

李陞小學

全校參與校本輔導活動

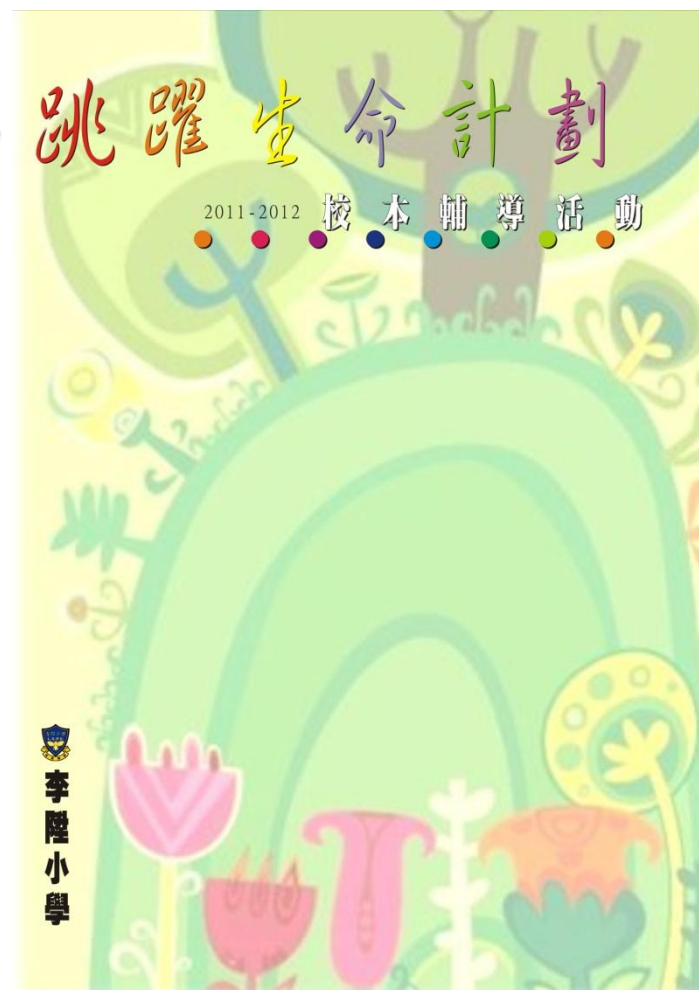
2011-2012 跳躍生命計劃

2012-2013 陞兒健康成長計劃

2011-2012 — 全校參與校本輔導活動

由教育局訓育及輔導組舉辦
「學生大使—跳躍生命」計劃

透過不同的活動向全校學生傳遞融和共處、健康生活、熱愛生命、服務社會等積極的訊息，促進校園和諧，共同締造一個融洽的社會。



設計特點

- 引入校外資源(設計大綱、學生訓練、獎勵)
- 內容配合學校關注事項
- 全校參與模式
- 融合各科組活動及目標，避免增加教師額外工作量
- 重整生活教育課內容，配合人與自己、人與他人、人與社會學習範疇
- 項目劃分仔細，目標清晰，學生易於明白
- 定時檢討，家長能隨時掌握學生學習進展
- 使用教師名字蓋印，師生易於跟進

計劃的目標

- 認識及接納自己的性格和特質，發揮優點及改善弱項。
- 以積極的態度去處理生活上的困難和各種挑戰。
- 學習尊重及接納他人，以及運用有效的創意溝通技巧，建立良好的人際關係。

演繹階段	獲獎項目
人與自己	- 完成40個項目獲銅獎(獲頒銅章)
人與他人	- 完成80個項目獲銀獎 (需包括最少兩個階段的蓋印) (獲頒銀章)
人與社會	- 完成120個項目獲金獎(需包括三個階段的蓋印) (獲頒金章及獎狀)
<ul style="list-style-type: none">• 校方將推薦一位在計劃中積極參與，表現出色的同學獲取白金獎殊榮，將獲教育局頒發嘉許狀及紀念杯各乙份• 學生成績將作為年終評核傑出學生之參考	

紀錄冊內頁

人與自己		教師蓋印	
編號	項目		
1	一個月準時上學(班主任)		
2	一個月操行表現良好(無違規紀錄)(班主任)		
3	一個月沒有欠交功課紀錄(班主任)		
4	三次默書達九十分或以上(包括趣味默書)(中/英文科任)		
5	保持個人整潔(班主任推薦)		
6	_____科考試成績比測驗有進步(進步率達10%)(科任)		
7	課堂活動中表現良好或積極參與而獲老師嘉許(每科任只可蓋印一次)		
8	課堂秩序良好而獲老師推薦(每科任只可蓋印一次)		
9	尊師重道，友愛同學而獲老師推薦		
10	閱讀一本有關健康生活/愛護他人/愛惜生命的書籍及遞交閱讀報告(中/英文科老師推薦)		

人與他人		教師蓋印	
編號	項目		
1	熱心幫助同學獲表揚(由同學推薦)		
2	保持校園/課室清潔(訓輔組推薦)		
3	擔任班內服務一個月有良好表現		
4	擔任校內服務一個月有良好表現(每一項服務最多可獲四個印)(由服務組別負責老師推薦)		
5	在學校活動中擔任工作人員而獲老師推薦		
6	積極協助老師籌辦校內活動而獲老師推薦		
7	參與校內表演，與家人/同學分享		
8	完成一次團體生活體驗活動(學習營、訓練計劃)		
9	向家人/同學/朋友宣揚吸煙/吸毒的害處		

紀錄冊內頁

人與社會 (包括校內及校外，如屬校外活動， 請提供證明)		教師蓋印	
編號	項目		
1	完成一項服務活動如賣旗、探訪、籌款等		
2	在社區活動中擔任工作人員而表現良好		
3	參加校外標語/海報/漫畫設計比賽		
4	參加校外比賽獲獎，為校爭光		
5	參與校外表演，與社會人士分享		
6	參與環境保護/推廣健康生活有關的義務工作		

優異表現獎勵			

「跳躍生命計劃」 學生反思紀錄(上學期) 上學期統計

日期	學生反思	班主任 簽署	家長 簽署
10月			
11月			
12月			

演繹階段	獲蓋印數目	優異表現獎勵	總數
人與自己			
人與他人			
人與社會			

我最欣賞自己 _____

我最欣賞 _____ 同學

我希望 _____

家人給我的鼓勵：

家長簽署：

檢討

- 「跳躍生命」計劃由於是第一年推行，師生對獎懲準則均不太熟悉，學生完成項目後未能即時作蓋印獎勵，減低了學生的投入感及成功感。
- 為取得一致的獎勵標準，項目劃分較為仔細，對低年級學生來說，部分項目較難完成（例如服務生多為P. 4-6學生），因此低年級學生能獲銀獎或金獎人數明顯較少。
- 計劃中的個別範疇欠深入，對實踐健康生活習慣方面較為欠缺。

2012-2013 — 全校參與校本輔導活動

「陞兒健康成長計劃」



計劃的目標

- 學生能實踐健康的生活模式，管理自己的身體。
- 學生能正確地處理情緒，以積極的態度去處理生活上的困難和各種挑戰。
- 學生懂得欣賞身邊的事物，學習尊重及接納他人。

設計特點

- 內容配合學校關注事項
- 重新劃分範疇，目標更清晰
- 高低年級分為兩個達標準則，配合學生程度
- 增加家長評核項目，提升家長參與度
- 增加對學生有用的資訊，內容更豐富
- 蓋印細則具彈性，師生更易於跟進

獎項

獎勵計劃內容分為「人與自己」、「人與他人」、「人與社會」三個演繹階段項目，內容以「生活有序、作息有時、飲食有節、運動有恆、取捨有義、心中有愛」為主。學生只需完成特定數量的項目，即可獲得銅獎、銀獎或金獎獎勵。

獲獎項目	
P. 1-3	P. 4-6
完成30個項目獲銅獎 完成60個項目獲銀獎 完成100個項目獲金獎	完成40個項目獲銅獎 完成80個項目獲銀獎 完成120個項目獲金獎

紀錄冊內頁

9月至12月家庭記錄（上學期）

若子女在該項目內表現良好，請家長以✓表示。

(5-9個✓=1個蓋印；10-14個✓=2個蓋印；15個✓=3個蓋印)

內容	目標	9月	10月	11月	12月
生活有序	早睡早起				
作息有時	準時完成功課				
	自動自覺溫習				
	使用電腦有節制				
飲食有節	每天吃早餐				
	少吃零食				
	每天進食蔬菜水果				
運動有恆	定時做運動				
取捨有義	誠實				
	待人有禮				
	不亂發脾氣				
	主動做家務				
心中有愛	愛護家人				
	孝順長輩				
	向家人表達謝意				
家長簽署：					
班主任蓋印：					

9月至12月學校記錄（上學期）

內容	目標	教師蓋印	
生活有序	一個月準時上學 (班主任)	9月	10月
		11月	12月
作息有時	一個月操行表現良好(班主任) (每月最多獲兩個蓋印)	9月	9月
		10月	10月
		11月	11月
		12月	12月
	一個月交齊功課紀錄表現良好 (班主任) (每月最多獲兩個蓋印)	9月	9月
		10月	10月
		11月	11月
	三次默書達九十分/ 進步十分或以上	中	英
		中	英
	保持個人整潔 (校服儀容檢查)	9月	10月
		11月	12月
	測考成績有進步 (進步率達10%) (各科任)		
	課堂活動中表現良好(每科 任可蓋印一次)		
	閱讀課表現良好 (班主任)	9月	10月
11月		12月	

內容	目標	教師蓋印	
飲食有節	午膳進食態度良好 (午膳當值老師)	9月	10月
		11月	12月
運動有恆	飲食均衡 (午膳當值老師)	9月	10月
		11月	12月
		9月	9月
		10月	10月
取捨有義	參與校內體育活動	11月	11月
		12月	12月
		9月	10月
		11月	12月
心中有愛	保持校園/課室清潔(訓輔組推薦)	9月	9月
		10月	10月
		11月	11月
		12月	12月
心中有愛	擔任校內服務一個月有良好表現 (每一項服務最多可獲四個蓋印)		
心中有愛	在學校活動中擔任工作人員而獲老師推薦		
心中有愛	熱心幫助他人獲表揚(由同學或老師推薦)		
心中有愛	參與社區活動、 比賽、服務、表演、籌款等		
心中有愛	參加校外比賽獲獎， 為校爭光		

「陸兒健康成長」計劃

學生反思記錄(上學期)

日期	學生反思	班主任 簽署	家長 簽署
10月			
11月			
12月			

家庭記錄	校內記錄	優異表現獎勵	總數
<p>上學期我做得最好的是_____</p> <p>上學期我最開心的事是_____</p> <p>我最需要改善的是_____</p> <p>家人給我的鼓勵：</p> <p style="text-align: right;">家長簽署：</p> <p style="text-align: right;">日期：</p>			

生活有序

作息有時

顯才薈萃--玩具風波

旗下講話--自律

顯才薈萃--健康生活

正確使用互聯網講座

正確處理情緒講座

校本主題性輔導活動做個智Net小勇士

參觀衛生及教育展覽中心

飲食有節

運動有恆

顯才薈萃--健康飲食金字塔

運動會健體綜合匯演_跳躍伸展讚美操

健康小食推介活動

護脊健身操

飲食習慣與健康講座

營養標籤講座

健脊工作坊_脊骨檢查

健脊工作坊_家長護脊健身操

取捨有義

心中有愛

耆義關懷兩心牽講座-急救常識你要識

誠信新世代小學倡廉教育活動

禮賢會講座--取捨有義

滅罪講座--童黨欺凌

公益少年團一人一花活動

利是封收集活動

家教會圖書義賣

檢討

- 本年度將高低年級分為兩個達標準則，並且加入家長評分項目，學生較易獲得蓋印，達標較為容易，因此學生達金獎及銀獎的人數明顯較上一年度多。
- 部分教師未能準時為學生蓋印，每次統計時師生均十分趕忙。
- 低年級部分班主任為免學生遺失小冊子，長期為學生保管，家長未能即時知道學生達標情況。

經驗分享

- 預早計劃，將合適項目預先印於小冊子內
- 學期初向學生及家長作簡介，計劃更易推行
- 校本設計配合全校參與模式，更能附合學生需要，亦能減省教師工作量
- 範疇劃分清晰，易於設計及安排活動
- 中期頒獎禮能鼓勵學生向目標進發
- 項目細則宜每年修訂，配合學生需要
- 宜定時提示師生蓋印
- 獎章設計宜具特色，增加收藏價值