

### 聖羅歌學成成語

地址:九龍基堤道4號

電話: 2338 2807

網址:www.srols.edu.hk

# 级级。

#### 校慶感恩祭

二月十六日我們為慶祝我校創校67周年,全校師生於聖德肋撒堂參與校慶感恩祭,由西環聖母玫瑰堂主任司鐸譚錦榮神父主禮,我們感謝天主一直以來的帶領,並禱求天主使我們繼續發輝我們「忠誠仁愛」的校訓,將耶穌基督的愛與人分享。全校同學更以廢紙摺成正方形,砌成校名簡寫作為奉獻物,為學校送上祝福,亦寓意我們每個都是聖羅撒這大家庭的一份子。願我們這份家庭精神能延續下去。

#### 四旬期宗教活動

天主教香港教區每年在四旬期都會舉辦的「四旬期運動」,本年度主題是「皈依主·活出愛」。我校特別在四旬期期間舉行四旬期捐獻活動,呼籲老師和同學建立友愛的環境,克服自私心態,勉力行善,多關心身邊的近人、家人及關懷弱勢社群的需要,做愛德的見證。







另外,在四旬期期間,我校的「基督小先鋒」亦參與了拜苦路的活動。透過活動,陳修女和老師希望鼓勵同學們都能夠積極參與這些傳統敬禮,偕同耶穌基督,活動中,同學除了重溫了耶穌基督為我們被釘在十字架的奧跡外,同學們又透過祈禱,祈求每人都能夠效法基督,在愛德中成長和奉獻。



#### 方濟大家庭聯校宗教活動

-4月18日14位同學參加了方濟大家庭聯校宗教活動,與另外四間學校的同學一起學習和遊戲,透過夏志誠輔理主教的分享,認識方濟精神中的「微末心,手足情」的意義,並透過分組及遊戲去體驗這份彼此關懷的手足情,最後以祈禱作是次活動的總結。





#### 基督小先鋒許諾禮

今年共有29位基督小先鋒,她們均願意在團體內,透過學習、遊戲、祈禱等、更認識耶穌,學習耶穌的教導去愛主愛人,做一個待人有禮、熱心助人、關懷社會、熱愛祖國,懂得善盡子女、學生及公民責任的基督小





### 201万(世界問讀目))8



我要細心閱讀

為培養學生的閱讀興趣、學 校每年在《世界閱讀日》均為同 學舉辦不同的閱讀活動。今年我 們更配合了世界閱讀日的主題 「悅愛閱讀、愈讀愈愛」,而舉 辦了「漂書活動」。





起點、終點



現在「漂書部落」已設在校園二樓,同 學如想繼續「放漂」已閱畢的漂書,可在標 **籤上寫下對該圖書的感受,再將漂書放回** 「漂書部落」,讓這份感受伴隨圖書漂到另 一個愛書的同學手上。

#### 何謂「漂書」

漂書即書本漂流,其實是一個書本贈 問活動。喜愛閱讀並珍惜書本的人,將 百己兽經閱讀的好書貼上標籤複放於公 **眾場所,讓他人帶回家閱讀。拾取此書** 者在閱讀過該書後,會以相同的方式把 拾得的書放漂, 這樣, 同一本書就可以 讓無數的人從閱讀而獲益。

ŊŊŊŊŊŊŊŊŊŊ





## 常識科活動

一年級

一年級同學擔任「家居安全智 叻星」,透過海報和標語創作, 宣揚家居安全的重要。



### 三年級

二年級同學合作設計棋盤遊戲·讓大 家從遊戲中學習愛護郊野公園。



透過專題研習,同學們學 習從不同渠道擷取資料, 並在小姐討論過程中,學 會與人合作。

### 三年級



三年級同學透過專題研習、學習選擇合適的貨品、成為精明的消費者。

四年級

四年級同學透過考察,檢視五、六年 級同學有沒有良好的午膳習慣。

常識科配合課題、安排學生 出外參觀,以擴闊她們的視 野,增富見聞。

#### -年級 動植物公園



嘩!動植物公園的環尾狐猴真可愛!

消防員,多威風!讓我們都來做一日的小小消防員吧!





## 三年級 香港濕地公園

可以近距離觀嘗招潮蟹 彈塗魚等濕地動物, 大家都十分興奮







### 五年級

### 富東省 虎門 鴉片戰爭博物館 海戰博物館

為配合五年級常識科專題研習、本校於2015年1月9日(星期五) 帶領學生前往廣東省東莞市參觀,讓學生對鴉片戰爭有更深的



專心聆聽導遊的講解。



老師、我們的飲食習慣很好的、不用擔心。





林則徐先生!我認識你了。





歷史古蹟前留倩影



第一次與同學們「北上」學習去!







## 課堂前影

常識科積極發展校本課程,以探究 式學習作為學與教的取向,因應學 生的興趣與能力,提供全方位學習 的機會,加強培養學生的高階思維 能力,從而達到學習目標。

科學探究



分類活動

小組分享





觀察與記錄



三月二十五日至二十七日,六年級同學參 加了學校舉辦的教育營,地點是明愛長洲明暉 營,大家在歡笑聲中度過了愉快的三天。看看 我們的照片吧!

#### 活動花絮



























## 校外陆續

#### 第六十七屆香港學校音樂節(個人)

| 班別 | 姓名   | 參賽項目      | 名次 |
|----|------|-----------|----|
| 1A | 陳思穎  | 鋼琴獨奏——一級  | 亞軍 |
| 2B | 梁綽言  | 鋼琴獨奏——二級  | 冠軍 |
| 2B | 胡焯嵐  | 鋼琴獨奏——一級  | 季軍 |
| ЗА | 梁凱盈  | 鋼琴獨奏——三級  | 季軍 |
| 3A | 林祉攸  | 鋼琴獨奏——三級  | 亞軍 |
| 3B | 羅芷盈  | 鋼琴獨奏——七級  | 亞軍 |
| 4B | 彭琛賢  | 琵琶獨奏——初級組 | 季軍 |
| 4D | 莫冠怡  | 鋼琴獨奏——一級  | 亞軍 |
| 5C | 楊靖晴  | 鋼琴獨奏——三級  | 冠軍 |
| 5D | 司徒巧琳 | 鋼琴獨奏——三級  | 冠軍 |
| 5D | 李嘉瑤  | 鋼琴獨奏——三級  | 亞軍 |

#### 第六十六屆香港校際朗誦節(個人)

|      |     | S                     | Solo Verse | e Speaki | ing  |     |
|------|-----|-----------------------|------------|----------|------|-----|
| 班別   |     | 姓名                    |            |          | 名次   |     |
| 1A   |     | LAI YAT LAAM          |            |          |      | 2nd |
| 1D   |     | LIU YUK YING BEBE     |            |          |      | 2nd |
| 2A   |     | FONG TSZ YING JOVANNA |            |          |      | 3rd |
| 2A   |     | LAU YAN YU            |            |          | 2nd  |     |
| 3D   |     | LAW HEI CHIN          |            |          | 1st  |     |
| 4B   |     | YAU KWAN TING         |            |          |      | 2nd |
| 4C   |     | HO YAN YI CELINA      |            |          |      | 1st |
| 5B   |     | CHAN CHING TUNG MEGAN |            |          | 1st  |     |
| 6C   |     | CHAN WAN HUEN         |            |          | 3rd  |     |
| 普通話獨 |     | 通話獨誦                  |            |          | 粵語獨誦 |     |
| 班別   |     | 姓名                    | 名次         | 班別       | 姓名   | 名次  |
| 1A   |     | 王語欣                   | 亞軍         | 6C       | 李令渝  | 季軍  |
| 2B   | 蘇芷盈 |                       | 亞軍         | 5C       | 楊靖晴  | 季軍  |
| 3A   |     | 陳嘉希                   | 冠軍         | 3B       | 王叡   | 冠軍  |
| 3D   |     | 魏芯言                   | 季軍         | 2B       | 蔡欣橋  | 亞軍  |
|      |     |                       |            | 1D       | 張曉暄  | 季軍  |

#### 資訊科技挑戰獎勵計劃 (2014-2015)

| 班別 | 姓名  | 名次           |
|----|-----|--------------|
| 3A | 梁凱盈 | 銅章           |
| 3A | 劉芷而 | 銅章           |
| 3A | 蔡慧思 | 銅章           |
| 3A | 陳紫廷 | 銅章           |
| 3A | 徐悠獻 | 銅章           |
| 3B | 羅梓淇 | 銅章           |
| 3B | 鄭芷澄 | 銅章           |
| 3B | 高子君 | 銅章           |
| 3B | 區嘉文 | 銅章           |
| 3C | 梁詩思 | 銅章           |
| 3D | 司衍晴 | 銅章           |
| 3D | 鄭凱殷 | 銅章           |
| 3D | 張芯悠 | 銅章           |
| 3D | 魏芯言 | 銅章           |
| 3D | 余芷淇 | 銅章           |
| 4A | 鄭展琳 | 銀章           |
| 4A | 任穎楠 | 銀章           |
| 5B | 梁綵孜 | 金章及<br>最優秀金章 |

#### 2014-2015年度 九龍東區小學校際乒乓球比賽

| 甲組及乙組分別獲得女子組八強優異 |  |  |  |
|------------------|--|--|--|
| 乙組               |  |  |  |
| 3D 陳希汶           |  |  |  |
| 4C 羅紫瑜           |  |  |  |
| 4B 鄭思捷           |  |  |  |
| 5A 徐 懿           |  |  |  |
| 5D 謝梓瑩           |  |  |  |
|                  |  |  |  |

#### 第五十一屆學校舞蹈節中國舞

| 甲級     | 及獎     |
|--------|--------|
| 3C 何彥彤 | 5A 徐 懿 |
| 3D 陳樂研 | 5B 梁愷桐 |
| 3D 張芯悠 | 5B 陸曉瑩 |
| 4A 馮諾恆 | 5C 馮曉敏 |
| 4D 李淑汶 | 5D 馮潁恆 |
| 4D 莫冠怡 | 6D 張凱晴 |

#### 2014-2015年度數學科

| 第八屆《華夏盃》全國數學奧林匹克邀請賽 (華南賽區)初賽  |
|-------------------------------|
| 5D 容灝堯 二等獎 6D 鄧依諾 一等獎         |
| 第八屆《華夏盃》全國數學奧林匹克邀請賽 (華南賽區)晉級賽 |
| 5D 容灝堯 三等獎 6D 鄧依諾 二等獎         |
| 第八屆《華夏盃》全國數學奧林匹克邀請賽全國總決賽      |
| 5D 容灝堯 三等獎 6D 鄧依諾 三等獎         |
| 《港澳盃HKMO Open》暨亞洲國際數學奧林匹克公開賽  |
| 6D 鄧依諾 銀獎                     |
| 《新加坡數學競賽2015 初賽(香港賽區)》        |
| 6D 鄧依諾 銀獎                     |









#### 2B 容可兒 余思樂 陳貝翹 冼葦澄 劉鎧滺

边士尼的複台真是很大啊! 我覺得最難忘是在複台準備時,既緊張,又開心又期待。

#### 3B 羅芷盈

我覺得這次活動非常有意義,因為這是我第一次參與管樂團的演出。謝謝老師安排是次活動,讓我們能表演及玩樂。

#### 4B 劉晰雅

這是我第一次轉吹大號 (TUBA)的演出,雖然練習時遇上困難,但最很我都能在演出時表現我的最好一面,令我信心大增。

#### 3A 陳正恩

表演很,我玩了3次「依 態山谷」和5次「SDACE MOUNTAIN」,很開心!

#### 5C 黄穎藍

我很高興能參加這次演出,因為這是我第一次在迪士尼表演。雖然練習的過程有點辛苦,但我也十分享受。我十分期待下次的活動。

#### 6B高穎嘉

這是我們管樂團第一次在眾多遊客前表演,並要在20分鐘內連續演奏五首樂曲,非常難忘。感謝學校給我們這麼好的學習機會。

#### 5C 馬潁僖 吳紫靖

這是樂團第一次在戶外 表演,演奏時的音量較室內 小,喜多加訓練了!

#### 3C 劉芷榮 何樂臻

我玩了很多次「U字形」 過山車和「廃落傘」,還有 「灰熊山谷」,超好玩!





















號 2A 蕭力慈 2B 冼葦澄 3A 林祉攸 3B 孔璧然 4B 劉晰雅 4D 陳祉欣

長笛 2B 劉鎧滺 2B 陳貝翹 3B 羅芷盈 3C 劉芷滎 5B 翁沅婷 5C 黃潁藍 5C 郭俙僮 5C 吳紫靖

3A 梁芷凝 3A 陳正恩 3C 何樂臻 3C 何彥彤 3D 譚雅靖 3D 張芯悠 4A 何嘉慧 單簧管 4B 林子洳 4D 卓明璇 5A 張嘉桓 5B 黃穎琳 5B 林珈穎 5B 崔倩怡 5B 陳靖彤

圓號 2B 容可兒 3A 劉芷而 4A 陳芍言 5B 李采兒 3B 吳瑞霖 5A 劉穎澄



廽



## 學生作品

#### 中文

### □中秋節

3A 盧芍穎

中秋節晚上,我和家人一起到九龍公園賞月。

當我們到達<u>九龍公園</u>,我看見那裏人山人海,十分熱鬧,有的在賞月,有的在拍照,還有的在小食亭買東西。然後,我們坐在草地上賞月,月亮又圓又大,真是光亮啊!我們看見一些五光十色的花燈,真是漂亮啊!

此時,我們聽到歡笑聲,原來弟弟和他的朋友正在 玩花燈,我差點忘記我的兔子花燈,便將它拿出來和他 們一起玩。

在公園的一旁,我看見頑皮的<u>小明</u>和他的朋友在煲蠟,他們用一個空鐵盒盛著蠟燭,使得鐵盒火光紅紅的,我不禁害怕起來,我還聽到他們說:「要是加多點蠟燭, 火勢便會更猛烈,這時就更好玩了。」我想:我要馬上 阻止他們,否則後果嚴重。我告訴他們這樣做很容易發 生火災,但他們不但沒有理會我,還變本加厲。幸好, 警察及時來到阻止他們,才避免意外發生。

時間已經不早了,我和家人懷著依依不捨的心情離開。這個晚上,我真的很開心,睡覺時更做了一個甜蜜的夢。

#### 遊香港濕地公園

3B 陳迦宜

一月九日,老師帶領我和同學們一起到<u>香港濕地公園</u>參觀和遊玩。我非常興奮,因為這是我第一次到<u>香港</u>濕地公園。

到達目的地後,我一踏進<u>香港濕地公園</u>的大門,就 看見不同種類的奇花異卉。然後,我們分別到了「河畔 觀鳥屋」、「沼澤世界」和「貝貝之家」參觀。

在「河畔觀鳥屋」,我從望遠鏡中看見很多可愛的候鳥。牠們有的在岸邊找食物,有的細心地照顧小鳥,還有的吱吱地唱歌,生活十分寫意。老師還向我們介紹了最大的蛋原來是駝鳥蛋,而最小的蛋是鵪鶉蛋,真是有趣,令我大開眼界。

在「貝貝之家」,我們圍着玻璃看着鱷魚<u>貝貝</u>,牠 在岸上曬太陽。不一會兒,牠慢慢地爬到我們面前並張 開嘴巴,像要和我們打招呼,我還跟牠拍照留念,我覺 得很滿足呢!

經過今次的旅程,我覺得大自然像一本百科全書, 有很多知識等着我去學習。

#### 遊香港濕地公園

3C 葉童

一個風和日麗的星期五,老師帶領三年級同學到<u>香港濕地公</u> 園去參觀。之前已聽別人說那裏的風景怡人,恰似一幅畫,掛在 天水圍的北部,所以能到那裏去參觀,令我感到十分高興。

一踏進<u>香港濕地公園</u>的大門,我便聽到小鳥「吱吱」的叫聲,好像在歡迎我們呢!接着,我又聽到「嘩哈哈」的笑聲,原來是同學們看見「生態迷宮」,興奮得又叫又笑。

我們玩了一會兒迷宮之後,便到「貝貝之家」去。可是懶惰的<u>貝貝</u>躲在大石後,好像一位害羞的孩子。過了一會兒,牠終於探出頭來東張西望,又瞪着大眼睛,像要吃掉我似的,令我怕得 躲在同學背後。

告別「貝貝之家」後,我們到「河畔觀鳥屋」去。我利用望遠鏡仔細地觀察,看見小燕子有一雙圓溜溜的眼睛,一張米黃色的小嘴,十分可愛。牠的肚子白白的,全身的羽毛黑乎乎,尾巴像一把剪刀般分開,彷彿穿著黑色禮服,內穿白色襯衫的紳士。此時,遠處有幾隻鸞鳥在「嘰嘰喳喳」地鳴叫,有時候急促,有時候溫柔,有時候歡快,好像在進行大合唱呢!

快樂的時光總是過得特別快,轉眼便要回校了,我們只好依依不捨地離去。今天的旅程快樂無比,也令我增長了不少知識, 希望以後有機會再來這兒參觀。

#### 我最喜歡的人

3D 張淖惠

我最喜歡的人是媽媽,她是一位家庭主婦, 她的個子不高,她有一雙明亮的雙眼皮的眼睛, 還有一張櫻桃小嘴,樣子十分美麗。

她是一位有耐性的人。有一次,我不懂得做數學題,她花了半天反覆地教我做數學題。 過了一小時,我依然不明白,她仍然不放棄, 堅持到底。過了三小時後,她舉了不同的例子 來令我明白考試範圍內不同的題型,我終於明 白如何計算,我感到很開心。

她特別用心及耐心教我做數學題,所以我 會更用心作答,不想令她失望。媽媽那份堅持, 很令我尊敬。



#### 遊校園

4A 鄭嘉盈

今天小息的時候,我漫不經心地經過校園聖母山,回 憶就像煙花般,在記憶中閃現出來,頓時令我感到十分溫 暖。

那天一早,關老師先帶我們由校園門口出發。我們先往前走,然後向右拐了一個彎,便到達聖母山。當我仰望時,我看見一尊慈祥的聖母像。她雙眼炯炯有神,臉上帶著微笑,合起雙手誠心誠意地祈禱,右手手臂還挽著一串唸珠,她就像一位慈祥的媽媽守護著我們,令我深深感到一份親切感。而當我俯視時,我又看見池塘,碧綠的湖水猶如滿地的綠顏料,滿地新荷綠可愛,十分動人。一群魚兒在池塘裡自由自在地游泳,牠們六個一群,三個一夥,有時還頑皮將頭探出水面吐出一串水泡,好像在玩捉迷藏呢!

接著,關老師帶我們沿著三號樓梯一直往上走,再往左拐,就到達空中花園。當我從空中花園的階梯仰望時,我們看見獅子山呈灰色的,怪石嶙峋,像一隻栩栩如生的獅子伏在山上,守護著我們的學校,令我感到很有安全感。蒼青色的起伏群山,一座疊著一座,像大海的波濤,無窮無盡地延伸到遙遠的天際。當我俯視時,我又看到很多不同高度的樓房,像積木堆疊起來的城堡,而我們就像化身公主,置身在皇宮裡,令我感到很興奮。

在這次的遊校園經歷中,我深深感受到校園的優美, 我們實在要好好愛護它。我亦體會到大自然的奇妙,天主 的創造實在太偉大,我們應多作善行來報答祂。這段旅程 真令我感到無限的溫暖!

### 問星星

4B丘諾霖

星星,星星,

閃亮的你們像一朵朵精巧的白菊,

你們會散發出誘人的花香嗎?

每晚,一閃一閃的你們都會向我眨眼睛,

向我問候一番。

你們是不是因為喜歡我才向我問候?

我經常聽到你們「噗哧」地偷笑,伴隨我進入夢鄉, 是不是因為我睡覺的樣子很惹笑?

每次,我看到你們其中一個滑下來時,我都會許願,你們是不是正在坐火箭去旅行?

你們有沒有只是想著去旅行,而不聽我的願望呢?

你們是不是每顆星星都有自己的名字? 我……還有很多問題要問你!

星星,星星, 請你告訴我!



#### 一輛吉蒂貓南瓜車

4B 陳思嘉

暑假的時候,我漫不經心地整理自己睡房時,在牀下發現了一個裝滿舊玩具的盒子。我把盒子打開,裏面有一輛殘舊的吉蒂貓南瓜車。這件玩具令我回想起在幼稚園時一個要好的朋友,回憶就像夜幕上的星星一樣,在記憶中閃現出來。

這輛吉蒂貓南瓜車約十五厘米高,上面坐着一隻可愛的 吉蒂貓。雖然這件玩具非常殘舊,它的一個輪子已經遺失了, 但是我仍然捨不得棄掉它。對我來說,這輛南瓜車是一件很 有意義的玩具,因為它是我上幼稚園的時候一位小同學<u>黎諾</u>, 送給我的禮物。

回想起往日,我們在學校經常在一起,每天都一同上課一一同遊戲,滿懷喜悅。在學校假期時,我們會相約一起到公園玩耍。遇到不開心時,她會給予我支持和鼓勵。記得有一次在暑假時,<u>黎諾</u>帶來了一輛滑板車,我們輪流踏着滑板車。原本一切都很順利,可是我突然飛快地踏車衝向前方,結果我撞倒了長椅子而摔倒了,我的手臂和腿都流着血,哭得泣不成聲,<u>黎諾</u>一看見,便氣急敗壞地說:「糟糕了!糟糕了!覺得怎樣,一定是很痛吧!」我強忍著痛楚,輕輕地說:「不打緊,不用擔心啊!」她連忙替我處理傷口和貼上膠布。然後我們一起到小食亭吃雪糕,我仍然愁容滿臉。第二天上學的時候,<u>黎諾</u>為了逗我開心,送了這輪吉蒂貓南瓜車給我,我看見立即展露笑容,把昨天的痛楚都忘記了。

這件事是我最難忘又快樂的時刻,令我體會到友誼的可貴。有這個好朋友和我一起談天和玩耍,我真的十分開心。 遇到不開心的事情,她安慰我,給予我支持和鼓勵,分享憂傷和歡樂,我真高興交了這麼一位好同學,我會珍惜這份友誼。幼稚園畢業後,我們被派到不同的小學,但我希望我們的友誼能永遠長存。

#### -份別具意義的禮物

4C 李在琳

我的牀邊擺着一個小熊玩偶,它長著圓圓的眼睛和板栗 形的鼻子,掛着可愛的笑容。小熊胖乎乎的,擁着它的時候, 我覺得很有安全感。每次看到它,總會勾起我一段珍貴的回 憶。

那時候我正就讀三年級,媽媽常常帶我回鄉探望表妹一家。我和表妹的感情很要好,我們不但會互訴心事,還會向對方提出建議,合力解決困難。有一天,她告訴我,她的願望是擁有一件屬於她的玩具。我提議叫爸爸媽媽買給她,可是表妹卻說她要自己儲錢買玩具,這令我十分震驚,「為甚麼你不讓他們買給你呢?」我問道。她說:「媽媽告訴我爸爸的經濟狀況不太好,我的零用錢也是爸爸努力省下來的。」正當我想追問下去的時候,要吃晚餐了,這使我不得不按捺住我的好奇心。

吃過晚飯,表妹急急忙忙地跑回房間,她的舉動又一次引起我的好奇心,我也趕緊說了一聲「吃飽了」就貼在表妹身後跟了上去。表妹進入房間後,發現我跟在她身後,我沒想到她竟然「殺豬」,把錢箱裏的錢掏出來。第二天她拿着這些錢,走了一個小時的路到市鎮買小熊。我們回到表妹家的時候,正是我們要分別的時刻。表妹把眼角的淚水拭去,然後把懷裏的小熊放在我的手裏,接着急步跑回屋裏去。

這是表妹的第一件玩具,可是她卻把它送給我。對我來說,這是一份別具意義的禮物,我會好好珍惜的,謝謝你! 表妹!

### 問海洋

4D 陳琛兒

海洋,海洋 請你告訴我: 為什麼你是藍色的?

為什麼當你衝上海岸時, 會發出「沙沙」的聲音? 為什麼你肚子裡會住着那麽多海洋生物?

你那裡,有沒有可怕的海怪?

你那裡,有沒有住着神秘的外星人? 你那裡,有沒有珍貴的寶藏?

為什麼你每天都要曬太陽?

為什麼你會像蔚藍的天空那樣大? 你跟天空是姊妹嗎?

為什麼你可以把船浮起? 為什麼你那裡會有綠油油的海草? 為什麼你那裡會有五顏六色的珊瑚?

海洋,海洋, 請你告訴我。

#### 養成健康的飲食習慣

4D吳凱忻

健康的飲食習慣對我們身體有莫大的裨益,我們在日常生活中應該養成健康的飲食習慣。可是,怎樣才是健康的飲食習慣呢?

我們每天要注意攝取均衡營養,食物要多樣化。我們要多吃蔬菜,少吃油膩食物,亦要按「三二一」營養餐來選擇食物。這樣一來,我們便能預防肥胖,減少患病的機會,也能吸收多種營養素。

我們除了要注意均衡飲食,也要注意我們烹調的方法。烹調食物應符合少糖,少油和少鹽的原則,而海產類

食物要徹底煮熟。這樣,我們便能降低膽固醇,也能減少 肚子疼的機會。

此外,我們進食正餐也要定時定量。我們要按時進食 三餐,例如晚餐應該在七時至八時進食,份量也不宜太 多。我們按時進食三餐,便不會餓過頭;我們進食的份量 適中,便不會因過飽而嘔吐。

要是我們在均衡飲食、烹調方法和進食定時定量三方面着手,養成健康的飲食習慣,我們便會身壯力健,容光 煥發。從今天起,我們便坐言起行,一同養成健康的飲食 習慣。



### English

Our P.1 girls would like to share what they think about our school and what they like doing.

Nanette Man (P.1A)

Dear Wong Ming,

My name is Nanette Man. I am in Class 1A. I live in Hong Kong. My favourite colour is purple. I like to eat BBQ pork and ice-cream.

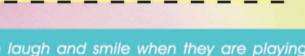
My classroom is big and clean. We have many desks, many chairs and many fans. We have one computer, one screen, one projector and one rubbish bin. I love my classroom.

My school is big and beautiful. We have many big classrooms, many toilets and a big staffroom. We have a hall. We have an Art room, a library and an English room. We have a sky garden, a dancing room and a store room. We have a covered playground and an outdoor playground.

I like my school because I can learn many things, play with new friends and do exercise.

Love,

Nanette





#### Abbie Chan (R:1B)

Dear Wong Ming,

My name is Abbie Chan. I am six years old. I am in Class 1B. I live in Hog Kong. My class number is No.1. I have many friends.

My classroom is big and clean. We have a computer. We have 34 desks. We have 40 chairs. We have a projector. We have two green doors.

My school is big and clean. We have a Music room. We have many classrooms. We have clean toilets. We have a big hall. I love my school.

I like my school because I like playing in the playground. I can learn in the

classroom. I can sing in the Music room.

Love, Abbie Chan



Children laugh and smile when they are playing with toys, especially with their favourite ones. What do our P.1 girls like? Read and find out.

#### My Favourite Toy

My favourite toy is a lovely doll. Her name is Ruby. She has long pink hair. She has long eyelashes. Her eyes are pink too. She has a small nose and a small mouth. She has short arms and short legs. Her dress is pretty. It is red. It has a red rose on it. She has a white, pink and red bag. She has white

rose on it. She has a white, pink and red bag. She has white shoes. I like her very much because she is lovely and cute.

#### \_\_\_\_Alexis Wu(R1D)

Qobe Choi (P.1C)

#### My Favourite Toy

My favourite toy is a princess doll. Her name is Elsa. She has long golden hair. She has two big eyes. She has a big mouth. She is wearing a blue dress. Her dress is long. She is wearing blue shoes. She is beautiful. I play with her every day. She is

my favourite toy. She is not a teddy bear, a robot or other things. She is my friend. I am always joyful to play with my doll. I love her very much.

### READ ALL ABOUT IT

TTTTT

Hosanna Lee (P.2B)

After a trip to Kowloon City Plaza, our P.2 girls wrote a journal to describe their visit to the shopping mall. They also designed a new floor plan for the mall that they would like to see there in the future.

Tuesday 2nd December, 2014

It is a special day today. We don't have English lessons in school. We go to Kowloon City Plaza. We go there because we want to learn more about the shops in KCP and we have to check if KCP is a good shopping mall. The P. 2 English teachers and some parents go to KCP with us. We go to KCP by school bus. I can see many beautiful shops, like a bakery and some jewellery shops. I like KCP because it is clean and big. We can learn more English too! I enjoy the outing because KCP is a good place to visit. I will recommend KCP to my family and friends. I want to visit there again next Sunday.

Heidi Lau, Hosanna Lee, Cheri Leung and Ho Ching Yip (P.2B)

Four P.2 girls wrote a short script after they read the story "The Tiger Who Came To Tea"

Narrator: The doorbell rings. Daddy comes home.

Daddy: Hello! I am back.

Sophie: Daddy, a tiger comes to our home today and

it eats all the food.

Mummy: Daddy, the tiger drinks all the water in the

tap and drinks all your beer too.

Sophie: What can we do now?

Daddy: I have a good idea. Let's go to a restaurant to

have our dinner.

Mummy: OK! We need to put on our coats because it

is cold outside.

Sophie: Hurray! I want to eat ice cream and

sausages.

Narrator: At last, they go to the restaurant to have

their dinner.

Anson Hui from 20 imagined what happened in her café when a Giant came for lunch today! Read and find out how she felt about the Giant's visit.

The Waiter's Journal:

What a special day! A Giant comes to our café today. He is very hungry. He yells, 'I want delicious food!' He looks very fierce and scary. I give him a large salad because he is very hungry. Next I give him many tubs of potatoes. He eats three big pizzas, many hot dogs and many juicy melons. He drinks many cokes. He has a perfect lunch. Just then, he sees an ice cream van. His favourite dessert is ice cream so he eats ten tubs of ice cream! He is very full so he is very happy. He gives us some money. We feel surprised because we can get a lot of money today.

Kiki Kong (P.2D)

If you are going to buy presents for your family, what would you buy? A camera? Nice clothes? Sports shoes? Read about what Kiki Kong buys for her family.

15th December, 2014

I am very happy today because I win the drawing competition. I get one thousand dollars in coupons. I feel very happy because I can buy a lot of food and things. Then I decide to write a shopping list first because I want to buy some presents for my family. When I am writing my list, my sister always looks at my list but I keep hiding it! After I finish the shopping list, I go to Flying Horse Gift Shop in a shopping centre and I buy a key ring and a wallet there. I do not go to the sport shop to buy a basketball because the shop is closed. Then I go to the electronics shop to buy a camera for my mum. After I go to the electronics shop, I go to the book shop. I buy a book series there. The title of the book series is Tell Me About Nature. They are for my sister.

When I go back home, I give the presents to my family. They are so happy to get my presents. I do not have a present. But my real present is my family. They make me happy all the time.

School life is full of fun when students have a variety of activities and experiences which broaden their horizons. What are our students' favourite school events? What did they do in the holidays? Our P.3 girls want to share their thoughts with you.

Ella Chan (P.3A)

#### Easter

During the Easter holiday, my parents took me to Pan Yu for our vacation. We woke up very early in the morning on the first day of the trip. We went to the pier by taxi with our luggage. There were many people at the pier mall. We had our breakfast in a fast food shop there. We had to line up for a long time at the shop because there were many people ordering food.

After breakfast, we got on board the ferry at 8 a.m.. It took two hours to get to Pan Yu. When we arrived there, we took a shuttle bus to the Clifford Hotel.

We had lunch in the hotel. The food there was yummy. Then Mum took me to a playground nearby. I played on the slide, swing and the see-saw. I had a great time there.

At night we watched a circus show. The clown was funny. He did some funny tricks. The magician did some magic tricks. Some dancers performed too. Even the animals could do tricks! They were smart and cute.

The next day we went to a Chinese cultural garden. There was a big fish pond. We bought some fish food from the kiosk to feed them. At night we ate a buffet dinner in the hotel. There were many different kinds of food. There was some seafood, Chinese food, steak, burgers and dessert.

On the last day I received a gift from the hotel. It was a chocolate Easter bunny. I liked it very much.

I had a good time with my family. I want to visit there again!

#### Charlotte Ho (P.3C)

#### A Reply Letter to Ernest

Thursday 9th October, 2014

Dear Ernest,

Hello! I am Charlotte Ho. I live in Fanling. I go to St. Rose of Lima's School. I am in Primary 3. My birthday is on 19th July. I will have a party at my home.

I like doing different activities. I like swimming because it is fun. I also like reading books in my free time. It can make me clever. When I am reading, I feel excited because all storybooks are exciting and interesting.

My favourite school events are Variety Shows, the school picnic and the school fun fair.

Variety Shows are a lot of fun. They are from 20th December to 21st December. It is in Hong Kong Polytechnic University. My classmates and I will be performing on the stage. I feel happy when the audience love my shows and clap loudly. But at the beginning, I feel tired and a little bit scared. Afterward, I feel tired because it is a lot of hard work for the shows.

The school picnic is fun too. We can have a barbecue, play mass games and take photos with my classmates.

The school fun fair is really fun. We play games at different game stalls. We can win some prizes too.

What pet do you like best? What animals do you like? What do you like to do on Sundays?

Please write soon.

Best wishes, Charlotte Ho

#### Coey Man (P.3B)

#### A Letter to Ernest

10th October, 2014

Dear Ernest,

Thank you for your letter. I am Coey. I am eight years old. My birthday is on 10th December. I go to St. Rose of Lima's School. I am in Primary 3. I live in Tiu Keng Leng.

I like drawing because it is fun. I like reading because I can learn more things about the world in books. I always read books on the weekends.

My favourite school event is the school fun fair because I can play games at different games stalls. The fun fair is on 7th February this year. I like the school picnic, too. It is because I can go to some country parks and play mass games with my classmates. It is on 28th November this year. I like Christmas Party most because I can sing carols, exchange presents and play games with my classmates.

Can you tell me what animals you like? Looking forward to hearing from you soon.

Yours,

Coey

#### Joyce Yu, Class (P.3D)

Family. Read about her unforgettable day last week.

Wednesday, 10th December, 2014

Last week, The King yelled at me and said he wanted to have ham for dinner. The Queen, the Princess and the Prince also wanted something different for dinner. At that moment, I felt

worried and scared. The King said if I could not cook them what they wanted, he would kill me.

Then, I rushed to the library. I found many royal recipes but I still had no idea what to cook. I felt puzzled and very scared. Finally, I found a perfect recipe. I could make a pizza. I followed the steps carefully because I wanted to make a dish that the royal family liked.

Next, I went to the dining hall. The royal family was all very hungry. I gently put the dish on the dining table. I felt very nervous. They ate it and they thought the pizza was delicious and yummy! I was thrilled and I was proud of myself.

At last, the royal family crowned me and I became 'The King of the Kitchen'!

## 數學智多



每位數學科老師都精心挑選 一道數學難題考考同學。





看! 同學們正一起研究謎題!



#### 第九屆Rummikub世界大賽香港區選拔賽

5位六年级同學代表本校参加由Babyboom Learning Co. Ltd.主转「第九屆Rummikub世界大賽香港區選拔賽」,與全港六百多名的小學生一較高下,爭奪世界冠軍之殊榮!



我們已準備好掊受挑戰!



恭喜6C班馬烯桐同學成功進身決賽。

### 全方位學習活動

相信很多同學都知道學校近年會為四年級至六年級的同學安排歷時一星期的全方位學習活動,以本學年(14-15)為例,直至本文載稿日為止,四年級與六年級的同學已於本年一月分別參與以「漫遊香港」及「香港今昔」為題的全方位學習周,而五年級的同學亦將於六月參與以「貧窮在香港」為題的一連串活動。

各學習周中的活動其實都是老師的心血,背後花了相當多的時間做籌備工作,好讓同學能透過不同形式的活動與體驗去認識自己的出生地,當中的人與事,並從中學懂為他人設想。這幾年老師很高興看到不同年級的同學們積極投入學習,希望近年級的小學妹都能以高年級的大姐姐為榜樣,積極參與,把握每個學習機會。在這裡就讓我們從相片中欣賞一下同學們如何參與學習:



### 1415小六全方位粤图活動「香港今普」



#### 1314小五金方 窮在智器





歷史在我的「家傳之寶」中









在博物館中學習





"Happy Birthday to you. Happy Birthday to you..." 每個課室都傳來歡樂的生日歌聲, 因為今天是全校一起舉行的生日會呀!今個學年,訓輔組每兩至三 個月進行一次生日會,為生日的同學送上蛋糕和祝福、祝願各位聖羅撒的學 生開心、健康地渡過校園生活!

### (奧比斯蒙眼午餐

訓輔組於四月一日順利進行「奧比斯蒙眼午餐」活動, 同學們都異常投入,真正感受到視障人士在生活上的

不便·日常看似簡 單的一頓飯·在漆 黑中會變得不再簡 單。是次活動為奧比 斯共籌得 \$51420, 多謝名位家長及同學 的支持。



我領悟到「看得見」是恩典。



原來我可以吃得這麼快!



安靜地吃飯,真舒服!

## 校友分享

本校訓輔組於11/3及19/3誠邀兩位於早年畢業之校友回到母校作經驗分享,一位是準律師孫芷菁,另一位是中大醫科生曾子洛。在問會中,兩位校友跟眾「師妹」分享在學的趣事及讀書方法,並鼓勵她們勇往直前,不要逃避挑戰。



同學們都專心聆聽師姐的教導。



多謝曾子洛姐姐!



多謝孫芷菁姐姐!



姐姐·我們會銘記於心!





我們已進備打了!

Yeah! 我們都玩得很開心呀!

在3月1至 式加強親子 活動遊戲 第。每組項

紫實啲· 令個炮架穩陣啲

• 在3月15日·訓輔組舉行了「親子樂纜Fun」活動,以歷奇活動的形式加強親子間的溝通和協作。

活動遊戲豐富及充滿挑戰性,縱使簡單的「二人三足」亦玩得特別興奮。每組須完成一項又一項的挑戰任務,如紮炮架和水管運球等,除了勝敗外,更重要是可以和家人一起渡過愉快的週末。

快來看看當天的歡樂片段啦!









真的很親心。可以和家人一起活動・



很期待遊戲快些開始呀!





看清楚,慢慢來,水管傳球要專心。



### 運動會

本校第十五屆運動會於二零一五年二月十七日(星期五)在九龍深水埗運動場順利 舉行。當天運動場上都是一張張充滿陽光朝氣的臉孔,同學們精神抖擞,本著勝 不驕、敗不餒的體育精神進行各項比賽。



比賽開始前・運動員先誠心祈禱。







啪啪隊努力為運動員打氣。



## 愛心送長者

一月三十一日,聖羅撒學校家長教師會舉辦了一個十分有意義的探訪老人院活動——「愛心送長者」。除了探訪活動外,還同時舉行籌款活動。是次籌得的款項共53478元,善款用作購買禮物給長者,餘下款項則全數捐給聖瑪利安老院。再次感謝各位家長及同學們,有你們的幫助,這次活動才能順利地完成。

探訪活動前,家長及同學們更為長者親自做了賀年掛飾及準備福袋的禮物,在活動當天送給長者們。活動同玩遊戲外,還準備了一個精采的歌唱環節跟長者們表演。他們都盡顯愛心,為長者安排愉快的一天,藉以希望同學們能學習主動關懷長者,以行動實踐愛。

這次活動對同學們來說是一個十分難得的經驗,日後本會會舉辦多些有意義的活動,希望各家長及同學們踴躍參與,令同學成為一個友愛、關懷和幫助別人的好學生。



探訪活動前,家長及同學們落力地為長者製作小手工及準備福袋的禮物啊









你們看!家長和同學們真的很認真





我們準備了不少禮物送給長者們,真多謝各位善長人翁呀!



活動當天,四位小司儀的 表現真不錯!



充滿愛心的一刻,同學 主動替長者穿外套啊!



長者們精神奕奕地出席活動,他們開心極了!







我們跟長者們一起玩遊戲, 相當興奮!



長者們很喜歡我們製作的賀年掛飾。



送禮物的時刻, 長者們臉上不時 露出笑容。



家長教師會副主席送上捐款 給聖瑪利安老院的神父。



家長及同學們在表演,長者們還跟我們一起唱歌呢!

二月七日是聖羅撒學校「校慶樂繽紛」的日 子!校慶日總是每年學生最期待的日子,今年也 不例外。校慶當日,不少校友、家長和同學都全情 投入,大家都玩得十分開心呢!





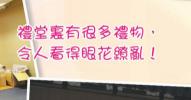
我們利用利是封製作不同的賀年飾品啊!

這天,學校舉辦不同的攤位遊戲,其中由「愛心玫瑰」家長義 工團一手包辦的手工攤位相當受學生歡迎,當中包括「得意動物小 木夾」、「趣怪獅子頭」、「閃亮馬賽克木盒」等。在各攤位中, 各家長義工不計較自己的付出,為學生準備不同的手工,為學生安 排愉快的一天,為學生不辭勞苦及無私的奉獻,實在十分難得!

再次感謝校慶日當天,各家長義工的幫 忙與付出,你們的一分一力才能讓這個 活動順利地完成,令大家能享受活動 帶來的樂趣,萬分感激!

校慶活動當日,同學、家長和老 師都十分投入、愉快,現在讓大家一起 看看當天的歡樂時光吧!







同學們用心地製作小手互 相當認真!



大家認為如何吗?



**变**驶子難度高,很好玩呢!





宏長義互用心地数同學們製作 小手互,抵讚!



你們看,小食部的食物款式直多



同學們玩游戲的時候



我們很快便猜中答室,多厲害啊!











老師製作的攤位也很受歡迎,同學們玩得多與心!

立家長教師會執委 6A班 麥芷菲家長

畢業了!依依 不捨,離別之情, 不只是小六畢業生 才有, 身為家長的 我・原來也有這種 感覺。很快我的女 兒便畢業了·離校



時間越來越近。自從的稚園開始,每當上學 時,也會送女兒回校,由她個子矮小,直到現在, 身高已超越我了。每天早上,我都會拖著女兒的手, 邊走邊說, 從旺角東火車站徒步回校,這是一個很 開心的時間。 最近,我特別珍惜及享受這個時刻, 真的很想將時間停留啊!

在世兒六年的小學生活中,我當了家長教師會執委 六年來,我慶幸自己沒有怕麻煩,積極參與義互互作, 為學校出一分力、參加了不同種類的活動及互作。當中 除了帶給我不同的體驗之外,還加深了對學校的了解, 也認識了各級別的家長、大家互相交流、互相分享教団 **団的心得,互相免勵,這經驗實在是十分難得的,亦成** 為我人生當中最寶貴的一部分。

各位家長、直的希望你們能嘗試走出一步、為學校 出一分力,不怕麻煩,擔任家長義互或家教會執母,因 為這確是一個十分有意義及寶貴的經驗,快來參加吧!

在此, 祝願各位同學, 能繼續受到天父的眷顧, 在生命中發出光彩, 擁有一個多采多姿, 豐盛的人 生。

# 親子樂修遊









家長、同學們在櫥香甜的士多頃梨。

#### 家長教師會主席。劉家鴻先生

〜 本會於本年三月二十九日舉行一年一度的大型親子活動―「親子樂悠」。 感謝主賜給我們晴朗和暖的天氣,使我們能舒暢地享受整天的行程。

早上,我們先到達了「沙頭角農莊」。下車後,我們便可以遠眺對岸的邊境地區。在農莊裏,我們先參觀了小海洋館和紅樹林,及後同學們便一窩蜂的去到動物區,銀飼各種可愛的大小動物,特別是平時難得一見的駝鳥和孔雀。此外,在活動區內,擠滿了玩攤位遊戲的同學和一嚐山水豆腐花滋味的家長們呢!

中午後,我們乘車到達「大美督燒烤皇」,享用燒烤午餐。雖然在中午時份開始有點悶熱,但都沒有影響大家歡樂的氣氣,家長們和同學們在享用美食之同時,彼此有傾有講,互相加深認識及交流,氣氣樂也融融!

很多謝名位家長對本會的支持,同時也要多謝家教會內名委員、老師及 義互付出的努力,才能夠使活動完滿地完成。希望來年家教會能策劃更多精 采的活動給大家!

#### 謹多謝以下家長義工的幫忙,是次親子活動才可順利完成:

 1A 江曉樺家長
 1C 黃紫曈家長
 2B 蔡曉慧家長
 3A 盧芍穎家長

 3B 陳迦宜家長
 4A 黎思銦家長
 5A 黃詩雅家長
 6B 吳珈睿家長



司學們爭着觀動物啊!











1號、3號限5號車老師、家長、學生例太合照





農莊裏有不同紀念品或**小包養**培。 很熱鬧。