

師生心聲：

「我和同學們在老師的安排下探訪獨居長者。在探訪的過程中，我負責和長者聊天，聽聽她的故事，分享她以往的生活。從她口中，我知道更多香港的往事和歷史。然而，令我有點難過的是看到長者居住的環境十分惡劣，她的家居安全意識也不足、電器的插頭明顯負荷過重、藥物亂放等，因此我認為長者很需要我們的關懷，我也感到自己有責任關心他們。」

同學心聲

「姊姊因壓力過大，變得暴饮暴食。而我為了避免她長此下去，所以當她想吃零食時，我便為她送上水果來充飢。每晚我和她談心時，她也會告訴我有關她學校的事，這令我感到原來她也有不快的一刻，不過，無論如何我都會努力支持她的！」

同學心聲

「為培養學生負責及關愛的價值觀和態度，本校於數年前設計了『一杯涼水』獎勵計劃，鼓勵學生不斷地從生活的小事上學習負責任和關懷他人。」

由於此計劃的參與方法簡單，活動又具意義，因此，深受學生歡迎。其中最令人鼓舞的地方，是大部分的學生均選擇家人作為自己的關心對象。從他們的分享中看到他們學會了關心家人的需要，從以自我為中心到主動關心家人。其實，生活中的大小事情都可以成為培養學生良好品德的教材，老師需要的是一顆敏銳的心，抓緊每個教育學生的機會。」

教師心聲

陳樹渠紀念中學

理念目標：

- 通過「一杯涼水」獎勵計劃，培養學生關愛的價值觀，要求學生留心生活上的小事，以行動和言語主動關懷別人，在小事上顯出大愛心，服務他人。

核心價值：

- 關愛、服務

推行策略：

- 「一杯涼水」獎勵計劃：讓學生構思如何主動關心別人，並填寫計劃表，寫下實踐的方法和時間，完成後請家長簽名作實，亦把感受寫下作為記錄和反思；
- 學生於每月初填寫獎勵計劃表，訂立自己的關心對象（例如：家人、鄰居、老師、同學、朋友等……），設計關懷行動並付諸實行，例如：協助母親做家務、在家中教年少的弟妹功課、鼓勵成績不理想同學努力向上等，並邀請家長簽名支持及呈交老師審閱；
- 老師收到學生填寫的「一杯涼水」獎勵計劃表後，需在「老師的回應」欄上給予回應和鼓勵；
- 定期邀請表現良好的學生，在早會上分享參與計劃的感受；
- 於學年完結時，舉辦頒獎典禮，頒發獎狀和獎杯給熱心參與的學生，以作鼓勵。



傑出教案

「《明報》  
2005 生命教育  
傑出教案表揚計劃」