測試，期望於短時間內收集並分析全班的學習表現，讓教學時可在課堂上作即時有效的回饋，鞏固當日所學。而為了促進課堂上同學的互動，也希望把課堂主導權交給學生，曾老師也曾邀請同學在堂上分組討論，並以 Google Slide、Google Doc 展示小組討論成果，再在課堂上匯報，各組互評。

「課堂模式的轉變有得有失，善用資訊科技的優勢，或有驚喜的收穫。」曾老師笑言。她提到在初中的課堂上，力求於有限課時讓學生享受趣味學習。如善用 Nearpod 的 Time to Climb 進行課文知識競賽遊戲，學生可選擇代表卡通人物，按答題速度及準確程度虛擬賽跑；另外，曾老師提及中一課堂曾進行虛擬實境寫作課，同學須以 iPad 觀察 360 度照片及影片，記錄觀察所得，完成短文寫作。「這課堂活動本來需要兩、三課節才能完成，停課期間，則請同學在課堂前完成觀察及記錄，課堂時間則以分享、討論、回饋為主，不但減省了課堂時間，也讓課堂上的討論更為深入。」

積累資源 與時並進



曾老師為各班開設 google classrooms，更有系統整理學習材料。



疫情期間，老師面對著沒有同學的課室上課，難免有點失落。

塞翁失馬，焉知非福？曾老師有感疫情反覆導致停課，雖損失了寶貴的學習時間，卻令老師就教學模式多加反思。老師不但多了空間鑽研以網上教學促進學習效能的方法，也積累了不少教學材料。在與同學交流時，曾老師也發現不少同學在停課期間察覺自己的學習問題，逐步建立或找回自己的學習方式。環境萬變，我們也從中得著啟發與成長，曾老師寄語沙循同學積累所識，與時並進。

衝破限制 轉危為機

停課期間，學校以網上教學授課，網上教學相比實體課有更多限制。魏雋老師認為在計劃網上課堂時，首要清楚教學的目標，才能引起學生動機，以互動的教學傳授知識。一般人認為網上學習困難重重，魏老師卻認為網上學習亦有好處，例如運用Google Sheets，同學可以即時分享想法，大家能更容易了解各人的看法，有助課堂互動交流；老師在同學討論期間，能一併觀察同學的表現，掌握其學習情況。

善用考核 了解狀況

網上教學減少了同學表達意見的渠道，要讓課堂有互動，讓老師了解同學的學習進度，魏老師認為考核是最合適的方法，考核對於老師和同學最簡單直接，而且能反映教學及學習的成效。現時有許多網上測考的平台，老師可善用這些平台設計不同的考核形式。魏老師提到一次在中一課堂的經歷，當時他以為同學已經對課堂教授的技巧瞭如指掌，但經考核後，發現同學仍然需要更多的指導，因而再調整課堂內容及教授方式，例如給學生更多機會發問，以幫助學生掌握課題難點。



魏雋老師認為網上教學最重要是給予同學更多思考的空間。

突破隔閡 關懷同學

網上學習對大家都是一個新嘗試，魏老師認為網上教學最困難的，是師生的溝通大大減少。身為中一班主任的魏老師，觀察到有些中一同學未能適應中學生活而欠交功課。由於老師看不到同學，跟進此情況也更困難。魏老師於是逐個致電同學，關心他們的狀況外，也與同學商討解決方案，例如設立網上家課表，同學能更清楚家課內容。

雖然網上學習讓老師較難觀察學生的狀況，但魏老師認為辦法總比困難多，只要真誠關心學生，即使隔着螢幕，亦能讓同學感受到溫暖。無論是學習情況還是個人生活，關心學生能拉近師生距離，魏老師亦會主動分享自己的生活，師生互相了解，能維繫更緊密的師生關係。



魏老師在教師發展日分享網上教學的心得。

反思不斷 收穫良多

回顧多月來的網上教學，魏老師回憶起最難忘的收穫，是發現自己比想像中健談，而且害怕寧靜。有一次他安排工作給同學，魏老師不斷給意見，希望填補當時課堂的寧靜，但他其後發現自己應該給予同學思考的空間，太多的建議反而會阻礙同學思考，魏老師認為有此體會非常難得。另外，他亦發現個別回饋是十分重要的，有時候片言隻語的提醒，已能引起同學的求知慾，屆時老師才建議改善方法，同學更有改善的動力。

逐步適應 克服困難

專訪初中同學談網上學習的苦與樂

早前疫情肆虐，復課無期，中四級梁卓希同學因而初嘗網上課堂，梁同學直言初時非常擔心自己難以投入課堂，更怕自己跟不上進度，學業成績落後於人。為了迎接網課的挑戰，梁同學致力專心上課，並在課堂完結後，複習堂上教授過的新知識。大約一星期後，梁同學始適應網課模式，更能追上之前落後的學習進度。

為求進步 努力學習

「學如逆水行舟，不進則退。」梁同學深明此理，致力追求進步，鞏固學習。梁同學坦言課堂期間難免偶爾受到電子產品影響，偶有分神，但絕不會「掛機」，定會珍惜課堂時間。他亦會善用課餘時間複習當日所學，溫故知新，鞏固學習。疫情期間雖難以外出，但梁同學也積極在課堂以外發掘興趣，例如學習繪畫。無論在學習或興趣方面，梁同學都會積極追求進步。



梁卓希同學樂於嘗試，努力追求進步。

規管自己 學習自律

對於網上授課，中三級梁以樂同學開始時因為未能掌握授課的形式而感到困惑，幸得老師用心的帶領和悉心的安排下，才漸漸適應。他表示網課期間因缺乏師生互動，加上家中環境嘈雜，很容易令自己分心。因此自律是十分重要的，自己要好好規劃時間，明白網課的重要性，若不專心上課，成績便會落後於人。梁同學為了令自己能更投入課堂，會將手機設為靜音並放置在自己伸手不及的地方，減少誘惑。課後會努力溫習及完成課業，上課時若有不明白的地方，亦會即時向老師及同學請教，以確保自己能跟上進度。



梁以樂同學在網課期間努力充實自己。

珍惜相聚 充實自己

梁同學表示，在網課期間，最想念的就是與老師和同學相處的片段，由於不能在學校見面，所以只能用社交平台來與朋友保持聯繫；另外，因為網課能節省往來學校的時間，所以留在家中的空閒時間較多，梁同學便利用這段時間學習用拼音打字，以減省輸入文字或做功課所花的時間，同時亦充實自己。

抵抗誘惑 主動學習

對於暑假過後，剛要展開新的校園生活，便要立刻適應新的上課模式，去年入讀本校中一的鄧依桐同學，在得悉需要網上學習時，並沒有感到太大壓力，反而因為時間較彈性而感到輕鬆自在。但在網上學習過程中，她亦遇到不少困難，例如家中的環境太嘈雜，容易令她分心。後來她下定決心將其他的電子產品放在視線範圍外，令自己能集中精神上課，但她仍花了近個半月的時間才能真正克服這困難和誘惑。

她尤其對黃穎詩老師的課堂有深刻印象，因為黃老師善用不同的網上資源，為冷冰冰的網課添上活力，提高網上授課的效能。剛踏進沙循這大家庭便適逢這教學巨變，她感到有點無奈，她坦言在上個學年都是在迷惘中渡過，為自己未能深入認識沙循文化和適應中學生活而感到可惜，但慶幸的是仍能參與全校啦啦隊比賽，為初中生涯添一分色彩。



疫情期間到郊外散心是鄧依桐同學最大的樂趣。

——專訪高中同學對網課的看法和體會

一轉眼，原來我們也經歷了近大半年的網上學習。為此，我們訪問了兩位高年級的同學，談談他們對於網上教學的心得與看法。

遙距授課 進度落後

中五級張溢朗同學表示在網上授課下，感覺上會較實體課堂更難跟上教學進度。因家中資源有限，未能即時有著實體的校本參考筆記，只能在網上下載有關的檔案，如此一來，會費時失事；加上在家中容易受到不少的誘惑（如：零食和桌上的擺設等），這也會影響他上課的專注度，使他較難專心上課。接著他又補充說，會出現這種情況其實是因為沒有了老師在身邊監督自己，所以學習態度也會變得比較鬆散和難以集中。



張溢朗同學認為實體上課能令師生交流互動，感覺親切些。

同學隔膜 氣氛被動

相比起面授課堂，張同學指出同學在網上學習時會變得被動與冷淡，課堂上也沒有了同學熱烈的討論和有說有笑的氣氛。他真的很希望可以快點與同學一起在課室上課，再次享受那種歡樂的學習氣氛。

「其實網上授課也有其優勝的地方！我們可以透過對照電子課本上課，讓我們能更容易理解課本內容。不過網上教學始終會偶然出現技術問題，拖延了課堂進度，因此若可以選擇，我還是喜歡實體課堂多一些！因那裡有老師的監督和同學的歡笑聲。」張同學笑著說。

改變習慣 力爭上游

在過去多個月的停課，我校採用 Zoom 進行網上教學。蔡同學坦言起初頗不習慣，亦覺得難以集中精神上課，致使學習進度稍為落後。經過多番思量，中六級蔡賢泳同學發現自己容易受外界環境影響，隨即正視問題，整理書桌空間，不讓混亂的環境影響上課。她亦相信，學習是個人的事，知識最後是屬於自己的，因此面對困難時，應由自己努力解決，糾正不正確的學習態度。

把握當下 珍惜師友

此外，蔡同學又指出經歷這近半年的網上課堂，讓她發現可以上實體課確是非常幸福。能在學校上課絕不是必然的事，應當好好珍惜。作為中六學生，蔡同學即將畢業離開沙循，實在不捨與同窗好友別離。是次疫情也導致她和朋友的相處時光大大減少，她笑言自己現在更珍惜回校上課的日子，把握與師友共聚的時光。

最後，蔡同學不忘勉勵正努力追上學習進度的同學，如在學習上遇有不明白的地方，或有其他困難，也可以向老師請教，尋求協助。沙循師生關係和睦，相信老師必定會樂意支援，成為同學最強大的後盾。



蔡賢泳同學希望大家能好好珍惜每一個學習的機會。