



香海正覺蓮社佛教陳式宏學校

價值觀教育主題：健康生活教育

劉雋永老師
李潔玲主任

校訓

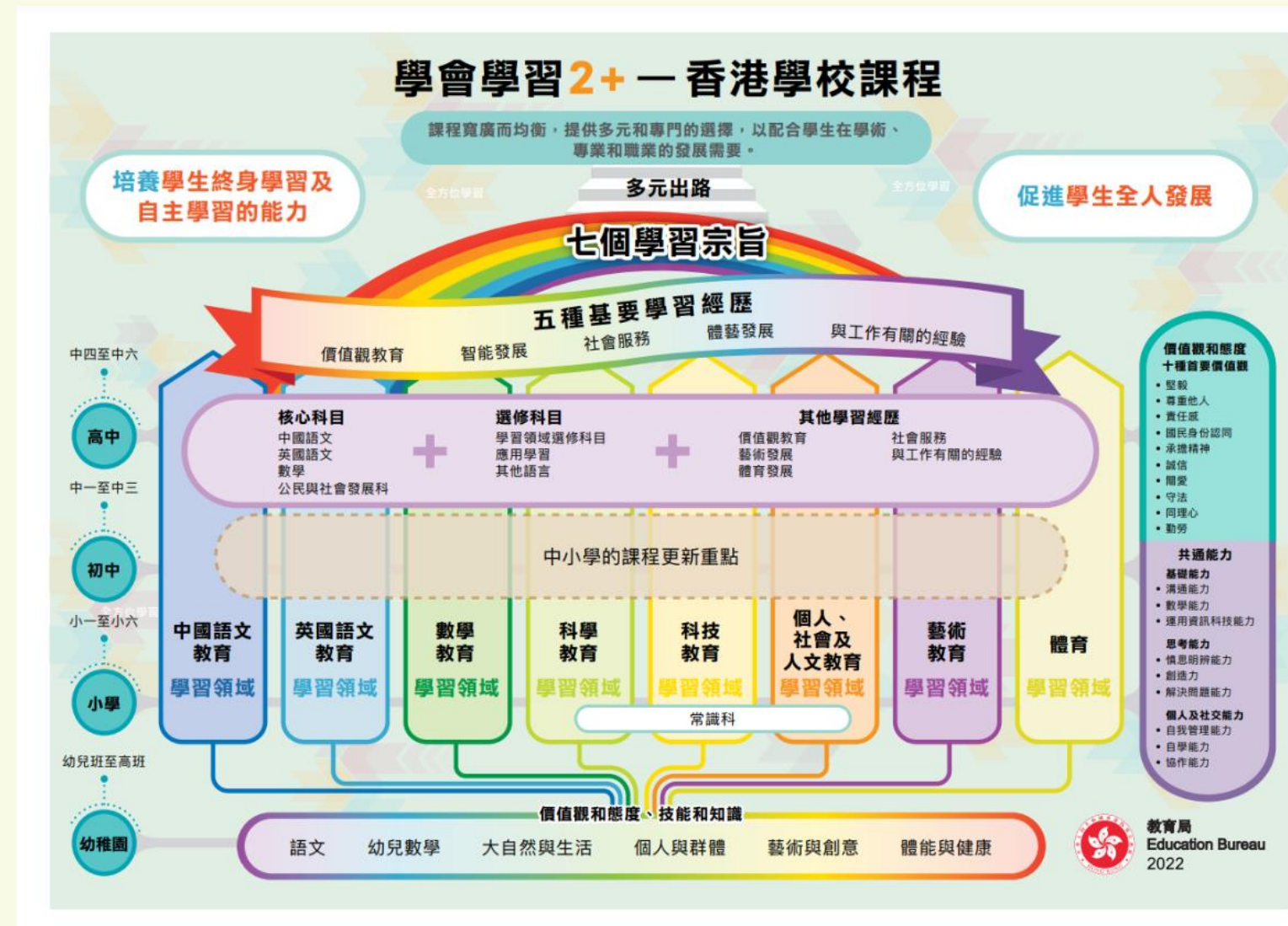
覺正

- 學生對事情有正向的價值取向（正知正見）
- 存好心

行儀

- 學生實踐良好行為
- 說好話+做好事

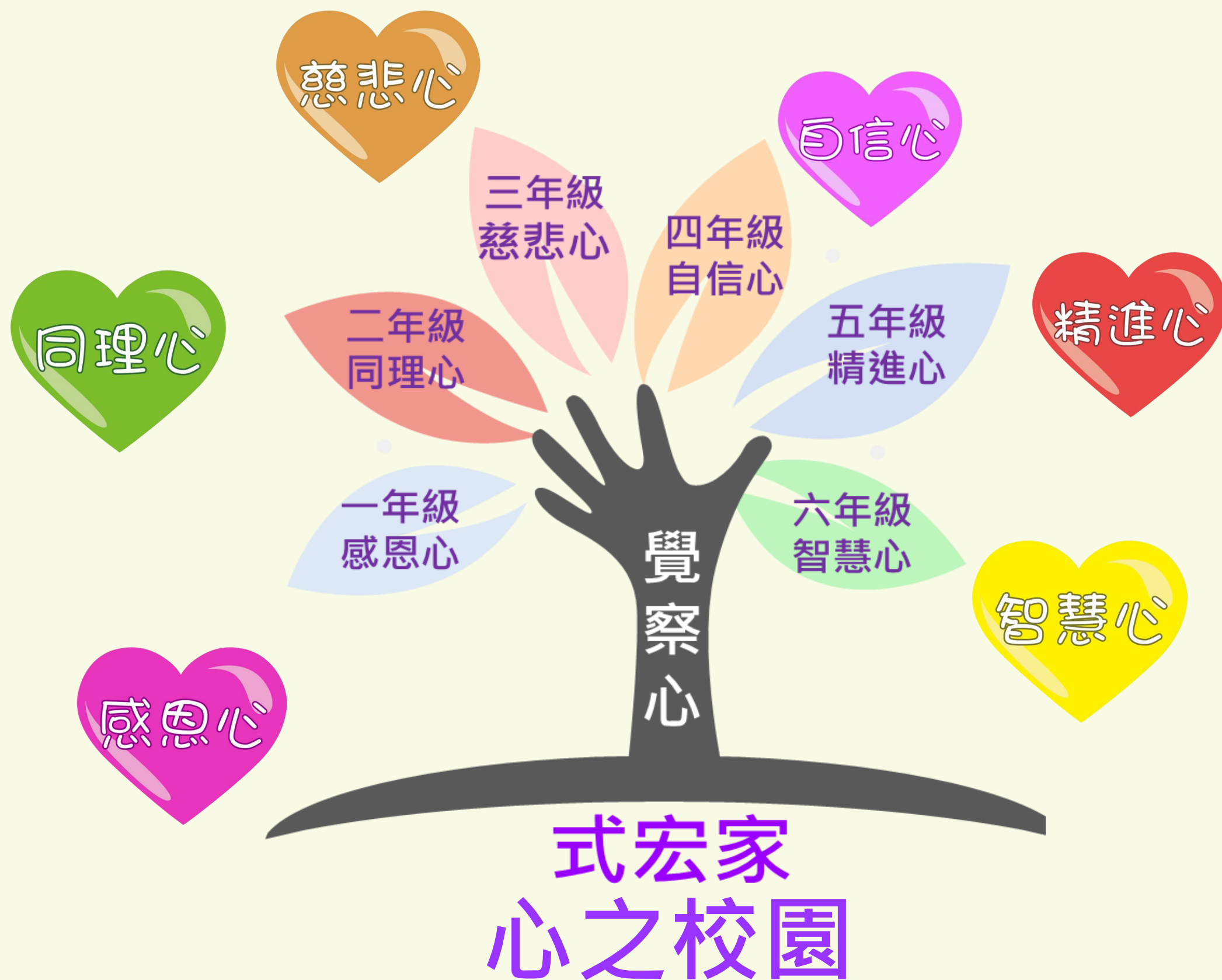
以「多重進路，互相配合」的方向推動 價值觀教育與校本課程扣連



配合學校三個關注事項

1. 持續培育學生價值觀素養；培養自律、勤勞、堅毅擔當、情繫家國的生命內涵。
2. 深化發展生涯規劃素養，培育學生迎接新世代的機遇和挑戰。
3. 提升學生的多元閱讀素養，建立自主學習的習慣。

以生命教育課（六心價值）切入



「式宏家」重視學生的身心靈成長，致力建構能觸動師生同情共感的「心之校園」生命教育課程，並把佛教的精神演化為六心（感恩心、同理心、慈悲心、自信心、精進心及智慧心）的價值觀，讓學生在生活中實踐生命的價值。

杏林奇遇：探索健康與責任

校本中醫文化課程(舉隅)

繪本教學

- 《我們的藥在哪裡》
- 《中醫藥世界—「銅人」非凡之旅》
- 認識「治未病」的概念
- 認識「大醫精誠」的重要性

中草藥初遇記

- 探索學校百草園
- 全校校本中醫藥課程

與中草藥結緣

- 設計中草藥書籤
- 製作中藥花染
- 有機種植

中醫實踐篇

- 製作薄荷驅蚊水
- 製作香囊
- 親子穴位按摩

杏林奇遇： 探索健康奧秘

中藥學習成果巡禮及遊學

- 全校分享中醫藥文化及推廣至社區
- 嶺南中醫藥文化旅學

全方位學習活動

- 孔憲紹博士伉儷中醫藥博物館
- 雷生春
- 涼茶鋪

動以養形

- 八段錦招式
- 五禽戲

藥食同源

- 親子設計一份健康食譜
- 藥食同源(小兒養生篇)

一年級「五谷為養」課題

- 與家人分享健康餐單設計
- 配合平衡飲食理念
- 培養健康積極人生觀

二年級「望聞問切」課題

- 為自己「把脈」
- 留意自己身體狀況

三年級「動以養形·靜以養神」課題

- 武藝操
- 八段錦

四年級「四氣五味」課題

五感探索中草藥之奧妙，培養對中醫藥產生濃厚的興趣。

四年級「四氣五味」課題

創意拼畫結合中醫藥文化與視覺藝術

五年級「治未病」課題

「美美與共·手工花染」 探究中草藥的實踐

五年級「治未病」課題

訪問上水涼茶鋪，認識涼茶具「預防勝於治療」的健康養生理念。

五年級「治未病」課題

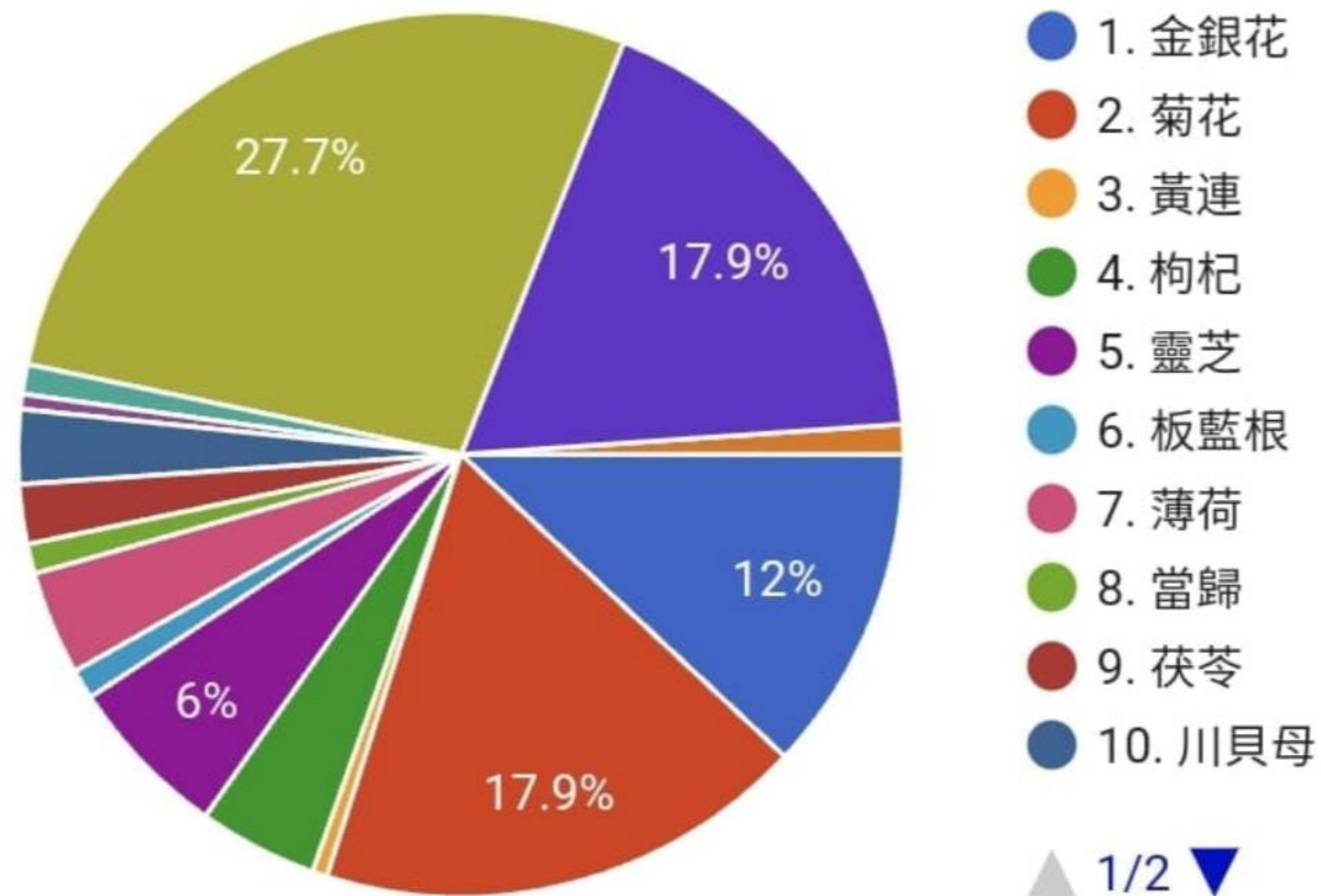
製作驅蚊香包，實踐可持續健康生活模式！

六年級「情志養生」課題

製作艾草錘，替家人按摩，實踐孝道精神！

杏林奇遇 中草藥之王選舉

清熱、解毒
陳皮性溫，入脾、常用於治療咳嗽多痰。



補氣養生
增強免疫力

退風疹

杏林奇遇：探索健康與責任

舌尖上的非遺涼茶
(課堂分享)

學習目標

1. 認識不同種類涼茶的名稱及功效，具保健及治未病作用。
2. 認識涼茶需因應不同體質及症狀而選擇合適的份量和種類服用，更不宜濫用。

學習目標

3. 體會中草藥是祖國醫學的寶貴財富，萌發對中醫文化的興趣，學習及感悟「大醫精誠」的態度。(承擔精神、責任感)

你認為優秀的醫者需具備甚麼素養？

謝婉雯：用生命守護生命的白衣天使

鍾南山：84歲仍衝鋒在前的抗疫戰士

屠呦呦：一株青蒿點亮千萬生命

「大醫精誠」的精進承擔精神

優秀的中醫師必須具備「大醫精誠」的精進承擔精神，對人有仁愛之心，克盡己力關懷病者。

醫者須以「精」求術、以「誠」立心，方能成為真正的「大醫」。

結語

生命教育與健康生活教育相結合

透過健康生活教育，融入中藥作為核心教學內容，

借鑒中華傳統文化的智慧，引導學生學會關顧身心、

洞悉健康真諦，並體悟生命的無價珍貴。