

香港道教聯合會純陽小學
HKTA SHUN YEUNG PRIMARY SCHOOL

純
陽
雅
集

純陽雅集

SHUN YEUNG'S
Students in Blossom

2019-2020年度

2019-2020年度

香港新界沙田馬鞍山鞍駿街三十號
電話：2642 2355
傳真：2633 5202
網址：www.syps.edu.hk



目錄

序	1
「心靈美」自由畫創作	2-13
心靈樽比賽	14-18
同學抗疫心聲	19-22
《與你同行》打氣歌	23-26
停課不停學	27-33
復課感言(中文佳作)	34-37
復課感言(英文佳作)	38-40
禪繞畫欣賞	41-45
校內徵文比賽佳作分享	46-48

序

寫作是運用語言文字進行表達和交流的重要方式，是認識自己、認識世界、進行創造性表達的重要過程。因此，純陽小學的語文科老師指導學生從「樂讀」、「樂學」，逐步發展為樂於表達，善於表達的「樂寫」。

我閱讀這本散發著墨香的純陽雅集，感受著純陽小作家的富思想感情、富知識智慧的作品，例如：中文作文、英文作文、抗疫心聲、心靈美自由畫的想法，是一件多麼美麗的事！

願這本作品集是一塊引玉的磚，吸引更多同學作它山之石，讓手中的筆，妙筆生花，寫出更多優秀的作品！

梁美玲校長上
二零二零年九月



「心靈美」自由畫創作

視藝與生命教育科 「心靈美」自由畫創作簡介

同學以繪畫的方式，運用自己的想法，透過近期的觀察、經驗、老師曾教導的繪畫技法、利用顏色，抒發內心的想法或情境，繪畫和寫出當中的概念和想法，例如：停課期間的生活、防疫的心得、我的好朋友、我的師長、復課了……，提升身心靈的健康。

一至六年級「心靈美」自由畫創作

一年級



1A 郭駿軒

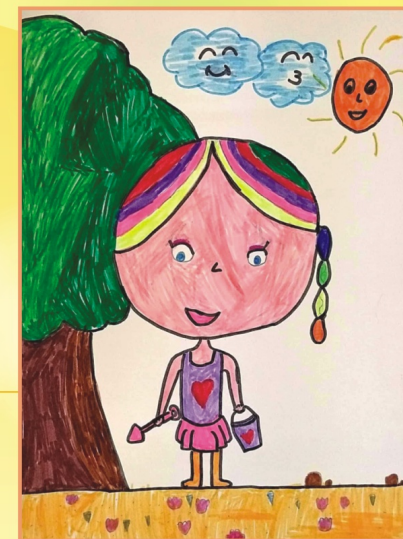
主題：停課期間

在停課期間的日子，我時常問為何要經常洗手和戴口罩，不過現在我也學懂勤洗手和個人衛生的重要性。我很想踏滑板車呀！

1C 沙卓柔

主題：防疫的炎夏

這個疫症很可惜，但也令我更珍惜和家人相處的時間。我很高興媽媽帶我去沙灘曬太陽。我希望大家身體健康。



1E 劉梓謙

主題：希望

復課了，我終於可以上學了。我帶着愉快的心情走向學校大門，期待看見我的同學們和老師們。希望大家都珍惜每一天，加油！

「心靈美」自由畫創作

二年級

2C 何凱柔

主題：齊心抗疫

第一天上學，我希望身邊所有同學和好朋友可以勤洗手，一起預防肺炎，齊心抗疫。



2E 馬文晉

主題：最美醫生

在疫情期間，我看到醫生很努力醫治病人，感謝他們默默地為我們付出，你們辛苦啦！



2E 卞子希

主題：停課期間的生活

停課期間，我每一天努力地做功課、看圖書、做網練、去公園玩耍。在六月十五日，我和表弟開了生日派對，我們都玩得很開心。

三年級



3A 黃雪嬋

主題：期待

我聽到要復課了，我很開心，因為我很掛念我的朋友和老師。

3D 常皓月

主題：快樂

想起以前的生活，有點羨慕過去的自己能去旅行、和朋友玩和去圖書館。不過想起純陽小學的抗疫歌曲《與你同行》中的一句「讓人人做到，疫情會漸退」，我相信我們的生活很快會恢復正常的！大家加油！



四年級

4A 楊政浩

主題：時空之旅

在疫情期間，我們不可以外出玩耍。通過這幅畫，讓我們去到色彩繽紛的世界。我們可以看到奇形怪狀的屋子和植物，讓人心情愉快。



3E 朱文信

主題：停課期間的生活

在停學期間，我每天的生活就是整天留在家中活動。我希望疫症快過，可以再和朋友一起去公園遊玩。



4B 李采司

主題：上學了！

終於可以回校見我的同學和老師，真是值得慶祝的一天。我希望疫情快些結束吧！



「心靈美」自由畫創作



4B 文凱嵐

主題：開學後最想和同學一起做的事情

我一開始的想法是想畫開學後最想和同學一起做的事情，我後來想到了跳繩，所以我就畫了跳繩。



4C 袁知行

主題：我的好朋友

我在停課的時候，我很開心可以與班上的同學一起上 ZOOM 課堂，因為可以見到同學，我感覺好像有很多人陪着我那樣，不是孤獨一個人，有很溫暖的感覺呢！



4C 楊弼丞

主題：正在上課的弟弟
因為弟弟和我一起上課，所以我畫弟弟在上課的樣子。

五年級

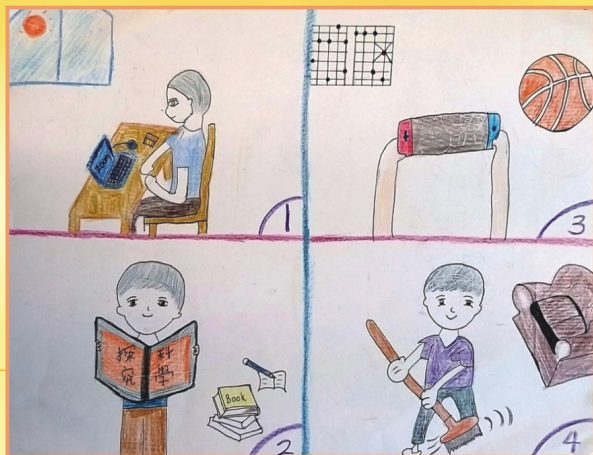
5A 黃駿杰

主題：復課後的我
我畫這幅畫的原因是想提醒大家復課了，希望大家能夠一起開心上學、專心上課。



5A 胡安燭

主題：停課期間的生活
 雖然是停課期間，但是我卻仍是停課不停學。我的生活依舊不變，繼續前進。



5D 吳駿穎

主題：我最喜歡的老師

我最喜歡的老師是區志遠老師，他是我四年級的班主任。我很喜歡他，因為他對我很好，而且我很喜歡上他的課。



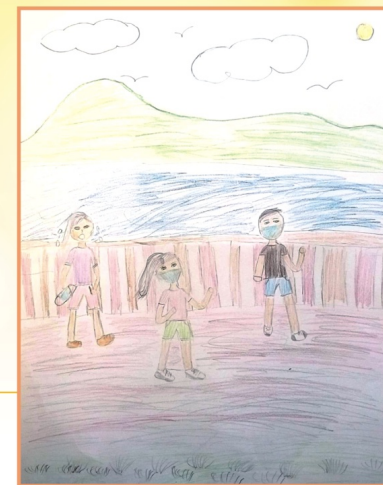
5C 任璧瑜

主題：停學期間的生活
 在停課期間，我十分想念老師和同學，亦努力地溫習和做功課，並準時上網課。雖然我十分開心能上網課時看到老師和同學，不過也想像快些回到學校和同學老師上課。

5E 劉湘遙

主題：我做的運動

在這段期間，我做了很多事情，其中最重要的是做運動。空閒的時候，我會去跑步、做瑜珈和打坐等等，這些活動是有益身心的。



六年級

6A 王欣妍

主題：內心的幻想世界

在疫情期間有許多動漫人物「陪伴」我渡過，還有許多白衣天使為了疫情做了很大的努力，我十分感謝有他們的出現。



6B 譚穎軒

主題：細菌侵襲

疫症令人們都生活在恐慌之中，現在雖然疫情有所緩和，但仍然要戴口罩。香港人一起努力抗疫，加油！加油！



6A 麥靖尉

主題：疫情

疫情的到來，令所有人都非常慌張和害怕。但是其實疫情並不可怕，無論是甚麼膚色、種族的人，只要地球人同心協力就一定可以打敗疫情。



6B 湯力維

主題：停課期間的生活

這一幅畫記述了我在停課期間每天的生活，描述了我們過去數月的抗疫時刻。





心靈樽比賽

25周年銀禧校慶DIY親子心靈瓶設計比賽 獲獎作品及作品設計概念



冠軍

姓名：鄧浩言

班別：5B

作品設計的意念：

當我創作這個心靈瓶的時候，我希望有舒適、平靜、感恩的元素，於是在瓶內放了二十五顆圓圓的珍珠，衷心慶賀純陽小學銀禧校慶二十五周年。同時，祝福純陽小學繼往開來。另外，我加入了金色幼細的閃粉，在夕陽的照射下，景色份外柔和而平靜，配合靜觀細察的感覺。每個人都應該有正能量，所以在瓶蓋上自製了黏土公仔，鳥語花香代表人生充滿朝氣，在花的不同角度察看心靈瓶，都會有不一樣的感覺啊！

姓名：黃俊皓

班別：1C

作品設計的意念：

我創作這個心靈瓶，希望靜觀能使人心靈變得安靜、平和，猶如心靈瓶裏那隻活潑的小熊，在無數的星光伴隨下慢慢沉澱、洗滌心靈，隨之變得乖巧、溫馴。因為我每天面對着多姿多彩的生活，內心時刻都充滿躍動、激情。如能在煩囂的生活中，騰出適量時間進行靜觀，靜心學習，細味身邊的一切，對身心靈都有益處和幫助。



亞軍



季軍

姓名：袁知行

班別：4C

作品設計的意念：

「萬物靜觀皆自得，四時佳興與人同。」我創作這個心靈瓶，它有一種優哉悠哉、閒適的感覺。這個心靈瓶，我特意選了「海洋」作主題，讓人置身無邊無際的海洋，份外平靜、自在。瓶的顏色以淺藍色調為主，滋養眼睛，提升身心狀態。可愛的海洋生物、柔軟的毛球時而浮起、時而下沉，伴隨無數閃閃發亮、幼滑的閃粉，格外美麗！

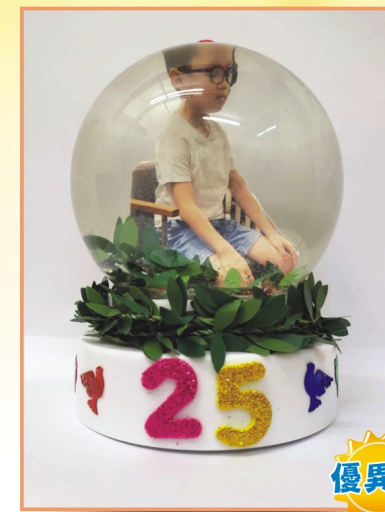
在此，希望每人都可靜心體會美好的人生。

姓名：陳柏衡

班別：1C

作品設計的意念：

我創作這個心靈瓶，我覺得它是我們日常生活中必不可少的療癒小物。夢幻水晶球代表希望，我也將我在疫情期間做靜觀的照片放進水晶球，希望我能夠一如既往地運用靜觀來培養正面情緒，將靜觀融入生活之中。當我靜心專注地觀察自己的心靈瓶，瓶中飄舞的閃粉和亮片慢慢沉澱，心情也逐漸放鬆、沉靜。2020-2021是純陽小學的25周年校慶，瓶子亦加上「25」，象徵著學校的第25個生日。而圍在心靈瓶周圍的葉子，融入了大自然元素，代表校園內生長茂盛的植物，堅韌不拔，富生命力。



優異獎



心靈樽比賽

姓名：蔡文嫣

班別：1D

作品設計的意念：

我創作這個心靈瓶，份外心情愉快，用它進行靜觀，對身心靈都有幫助。放在我書桌，讓我更專注學習，學習時更見果效。當看着角落生物的「炸蝦」躺在軟綿綿的毛毛球上，感覺十分舒服；再看看在水中「炸豬扒」可愛的樣子，我便會十分開懷；當煩惱來的時候，只要搖搖手上這個心靈瓶，看着躍動的閃粉慢慢沉澱，我頓時忘卻煩憂，注滿正能量。



優異獎

姓名：廖嘉灝

班別：4A

作品設計的意念：

我創作這個心靈瓶，我覺得它能讓我在緊張的時候平靜下來，得到舒緩和放鬆。因為棒球是我最喜愛的運動之一，當搖晃過這心靈瓶後，隨着閃粉徐徐降下，我感覺似乎回到棒球場上，在藍天白雲下，愉快地打棒球，令我充滿正能量。



優異獎



姓名：黃俊杰

班別：4A

作品設計的意念：

我創作這個心靈瓶，我覺得非常開心、滿意，心靈瓶能安撫焦慮的情緒。當我靜心地製作心靈瓶，心情也隨着躍動的閃粉慢慢沉靜、平靜。因為肺炎疫情一直沒停，我不能如常和朋友一起玩，我感到有點焦慮，但只要每天練習靜觀，心靈平靜不少。喜逢純陽小學二十五週年銀禧校慶，我調整好自己的心情，準備迎接新的一年。

優異獎



優異獎

姓名：胡安嫻

班別：5A

作品設計的意念：

我創作這個心靈瓶，我覺得海豚是一種既溫和又可愛的海洋生物，無拘無束地在大海生活。藍色的大海給人一種心曠神怡的感覺，能讓心情變得平靜。當搖晃瓶子，看着瓶內閃粉由上而下慢慢沉澱，心情也會隨之平靜下來，真好啊！



同學抗疫心聲

同學抗疫心聲簡介

疫情期間，專業盡責的醫護人員面臨重大考驗，每天不辭勞苦地為我們打仗。純陽學生用文字歌頌醫護人員克盡己任和無私的奉獻，在此為各位勇士送上關懷、祝福和鼓勵，為他們打打氣！

同學抗疫心聲



姓名：陳竣賢

班別：5D

作品設計的意念：

我創作這個心靈瓶，是配合25周年校慶，利用不同的閃粉、閃片、大小不一的圓形珍珠，還加上25歲生日蛋糕。在平靜心情下觀察，心靈瓶內的物料慢慢沉澱，清晰可見25歲生日蛋糕，看起來還有點參加生日派對的感覺呢！



優異獎

1B 黃藹琳同學

留在家中遠離新冠，
離家出外配戴口罩，
時時刻刻清潔雙手，
全民同心一起抗疫，
藹琳與純陽全人共勉。

1C 向晴同學

自從停課到現在，我
差不多每天都留在家，希
望盡自己公民的責任，減
輕醫護人員的互作。

2B 黃靖翹同學

這場疫情由開始至現在，
醫護人員從來沒有一刻想放棄
每一位病人。他們無私的付
出，為我們緊守崗位，我們
要和他們一起守護香港。醫
護人員加油，我們支持你們！

4B 李采司同學

在這段疫情期間，我深
深體會到醫生和護士的無私
奉獻，希望大家一起留在家
中防疫，減輕醫護人員的互
作！大家加油！



同學抗疫心聲

5A 張宇靖同學

近期，新冠病毒肆虐，我又多了一個突如其來的「假期」。雖然不用上學，但學校也在這時推出了網課，令我們可以持續學習。由於網課的加入，我製定了一張時間表，把每天的時間都安排好：學習、娛樂、休息……在空閒時，我也會做一些實驗或手互來打發一下時間。其實，只要你想，家居生活也是可以充滿樂趣的。最後，我希望疫情早日結束，見到我們的老師和同學們。

5B 鄧浩言同學

抗疫期間，免外遊；
醫護人員，齊加油；
勿亂觸摸，要緊記；
出門口罩，一定有；
保護自己，勤洗手；
在家靜觀，齊齊做；
網上學習，做得好。

5E 董巧晴同學

因為近期的新型冠狀病毒，我們都在家中抗疫。在老師的網上教學下，我們仍然努力學習。同時，在此感謝一群無私奉獻的醫護人員，他們正在前線堅守崗位。

5E 何梓豪同學

在這段疫症期間，大家所遇上的都是前所未有的事情。無論小朋友、大人、長者等等都是高風險人士。疫症令大家心裡壓力很大，也使全球經濟衰退下來。所以，這段時間，大家齊一起來注意個人健康、注重個人衛生，為全港市民盡一點力。多謝！

5B 宋姿瑩同學

近日，疫情爆發，香港陷入新型冠狀病毒的困境，導致我們一直無法復課。我們要做好防護措施，出門要戴口罩，勤洗手，常常保持個人衛生。放假的時間，我沒有放棄靜觀練習。我會在每天早上，聽著靜觀聲音導航，完成靜觀呼吸練習。不得不說，靜觀對抗疫還是很有效的。做完靜觀後，我感到身心舒暢，也平復了我的心情。我會堅持做靜觀的，希望可以持之以恆。

5B 陳祺祥同學

這次疫情雖然可怕，但只要我們在日常生活中，時刻保持衛生、勤洗手、多留在家中學習和出門戴口罩，便可以遠離病毒。



1B 李淵同學



1D 李浩然同學



1D 蔡文嫻同學

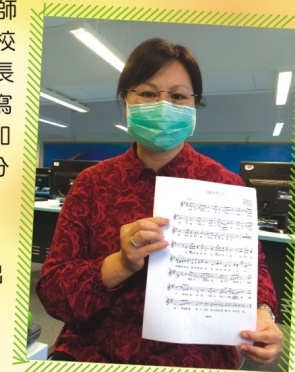


打氣歌

無懼「疫境」變幻 純陽小學與你同行

自香港出現新冠肺炎確診病例後，學校紛紛停課。眼見醫護工作人員堅守在救傷扶危的最前線，社會各界為對抗疫症勞心勞力，作為教育工作者，我們自問：除了堅守停課不停學外，還能做些甚麼呢？

有見及此，梁美玲校長邀請一眾教師、學生及家長創作抗疫打氣歌《與你同行》，用歌詞抒發感想，用歌聲團結人心，為香港打氣。教師們紛紛各展所長創作打氣歌：鄺淑禎主任作曲，伍凱駿主任作詞，區志遠老師編曲，李文家老師混音及製作MV，並邀請梁美玲校長、黎文熾副校長、黃華清副校長、林小娟助理校長帶領一眾教師合唱，更難得的是學生和家長紛紛手寫打氣紙牌，勉勵香港人同心協力對抗疫症，為醫護加油。同時，我們希望將這份祝福與聾啞及聽障人士分享，促進聾健共融，因此特意为歌曲加入手語傳譯。



原創抗疫打氣歌曲定稿
梁校長興奮試聽

我們堅信陽光總在風雨後，無論順境抑或逆境，堅守信念才能勇往直前。願香港以至全世界及早走出疫情陰霾，重拾往日的歡樂。



梁美玲校長、黎文熾副校長、
黃華清副校長與主創教師合唱



創作團隊合影



2A 孔梓朗同學



4A 陳悅同學



4B 李采司同學



4A 王子希同學



5B 鄧浩然同學



打氣歌



生命教育科教師合唱打氣歌



葉國謙校監、王廣滿校董、劉志遠校董及梁校長為前線醫護及香港人打氣



「純陽歌王」胡天德主任獨唱打氣歌



音樂科組教師合唱打氣歌



訓輔組教師合唱演出



李文家老師竭力為原創抗疫打氣歌曲混音



健康教育組教師合唱打氣歌



學生特意回校參與歌曲錄製



外籍英文教師Mr. Brian Michael Brousseau及兒子創作打氣卡勉勵香港人團結一致·齊心抗疫



停課不停學

停課不停學

因新冠肺炎疫情關係，農曆新年後停課多月，但無阻純陽小學的學生努力學習。

在停課期間，老師們用心製作聲音導航教學短片，供學生自學；短片生動有趣，提升學生學習動機。在復活假期後，老師更為學生進行實時教學，學生們透過視像課堂，跟老師和同學進行互動學習，打好學習的基礎。

VL教學分享



在停課期間，英文科老師在校共同備課，準備教材拍攝短片，絕不鬆懈！



主任和老師善用學校提供良好的電腦設備，幾個月來製作了許多精彩的短片給學生觀看和學習。

《與你同行》

作曲：鄭淑禎

編曲：區志遠

作詞：伍凱駿

祝福你 如同共我 一起去 期待那天
願挽手 齊來面對 疫境 不懼怕
或有天 可跟你隨時合唱
必須記 防疫知識 做早操 洗手
讓人人做到 疫情會漸退

如攀向高峰堅持 容我共你再守護
將這祝福 伴隨著理想
遠飛夢旅程 齊譜寫純陽的故事

感激你 如同共我 一起去 期待那天
願挽手 齊來面對 疫境 不懼怕
在這天 可跟你隨時合奏
高聲唱 齊頌讚歌
陽光普照總在風雨後
願你我再相見



原創抗疫打氣歌《與你同行》MV
正式發佈 觀看次數已超二千人

課文段落大意

第①段：

指出香港每年都舉辦「國際龍舟邀請賽」。



中文科老師在上閱讀理解課時，以圖文解說及仔細講解每課內容重點，讓學生投入及有效學習。



停課不停學

四、觀察表情、動作及心情

「聽、說、讀、寫」皆重要！中文科老師認真製作說話課短片。即使未能在課室面對面上課，學生仍能從短片中學習說話技巧。

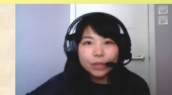
▶ 細心觀察圖中各人物的表情和動作，猜想他們的想法和心情的變化。



觀察桌子上的點心：
• 蝦餃 • 燒賣 • 蘿蔔糕

電子黑板

《現代小學數學》 5下A 課本 4 立體圖形 (一)



我會學懂：
柱體、錐體和球體特性。

數學科老師善用出版社教材並加入人像錄影，在家也能看見老師，真有親切感呢！

P.3

D. Look up the words in the dictionary. Choose the best answer.
Read Textbook P.3. 'He sits on my right.' What does the word 'right' mean?

right / raɪt /

Adjective

1. If you are right about something or someone, you are correct in your judgment or statement about it, him, or her.
e.g. You were right about Peter - he's a real troublemaker.



2. suitable or correct
e.g. He's the right person for the job.



3. on or towards the side of your body that is to the east when you are facing north
e.g. Most people write with their right hand.



A. 1 B. 2 C. 3

英文科老師透過圖片輔助教學，視覺效果除了能令短片課堂更有趣外，更能照顧學習需要！

1 除減混合計算

2 1 包棉花糖比 1 盒朱古力便宜多少元？

$57 - 44 \div 4$
 $= \square - \square$
 $= \square$
 便宜 \square 元。

每盒 57 元 4 包 44 元

《現代小學數學》(答句版) 2016

4 下 A 第 2 課

老師教授每道應用題都按部就班，期望每個學生都能計算出正確答案。

Workbook P.1 (1-4)

1 Meet my class Date: th April, 2020

A Write the names of the school subjects.

Clever School

Music Maths

Computer Studies

There is a lion.

英文科老師溫馨地教導學生解題，亦以聲音導航形式解說功課的學習重點，有效鞏固學生的學習知識。

常識科老師在短片中為課題提供詳細資料，引導學生自主思考，讓學生能更透徹地學習。

一圖學識酒精

消毒酒精

有效濃度 (酒精與水比例) 60-80%

產品標示

1 必須列明生產商資料

2 生產和有效日期

3 適用範圍

Alcohol 75%

混合 次潔 不建議

小心隨身帶回樽裝水 切勿火源 切勿吸煙

消費委員會
https://www.consumer.org.hk/ws_chi/consumer_alerts/eraoph/5222/disinfection-alcohol.html

酒精濃度越高越好？

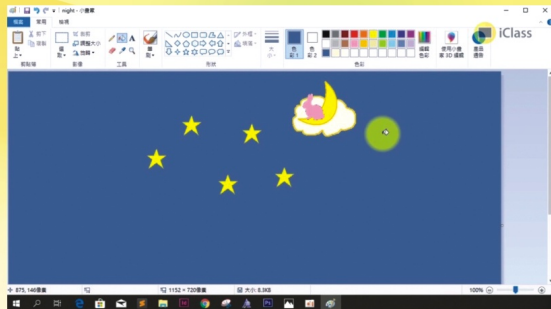
- 酒精濃度過高或過低皆無效
- 根據世衛 (WHO) 的指引，一般醫護使用的消毒液需要 60 至 80% 的乙醇或異丙醇才能有效殺死細菌和病毒。
- 研究指出酒精濃度太高，例如在使用 100% 的純乙醇或異丙醇消毒的情況下，酒精跟細菌的接觸時間太短，及沒有水分作為催化，不能通過溶解細胞壁的質膜而殺死微生物。
- 如果酒精濃度較低，如一般飲用酒精如烈酒，當中的酒精含量只有 40 至 52% 左右，同樣未能達到殺菌效果。



停課不停學



普通話科為教導學生辨別聲母和韻母，以軟件作出發音示範，也溫馨提示學生發音要訣，務求令每個學生在家也能學好普通話！



視藝科老師除了為學生介紹畫家的生平及畫風外，也加入電子教學，教導學生以小畫家嘗試作畫，大家在家也一起做個小畫家吧！

體育科短片加入了老師的活力示範--「星星跳」，學生在家都一定能跟著動起來！



星星跳 15下為一組

低年級 2組 高年級 4組
組與組之間休息30秒



音樂科老師在短片中詳盡講解曲目中每項音樂知識，也帶領學生一起唱唱歌，跟著節奏做律動，真有趣！



生命教育課片也透過每課故事作為引入，為學生提供正面的價值觀，培養大家成為一個好學生。



靜觀課片也為學生帶來靜觀呼吸練習，讓學生在疫情中的每天早上也能安定心靈。

ZOOM實時教學分享



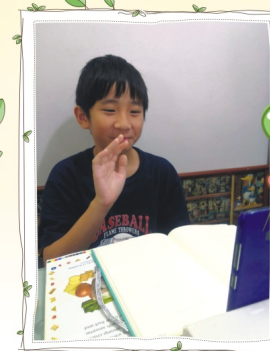
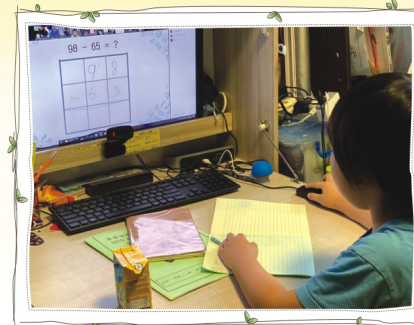
純陽老師與學生進行ZOOM實時教學，並給予學生即時回饋



外籍英語老師與學生進行ZOOM實時教學外籍英語課，課堂生動有趣！



透過實時教學，可增加師生互動和生生互動



大家一起看看純陽小學學生認真學習的模樣！



復課感言

6A 謝迦晉

啊！我們終於復課了！

第一天回到學校時，我看到學校為我們準備了很多防疫的設施，例如紅外線酒精搓手液、紅外線體溫攝錄機、表示一米社交距離的小腳掌卡紙……讓我可以放心一點上學去。

回到課室後，我們的桌椅是單行的，而我們班上有一半的同學都是跨境學生，他們未能上學，所以班房儼然變得十分空曠。我們班和六丙班的跨境生因未能上學，所以他們用實時會議的網站進行「遙距課堂」。啊！現在的科技真先進！即使他們身處內地，但他們的樣子也可在課室裏出現，令他們可以跟著我們的進度上課。

復課了，我感到十分愉快，但因疫情而有點擔心，幸好學校的防疫措施做得十分完善，所以我們能放心上學去。

復課感言

6A 蔡富韜

今個星期一，是復課的第一天，我在復課前一個星期十分緊張，擔心有功課漏掉了沒有做，上課時跟不上老師和同學的學習進度。

在復課的前一天，更是緊張得睡不著，但是，復課後我發現我的擔心是多餘的，老師們很照顧同學，功課漏做了不要緊，慢慢地完成便可，老師也會把停課間學的課文再講解一次，令我們完全明白內容。在復課後的幾天，我的擔心消失了，取而代之的是終於看到老師和同學的愉悅。大部份的功課都是停課時做的，所以功課量不多，我覺得能在學校上課真是一件令人開心的事。

復課感言

6A 廖俊茗

這一個寒假因受疫情影響導致六月八日才回復正常上課。在停課初期，我感到有些苦悶，每天的娛樂項目不是看書，便是完成網上功課，間中玩遊戲機，每天都在輪迴著這樣枯燥乏味的生活。

直至到了四月二十日，這一天是正式開始實時教學上課的日子，我終於可以再次見到同學和老師，我十分高興。雖然仍不能和他們談天說地，但能看見他們，我也感到了滿足。

時光飛逝，很快便到了復課的前一天，我失眠了，我感到十分之複雜、矛盾，我想快些見到同學，但又害怕追不上學習進度，兩種想法在我腦海中交戰，就這樣一晚過去了。

早上，我回到學校，我重新見到同學，沒有一個生病的，我衷心感到開心。

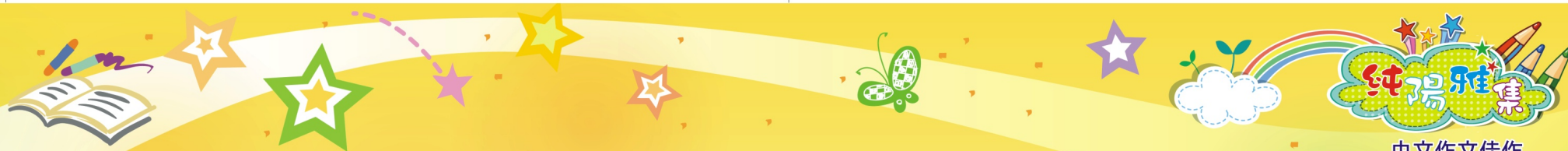
復課感言

6A 傅家樂

在家裡不知不覺的過了五個月，學校終於宣佈復課了！我按捺住激動的心，顫抖的手，收拾好書包，朝著學校的方向快樂地奔跑過去。

來到學校，同學都別來無恙；教室還是以往那般乾淨、整齊；老師的笑容比以往格外溫和可親。瘟疫前死寂一般的學校如今變得「生機勃勃」，遊歷四方的學子，終於找到了真正的「歸宿」。

我的心情非常高興，不但可以見到同學，而且每一天都可以過得有意義，還可以在學校度過畢業前餘下的快樂時光，多麼美好！我要快樂且認真，在小學生涯劃上個完美的句號！



中文作文佳作

復課感言

6B 趙芷瑩

當政府宣佈6月8日復課時，我既開心又緊張，這是因為我期待見到老師們，但又害怕趕不上學業進度。

星期一終於來了！我一踏進校園門口，就看到了熟悉的紫色外牆，我緊張的感覺頓時不翼而飛。我三步兩步地跑進課室裡，就立刻見到同學們已經在嘖嘖喳喳地談論著停課時的學習生活，氣氛十分熱鬧，畢竟大家四個多月沒見了。

小息時，有的人在畫畫，有的人在談天，也有的人在玩遊戲，平常嚴肅的老師們也健談起來，也問問我們停課的感受，整個課室洋溢著一種溫暖的氣氛。

時間過得真快！不知不覺就放學了！今天我過得很開心！復課真美好！

復課感言

6B 鍾景鈞

新冠肺炎疫情徹底打亂了這一學期的教學節奏，隨著疫情防控效果的明顯好轉，我們也開學了。

在這段疫情期間，我們也只能呆在自己的「狗窩」裏寫作業、線上上課、玩手機……在家裡十分無聊，我一直盼望著上學的那天，跟同學玩耍和學習。

因這次的疫情，已經停課了四個多月，也少了和同學們相伴的日子，多希望現在還是一年級啊！

復課後，同學們的身高、體重和樣貌都變了。但是還有許多同學都回不來學校，都見不了面，很可惜。這次的疫情十分「可惡」，減少了我們見面機會。真希望能與老師和同學有再多一點相處的時間！

復課感言

6B 王思媛

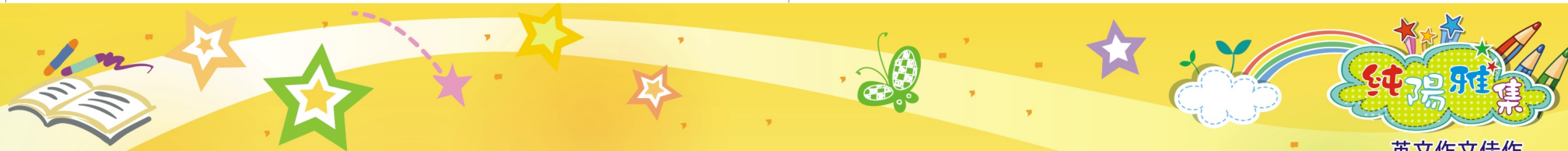
經過漫長的等待，終於復課了！別提有多高興了，在家裏幾個月實的課堂學習中，我都悶得發慌，現在我終於可以回到昔日充滿歡聲笑語的學校中了。

復課前的一天晚上，我激動得睡不著覺，心裡想著同學們和老師們有著什麼的變化，和同學們聊他們在停課期間做了什麼。「叮，叮……！」鬧鐘響了，是時候起床回校，我穿好校服，狼吞虎嚥地吃完早餐就出發了。

在進校門口時，我看到許久未見的學校，我心裡十分激動：待會就會見到同學們了，怎麼辦？好緊張呀！當我正好與同學們聊天時，老師就進來了，然後開始播放老師為我們準備的抗疫歌——《與你同行》，接著，老師與同學就分享第一次用Zoom上課的心得。

分享完畢後，就回到往常生動活潑的中文課、有趣的數學課，還有英文課等其他課程。同學們都十分認真地學習，復課了真好！

復課後，我給自己定下了一個小目標：一天都要比一天進步！我喜歡在學校裏學習，因為在學校裏學習的氣氛比在家裡學習的氣氛開心得多！我喜歡復課，因為我喜歡在校園學習。

**Jocelyn Chan 4A**

During the school suspension, I felt unhappy because I couldn't see my teachers and classmates. I also worried that I would get infected and be sick.

Our school has arranged Zoom meetings and video lessons. I like the online lessons because I could see my teachers and classmates in the lessons. Every Tuesday evening, my class teacher would hold a Zoom meeting with our class. Sometimes, we would share some funny games and daily lives.

After the school resumption, I felt excited because I could see my teachers and classmates again. I missed them so much.

In the COVID-19 pandemic, I learnt how to protect ourselves from the virus, such as washing our hands frequently, wearing our masks and staying at home.

I want to say 'thank you' to all the doctors and nurses because they take care of the people who are infected.

Jayden Liu 4A

During the school suspension, I had Zoom lessons and video lessons at home. I also did puzzles with my family. However, I felt very sad because I couldn't see my classmates and teachers. I missed them so much.

After the school resumption, I felt glad because I could see my classmates and teachers. I could chat with them during the recess time. Also, I could go to school and have the lessons.

I admire the doctors and nurses the most because they look after the patients and treat a lot of sick people. They are my heroes.

Jeannie Ng 4E

Due to the coronavirus, I have not gone to school for more than four months. During this period, our teachers arranged Zoom and video lessons for us. I felt happy because this was a good way for me to keep studying together with my classmates. After Zoom lessons, I played with my little brother and ate a lot of food. As I ate lots of snacks and did less exercise at home, I was getting fat. Actually I felt bored when I was staying at home for such a long period. I hope the school can be resumed as quick as possible so that I can play with my friends.

It is a tough time for everyone. I would like to say special thanks to the doctors and nurses. They are fighting with the virus in the front line. I mostly appreciate my teachers and the janitors. My teachers taught us through Zoom. The janitors helped us to clean the school. Again, we fight the virus together.

David Cheng 5A

During the school suspension, I had Zoom and video lessons. Also, I played computer games and read books at home.

I felt happy at first during the school suspension because I could stay at home to watch TV and play computer games. I felt relaxed. However, I felt sad after a while because I couldn't learn and play with my classmates. I really wanted to go to school and meet my teachers and friends.

After the school resumption, I felt very happy because I could finally play with my classmates. Also, I could chat with my teachers and friends.

I admire all the doctors and nurses very much because they help the patients at the hospitals. They save many people and the society. I hope they can take good care of themselves too.



禪繞畫欣賞

靜觀禪繞畫課程

本學年為配合靜觀及正向教育，視覺藝術科設計了「禪繞畫」課程。「禪繞畫(Zentangle)」是一種心靈的創作藝術。學生能透過繪畫「禪繞畫」一筆一畫專注而放鬆地繪畫，達到療癒而喜悅的感覺。學生透過簡單的材料，包括正方形紙及尖頭黑色針咀筆，依着老師的步驟繪畫，從簡單的圖樣中加上變化和創意，學生可以欣賞自己和同學獨一無二的作品，感恩生活中簡單而美的作品。

學生完成課程後，進行自評。超過90%的學生認為繪畫禪繞畫時，心情能平靜和放鬆，能專心地完成作品和喜歡繪畫禪繞畫。

Rocky Zhang 5A

Because of COVID-19, students had school suspension for a long time. During this period, I had zoom lessons, read books and played computer games. At first I felt great because I could relax all the time. However, I felt bored after a few days because we couldn't go out.

After the school suspension, I felt glad, even I still couldn't go back to school as I live in the Mainland China. However, I could meet my teachers and classmates during the Zoom lessons. Also, I admire all the doctors and nurses because they look after the patients who are infected. I hope the epidemic will pass soon.

Pierce Ng 5D

During the school suspension, I had zoom lessons every day. Also, I read a lot of books and finished my homework. I felt so bored because I stayed at home for almost four months. I could not meet my teachers and classmates. I missed them so much.

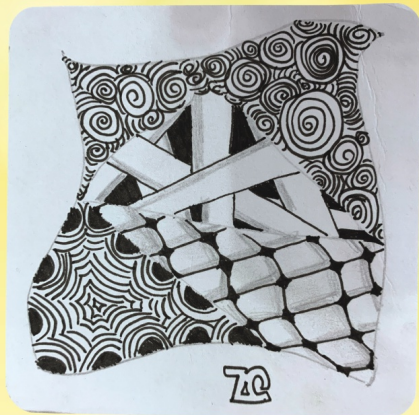
After the school suspension, I felt very glad because I could finally go to school and had lessons in the classroom instead of having Zoom lessons at home. I could talk with my friends too.

I appreciate the doctors and nurses the most because they save a lot of people who are infected around the world.



四年級同學「禪繞畫」課堂作品

禪繞畫學生作品







比賽佳績

校內徵文比賽佳作分享

純陽小學致力發展校本特色，培育獨特、寶貴的孩子，因此，本校一直以「營造正向校園文化，培養學生正向品格」為目標。2019-2020年度的正向教育主題為「堅毅」，中文科舉辦校內徵文比賽，學生以堅毅有關的四字成語為作文題材，寫出自身的經歷，鼓勵身邊的人，以堅毅面對一切。

冠軍

《現實中的「滴水穿石」》

6B 陳臨翰

平日大家看小說或上課，相信都學過不少成語，那你們有沒有聽過「滴水穿石」這個成語呢？不錯，那你們知道這個成語的背後故事嗎？

沒錯，這個成語故事主要是講述一塊岩石穿破，波濤以為自己能勝利，所以完全把比賽這件事拋在腦後了，而那滴水卻沒有放棄，最後終於穿破了岩石。這個成語故事告訴了我做事不但要有信心，還要有恆心，只有堅持到底，一定能把事情做好。

有一次，我數學測驗得了一百分，所以數學老師送了我一個全新的魔方。

終於「鈴——」的一聲，我放學了，心想：我一定要快點回家，並做完功課，這樣就能玩區老師送給我的魔方了。一想到可以玩魔方，我就熱血沸騰，變成了一隻豹子飛快地回家了。

回到家後，我以超快的速度做完功課，便立刻從書包裹裏拿出魔方躍躍欲試。我先把魔方弄亂，然後嘗試把它復原。這時，哥哥走了過來，他跟我說：「玩魔方不能操之過急，你要有堅毅的精神才能把魔方復原。」聽到哥哥的這番話，我對拼回魔方的決心又大了一些。

我回到自己的房間，鎖上門，全神貫注地拼魔方，可是老天爺好像不想讓我拼回魔方，我拼得不但沒有比之前整齊，反而整個魔方變得更加雜亂，我感覺很煩躁，心想：算了，反正都是拼不回的，還是放棄吧！

46



我躺在牀上，拼魔方的事不斷在我腦海中若隱若現，我輾轉反側，難以入睡。最後我好不容易睡著了，並做了一個夢。在夢裏，我看見了一位神仙，他對我說：「滴水能把石穿透，萬事功到自然成，不要輕言放棄啊！」

突然，我被晨曦的陽光照醒了。我立刻從櫃子裏拿出那個魔方，心想：鐵杵都能磨成針，那我又怎能拼回魔方呢？

我振作了起來，並繼續嘗試拼回魔方。日復日，年復年，我每天一有時間就拼回魔方，最後終於把魔方拼回原先的樣子了。

這不正是現實裏堅持不懈的態度嗎？有志者事竟成，通過這件事情，我知道了做事只有堅持到底，有堅毅的態度才可取得成功。

亞軍

《現實中的「不屈不撓」》

6B 湯力維

平日上課的時候，我都會閱讀到許多不同的成語故事，其中「不屈不撓」這個成語故事是提醒我們做事要堅毅和堅持，這個成語故事就與我近日發生的事情很相似。

上個月，我答應中文老師羅主任參加一年一度的朗讀比賽，因為上年我得了亞軍，再加上今年的內容對我來說是易如反掌。當接近比賽的日子，我更感胸有成竹。

就在我比賽前兩天，我突然發燒和嗓子痛，嗓子痛得令我吞嚥都很困難，本來我是打算不管一切都要練習，就在這時候，媽媽為我準備了一鍋暖暖的白粥，想叫我從房間出來，我跟媽媽說：「媽，我沒心情吃，還是你吃吧！」這時，媽媽便和我說：「你這樣也不是辦法，不如這樣吧，你先把白粥吃完，我待會帶你去一間被街坊稱為「再世華陀」的中藥店看看吧！我興奮地回答：「好啊！」晚上，我吃完中藥後就馬上睡覺了。

47





第二天，我發現我的嗓子不太疼痛了。我想：既然老天爺把我的嗓子變好，我就必須拿冠軍。於是，我就廢寢忘食地練習到深夜二時，最後，因為我昨天不屈不撓地從早上練習到深夜二時，我的表現進入了巔峰狀態。比賽時，我一字不漏地用最好的聲線，完美無瑕地朗讀誦材，最後，我得了第一名。

比賽結束後，我立即回家向媽媽「報喜」，媽媽說：「你練習了多少時間，我是有目共睹的，你整個月練習了很多遍，現在就是你『收成』的時候了！」

這不就是現實中的不屈不撓嗎？我平日十分努力練習，當我嗓子疼的時候，我還堅持繼續練習。自此以後，我會更加堅毅、更加專心地面對每一件事。



《我的「懸樑刺股」故事》

6A 劉伊悅

每當老師談及「懸樑刺股」這個成語時，我都會想起五年級呈分試前的日子。

五年級考第一次呈分試前，我感到十分緊張，因為那是小學六年來最重要的考試。每次我回到家後，便會立即跑入房間溫習。我害怕考不好，我渴望考好成績，所以我對書着了魔，不停地溫習，不停地溫習。可是我卻像瞌睡蟲一樣，十分想睡覺。很快我便想到了一個好方法，只要我一睡覺，我就會用手打我的大腿，好讓我立即清醒過來。我的手就是一個微型監控，防止我睡覺的良藥。

考完試後，我還是十分緊張，因為我怕我之前的努力全部白費了。幾天過後，考試成績公佈了，我全部科目都考得非常好，除了中文科。媽媽說：「不要灰心，中文科雖然考得不是很好，但是跟其他三科平均下來，還是很不錯的！」後來，我竟然考到前十名，真是破天荒的一次啊！

這件事不正是懸樑刺股的成果嗎？從此以後，我明白到只有努力學習，才能有收穫。



純陽雅集2019-2020編輯小組

顧問：梁美玲校長、黎文熾副校長、黃華清副校長
總編輯：陳嘉莉主任

編輯委員會：

王保懿主任、李卓賢主任、譚麗珠主任、梁芷穎老師、
曾美虹老師、鄭燕南老師

出版：香港道教聯合會純陽小學
校址：香港沙田馬鞍山鞍駿街30號
電話：26422355
傳真：26335202
網址：<http://www.syps.edu.hk>
電郵：syps@syps.edu.hk