

學業篇

年級	課題名稱	目標
初	1. 圖像記憶法 2. 我進步了 3. 迎新	學習技巧及態度 成就感 愉快的學校生活
中	1. 故事記憶法 2. 我來露一手 3. 學校是我家	學習技巧及態度 成就感 愉快的學校生活
高	1. 6W溫習法 2. 我的光榮紀錄 3. 升中新里程	學習技巧及態度 成就感 愉快的學校生活

學業篇～圖像記憶法

目的：1. 讓學生了解有不同方法來幫助記憶。
2. 鼓勵學生利用圖像法去幫助記憶。

對象：初小學生

教學節數：1節（35分鐘）

教學資源：測驗咭，考考你工作紙，圖畫咭

活動建議：

I. 熱身活動 (5分鐘)

1. 教師指出今天要考一考大家的記憶力，並出示測驗咭，請同學用60秒把所有詞語記在腦裏，但不可抄下。
2. 收起測驗咭，分發每學生考考你工作紙兩張，請同學先用其中一張，於三分鐘內完成（教師從旁觀察個別學生）。完成後先收起，稍後才批改。

II. 活動內容 (20分鐘)

1. 請學生分享過程中曾使用的方法。教師亦可就觀察所得向學生作出反映。
 - 用口背誦
 - 分類
 - 用圖像
 - 找出關係
 - ...
2. 教師介紹圖像法，表示我們可以利用圖像/圖畫來幫助記憶。出示剛才的測驗咭但加上一幅圖畫，再請同學用60秒記下所有詞語，然後用第二張工作紙重做同一練習（不能參考第一張）。完成後一起批改兩張工作紙（或與同學交換批改），比較兩次成績。

III 反思及總結：(10分鐘)

1. 完成後，請同學分享結果及感受。詢問學生那一次較易記憶。
2. 教師總結：
 - 每人有不同的方式記憶，沒有所謂最好的方法。
 - 有些方式較適合某些人和記某些東西，但如果我們知道有各種不同方式，我們便可有多些選擇。
 - 利用圖像是其中一種方法。

學業篇～圖像記憶法 測驗咭

以下有一些文字，試用一分鐘時間記下來，然後請你誠實及認真地憑記憶找出以下的文字，看看找對了多少個。

青蛙

太陽帽

單車

小艇

池塘

烏龜

魚

石頭

樹木

小鳥

草地

小橋

學業篇～圖像記憶法

工作紙「考考你」

姓名：_____ 班別：_____ 日期：_____

現在請你誠實及認真地憑記憶✓出剛才出現過的文字，看看找對了多少個。
(✓對一個有一分，✓錯一個扣一分)

老虎 石頭 月亮

貓 樹木 鷹

魚 草蜢 小屋

小橋 小溪 牛

山 池塘 烏龜

草地 馬 湖

單車 火車 木馬

菊花 馬車 小鳥

洋娃娃 太陽帽 眼鏡

青蛙 獨木舟 小艇

得分：_____

學業篇～圖像記憶法
圖畫咕



學業篇 ～ 我進步了

目的：藉著「風之后」李麗珊的成功例子，讓學生明白成功背後須付出努力。

對象：初小學生

教學節數：1節（35分鐘）

教學資源：李麗珊奮鬥經過資料、工作紙

活動建議：

I. 熱身活動（5分鐘）

教師將李麗珊奮鬥經歷告知學生，當中強調成功背後所付出的努力。

II. 活動內容（25分鐘）

1. 教師帶領學生玩「跟我做」遊戲。教師亦可設計小難度動作。
例如：將左手放頭上，右手摸鼻子。
亦可請學生帶領同學做。
2. 經練習後，教師邀請幾位學生出來表演，並請其他同學鼓掌以示支持和欣賞。
3. 教師講解學習是要付出努力的。就算是遊戲也要專注和練習才有進步。
4. 請學生做工作紙。
5. 請數位學生分享工作紙內容。

III. 反思及總結（5分鐘）

教師總結每個人均有自己的特長及能力，只要肯付出努力，必定有成果。

學業篇 ~ 我進步了

工作紙

姓名： _____

班別： _____

日期： _____

想一想

你最近在學習上取得了多大的進步？

做一做

下面的內容能反映你的進步的，"✓"表示

- | | | | |
|---------------|-----|----------------|-----|
| 1. 上課時注意力集中。 | () | 2. 上課時能積極舉手發言。 | () |
| 3. 字寫得端正了。 | () | 4. 能獨立完成作業了。 | () |
| 5. 作業錯誤情況減少了。 | () | 6. 學習成績有提高了。 | () |
| 7. 學習用品都能帶齊。 | () | 8. 聽從老師的教導。 | () |

學業篇 ~ 我進步了

李麗珊專訪

「風之后」李麗珊作為香港現今體壇的首席運動員，要付出勇氣擔起這支帥旗，可說不是一件易事。但運動員生涯近乎完美的李麗珊卻鼓勵後輩說：「只要肯付出努力，就可踏出成功的第一步。」



己成為香港體壇標誌的她，近來有很多人關注到她是否會退休，對於退休一事，他表示現在還未決定。但她坦言，即使她真的退休，也不擔心香港體壇會缺少了代表人物，更不會影響香港體壇發展。「在一個建全的體育架構中，在不同的時代也會有後起之秀出現，成為代表人物。」

一面奧運風帆金牌使李麗珊蛻變成「風之后」，踏上她一生中最難忘、最光輝的一頁，而且深刻的一句說話「香港運動員並不是垃圾」，令更多動員發奮圖強，在國際賽有更佳的成績，但她表示現時的年青運動員總是缺乏自信，她說：「現在的年青運動員缺乏自信，若沒有自信，一定拿不到好成績；只要有自信，肯繼續努力、肯付出，就可踏出成功的第一步，而身邊的人也會幫助他們的。」



而她又認為奪奧運並非易事，她說：「要奪得奧運金牌並不容易，因為要配合天時、地利、人和，但我深信香港的運動員也有機會一嘗在奧運摘金的滋味。」

十二年來的運動員生涯能令李麗珊有極大改變，她表示除了滑浪風帆讓自己學會了該項運動的知識外，也使自己學會了怎樣與人交往、溝通，更學懂了做人的道理。而最大的改變是，她能夠由一個不愛讀書、不喜歡學習的人，變成現在十分主動學習，並重拾書包，完成了大學學位課程。



李麗珊飽歷風浪的比賽生涯中，本年十月參加的香港滑浪風帆公開賽，是她最享受的比賽，她說：「主要是因為這比賽沒有作很多的賽前準備功夫，並且沒有任何壓力，就像放假一樣。」至於最難忘的比賽，她首選奧運，「最難忘的比賽一定是奧運，因為奪奧運金牌是運動員的最高殊榮。」

曾多次到各地比賽的李麗珊，她認為南非的比賽場地伊利莎伯港給予她最深刻印象。那裡的風景雖不是最美，但在海底遍佈珊瑚，水中不斷有海獅、鯨魚等生物陪伴她在海上航行，這是一生人中沒太多機會能見到的。但她卻毫不考慮會在南非居住。



一段十二年的運動員生涯中，得到一面奧運金牌、一個大學學位及其他大大小小的冠軍殊榮，難怪李麗珊也說：「如果今天我要退休，我覺得是無憾的。」

學業篇～迎新

- 目的：1. 讓學生認識學校新環境。
2. 鼓勵學生在適當的時候做適當的事。

對象：初小學生

教學節數：1節 (35分鐘)

教學資源：學校位置圖、工作紙

活動建議：

I. 熱身活動 (5分鐘)

學生輪流說出學校一位人員 (校長/老師/書記/工友/同學) 的名稱。

II. 活動內容 (25分鐘)

1. 活動～認識學校新環境

- a. 派發學校位置圖給每一位同學。
- b. 要求他們用顏色把不同的地方/房間指出來。

(例如自己的課室用紅色，教員室用綠色，護理室用藍色，輔導主任室用橙色，校長室用黃色等。)

2. 活動：在適當的時候做適當的事

- a. 給每一個同學一張工作紙。
- b. 與學生一同填上答案或在教師指導下完成。

III. 反思及總結 (5分鐘)

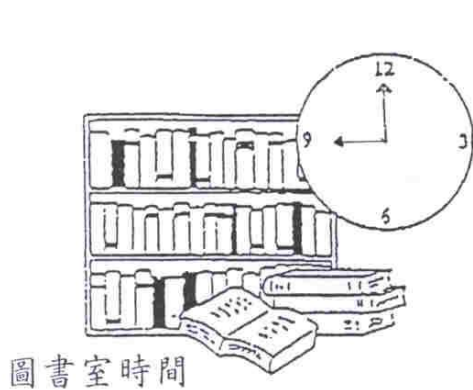
教師總結

1. 學校內有不同的地方供我們使用。
2. 在適當的時間，要做適當的事情。

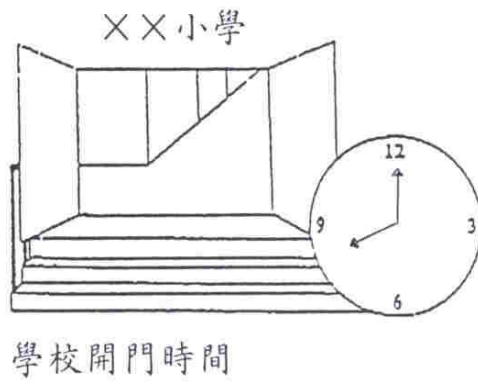
學業篇 ~ 迎新

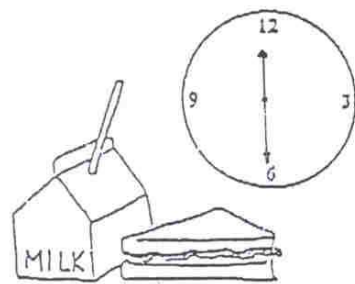
工作紙

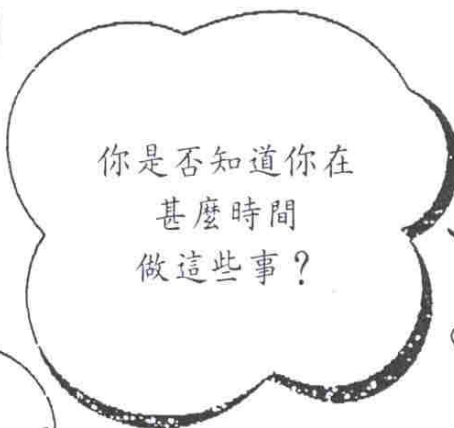
姓名：_____ 班別：_____ 日期：_____



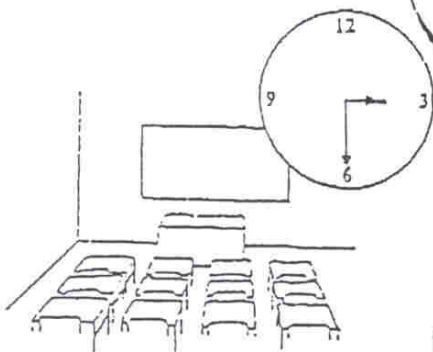
_____ 至 _____

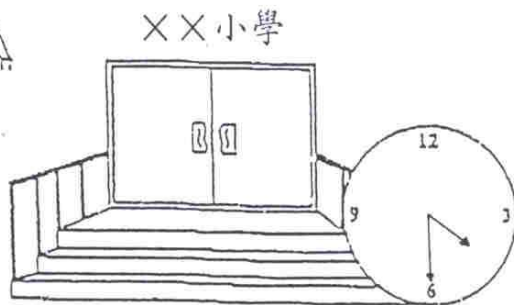


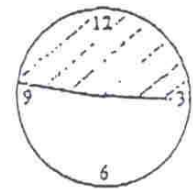




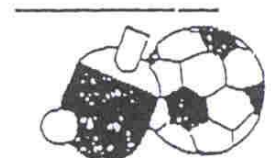
小息時間







每天的上課時間



學業篇～故事記憶法

- 目的：1. 讓學生了解有不同方法來幫助記憶。
2. 鼓勵學生利用故事法去幫助記憶。

對象：中小學生

教學節數：1節（35分鐘）

教學資源：實物（一）

鬧鐘、電動牙刷、一隻雞蛋、兩條香腸、檸檬茶、常識書、中文書、普通話書、數學書、羽毛球、籃球、排球、乒乓球

活動建議：

I. 熱身活動 (5分鐘)

1. 教師出示上述實物（一）
2. 教師著學生用兩分鐘的時間把它們記在腦裡。收起實物然後請學生寫出或畫出實物。
3. 學生互相交換默出的實物名單，與老師一起核對誰記得最多。

II. 活動內容 (25分鐘)

1. 請學生分享過程中曾使用的方法。例如：
 - 用口背誦
 - 分類
 - 用圖像
 - 找出關係
 - ...
2. 教師指出：
 - 每人有不同的方式記憶，沒有所謂最好的方法。

- 有些方式較合適某些人，但如果我們知道有各種不同方式，我們便可有多些選擇。
- 介紹故事記憶法。

3. 教師示範用故事法去記憶實物（一）

星期六早上，我一早便被鬧鐘吵醒了。跟著我便到洗手間用電動牙刷刷牙和洗面，然後吃早餐。食物有一隻雞蛋和兩條香腸，我還喝了一盒檸檬茶呢！吃完早餐後，我便回房溫習常識、中文、數學和普通話。十一時正，我便約了小明去打羽毛球、籃球、排球和乒乓球。

4. 教師請學生嘗試用故事法去記憶實物（一）。

III. 反思及總結 (5分鐘)

教師總結

- 每人有不同的方式記憶，沒有所謂最好的方法。
- 有些方式較適合某些人和記某些東西，但如果我們知道有各種不同方式，我們便可有多些選擇。
- 利用故事記憶法是其中一種方法。

學業篇 ~ 我來露一手

目的：1. 提升學生的自信心。
：2. 讓學生明白只要堅持不懈地努力，就會形成自己的特長。

對象：中小學生

教學節數：1節（35分鐘）

教學資源：1. 工作紙「我的特長／興趣」
2. 故事資料「我來露一手」
3. 教師提早請一些學生帶備表演的「道具」（如小提琴、搖搖、跳繩帶...等）

活動建議：

I. 熱身活動（5分鐘）

教師講故事「我來露一手」

II. 活動內容（25分鐘）

1. 教師問學生的特長是甚麼？
2. 教師請學生填寫工作紙。
3. 教師請學生分組，彼此分享工作紙上所寫或畫的特長／興趣。
4. 教師請幾位學生把自己的特長／興趣向全班發表，教師可提示同學鼓掌以示欣賞。
5. 教師請自願及有準備的學生表演一下。

III. 反思及總結（5分鐘）

教師總結

1. 讚許表演的學生曾下苦工、努力練習，今天才可以「露一手」。
2. 讓我們記著「興趣是最好的老師，只要堅持不懈地努力，就會形成自己的特長。」

學業篇 ～ 我來露一手

故事 — 「我來露一手」

「小青蛙看見公雞在打鳴，它想：公雞的嗓子最宏亮，公雞一叫能喚起東海的太陽，能抖落天上的星星。公雞哥哥唱歌唱得太好聽了，要是能教教我該多好啊？想著，小青蛙張開嘴用足氣叫起來：

『呱！呱！呱！』

『太難聽了！』小青蛙自言自語道。它試了幾遍是不行，就去向公雞哥哥請教。

花公雞斜眼瞧了瞧小青蛙，冷冰冰地說：『就憑你這張大嘴巴，也要唱歌？等下輩子吧！』

小青蛙傷心極了。摸摸自己的嘴巴，傷心地哭了。它覺得到處有人在嘲笑自己，便默默地往回蹦。

小青蛙來到河邊，看見松鼠在河邊傷心地哭著，急忙跳過去問道：『松鼠妹妹，你怎麼了，有什麼事能跟我說說嗎？』

松鼠妹妹說：『媽媽讓我去街上買油，一不小心，把買油的錢掉進水裏了。』

『這好辦，我來幫你。』小青蛙說著跳進河裏。河底到處是青青的水草，魚兒悠閒自在地游著。小青蛙仔細找著，忽然看到石頭旁有個圓圓的東西發著亮光。游近一看，原來正是松鼠妹妹丟的錢。它把錢還給了松鼠妹妹，松鼠妹妹高興極了。小青蛙感到無比的欣慰。

小青蛙蹦了一段路，突然聽到『沙沙』的聲音。呀！原來，一隻大青蟲正大口大口地咬著禾苗，小青蛙一看，氣憤極了，一躍上前就吞掉了這隻大青蟲。

小青蛙心想：我雖然不會唱歌，我雖然不好看，可我會游泳，會捉蟲。我以後要加倍努力，游泳游得更快，抓更多的蟲子，我是有用的。各人有各人的特長呀！

學業篇 ~ 我來露一手

工作紙

「我的特長／興趣」

姓名： _____

班別： _____

日期： _____

請你來「露一手」，把你的特長寫下來或畫下來，告訴大家，好嗎？如果你還沒有特長的話，也可以寫一寫，畫一畫你的興趣愛好。

學業篇 ～ 學校是我家

目的：培養學生服務同學、教師和學校的精神。

對象：中小學生

教學節數：1節（35分鐘）

教學資源：1. 不同職務的名牌
（班長，組長，行長，科長，車長，風紀、圖書管理員）
2. 工作紙「學校是我家」

活動建議：

I. 熱身活動（5分鐘）

邀請學生說出一些由學生擔當的職務，例：班長、組長、行長……等

II. 活動內容（25分鐘）

1. 分組討論

把學生分為約4-5人一組，每組先選擇其中一種職務，請學生依工作紙問題作討論。

2. 討論匯報

邀請每組學生派出代表，掛上職務名牌，就討論結果作出匯報。

III. 反思及總結（5分鐘）

教師總結

1. 學校像一個大家庭，需要學生協助擔當一些不同職務，服務同學、老師和學校。

2. 沒有職務的同學，仍可作成員，積極參加及協助推行校內的活動。

學業篇 ~ 學校是我家

工作紙

小組成員： _____

班別： _____

日期： _____

指引：

請就以下你要在學校擔當的職務，作出討論。

(職務名稱)

1. 你的工作範圍包括什麼？

2. 你認為學校為甚麼需要同學擔當此職責？

3. 如果你被邀請擔任此職務，你有甚麼感覺？

4. 你期望同學會如何幫助你去完成你的職務？

學業篇～6W 溫習法

- 目的： 1. 讓學生認識6W記憶法。
2. 鼓勵學生應用6W溫習法。

對象：高小學生

教學節數：1節 (35分鐘)

教學資源：工作紙，建議答案

活動建議：

I. 熱身活動：(5分鐘)

1. 遊戲：「時、地、人、事情、結果」
2. 把學生分成五隊 - 「時、地、人、事情、結果」，每隊講出一個情境，五個情境合成一個有趣的故事。
3. 透過這個遊戲，引出who(誰)、what(什麼)、why(為什麼)、when(何時)、where(哪裡)、how(如何)原來也可以應用在閱讀上，改善溫習技巧。

II. 活動內容：(25分鐘)

教師派發一個關於麥兜和麥嘜的故事給學生(工作紙)，然後引導他們如何用who(誰)、what(什麼)、why(為什麼)、when(何時)、where(哪裡)、how(如何)去探討故事(課文)內容及協助記憶。

III. 反思及總結：(5分鐘)

1. 教師請同學發表6W學習法對他們理解文章有什麼幫助。
2. 教師鼓勵同學應用6W學習法於日常學習中。

學業篇～6W 溫習法

工作紙

姓名：_____ 班別：_____ 日期：_____

從前有隻名叫麥嘜的小豬，他是村口的牧羊童，負責看管羊群。麥嘜喜歡說話，常常用「狼來了!狼來了!」來作弄山下的村民。不過，麥嘜每次大叫時，麥兜、這位麥嘜的朋友，亦是全村最肥、最大汗、跑得最吃力及最慢的村民，都會帶著武器，跑上山來救麥嘜。

因為麥兜寧願受騙，亦不願朋友被狼吃掉，於是麥嘜每次大叫「狼來了!狼來了!」，麥兜每次都跑上山來。聽過麥兜的說話，麥嘜拉著他的手，內心又高興，又慚愧，麥嘜不再說謊了。

小豬麥嘜再沒有叫狼來了。沒有狼了，麥嘜亦不再說謊，全村也很平靜。沒有懲罰，沒有教訓，以真誠改變別人。

細閱以上文章，然後解答下列問題。

1. 誰是麥嘜和麥兜呢?
2. 麥嘜在哪裡牧羊呢?
3. 麥嘜在山上做了什麼壞事呢?
4. 麥兜是怎樣教導麥嘜不再說謊呢?
5. 為甚麼麥嘜不再做這壞事呢?

學業篇～6W 溫習法

建議答案

1. 誰是麥嘜和麥兜呢? Who (誰人):

麥嘜是小豬，他是村口的牧羊童，負責管羊群。麥兜是麥嘜的朋友，亦是全村最肥、最大汗、跑得最吃力及最慢的村民，每次麥嘜有事，都會帶著武器跑上山來救他。

2. 麥嘜在哪裡牧羊呢? Where (哪裡)

山上。

3. 麥嘜在山上做了什麼壞事呢? What (什麼)

麥嘜經常說謊，大叫「狼來了!狼來了!」，作弄村民。

4. 麥兜是怎樣教導麥嘜不再說謊呢? How (怎樣)

麥兜寧願受騙，亦不願朋友被狼吃掉，於是麥兜每次都跑上山來幫助麥嘜。

5. 為甚麼麥嘜不再做這壞事呢? Why (為什麼)

因為麥兜很重視麥嘜，重視麥嘜的生命多於自己的辛苦。麥嘜被麥兜的真誠改變了。

學業篇～我的光榮紀錄

- 目的：1. 讓學生肯定自己的努力和潛能。
2. 鼓勵學生自信地表達自己的貢獻和成就。

對象：高小學生

教學節數：1節(35分鐘)

教學資源：工作紙「我的光榮紀錄」

活動建議：

I. 熱身活動：(5分鐘)

教師請學生想想，在以往參加的課外活動、服務或學業上有什麼成就或值得欣賞自己的地方。教師請幾位學生說出自己的成就，學懂了什麼，在活動小組裏負責過什麼工作。

II. 活動內容：(25分鐘)

1. 教師請學生填寫工作紙「我的光榮紀錄」第一部份。
2. 教師請學生兩人一組，彼此分享工作紙第二部份的內容。
3. 教師請兩三位學生把自己的光榮紀錄向全班發表。教師鼓勵其他學生鼓掌表示支持和欣賞，以增強發表者的自信心。
4. 教師鼓勵學生繼續發掘自己的潛能。

III. 反思及總結 (5分鐘)

教師總結每個人都有其獨特性，亦有一定的潛能。以往的一切努力，都會累積成一種經驗、成就或貢獻。這些都會成為我們的光榮紀錄。我們在活動中積極參與，對整個活動也是一種貢獻。只要發掘出自己的長處，付出努力，累積經驗，一定有所成就。

學業篇～我的光榮紀錄

姓名：_____ 班別：_____ 日期：_____

(一) 我參加過的課外活動、服務或優良學業成績紀錄：

	光榮紀錄 (經驗/成績/獎勵/獎項)	年份
1.		
2.		
3.		
4.		

(如篇幅不夠，可自行加頁填寫)

(二) 潛能+努力=成就

1. 我的潛能是：_____

2. 有助發揮我的潛能的方法是：_____

3. 我希望達到的成就是：_____

學業篇 ~ 升中新里程

目的：讓學生了解個人興趣、能力及長短處，從而選擇合適的中學。

對象：高小學生

教學節數：1節（35分鐘）

教學資源：1. 問卷「認識自己的學習興趣」
2. 討論指引
3. 同校網的「中學概覽」約8本

活動建議：

I. 熱身活動（10分鐘）

1. 教師請班內學生隨意說出自己在課餘喜愛的活動。
2. 活動 — 認識自己
 - a. 派發每位學生一張「認識自己的學習興趣」問卷，先讓學生個別完成。（見附表）
 - b. 讓學生與鄰座同學分享問卷內容。
 - c. 教師作小總結，指出每人的興趣，能力及長短處均不同。

II. 活動內容（20分鐘）

1. 教師提醒學生快將踏入升中的新里程。很多中學將能提供更多機會及設施，讓學生發展他們的興趣。
2. 活動 — 認識不同類型的中學
 - a. 讓學生分成4-5人一組，每組派發一本「中學概覽」及討論指引。
 - b. 教師安排每組學生負責研習其中一間的中學資料。（教師宜平衡全班有組別負責文法中學（中文）、文法中學（英文）、工業中學）
 - c. 讓每組學生進行匯報

III. 反思及總結（5分鐘）

1. 每個人有不同的興趣、能力及長短處。
2. 本港有不同類型中學，學生應選取適合自己興趣和能力的中學。

學業篇 ~ 升中新里程

問卷 - 「認識自己的學習興趣」

姓名：_____ 班別：_____ 日期：_____

指引：可用圖畫或文字回答下面問題

1. 你在完成功課及溫習後，喜歡做什麼？ _____

2. a. 你喜歡閱讀嗎？ 喜歡 不喜歡

b. 如喜歡，你喜歡閱讀哪類書？ _____

3. a. 你喜歡進行體育活動？ 喜歡 不喜歡

b. 如喜歡，你喜歡進哪些體育活動？ _____

4. 你喜歡學習中文嗎？ _____

5. 你喜歡學習英文嗎？ _____

6. 你對哪一科目的學習最有把握或最感興趣？請「✓」出你在哪一科目會佔優勢或充滿興趣：

中文 英文 數學 科學

體育 音樂 美術 木工

宗教 其他（請註明_____）

學業篇 ~ 升中新里程

認識不同類型的中學 討論指引

學校名稱

類型

收生性別

辦學宗旨

上課時間

開辦科目

課外活動

校舍設施