

## 你的心聲

### 徵稿啟事

本版歡迎各界人士投稿，來稿內容和題材不限，文責自負，每篇在600字以內，可用實名或筆名發表，但原稿需注明真實姓名和聯繫方法。如刊用將付薄酬。投稿及查詢，請電郵至：opinion@lionrockdaily.com

### 站位與走動的學問

#### 香橙老師

教師在課堂上的站位與移動，看似微不足道，實質影響深遠。這不僅關乎課堂管理，也直接影響學生的學習狀態和參與度。有效的站位和走動，能讓課堂更有秩序，學生更專注。能減少口頭提醒的次數，使學習過程更加流暢。

研究指出，「靠近學生管理課堂」是一種低干預的管理策略，教師只需走近學生，便能降低課堂干擾，提升學生的專注度。這種方法能讓學生察覺自己需要調整行為，避免被公開點名產生的尷尬。教師在課堂中悄然移動改變站位，就能有效調整學生的行為。例如，當學生開始交頭接耳或注意力分散時，教師可以不發一語走近該區域。通常學生都能自發收斂行為，課堂秩序能自然恢復。

教師在課堂中走動，有助觀察學生的表現，學生更能感到老師的

關注，有助推動學生投入學習，提升學習動力和效能。透過走動，教師能即時察覺學生的學習難點，適時調整教學策略。站位與走動又能改變學生的心理狀態。例如，教師在課堂中經常走近學生，能減低師生之間的距離感，學生因此更願意發問和參與討論；又例如當測考時教師站在教室的當眼位置，就能令學生保持警惕。

課堂管理並不代表單靠高聲指令或嚴厲斥責維持秩序，而是透過細緻的學教策略，確保學生在安全的環境下學習。教師的站位和移動都經過專業考量，並非隨心所欲。當我們真正理解這些細節，便會發現很多時教師一個漫不經意的動作，都可能是根據學理和經驗所作的專業決策，非偶然，也非隨意。這些不易察覺的安排，正是教育專業的體現。

### 橡皮筋跳過的舊時光

#### 葉正尹

初夏的午後，幾個女孩在空地上跳橡皮筋，兩條細細的皮筋，一頭繫在電線杆上，一頭由兩個小姑娘繃着，中間那個便在這有彈性的障礙上跳來跳去。

「小皮球，香蕉梨，馬蘭開花二十一……」她們唱着跳着，辮子隨着動作上下翻飛。馬尾辮女孩跳得高了，腳踝一勾，皮筋便從膝蓋彈到腰間。她身子一歪，險些絆住，卻靈巧地一扭，又穩穩落地。這動作讓我想起阿香，她當年跳「大舉」時也是這樣，皮筋高過頭頂，她如燕子掠水輕盈躍過。

我小時候也跳皮筋。那時女孩子都精於此道，從「腳踝跳」開始，一級級往上升，膝蓋、腰間、腋下，最後是「大舉」。皮筋是用舊自行車內胎剪成的，帶着橡膠特有的氣味。跳得好的人能一路闖關，跳不好的，往

往在「小腰」就敗下陣來，惹得大家咯咯直笑。

阿香是我們當中的高手。她家窮，常年穿一件藍布衫，袖口磨得發白，可一跳起皮筋，那衣服便宛若有了生命。她最擅長「踩鋼絲」，單腳勾住皮筋轉圈，嘴裏還不停地數着：「二五六，二五七，二八二九三十一……」我們圍在一旁，看她跳到最後一關，皮筋舉過頭頂，她深吸一口氣，縱身一躍，成了！我們便歡呼起來，彷彿贏的是自己。

那些日子，我們在皮筋一起一落間歡笑，在「二五六」的計數聲中打鬧。可是時光悄然流轉，直到某天橡皮筋突然從校園裏消失了。或許是新奇的玩意兒多了，或許是操場被水泥填平，總之，那黑黑的、有彈性的帶子，連同那些童謠，慢慢隱入記憶的角落。

# 夏日美妝風格測試

為了讓大家買到合適的化妝品，在夏日打造出清透的妝面，上水廣場隆重呈獻 Beauty Café 初夏祭，帶來全港首個自助化的人氣五官風格測驗。由即日起至6月30日，於指定周末及假期於商場消費滿300元，即可免費體驗由上水廣場設置的全港首個智能美妝點餐機，並獲得50元美妝券乙張（名額600個）。

不清楚哪種化妝風格更適合自己，智能美妝點餐機融合美妝和味感，將你與甜系、鹽系、苦系、辣系五官智能配對及建議的美妝套餐，為你的命名美妝風格指點迷津。此外，還將即時送贈適合你命名風格的美妝品牌小禮物。甜系風格完美適合日系或韓系妝容，以粉粉嫩嫩的甜美感為主，建議搭配滋潤型護膚品，保持肌膚水潤光滑。鹽系風格以淡妝為核心，強調乾淨利落的底妝，展現出知性與優雅感。建議使用清爽型的護膚品，以達到無瑕的妝感和持久的清新感。

苦系風格強調清冷感，使用低飽和色彩的眼影，展現出冰山美人的神秘優雅，搭配保濕型護膚品，幫助肌膚呈現出健康的光澤感，讓妝容更加完美。辣系風格適合深邃的眼妝，如輕煙熏妝或貓眼妝，搭配強烈的唇色，營造出強烈的個人魅力。建議使用修護型護膚品，讓妝容更加持久，同時保持肌膚的健康。測出美妝風格，客人更可到智能美妝點餐機為你配對的美妝品牌店舖享受多款美容產品禮遇和優惠，讓客人都能找到最適合自己的命名美妝護膚風格。

為歡迎旅客訪港，上水廣場還特別推出旅客 Shopping 狂賞，無需消費即場成為新會員就可享100元零售購物券乙張，消費滿指定金額更可獲贈豐富優惠券回贈，所有禮品數量有限，先到先得，換完即止。

## 消費



鹽系風格

甜系風格

■ 找出你的命名美妝風格。