

# 香港神託會培敦中學 生命及公民教育組

## L.E.D. 先鋒 成員名單

首席	5B 王雅婷		
組長	4C 張天賜	3C 姚蔚旋	3D 陳茵
組員	5B 謝懷宇	5B 張杰聰	4B 林穎珪
	3A 林思睿	3A 譚曉澄	3C 何濃灝
	3C 林心皓	3D 鄧芷琳	3D 謝珊玉
	2D 沈燊悅	2D 黃希晴	2D 曾嘉儀

我最享受的活動是用輕黏土立志，製作過程中我感到很開心，令我們有了一個明確的目標，也有動力去成為一枝能照亮及幫助別人的「火柴」。

我最享受的活動是疊石工程，過程中雖然花了不少時間去想辦法去將我們的石頭疊成一個整體，但我覺得還是很有趣的，最後沒想到我們真的做到了，很有成就感的！

當我們為了一些事情付出努力時，就算結果不如所想，都不能因此對自己灰心，應該汲取教訓，這次不行，下次更要努力！

我最享受的活動是拯救組員，這個活動令我們更團結，可以放心交給組員，他們會保護我的安全，使我不會跌在地上。

很多時候因為一件事做了很多次，便缺乏了反思的能力以及創新的思想，因此我覺得我需要糾正自己的態度。

做人要三思，不要永遠因循自己的做法行為，做事前考慮為什麼要做及做完的後果。

## 誌 L.E.D. 特刊 2020-2021



### 珍愛生命 堅韌自強



## 本年主題：生命 · 你的名字是

「生命的名字」每個人也可以有自己的解讀。但「你」是獨特的，而「獨特」已是一種美！「你」會給「生命」訂一個怎樣的名字？

20-21 年度生命及公民教育的主題：「生命 · 你的名字是

\_\_\_\_\_」透過不同的活動讓同學思考、尋索自己獨特之處，並在橫線上填寫對自己正面、積極的特質。例如：堅韌、堅持、樂觀、勇氣、積極、自信、永不言敗、美善、珍貴、無價、擇善固執、忠誠、自強不息、誠信、行公義、好憐憫等等。

期望同學向自己生命負責，以堅韌自強的態度，見證出自己珍愛生命的行動。



### 吳碩駿助理校長：石頭

《聖經》說堅如磐石，這是遠大的目標。而我只是一塊小小的石頭，凹凸不平，尚有不少稜角，還要經過無數的風霜雨露才能磨平光滑。求神賜我信心，在這個風化的過程中砥礪學習。



### 梁愷儀老師：跳躍

小時候，個子不高，為了看欄外的世界，總會亂蹦亂跳，在躍升的一剎一睹外面的風景。長大之後，沒甚麼機會給我跑跑跳跳；可是內心多了一個更好玩的地方。在那裡，我常常要練習——信心之躍 (leap of faith)。

### 梁淑芳老師：堅持

求學時期的我，生活相當枯燥乏味。尤其預備公開試的日子，每天總是與書本為伍。是什麼讓我堅持下去呢？我會說是責任感，還有就是對自己的要求。當上老師後，在教學上也多有灰心喪氣的時候。現在讓我堅持下去的，除了責任，更重要的是你們認真求學的心。同學們，我們一起加油，好嗎？

### 林建欣老師：旅程

旅程中有我想去「打卡」的景點，亦是一趟有高低起伏、充滿不同驚喜、未知驚險的旅程。這旅程正等待你我一同發掘，創造更多值得記錄的回憶。

## 老師們的名字是 .....



### 賴寶伶老師：作一個有訊息的人

「我們已受主教導今要出發，回想曾坐在主足前，我們曾飲於屬天真理活泉，嚐其味如蜜甘甜……」我是一個蒙主恩召的人，曾經迷失在世界裏，直至生命中遇見主耶穌，祂讓我感受到我是祂的掌上明珠、我生命的寶貴和價值。祂引領我進入培敦，與年輕人、校長、老師們的生命相遇，譜寫了一段又一段精彩的生命篇章。

### 朱孟強老師：突破

中學的我是個經常在體育科不合格的學生，由中一到中六級，每年的 1600 米跑測試項目，我總是不達標的。在大學，我是要必修體育的，其中一個項目是 2400 米跑，為了合格，我開始學習堅持練跑，經過持續幾星期的練習，最終我能通過測試。近年我挑戰自己持續跑十公里，起初我一口氣只能持續跑步 10 分鐘，我曾經覺得十公里是個遙不可及的目標，後來我發現，當我堅持跑下去，保持呼吸，我也能跑十公里。生命就是不斷突破舊我的過程，只要努力，我原以為不能達到的體能目標，最終能達成。

### 張嘉蕙老師：優美的樂曲

生命是一首首優美的樂曲，跌宕起伏，波瀾變化。我們是一個個平凡，但獨特的音符。我們穿梭於奔流不息的銀河，途中遇到不同的小伙伴。我們有時會擦肩而過，有時會撞碰跳躍，有時會絮語綿綿……正因為我們的相遇，才能合力譜出沁人心脾的旋律。旋律雖不一定扣人心弦，但一定充滿感恩，因為我們曾在人生五線譜上，留下珍貴的痕跡。

### 黃子珊小姐：仙人掌

我的性格常常給予人一種「生人勿近」的感覺，就像仙人掌上的小刺般，亂碰會有受傷的危機。仙人掌生於乾旱沙漠中，但極端的氣候沒有影響它的生長，因為這些刺子能幫助它適應環境，好讓自己可以強壯生存，甚至在陽光充足的情況下能長出顏色鮮豔的花朵來，為沙漠帶來多點色彩。我想我的生命也是這樣，環境雖不由得我們控制，但我有一種勇於面對挑戰的態度，深信再艱難的環境都能挺得過去。希望這生命力能像仙人掌般，能見證生命的韌度，並且感染身邊許多的人。





## 培敦的生命教育

香港神託會培敦中學自二零零二年起推行五年一貫的生命教育。為配合三三四新高中的推行，生命教育亦由五年一貫擴展至六年一貫。本校的生命教育是以全人生命教育「身、心、社、靈」為發展方向：我們不單關懷每位年輕人的成長問題，更強調活出生命的價值：積極、樂觀、感恩等正向生命態度。因此，生命教育涵蓋公民教育、品德教育、性教育、健康教育各大範疇，期望學生經過六年的生命陶造，成為一個對生命認真、有道德、有理想及有願景的人。另外本校生命教育的特點在於全校參與，並以學生為主體發展，至學生作主導的培育過程。讓學生反思自己對生命的看法，從而期望學生更懂得珍惜、尊重生命中遇見的人和事。



## 26/3/2021 生命教育日

本年度的生命教育日，學校誠邀了 *Faitheater* 的楊文輝先生透過電影《尋找快樂的盲點》與學生探討人在逆境中要建立的生命涵養。這德語電影講述只剩5%視力的德國企業家 Saliya Kahawatte 的真實故事，男主角自15歲起便失去大部分視力，憑著不屈不撓的精神與無比決心與努力，最終達成夢想。



## 中三同學的回應

如果明天你發現自己視障，你認為自己會有什麼反應和感受？你又會像 Saliya 一樣扮成健視嗎？為什麼？

“我會覺得很害怕因為我看不到東西。我會像他一樣扮成健視，因為我怕其他人會用很奇怪的眼光看待我。”

“不會，因為人與人之間相處應該首先互相坦誠面對自己的不足和缺陷。”

Saliya 得到各人的協助，包括妹妹，好友 Max 和廚房職工等，令他得以克服在酒店實習的重重難關。你能分享一個得到別人幫助而克服困難的經歷嗎？



“有一次在小學，我被選中參加校際音樂比賽。老師花了不少時間教導我，使我對樂曲變得熟練。在臨上台表演時，我十分緊張，遲遲不敢上台。我旁邊的朋友就安慰我說：「這只是你第一次代表學校參加比賽，經驗還未是豐富。因此，我認為只要你盡了全力，即使失敗了，也不用傷心。」聽了後，我便鼓起勇氣上了台。令我沒想到的是我竟然獲得了冠軍。從此，我每一次上台表演時，我都沒有那麼緊張，只因我把這句說話牢記心中。”



## 中一級



## 伴我同行計劃

自 2015 起，學校引進策略伙伴協助學校與學生同行，透過「師生結伴行計劃」、「培敦校友會師友計劃」及與本區不同教會 (Yes Power、讚頌之園及九龍二區教會) 的協作計劃，邀請不同界別的人及校友作為同學的生命導師，與同學一起建立積極的人生觀及價值觀。

## 中二級



## 中三級 The Chosen Group





## L.E.D. 組長就職禮

本校一向以全人生命教育「身、心、社、靈」為發展方向，我們更積極推動班級經營，關愛校園，建立各班的關愛小組等已達十多年。自 2018 起，我們以「L.E.D.」小組代替以往的「關愛」小組。而「L.E.D.」小組的組成是以「班職」擔任組長（全班分成六組），滲透關愛的元素於班職之內，提升班內各職員以關愛作基礎，再推行班內切合同學需要的活動，盼望他們更能建立對班的歸屬感、承擔及責任感。

「L.E.D.」本為發光發熱的工具，也配合了我們的校訓：

你們顯在這世代中，好像明光照耀，將生命的道表明出來。

而「L.E.D.」就分別代表著：

L - Loving 愛心

E - Energetic 活力

D - Devoted 忠誠



林校長和倪副校長分別到各班勉勵同學要貫徹 L.E.D. 精神，並頒發委任狀予小組組長，將關顧和服務同學的重任交給他們。

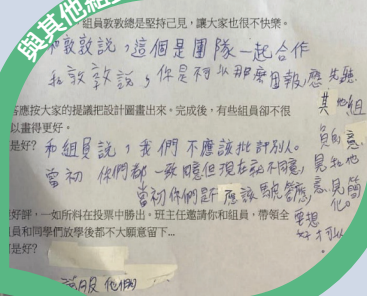


## 初中 L.E.D. 組長工作坊

在組內協商，學習達成共識。



與其他組長交流如何解決衝突。



以桌遊建立友誼，輕鬆愉快。



學習與組員溝通的技巧。

透過畫自畫像，認識自己。







L.E.D. 先鋒是一群被挑選的學生領袖，老師會於學期初邀請於關顧及承擔上表現傑出的中二至中五級同學，組成一個具愛心和責任感的服務團隊，透過籌辦活動帶動校內關愛氣氛，並將 L.E.D. 精神傳揚至社區。

## 立志成為發光體

### L.E.D. 先鋒

我曾嘉儀 立志成為螢火蟲，即使生命很短，也會用自己的能力去幫助別人。

### 立志

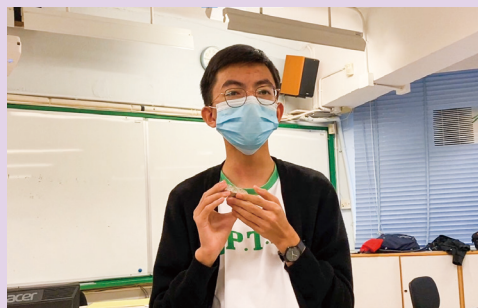


### L.E.D. 先鋒

我譚曉澄 立志成為一個太陽光管，希望能讓成照耀和幫助其他人，成為一個能讓他看清距離的人。



## 自我探索工作坊



介紹屬於自己的石頭



把組員們的石頭疊成一座有影響力的石頭



翻身拯救組員的生命



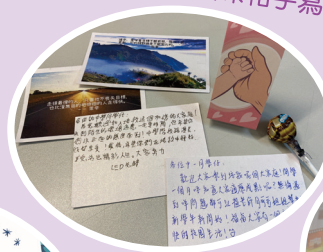
拯救成功！團隊齊人！

## 祝福培敦人

在中一師弟妹的第一次統測前送上的珍貴珠和手寫卡。



網課期間主持感恩祝福點唱站，將師生彼此關顧之情連結一起。



致送菲林回憶禮物給中六師兄姐，表達對他們的支持。

## 童耆活動

活動分為三階段，透過編織頸巾，以及帶領中華基督教會基華小學學生製作小禮物和 ZOOM 視像與慈光社群服務網絡長者進行探訪，為黃大仙區內長者送上一點溫暖和祝福。

