

保良局錦泰小學  
優質基金申請

2007/0680 修訂版

丙部

## (一)引言

根據《基礎教育課程指引—各展所長、發揮所長》第一手冊《課程改革概覽—反思優勢、發揮所長》提及的七個學習宗旨中，其中一個學習宗旨是「期望在十年內，學生能夠建立健康的生活方式，並培養對體藝活動的興趣和鑑賞能力。」

何謂「健康」呢？世界衛生組織給「健康」下的定義為「身體、精神及社會生活中的完美狀態」。由此可見，就個人而言，「身體」及「精神」的健康是建立健康生活方式不可缺少的一環。

尤其是五年級及六年級的學生正處於踏入青春期的階段，他們經常受到生理及心理變化的影響而感到焦慮、迷惘及困擾，甚至影響平日與同學的正常相處。根據心晴行動慈善基金曾委託浸會大學社工系進行關於情緒的調查，發現青少年主要面對學業、家庭及生活的壓力，但五成人認為不應在人面前表達負面情緒。結果，不少青少年面對壓力時只會強忍，情緒隨時會「失控」。調查更發現，四成青少年表示經常受情緒影響，近六成人處理情緒問題時會選擇強忍，分別有五成及二成人選擇說粗言穢語及做出具破壞力的行為來發洩情緒。有學者指出，青少年長期被動及負面處理情緒問題，會發展為解決問題的模式，令壓力累積終導致情緒「失控」。(東方日報 7/7/2008)還有，基督教女青年會曾在家庭、學校、公眾場合、互聯網及與異性相處五個範疇進行調查，發現近三成青少年自評「無品」，七成受訪青少年自問並非經常「有品」，四分之一人在公眾場合會說粗言穢語，大部分青少年更承認不常讓座及不懂尊重異性。(東方日報 7/7/2008)近年，本校的老師亦發現五年級及六年級的學生容易發脾氣、不時與人發生爭執及以自我為中心。學校亦曾進行「學生情意及社交表現評估問卷」(APASO)，結果也發現五年級及六年級的學生在人際關係及自我概念兩方面的表現比較弱。

有見及此，學校決定為一年級至六年級的學生設計一個有系統的「健康生活」課程及配套活動，讓全校的學生能在「身體」、「心理」、「心靈」三方面健康地成長及發展。此外，學校特別針對五年級及六年級學生在「身、心、靈」上的成長及需要，透過針對性的課程規劃及統整活動，讓他們了解自己的性格、學習管理及舒緩自己的情緒、學習處理壓力的方法、認識兩性的異同、建立自信及正面的交友價值觀、學懂關顧別人及互相欣賞和尊重，讓他們能全面地發展，成為一個健康的「個體」。

## (二)學校推展「健康生活」的背景及經驗

學校向來重視培養學生成為一個「身心健康」的人，曾透過不同的計劃及活動，讓學生活得健康。

1. 02年度起，學校在德育及公民教育成長課的課程中，已滲入與「學生健康生活及成長」有關的課題。
2. 06-07年度起，學校與家教會合辦「親子健康飯餐設計比賽」，藉此提升學生及家長對健康飲食的意識。07-08年度，學校更在校內的「健康飯餐設計比賽」中選出三個優異飯餐，參加了衛生署聯同其他機構舉辦的「親子餐盒設計比賽」，分別得到冠軍、亞軍及最具特色獎，而本校亦得到「積極參與獎」。
3. 06-07年度起，訓輔組參加了衛生署舉辦的「健康飲食校園運動—開心果日」，藉此提升學生對均衡飲食的意識。
4. 07-08年度 本校的訓輔組參加聯合國兒童基金會舉辦的「友兒學校計畫」，透過不同的活動及講座，為兒童建立一個健康、愉快，並受尊重，以兒童為中心的學習環境，讓兒童有表達意見的權利和機會。例如：訓輔組曾設立自由「講」場，讓學生就學校設施和健康食品，發表個人的意見。訓輔組收集了學生的意見後，會進一步了解學生的需要和想法，再向校方反映。

## (三) 檢討現況及校本需要：

## 現況

1. 現時推展的「健康生活」以活動為主，未能結合課堂學習。
2. 現時推展有關「健康生活」的課程及活動只在校內個別科組推行，未能有系統地推行。
3. 學校未有為五年級及六年級的學生設計一個針對性的「健康生活」課程。
4. 老師教學及行政工作已很繁重，缺乏時間及空間作課程及活動的統整。
5. 學校的家長缺乏如何成為一個「健康家庭」的意識。



## 校本需要

1. 由課程發展主任、訓輔組老師及科組主席組成統籌小組有系統地組織校本的「健康生活」課程。
2. 有關「健康生活」的活動要配合主題及校本課程推行。
3. 為五年級及六年級的學生設計一個針對性的「健康生活」課程。
4. 為學校的家長提供培訓，協助他們建立「健康家庭」。

## (四) 計劃目的

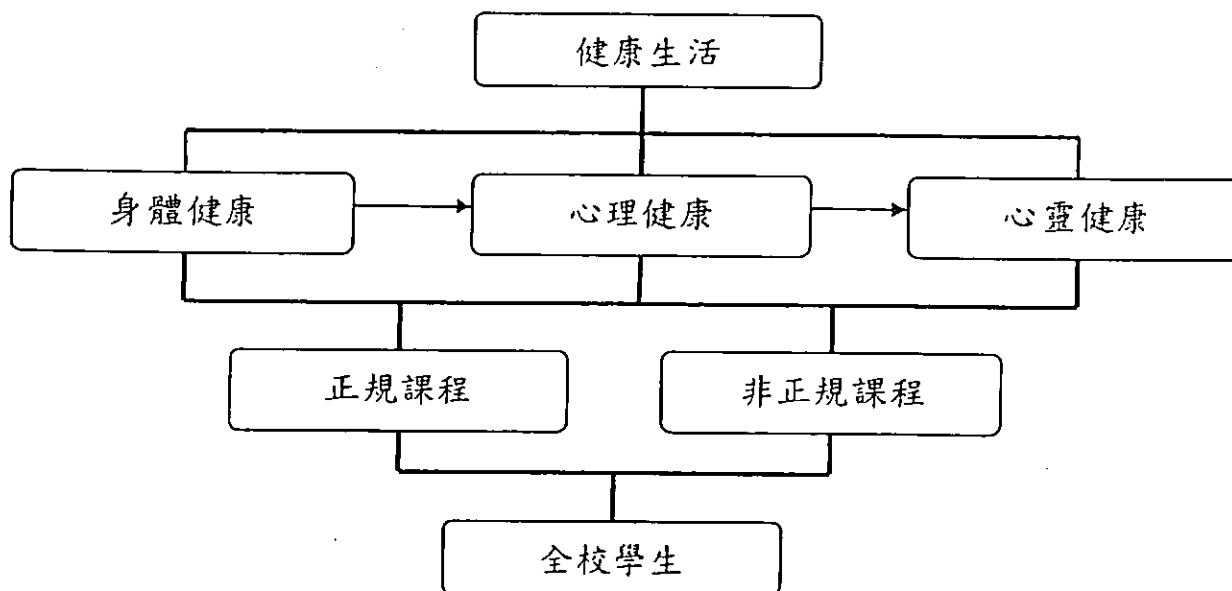
1. 配合校本課程，推展跨學科學習，發展有層次性的「健康生活」課程及配套活動，協助學生建立健康的生活方式。
2. 培養學生正確的價值觀。
3. 提升學生的共通能力。
4. 透過行動研究，評估計劃的成效。

## (五) 計劃目標

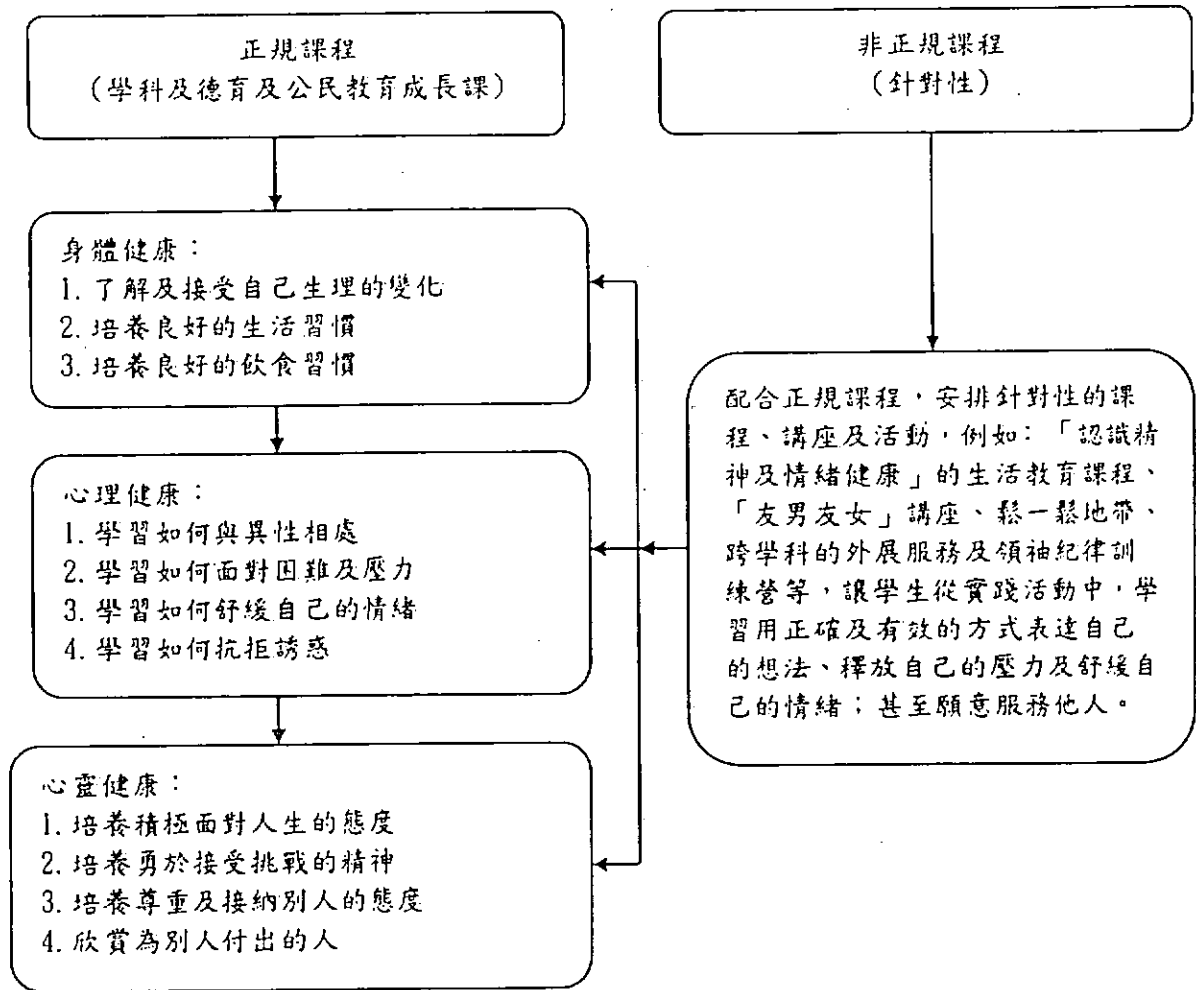
1. 制定校本的「健康生活」課程及配套活動，培養學生在身體、心理、心靈三方面能健康地成長及發展。
2. 學生能從具規劃的課程及活動中，提升共通能力，培養正確的價值觀。
3. 以五年級學生為研究對象，透過進展性及總結性的評估，修訂計劃的內容及檢討計劃的成效。
4. 推動家校合作。

## (六) 計劃特色

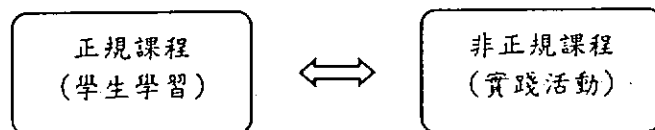
1. 「健康生活」課程以「身體健康」、「心理健康」及「心靈健康」為主題，透過正規課程和非正規課程的配合，培養學生全面地建立健康的生活方式。



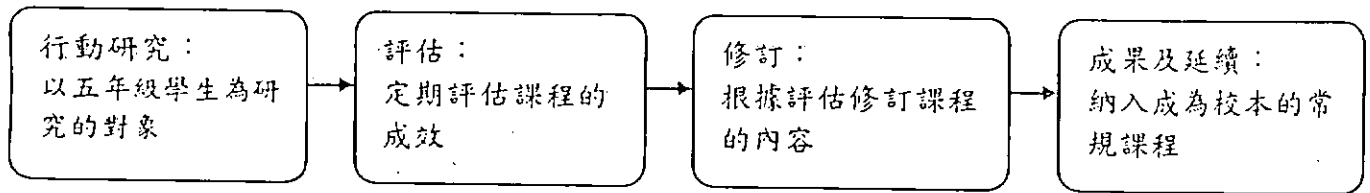
2. 一年級至六年級的正規課程均以德育及公民教育成長課為課程的主幹，配合全校性的非正規課程推（附件一）。為了針對五年級及六年級學生的成長需要，五年級及六年級的正規課程會滲入學科的元素，與德育及公民教育成長課互相配合，再配合針對性的非正規課程推行。讓全校的學生能透過跨學科的學習，認識及建立健康的生活。
3. 針對五年級及六年級學生而設計的「健康生活」課程是一個有層次、循序漸進的課程。目的是配合他們成長的特質及需要，讓他們活得健康、活得精彩。



4. 計劃是著重實踐，透過不同類型的特色活動(全校性的非正規課程)，例如：體育科的BMI量度及評估、視藝科的互相「手」望活動、跨學科的全方位體驗學習日---「健康校園生活」等，讓全校學生全面地實踐健康的生活。(附件二)



5. 學校會利用校園電視台，製作「健康生活」的節目，將不同的健康訊息帶給全校的學生及家長。
6. 計劃分為兩個階段推行，並以五年級的學生為研究對象，在自我概念、人際關係及價值觀三方面進行進展性及總結性的評估(APASO)。目的是希望透過定期的評估及長時間追蹤研究對象在「身、心、靈」的變化，檢討計劃的成效，並即時修訂課程的內容，及有效度、有信度地評估課程能否協助學生成為一個健康的人及建立一個健康的生活方式。計劃完結後，學校會將修訂的課程納入常規的課程內，持續推行。



7. 計劃由學校延展到學生的日常生活及家庭，學校計劃與社區機構及家教會合作，開辦有關「健康生活」的培訓課程、工作坊、講座及活動，協助家長及學生建立「健康家庭」。

### (七) 計劃內容

1. 一年級至六年級均以德育及公民教育成長課為正規課程的主幹，再配合全校性的非正規課程；五年級及六年級以中文科、常識科和德育及公民教育成長課互相配合為正規課程的主幹，再配合針對性及全校性的非正規課程。學生能透過不同的學習範疇，學習如何建立健康的生活，並透過非正規課程進行實踐。

### 2. 課程規劃：

主題	年級	正規課程	非正規課程
身體健康	一年級至四年級	(一)德育及公民教育成長課： 根據主題，以「解決問題」、「生活計劃」、「傳媒與資訊」、「尊重及接納他人」、「自我概念」、「自我管理」、「溝通及人際關係」、「應變及處理衝突」八個方面為學習重點，配合不同級別學生的成長發展，訂立不同的目標及主題，協助學生在身體及心理上能健康地發展。(附件一)	(一)全校性 透過訓輔組、圖書組、視藝科、音樂科、體育科及跨學科舉辦不同的實踐性課程、講座、工作坊及活動，讓學生注重自己身體、心理及心靈的健康，並學習用正確及有效的方法舒發自己的情感及想法。 (附件三)(附件四)
心理健康	五年級至六年級	(一)中文科及常識科： 揀選與主題有關的課題，透過課堂學習及活動，讓學生了解自己身體、心理上的變化；並培養他們懂得關心別人、欣賞別人、克服困難、拒絕誘惑……從而令學生在心靈上能健康地發展。(附件五)(附件六)	(一)針對性 訓輔組、視藝科及跨學科活動會配合正規課程，安排針對性的實踐課程、講座、工作坊及活動，讓學生能舒緩自己的情緒及壓力。(附件七)
心靈健康		(二)德育及公民教育成長課： 以「解決問題」、「生活計劃」、「傳媒與資訊」、「尊重及接納他人」、「自我概念」、「自我管理」、「溝通及人際關係」、「應變及處理衝突」八個方面為學習重點，配合中文科及常識科的學習內容，訂立不同的目標及主題，協助學生在身體、心理、心靈上均能健康地發展。(附件八)	(二)全校性 透過訓輔組、圖書組、視藝科、音樂科、體育科及跨學科舉辦不同的實踐性課程、講座、工作坊及活動，讓學生注重自己身體、心理及心靈的健康，並學習用正確及有效的方法舒發自己的情感及想法。

3. 在家長教育方面，透過培訓課程、講座、工作坊或活動，讓家長對身體健康、心理健康及心靈健康有更進一步的認識及了解，從而協助他們建立「健康家庭」。

### (八) 預期受惠人數

1. 全校師生及家長約 1400 人。
2. 其他受惠對象：通過派發光盤及網頁發放訊息，給其他學校作參考。

## (九) 校長及老師參與計劃的程度：

## 1. 校長：

- a. 校長會監察及督導整體計劃的推行進程。
- b. 校長會定期向老師及家長報告及檢討計劃的成效，並作出修訂。

## 2. 教師：

- a. 統籌小組協調及評估計劃的推行。
  - 各科組設計校本課程
  - 統籌相關的課程、講座、工作坊及活動
  - 負責評估學生的學習
  - 定期與專責工作人員檢討活動及工作的進展

## (十) 推行時間表及推行方案：

## a. 第一個階段(1/2009-12/2009)

- i. 1/2009 學校會為計劃作準備工作，包括：組織正規課程及非正規課程的內容；針對研究對象進行問卷調查；聯絡校外機構。
- ii. 1/2009-12/2009 計劃開展：

## 一年級至四年級

推行時段	課節	學習重點	正規課程(德育及公民教育成長課)			
			主題：身體健康及心理健康			
			一年級	二年級	三年級	四年級
2009年 1-3月	(1)	解決問題	目標： 瞭解個人遇到的困難，懂得尋求幫助  主題： 我的救星	目標： 瞭解家庭遇到的困難，學習如何面對  主題： 我學會照顧患病的家人	目標： 明白處理問題有多種方法  主題： 八爪魚專家	目標： 學習解決問題的步驟  主題： 解難四步曲
	(2)	生活計劃	目標： 學習珍惜時間，認真工作  主題： 一寸光陰一寸金	目標： 學習訂定個人生活時間分配  主題： 我的課餘時間	目標： 善用時間及均衡生活  主題： 健康生活時間表	目標： 培養自律態度善用零用錢  主題： 我會善用零用錢
2009年 4-7月	(3)	傳媒與資訊	目標： 電視與我們生活上的關係  主題： 電視與我	目標： 電視的世界是假象，與現實中有分別  主題： 辨別真假	目標： 認識選購產品應有的態度  主題： 分解廣告	目標： 認識傳媒的類型及對我們的影響  主題： 傳媒糾察
	(4)	尊重及接納他人	目標： 學習接納別人，與同學建立友誼  主題： 伴我同行	目標： 學習接納別人的特質及意見  主題： 做個受歡迎的孩子	目標： 透過非語言溝通瞭解別人的感受  主題： 傳情達意	目標： 學習以「設身處地」的態度瞭解別人的感受  主題： 瞭解別人的感受

推行 時段	課 節	學 習 重 點	正規課程(德育及公民教育成長課)			
			主題：身體健康及心理健康			
			一年級	二年級	三年級	四年級
2009 年 9-10 月	(5)	自我 概念	目標： 瞭解個人特質  主題： 我是獨一無二	目標： 瞭解個人特質，學習欣 賞自己  主題： 我有內在美	目標： 瞭解個人優點及缺 點  主題： 我是怎樣的	目標： 學習接納自己的缺點  主題： 看出真的我
	(6)	自我 管理	目標： 瞭解不同的情緒及感 受  主題： 情緒小精靈	目標： 學習適當地表達情緒  主題： 我不會亂發脾氣	目標： 認識正面及負面情 緒  主題： 情緒放大鏡	目標： 學習處理情緒的正確 方法  主題： 舒緩情緒有妙法
2009 年 11-12 月	(7)	溝 通 及 人 際 關 係	目標： 明白合作的重要性，培 養與人合作精神  主題： 合作精神	目標： 幫助有需要的人，守望 相助  主題： 互助互愛	目標： 學習尊重別人的感 受及與人相處  主題： 我認識了新朋友	目標： 懂得表達自己的意見 和感受  主題： 表達「我」的訊息
	(8)	應 變 及 處 理 衝 突	目標： 明白不適當的身體接 觸，避免衝突  主題： 一觸即發	目標： 學習用正面態度處理 朋輩間的衝突  主題： 收起小嘴巴	目標： 積極面對欺凌及解 決問題  主題： 被欺負怎麼辦	目標： 積極面對欺凌事件，建 立和諧的校園氣氛  主題： 非常火熱事件

五年級及六年級

推行 時段	正規課程				非正規課程 (針對性)
	中文及常識		德育及公民教育成長課		
	五年級下學期	六年級下學期	五年級下學期	六年級下學期	
	主題：身體健康 及心理健 康	主題：心理健康 及心靈健 康	主題：身體健康 及心理健 康	主題：心理健康 及心靈健 康	
2009 年 1-3 月	常識 單元 愛惜生命 1. 生命有價 2. 積極人生	中文 單元 災難背後 1. 爸爸還沒有回 來 2. 媽媽的微笑	學習重點：解決 問題 目標： 學習解決問題的 步驟技巧 主題： 破繭小子  學習重點：生活 計劃 目標： 瞭解個人目標和 理想，適當地運 用時間 主題： 時間投資大拍賣	學習重點：解決 問題 目標： 培養積極的態 度解決問題 主題： 逆境與機遇  學習重點：生活 計劃 目標： 培養學生以正 面樂觀的態度 面對困難 主題： 活出精彩人生	訓練： 1. 「大細路劇團」表演 --平等機會 2. 「認識精神及情緒健 康」生活教育課 3. 成長的天空計畫  視藝： 1. 心花露放 (集體藝術創作) 2. 創藝小領袖計畫 3. 愛陶泥課程  跨學科： 1. 專題研習 2. 外展服務

推行 時段	正規課程				非正規課程 (針對性)
	中文及常識		德育及公民教育成長課		
	五年級下學期	六年級下學期	五年級下學期	六年級下學期	
	主題：身體健康 及心理健康	主題：心理健康 及心靈健康	主題：身體健康 及心理健康	主題：心理健康 及心靈健康	
2009 年 4-7 月	常識 單元 活在資訊中 1. 資訊年代 2. 認清傳媒 3. 精明抉擇	中文 單元 現代潮流 1. 邁進資訊科技 新時代  單元 追求卓越 1. 迎向挑戰  單元 奇妙的大 自然 1. 颱風襲港	學習重點：傳媒 與資訊 目標： 學習以自律自愛 的態度進行上網 主題： 我學會自律地 上網  學習重點：尊重 及接納他人 目標： 學習尊重別人的 價值及感受 主題： 同學給我改「花 名」	學習重點：傳媒與 資訊 目標： 認識偶像崇拜對 我們的影響 主題： 傳媒超級市場  學習重點：尊重 及接納他人 目標： 學習表達自己及 耐心聆聽別人的 意見 主題： 有商有量	訓練： 1. 成長的天空計畫 2. 「升中適應及壓力處 理」講座  視藝： 1. 鬆一鬆地帶 2. 創藝小領袖計畫 3. 愛陶泥課程  跨學科： 1. 外展服務 2. 教育營 3. 領袖紀律訓練營
2009 年 9-10 月	常識 單元 活得健康 1. 拒絕吸煙 2. 喝酒與健康 3. 預防物質濫 用	常識 單元 生活的轉變 1. 交友之道 2. 男和女 3. 處理情緒和壓 力  中文 單元 讓世界充滿 愛 1. 一對小天使 2. 友好的約會	學習重點：自我 概念 目標： 學習改善自己 的缺點 主題： 優點大轟炸  學習重點：自我 管理 目標： 提升自省能 力，管理自己的 情緒 主題： 我不會亂發脾氣	學習重點：自我 概念 目標： 發展個人潛能 主題： 我的多元智能  學習重點：自我 管理 目標： 提升自省能力， 改善個人問題 主題： 我被老師讚揚和 懲罰	訓練： 1. 「藥物濫用」講座 2. 成長的天空計畫  視藝： 1. 我有「say」微畫大 行動 2. 創藝小領袖計畫 3. 愛陶泥課程  跨學科： 1. 外展服務
2009 年 11-12 月	常識 單元 踏上青春 路 1. 青春期的生 理變化 2. 青春期的生 理衛生 3. 食物的營養 4. 青春期的心 理特徵	中文 單元 生命的讚 歌 1. 站在謝婉雯 的銅像前 2. 一份家庭遺 產  單元 我的價值 觀 1. 追星一族	學習重點：溝通 及人際關係 目標： 學習接納別人 的觀點，互相忍 讓和包容 主題： 與同學合作做 專題研習  學習重點：應變 及處理衝突 目標： 學習在朋輩衝 突中解決問題 主題： 玩出火	學習重點：溝通 及人際關係 目標： 學習堅持原則， 抗拒朋輩的不良 影響 主題： 我向不良朋輩說 「不」 學習重點：應變 及處理衝突 目標： 學習以積極態度 來適應家庭的轉 變 主題： 假如爸爸媽媽分 開了	訓練： 1. 「友男友女」講座 2. 「作息好，成績好， 身體好」講座 3. 「交友技巧」講座 4. 「壓力處理及情緒健 康」講座 5. 成長的天空計畫  視藝： 1. 我有「say」微畫大 行動 2. 創藝小領袖計畫 3. 愛陶泥課程  跨學科： 1. 外展服務

## 家長教育

推行時段	內容	對象
2009年1-3月	「全能媽咪」--校本健康家庭推動計畫	50-60人家長
2009年4-7月	健康飲食家長工作坊	全校家長
2009年9-10月	「傳媒與家長」講座	全校家長
2009年11-12月	「與子女談情說性」家長工作坊	全校家長

學校會於1/2009向五年級的學生進行「學生情意及社交表現評估問卷」調查(APASO)，在自我概念、人際關係及價值觀三方面進行前測，分析數據。在計劃推行期間，學校會於7/2009及12/2009進行課程的檢討及向研究對象再進行「學生情意及社交表現評估問卷」調查(APASO)。透過進展性的評估，一方面可以即時修訂課程的內容，一方面可以了解研究對象在自我概念、人際關係及價值觀三方面的表現上有否提升。

## b. 第二個階段(1/2010-8/2010)

i. 第二個階段在計劃推行時間及課程內容兩方面(一年級至六年級)與第一個階段相近，但會因應第一個階段修訂的課程內容再施行。學校會於7/2010對整個計畫進行總結性的評估，評估其成效；亦會追蹤研究對象到了六年級畢業時，在自我概念、人際關係及價值觀三方面的表現上有否因為透過這個「健康生活」課程而有所提升。最後，學校會在8/2010規劃新學年的校本課程，延續計劃及出版活動光盤。

ii. 第二年在家長教育方面，會以實踐性作為發展方向。

推行時段	內容	對象
2010年1-3月	親子健康飲食設計 「親子義工家庭」選舉	全校家長
2010年4-7月	親子早操 「健康家庭」選舉	全校家長

## (十一) 預期產品及成果

## 預期產品

1. 「健康生活」課程及配套活動。
2. 德育及公民教育成長課程。
3. 計劃活動光盤。

## 預期成果

1. 學生能建立健康的生活方式。
2. 學生能建立正確的價值觀。
3. 學生的共通能力得以提升。
4. 家長能參與學生的學習，成為「健康家庭」，家校合作更緊密。



## (十二)財政預算

預算開支細目		開支	向優質教育基金 申請的撥款額
1.	(a) 職員薪酬		
	計劃助理一名(1/2009-9/2009) (註 a)	(\$9000×9+5%) =\$85,050	\$85,050
	計劃老師一名(9/2009-8/2010) (註 b)	(\$19835×12+5%) =\$249,921	\$249,921
	小計：	\$334,971	\$334,971
	(b) 學生活動		
	課程、講座及工作坊	\$40,000	\$20,000
	(c) 家長及親子活動		
	培訓課程、講座及工作坊	\$30,000	\$15,000
	(d) 教師工作坊	\$3,000	\$1,000
	(e) 一般開支(印製光盤及雜項)		\$14029
2.	開支總額	\$407,971	
3.	申請撥款額 (請向上調整至最接近的百位數)		\$385,000

## 備註

註(a)：計劃推行的初期，須聘用一名計劃助理，減輕統籌小組成員的教學及行政事務工作，協助試行「健康生活」課程；計劃助理更涉及製作課堂教具、聯絡機構、組織外展服務等工作，協助計劃能更順利地進行。

(b)：計劃推行的中期及後期，須聘用一名合約老師，協助統籌小組成員及科組老師發展「健康生活」課程，並以協作形式負責部分「健康生活」課程的教學工作；合約老師更涉及製作課堂教具、聯絡機構、組織外展服務等工作，協助計劃能更順利地進行。

【計劃老師及計劃助理詳細工作分配見(十三)推行人手及輔助資源】

## (十三)推行人手及輔助資源

1. 計劃助理(1/2009-9/2009)：(優質基金支付)
  - a. 協助統籌小組成員及科組老師試行計劃。
  - b. 負責收集及分析數據。
  - c. 與校外機構聯繫。
  - d. 協助組織學生義工團隊。
  - e. 協助組織家長培訓的工作。
  - f. 協助製作校園電視台的「健康生活」節目。
2. 計劃老師(9/2009-8/2010)：(優質基金支付)
  - a. 協助統籌小組成員及科組老師發展計劃。
  - b. 負責部分「健康生活」課程的教學工作。
  - c. 負責收集及分析數據。
  - d. 與校外機構聯繫。
  - e. 協助組織學生義工團隊。
  - f. 協助組織家長培訓的工作。
  - g. 構思及協助製作校園電視台的「健康生活」節目。

## (十四)評鑑成效

1. 評鑑的目的：
  - a. 檢視計劃施行後能否達到預期的目標，並反思計劃不足之處，從而修訂計劃的內容。
  - b. 因應計劃的成效，作為釐定未來校本課程發展的方向。
  - c. 評鑑分為三個方向：學生能建立健康的生活、學生在價值觀及共通能力的表現、家校合作。
  - d. 計劃會透過定期的課程檢討、問卷調查、觀察學生課堂表現、觀察學生活動表現等多元評鑑方式評鑑計劃的成效，並採用進展性及總結性的評估方式，評估計劃的果效。

## 2. 評鑑方向

## a. 學生能建立健康的生活

評鑑項目	指標表現	評鑑方法	搜集資料方法
i. 一年級至四年級的「健康生活」課程及配套活動。 ii. 五年級及六年級的「健康生活」課程及配套活動。 iii. 學生對健康生活的認識及態度	i. 完成一年級至四年級的「健康生活」課程及配套活動。 ii. 完成五年級及六年級的「健康生活」課程及配套活動。 iii. 50%的老師認為有關課程及配套活動有成效達成目標。 iv. 研究對象在自我概念、人際關係及價值觀三方面的數據表現上升。 v. 學生對健康生活的認識更深入及懂得如何建立健康的生活	i. 檢視一年級至四年級的「健康生活」課程及配套活動的推展情況。 ii. 檢視五年級及六年級的「健康生活」課程及配套活動的推展情況。 iii. 學生在課堂內的學習表現。 iv. 學生在活動上的表現。 v. 分析數據。 vi. 參與實踐活動的學生人數。	i. 統籌小組成員、訓輔組老師及科組老師的檢視。 ii. 訪問老師對課程及配套活動的意見。 iii. 老師觀察學生的課堂及活動表現。 iv. 「學生情意及社交表現評估問卷」調查 (APASO)。 v. 統計參與實踐活動的學生人數。

## b. 學生的價值觀及共通能力的表現

評鑑項目	指標表現	評鑑方法	搜集資料方法
i. 德育及公民教育成長課與各學科的課程內容。 ii. 各項實踐性活動的學生表現。 iii. 學生在批判性思考能力、協作能力、溝通能力、解決問題能力及自我管理能力的表現。	i. 德育及公民教育成長課與各學科的課程內容能培養學生正確的價值觀。 ii. 各項實踐性活動能培養學生用正確方式表達自己的意見及抒發情感。 iii. 50%的學生能透過課堂活動及實踐性活動，提升他們的批判性思考能力、協作能力、溝通能力、解決問題能力及自我管理能力的表現。	i. 檢視德育及公民教育成長課與各學科的課程內容。 ii. 學生在課堂內的學習表現。 iii. 學生在活動上的表現。	i. 老師觀察學生的課堂表現。 ii. 老師觀察學生的活動表現。 iii. 訪問老師。 iv. 「學生情意及社交表現評估問卷」調查 (APASO)。

## c. 家校合作

評鑑項目	指標表現	評鑑方法	搜集資料方法
i. 家長參與學校舉辦的培訓課程、講座或工作坊。 ii. 家長參與學校舉辦有關「健康生活」的活動。	i. 組織多於50名家長參與學校舉辦的培訓課程、講座或工作坊。 ii. 組織多於100名家長參與學校舉辦有關「健康生活」的活動。 iii. 50%參與培訓課程、講座、工作坊或活動的家長有信心建立「健康家庭」。	i. 參與培訓課程、講座及工作坊的家長人數。 ii. 參與有關「健康生活」活動的家長人數。 iii. 家長參與培訓課程、講座及工作坊後的意見。 iv. 家長參與有關「健康生活」活動後的意見。	i. 統計培訓課程、講座及工作坊的家長人數。 ii. 統計參與有關「健康生活」活動的家長人數。 iii. 訪問家長的意見。

(十五) 計劃的成效及延續：

1. 學生方面
  - a. 學生在身體、心理及心靈三方面均能健康地成長，並能建立健康的生活方式。
  - b. 學生能建立正確的價值觀，積極面對人生。
  - c. 學生在批判性思考能力、協作能力、溝通能力、解決問題能力及自我管理能力的提升。
2. 老師方面：
  - a. 提升老師對「健康生活」的認識，有助老師的專業發展。
  - b. 針對學生的問題，老師透過行動研究進行課程規劃、課程的推展、課程的檢討及課程的修訂，有助校本課程的發展。
3. 家長方面：
  - a. 協助家長健立「健康家庭」。
  - b. 參與學校活動能提升家長對學校的歸屬感。
  - c. 增進親子關係。
4. 學校方面：
  - a. 計劃與學校的「愛我中華」的國民教育三年計劃發展方向配合，對推動學校課程的發展起了相輔相成的作用。
  - b. 計劃提升科組間的溝通及協作，有助建立學校的團隊精神。
  - c. 計劃能推動校本課程及小組教學的發展。
5. 教育界方面：
  - a. 向外界分享計劃的成效。

(十六) 推廣及宣傳方法：

1. 在推展計劃的過程中，會把資料上網，供家長及外界人士瀏覽。
2. 印製活動光盤，送贈友校及家長。

(十七) 計劃的成效如何在計劃完成後得以延續，把計劃成果展示：

計劃完成後，會在校內持續推展，本校在發展計劃中已把「健康生活」納入為學校發展的重點。老師們通過計劃，對「健康生活」的課程及活動設計已有認識，讓老師們有信心在校內推展此計劃，讓更多的學生繼續受惠。

保良局錦泰小學  
德育及公民教育成長課

(附件一)

課節	學習重點	主題 / 目標					
		一年級	二年級	三年級	四年級	五年級	六年級
(1)	解決問題	<p>目標： 瞭解個人遇到的困難，懂得尋求幫助</p> <p>主題： 我的救星</p>	<p>目標： 瞭解家庭遇到的困難，學習如何面對</p> <p>主題： 我學會照顧患病的家人</p>	<p>目標： 明白處理問題有多種方法</p> <p>主題： 八爪魚專家</p>	<p>目標： 學習解決問題的步驟和技巧</p> <p>主題： 解難四步曲</p>	<p>目標： 學習解決問題的步驟和技巧</p> <p>主題： 破繭小子</p>	<p>目標： 培養積極的態度去解決問題</p> <p>主題： 逆境與機遇</p>
(2)	生活計劃	<p>目標： 學習珍惜時間，認真工作</p> <p>主題： 一寸光陰一寸金</p>	<p>目標： 學習訂定個人生活時間分配</p> <p>主題： 我的課餘時間</p>	<p>目標： 善用時間及均衡生活</p> <p>主題： 健康生活時間表</p>	<p>目標： 培養自律態度善用零用錢</p> <p>主題： 我會善用零用錢</p>	<p>目標： 瞭解個人目標和理想，適當地運用時間</p> <p>主題： 時間投資大拍賣</p>	<p>目標： 培養學生以正面樂觀的態度面對困難</p> <p>主題： 活出精彩人生</p>
(3)	傳媒與資訊	<p>目標： 電視與我們生活上的聯系</p> <p>主題： 電視與我</p>	<p>目標： 電視的世界是假象，與現實中有分別</p> <p>主題： 辨別真假</p>	<p>目標： 認識選購產品應有的態度</p> <p>主題： 分解廣告</p>	<p>目標： 認識傳媒的類型及對我們的影響</p> <p>主題： 傳媒糾察</p>	<p>目標： 學習以自律自愛的態度進行上網</p> <p>主題： 我學會了自律地上網</p>	<p>目標： 學習小心選擇傳媒產品，適當地安排時間</p> <p>主題： 傳媒超級市場</p>
(4)	尊重及接納他人	<p>目標： 學習接納別人，與同學建立友誼</p> <p>主題： 件我同行</p>	<p>目標： 學習接納別人的特質及意見</p> <p>主題： 做個受歡迎的孩子</p>	<p>目標： 透過非語言溝通瞭解別人的感受</p> <p>主題： 傳情達意</p>	<p>目標： 學習以「設身處地」的態度瞭解別人的感受</p> <p>主題： 瞭解別人的感受</p>	<p>目標： 學習尊重別人的價值及感受</p> <p>主題： 同學給我改「花名」</p>	<p>目標： 學習表達自己及耐心聆聽別人的意見</p> <p>主題： 有商有量</p>

保良局錦泰小學  
德育及公民教育成長課

(附件一)

課節	學習重點	主題 / 目標					
		一年級	二年級	三年級	四年級	五年級	六年級
(5)	自我概念	目標： 瞭解個人特質 主題： 我是獨一無二	目標： 瞭解個人特質，學習欣賞自己 主題： 我有內在美	目標： 瞭解個人優點及缺點 主題： 我是怎樣的	目標： 學習接納自己的缺點 主題： 看出真的我	目標： 學習改善自己的缺點 主題： 優點大轟炸	目標： 發展個人潛能 主題： 我的多元智能
(6)	自我管理	目標： 瞭解不同的情緒及感受 主題： 情緒小精靈	目標： 學習適當地表達情緒 主題： 我不會亂發脾氣	目標： 認識正面及負面情緒 主題： 情緒放大鏡	目標： 學習處理情緒的正確方法 主題： 舒緩情緒有妙法	目標： 提升自省能力，管理自己的情緒 主題： 我不會亂發脾氣	目標： 提升自省能力，改善個人問題 主題： 我被老師讚揚和懲罰
(7)	溝通及人際關係	目標： 明白合作的重要性，培養與人合作精神 主題： 合作精神	目標： 幫助有需要的人，守望相助 主題： 互助互愛	目標： 學習尊重別人的感受及與人相處 主題： 我認識了新朋友	目標： 懂得表達自己的意見和感受 主題： 表達「我」的訊息	目標： 學習接納別人的觀點，互相忍讓和包容 主題： 與同學合作做專題研習	目標： 學習堅持原則，抗拒朋輩的不良影響 主題： 我向不良朋輩說「不」
(8)	應變及處理衝突	目標： 明白不適當的身體接觸，避免衝突 主題： 一觸即發	目標： 學習用正面態度處理朋輩間的衝突 主題： 收起小嘴巴	目標： 積極面對欺凌及解決問題 主題： 被欺負怎麼辦	目標： 積極面對欺凌事件，建立和諧的校園氣氛 主題： 非常火熱事件	目標： 學習在朋輩衝突中解決問題 主題： 玩出火	目標： 學習以積極態度來適應家庭的轉變 主題： 假如爸爸媽媽分開了

保良局錦泰小學  
非正規課程  
(全校性)

(附件二)

推行時間	各科組	跨學科
2009年 1-3月	訓輔：「我的行動承諾---建立健康生活及活出積極人生」承諾日 勵志金曲點唱 健康飲食資訊/健康飲食講座/健康飲食壁佈板 自由「講」場及留言信箱 視藝：互相「手」望活動 音樂：「十大勵志歌曲」選舉 音樂欣賞(午膳/上課前) 才藝表演 體育：BMI 的量度及評估 學生早操 體適能測試 圖書：以「健康」為主題的圖書活動	文化日活動：健健康康過新年 校園電視台：「心靈加油站」及「健康資訊小天地」
2009年 4-7月	訓輔：健康飲食書簽設計比賽 健康飲食資訊/健康飲食講座/健康飲食壁佈板 自由「講」場及留言信箱 視藝：健康友誼大聯盟聯校藝術體驗創作活動及分享 互相「手」望活動 音樂：舉辦「勵志歌曲比賽」 音樂欣賞(午膳/上課前) 才藝表演 體育：BMI 的量度及評估 計算食物營養 學生早操	全方位體驗學習日：「健康校園生活」 校園電視台：「心靈加油站」及「健康資訊小天地」
2009年 9-10月	訓輔：健康飲食資訊/健康飲食講座/健康飲食壁佈板 自由「講」場及留言信箱 視藝：互相「手」望活動 音樂：音樂欣賞(午膳/上課前) 才藝表演 體育：BMI 的量度及評估 學生早操 圖書：以「健康」為主題的圖書活動	校園電視台：「心靈加油站」及「健康資訊小天地」
2009年 11-12月	訓輔：健康飲食資訊/健康飲食講座/健康飲食壁佈板 自由「講」場及留言信箱 常識：種植活動 視藝：互相「手」望活動 音樂：音樂欣賞(午膳/上課前) 才藝表演 體育：BMI 的量度及評估 學生早操	校園電視台：「心靈加油站」及「健康資訊小天地」

## 保良局錦泰小學

(附件三)

科組：體育科

活動名稱：BMI 的量度及評估

推展時段：全年定期推行

(一)目的：

學校定期為全校學生進行「身高體重指數(Body Mass Index)」(簡稱：BMI)的量度，讓學生了解自己體重的變化，從而適切地安排有系統的運動訓練，保持自己身體的健康。

(二)施行方法：

「BMI 的量度及評估」活動分別於計劃進行期間的 1 月、6 月、9 月進行。學生經過第一次的 BMI 量度後，體育科老師會因應學生的 BMI 表現，建議體重過輕的學生進行提升心肺功能的運動練習；體重正常的學生進行提升心肺功能及肌肉力量的運動練習；體重超標的學生進行運動量較輕而時間較長的運動練習，以消耗他們體內過多的脂肪。

(三)跟進工作：

體育科老師會根據學生定期量度的 BMI 數據，評估學生的身體健康狀，並作出適當的飲食及運動建議。此外，學校會組織健康小組，安排體重過輕及體重超標的學生參加針對性的課程及活動，例如：邀請營養師舉行工作坊；開辦「keep fit」訓練小組。

保良局錦泰小學  
體育科  
BMI 的量度及評估

(附件三)

身高體重指數(Body Mass Index)簡介

身高體重指數(Body Mass Index, 簡稱 BMI)是一個計算值, 主要用於統計用途。當我們需要比較及分析一個人的體重對於不同高度的人所帶來的健康影響時, BMI 值是一個中立而可靠的指標。

$$\text{BMI} = \text{體重}[\text{kg}] \div (\text{身高} \times \text{身高})[\text{m}^2]$$

例:  $\text{BMI} = 65\text{kg} \div (1.60\text{m} \times 1.60\text{m})$

過輕體重: 女性/男性(BMI 低於 18.5)

一般體重: 女性/男性(BMI: 18.5 至 24.9 之間)

超重: 女性/男性(BMI: 25 至 29.9 之間)

嚴重超重: 女性/男性(BMI: 30 至 39.9 之間)

極度超重: 女性/男性(BMI: 40 以上)

試計算你的 BMI 是多少? 你的體重屬於哪一個組別?

時段	BMI 自我評估
2009 年 1 月	<p>你的 BMI 是: <math>\frac{\text{_____}}{(\text{_____} \times \text{_____})} = \text{_____}</math> (體重) (身高) (身高)</p> <p>結果: <input type="checkbox"/>過輕體重 <input type="checkbox"/>一般體重 <input type="checkbox"/>超重 <input type="checkbox"/>嚴重超重 <input type="checkbox"/>極度超重</p> <p>老師建議: <input type="checkbox"/>你的身體很健康, 要繼續保持均衡的飲食和適量的運動。 <input type="checkbox"/>你要注意自己的飲食, 並要做適量的運動。 <input type="checkbox"/>你太胖/太瘦了, 要_____</p>
2009 年 6 月	<p>你的 BMI 是: <math>\frac{\text{_____}}{(\text{_____} \times \text{_____})} = \text{_____}</math> (體重) (身高) (身高)</p> <p>結果: <input type="checkbox"/>過輕體重 <input type="checkbox"/>一般體重 <input type="checkbox"/>超重 <input type="checkbox"/>嚴重超重 <input type="checkbox"/>極度超重</p> <p>老師建議: <input type="checkbox"/>你的身體很健康, 要繼續保持均衡的飲食和適量的運動。 <input type="checkbox"/>你要注意自己的飲食, 並要做適量的運動。 <input type="checkbox"/>你太胖/太瘦了, 要_____</p>
2009 年 12 月	<p>你的 BMI 是: <math>\frac{\text{_____}}{(\text{_____} \times \text{_____})} = \text{_____}</math> (體重) (身高) (身高)</p> <p>結果: <input type="checkbox"/>過輕體重 <input type="checkbox"/>一般體重 <input type="checkbox"/>超重 <input type="checkbox"/>嚴重超重 <input type="checkbox"/>極度超重</p> <p>老師建議: <input type="checkbox"/>你的身體很健康, 要繼續保持均衡的飲食和適量的運動。 <input type="checkbox"/>你要注意自己的飲食, 並要做適量的運動。 <input type="checkbox"/>你太胖/太瘦了, 要_____</p>



(附件三)

時段	BMI 自我評估
2010年1月	<p>你的 BMI 是：<math>\frac{\text{_____}}{(\text{_____})^2} = \text{_____}</math>            (體重) (身高) (身高)</p> <p>結果：<input type="checkbox"/>過輕體重    <input type="checkbox"/>一般體重    <input type="checkbox"/>超重    <input type="checkbox"/>嚴重超重    <input type="checkbox"/>極度超重</p> <p>老師建議：<input type="checkbox"/>你的身體很健康，要繼續保持均衡的飲食和適量的運動。  <input type="checkbox"/>你要注意自己的飲食，並要做適量的運動。  <input type="checkbox"/>你太胖/太瘦了，要_____</p>
2010年6月	<p>你的 BMI 是：<math>\frac{\text{_____}}{(\text{_____})^2} = \text{_____}</math>            (體重) (身高) (身高)</p> <p>結果：<input type="checkbox"/>過輕體重    <input type="checkbox"/>一般體重    <input type="checkbox"/>超重    <input type="checkbox"/>嚴重超重    <input type="checkbox"/>極度超重</p> <p>老師建議：<input type="checkbox"/>你的身體很健康，要繼續保持均衡的飲食和適量的運動。  <input type="checkbox"/>你要注意自己的飲食，並要做適量的運動。  <input type="checkbox"/>你太胖/太瘦了，要_____</p>
	<p>結果：<input type="checkbox"/>過輕體重    <input type="checkbox"/>一般體重    <input type="checkbox"/>超重    <input type="checkbox"/>嚴重超重    <input type="checkbox"/>極度超重</p> <p>老師建議：<input type="checkbox"/>你的身體很健康，要繼續保持均衡的飲食和適量的運動。  <input type="checkbox"/>你要注意自己的飲食，並要做適量的運動。  <input type="checkbox"/>你太胖/太瘦了，要_____</p>

## 保良局錦泰小學

(附件四)

科組：訓輔組

活動名稱：自由「講」場

推展時段：全年定期推行

(一)目的：

學校於 07-08 年度參加聯合國兒童基金會舉辦的「友兒學校計畫」，計畫的主要目的是為學生建立一個健康、愉快，並受尊重，以學生為中心的學習環境，讓他們有表達意見的權利和機會；並為學生提供一個途徑，讓他們自由地抒發心中的想法及感受，藉此舒緩內心的壓力。學校亦通過自由「講」場，收集學生的意見，藉此進一步了解學生的需要和想法，以便學校策畫預防性的工作或進行跟進的工作。

(二)實施方法：

由訓輔組小組成員擬定題目，內容圍繞校園生活、社會時事等範疇。一至六年級的學生可以在工作紙上以書寫及繪畫的形式，自由地表達個人的意見。完成後，學生可以將工作紙投入由訓輔組設立的「留言信箱」內。經過整理後，再將學生的意見展示在自由「講」場的壁佈板上，或透過早會向全校學生匯報。

(三)跟進工作：

訓輔組小組成員將收集得到的學生意見，整理後會轉達學校，學校因應情況，再作相應的措施，以照顧不同學生的需要。

保良局錦泰小學  
 中文科六年級下學期  
 單元：奇妙的大自然 課題：颶風襲港

(附件五)

教學目的：

1. 教導學生欣賞那些為人民服務的人
2. 提升學生尊敬那些在危難中勇敢為人民服務的人
3. 教導學生能在困境中積極面對人生及接受挑戰

已有知識：

1. 學生對為我們服務的人已有所認識

教學步驟：

教學目的	活動內容	時間
引起動機	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 請同學朗讀第三及第四個自然段</li> <li>2. 提問：               <ol style="list-style-type: none"> <li>a. 你覺得在這樣的天氣下，會有哪些人仍需要繼續工作？ (警察、消防員、計程車司機、公共汽車司機……)</li> <li>b. 為什麼他們會繼續工作？</li> <li>c. 你會選擇這些行業作為你的工作嗎？</li> <li>d. 為什麼？ (帶出如果工作能為市民服務是一種光榮)</li> </ol> </li> </ol>	3分鐘
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 教導學生欣賞那些為人民服務的人</li> <li>2. 提升學生尊敬那些在危難中勇敢為人民服務的人</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 在5月12日中國四川發生了8級地震，死傷嚴重，你們知道有哪些人參與救援的工作嗎？ (武警、解放軍、醫生、護士……)</li> <li>2. 請分組看看報章的報導，文中記載了不同的服務人員在地震中的事蹟，看後請分組報告一下事情及你們的感想。 (分組看報章，共有五件不同的事件)</li> <li>3. 學生分組報告。</li> <li>4. 他們為什麼會這樣做？他們也有有些親人在危難中，有些已死亡、有些失蹤，但為什麼他們仍要忘我地去救人呢？</li> <li>5. 觀看新聞片段。</li> <li>6. 學生討論。 (老師小結：他們都有崇高的情操，為了服務人民，他們甘冒危險，甚至犧牲性命去救援有需要的人，對於這些人，我們都應該尊敬)</li> </ol>	20分鐘

(附件五)

教學目的	活動內容	時間
3. 教導學生要在困境中積極面對人生及接受挑戰	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 當地震發生後，你們為什麼可以這麼快就能看到報導？ (因此電視台、電台、報章都立刻派出記者到災區採訪)</li> <li>2. 地震災區是很危險的，為什麼他們會去採訪？ (這是他們的職責，報導事實，也是他們認為神聖的任務)</li> <li>3. 觀看新聞片段中記者當時的工作及感想。</li> <li>4. 學生討論。</li> <li>5. 你們願意像記者般在災區工作嗎？</li> <li>6. 災難之後，災區的重建需要哪些人員？ (紅十字會、救世軍、宣明會等志願機構的人員)</li> <li>7. 他們會做什麼工作？ (防疫、重建、心理治療、救援……)</li> <li>8. 他們的工作有何意義？ (為災民重建生活及心靈所需)</li> <li>9. 你們對他們工作的感受如何？ (也是很危險、辛苦的工作，很偉大……)</li> <li>10. 為什麼他們願意做這些工作？ (因為他們有犧牲和為人服務的精神) (老師小結：除了在前線工作的救援人員外，還有一些在其他崗位服務大眾的工作者，他們的行為都是我們欣賞和尊敬的)</li> <li>11. 如果自己遇上了這麼重大的天災，你會如何處理？ (學生抒發自己的見解及感受)</li> <li>12. 怨天由人能解決問題嗎？</li> <li>13. 請同學靜思，在自己成長的過程中，有什麼事令你感到困擾及不開心。</li> <li>14. 請同學說說自己感困擾之事情。</li> <li>15. 與四川地震的災情相比，自己的問題嚴重嗎？可以解決嗎？ (學生發表意見) (老師小結：人生有很多的問題出現，但並不是不可解決的，只要能積極面對，一定能可以解決的)</li> </ol>	20 分鐘
總結	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 寫下自己曾遇上感到困擾、不開心的事情，最後解決的辦法及抒發自己的感想。</li> <li>2. 從報章中找出一則報導為人服務的報導，並寫出自己的感想。</li> </ol>	2 分鐘

保良局錦泰小學  
常識科五年級上學期

(附件六)

單元：活得健康 課題：拒絕吸煙

## (一)學習目的：

1. 引導學生以正反兩面思考吸煙問題
2. 認識吸煙的害處
3. 學習拒絕吸煙

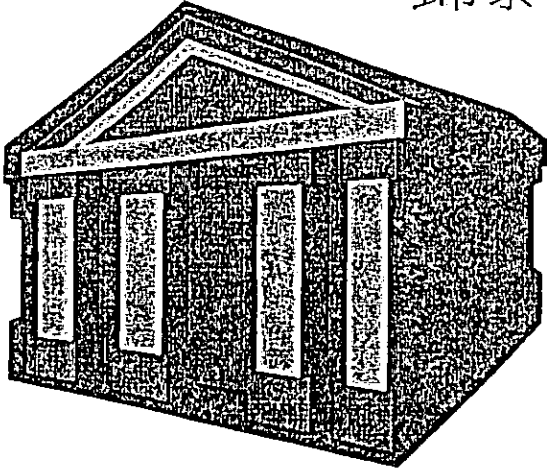
## (二)教學流程

教節	教學目標	教學流程	學習活動建議	教具	教育電視/ 影片
1	引導學生以正反兩面思考吸煙問題。	用情景教學，引導學生以正反兩面思考吸煙問題。	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 老師先交代故事情境，引起學生參與課堂的興趣</li> <li>2. 著學生分組討論吸煙者吸煙的原因，並將各項原因分別寫在紙條上，然後全班一同討論。</li> <li>3. 將上一個活動所列出的原因，平均分配給各組，以反方角度討論，然後向全班匯報。</li> <li>4. 最後老師就學生的討論作出課堂總結。</li> </ol>	顏色紙張	「錦泰法庭」簡報
2	認識吸煙的害處	認識吸煙的害處	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 說出香煙含有的有害物質</li> <li>2. 說出吸煙對健康的影響</li> <li>3. 指出香煙含有的有害物質對個人形象的影響</li> <li>4. 看故事，討論吸煙對個人、家庭和社會的影響，並為故事設計結局</li> </ol>		ETV 二十三(4) 生命中不能承受的煙  互動課本中的「互動活動」
3		通過實驗，指出香煙含有的有害物質及其對人體的影響	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 做實驗，模擬人體吸煙的情況，並指出香煙含有有害的物質</li> </ol>	氣泵 煙 火機	
4	學習拒絕吸煙	說出拒絕吸煙的方法，並以行動實踐 說出吸入二手煙的害處和列舉避免吸入二手煙的方法	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 討論說出拒絕吸煙的方法，列舉避免吸入二手煙的方法</li> </ol>	壁報紙 水彩筆	

保良局錦泰小學  
吸煙的原因討論活動(簡報內容)

(附件六)

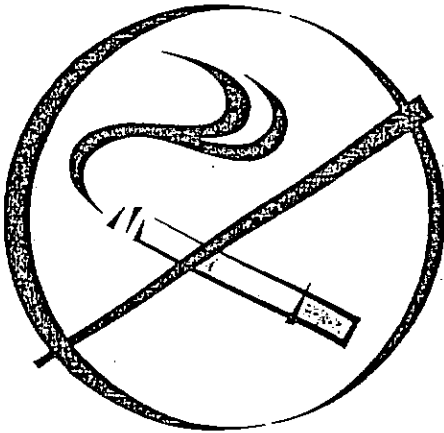
# 錦泰法庭



課堂目標：用情景教學，引導學生以正反兩面思考吸煙問題。

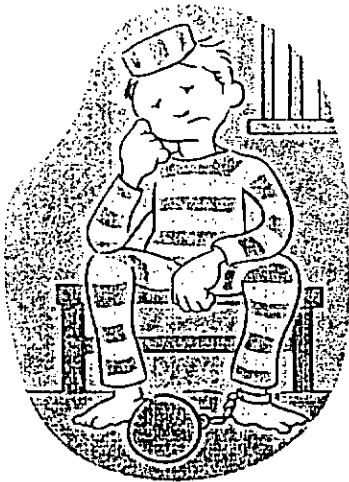
香港政府立法，  
在公眾場所實施禁煙政策。

在2020年  
吸煙被視為一項嚴重罪行



老師先交代故事情境，引起學生參與課堂的興趣

## 吸煙者會被判入獄



- 疑犯：劉棠
- 罪名：吸食香煙
- 判刑：入獄5年

引入第一部份活動情景

## 作為辯方律師的你,要為他上訴

答辯重點：

劉棠有很多合理原因才吸煙，吸煙為他帶來很多好處。



## 辯方律師的論點

- 你是劉棠的辯方律師，試為劉棠列出他要吸煙的原因，助他洗脫罪名；
- 為眾多吸煙者來一次大平反。

著學生分組討論吸煙者吸煙的原因，並將各項原因分別寫在紙條上，然後全班一同討論。

## 控方律師的反駁



- 控方律師要就辯方律師所提出的論點，作出回應。

### 控方律師的論點

- 現在你是控方律師，就剛才所列出的論點作出回應，進行反駁，指出吸煙原因的錯誤觀點。

將上一個活動所列出的原因，平均分配給各組，以反方角度討論，然後向全班匯報。

最後老師就學生的討論作出課堂總結。



## 保良局錦泰小學

(附件七)

科組：視覺藝術組

活動名稱：心靈藝術活動之「我有 say 微畫大行動」

推展時段：9-10月/2009年、11-12月/2009年

## (一)目的：

藝術創作即是治療"Art as Therapy"：透過創作的過程，緩和情感上的衝突，提高當事人對事物的洞察力或達到情緒淨化的效果。學校相信藝術本身就具有治療的能量，它是一種自我發現、一種自我與外在世界溝通的管道，藝術創作的過程就是一個治療的過程。為鼓勵學生藉藝術創作去抒發情感，學校會舉辦一系列心靈藝術活動，有見日常有很多突如其來的新聞，當中不乏令人難過的新聞，令學生難於消化，老師/學生自行選取一則熱門新聞，鼓勵學生就著這則新聞以塗鴉/繪畫方法來發表意見，讓他們自由地抒發心中的想法及感受，藉此舒緩內心的壓力。老師將作品貼於有「SAY」牆上，以表達個人對外界事物的看法及感受，達致處理情緒之果效。

## (二)實施方法：

由老師選定一則以社會時事為主的熱門新聞，同時亦容許學生自行選定一則令他有深刻感受的新聞。五年級及六年級的學生可以就著這則新聞在畫紙上以塗鴉/繪畫方法來表達個人獨特的看法及感受。完成後，學生可以將作品投入「我有 say 微畫箱」內。經過整理後，老師將作品貼於有「SAY」牆上，並每期挑選一至兩位微畫的同學接受校園小记者專訪，再透過校園電視台於午間專播給同學觀賞。

## (三)跟進工作：

老師透過早會向全校學生分享有關的時事新聞，以灌輸正確的價值觀。

保良局錦泰小學  
德育及公民教育成長課  
六年級

(附件八)

學習重點：傳媒與資訊

主題：傳媒超級市場

- 目標：
1. 指導學生明白甚麼是傳媒產品。
  2. 引導學生瞭解接觸傳媒產品時要懂得分配時間
  3. 協助學生能夠小心選擇傳媒產品

教材/資料：「傳媒超級市場」錄音故事、「傳媒超級市場」工作紙

教學建議：

(1) 熱身活動：

「傳媒超級市場」故事

1. 老師與學生一起收聽錄音故事。
2. 討論故事內容
  - 傳媒超級市場內有甚麼產品？  
(報章、卡通片、流行曲、電視劇、電影、互聯網)
  - 還有沒有其他傳媒產品呢？  
(漫畫、雜誌、電台、廣告、網絡遊戲)
  - 公公認為傳媒對我們有甚麼影響？  
(思想行為、精神健康)
  - 我們接觸傳媒時應有甚麼原則呢？  
(懂得分配時間、要有節制、要選擇合適的產品)

(2) 活動內容一：

「傳媒超級市場」工作紙 (第一部份)

1. 指示學生用 10 分鐘完成「傳媒超級市場」工作紙第一部份。
2. 與學生討論下列問題：
  - 在這四日內你究竟用了多少時間接觸傳媒？
  - 你接觸了那些傳媒產品？
  - 你認為所花的時間是過多還是合理呢？

(附件八)

活動內容二：

「傳媒超級市場」工作紙(第二部份)

1. 指示學生用 10 分鐘完成工作紙第二部份。

2. 與學生討論下列問題：

- 如果一星期內你只有 18 小時接觸傳媒，你會怎樣分配時間？如何選擇傳媒產品？為什麼？是否值得呢？

(3) 反思與總結：

傳媒產品種類繁多，享用不同產品時先要知道選擇它的原因，避免我們的思想、行為及價值觀念受污染。同時，要懂得分配時間，這樣才不會成為傳媒的奴隸。

(參考資料：小學傳媒教育全攻略—突破出版社)

【傳媒超級市場】錄音故事內容

圖圖很喜歡到傳媒超級市場去，因為裡面有琳瑯滿目精神食糧：時事新聞、卡通片、流行曲、電視劇集、電影、互聯網世界、電子遊戲、漫畫、報紙、雜誌、廣告等等。但公公不放心，每次一定與他一起去選購，因為圖圖年紀太小了，有很多節目都是不適合兒童觀看的。公公很關心圖圖的身體健康，更關心他的精神健康。他常常對圖圖說：「我們要注意食物的營養，因為食物直接影響我們的身體健康。選擇傳媒食糧更要加倍留心，因為傳媒食糧會影響我們的思想行為。就算是有益的食物，我們也不可大量進食，因為可導致癡肥。」

圖圖留心聽時，傳來另一把聲音說：「進食過量可以致肥，不節制的收看傳媒節目會使我們不夠休息，甚至會影響學業，所以我們除了要做個精明的傳媒消費者外，也要做個有節制的消費者。」

原來這是好友露露的媽咪，這時圖圖和露露在傳媒超市內交換了一個微笑。

保良局錦泰小學  
德育及公民教育成長課  
六年級

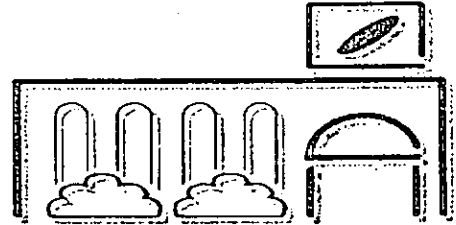
(附件八)

姓名：\_\_\_\_\_ 班別：\_\_\_\_\_ 日期：\_\_\_\_\_

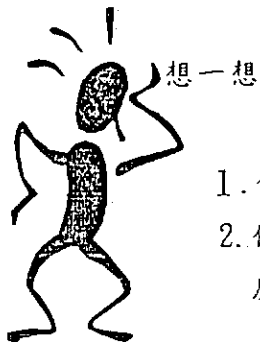
第一部份 【傳媒超級市場】

請回憶最近四日內你曾經接觸的傳媒產品，在適當  內加上

“✓”



傳媒產品 \ 星期	星期六	星期日	星期一	星期二
電視劇				
卡通片				
電視新聞				
其他電視節目				
漫畫				
雜誌				
報紙				
流行曲				
電子遊戲				
互聯網				
電台節目				



想一想

1. 假如每一個“✓”代表一小時，你共花了多少時間在傳媒產品上？ \_\_\_\_\_ 小時

2. 你認為所花的時間是過多還是合理呢？ \_\_\_\_\_

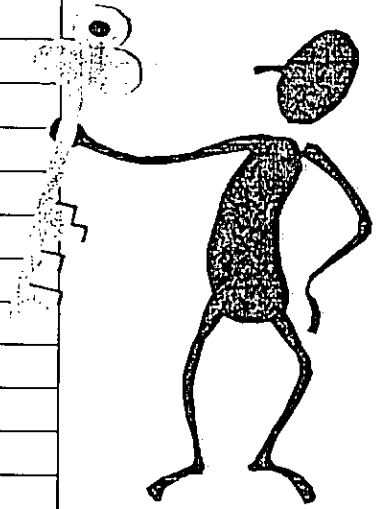
原因： \_\_\_\_\_

## 第二部份

(附件八)

如果每星期你只有 18 小時接觸傳媒產品，你會如何選擇呢？請將選擇的產品填在□內（參考前面的傳媒產品），並將你預算要花的時間填在\_\_\_\_\_上。

傳媒產品	時間
1.	_____ 小時
2.	_____ 小時
3.	_____ 小時
4.	_____ 小時
5.	_____ 小時
6.	_____ 小時
7.	_____ 小時
8.	_____ 小時
9.	_____ 小時
10.	_____ 小時
11.	_____ 小時



想一想

1. 經調節後，你花最多時間在那些傳媒產品上？

2. 為甚麼你會花最多時間在這些傳媒產品上？

3. 你認為時間是否分配得合理呢？有沒有過份注重某些傳媒產品呢？

