

# 價值觀教育（健康生活教育）系列：

## （1）促進學生身心健康的課程規劃 及學習活動設計（修訂）



聖公會阮鄭夢芹銀禧小學



# 學校背景



位置：大埔富亨邨



宗教：基督教



辦學宗旨 [聖公宗(香港)小學監理委員會屬校]

本校以「非以役人，乃役於人」為校訓，致力提供「全人教育」，使學生在靈、德、智、體、群、美各方面得以均衡發展，為將來服務社會作準備。





# 本週期學校的關注項目—「活出正向生命力」

(2021年度至2024年度)

1.1 建構正向校園文化

1.2 培育學生正向價值觀及態度

◆ 堅毅(2021及2022年度)

◆ 責任感及承擔精神(2023年度)

◆ 尊重他人及同理心(2024年度)



校本課程LIFE結合生命教育、德育及公民課和宗教課。



《LIFE校本小冊子》





# 主題一



# 主題二



各級以  
主題式  
學習，  
培育學  
生堅毅  
精神，  
提升學  
生的抗  
逆力。


 聖公會阮鄭夢芹銀禧小學  
 《校本課程·LIFE》  
**一年級 ♥ 主題二**  
**堅毅**




 聖公會阮鄭夢芹銀禧小學  
 《校本課程·LIFE》  
**二年級 ♥ 主題二**  
**堅毅**




 聖公會阮鄭夢芹銀禧小學  
 《校本課程·LIFE》  
**三年級 ♥ 主題二**  
**堅毅**




 聖公會阮鄭夢芹銀禧小學  
 《校本課程·LIFE》  
**四年級 ♥ 主題二**  
**堅毅**




 聖公會阮鄭夢芹銀禧小學  
 《校本課程·LIFE》  
**五年級 ♥ 主題二**  
**堅毅**




 聖公會阮鄭夢芹銀禧小學  
 《校本課程·LIFE》  
**六年級 ♥ 主題二**  
**堅毅**



姓名：

班別：D.4\_\_ ( )

Living  
In  
Faith  
Every

姓名：

班別：D.5\_\_ ( )

Living  
In  
Faith  
Every d

姓名：

班別：D.6\_\_ ( )

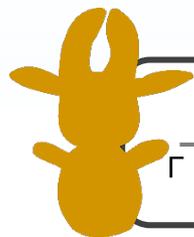
Living  
In  
Faith  
Every day

2021年度主題二



# 校本卡通人物

創設校本卡通人物，讓學生親身體驗故事中教導的正確價值觀。



牛大哥  
「權威主義」



綠豆眼  
「杞人憂天」



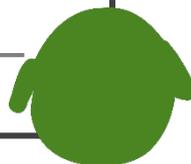
成日林  
「跳脫思維」



百份百  
「我行我素」



吳仲耀、吳在符  
「和平大使」





# 陪伴 學生成長的校本卡通人物

★ 初次登場 ( 早會介紹 · 校園尋找卡通人物蹤影 )

➡ 引起學生興趣





# 陪伴學生成長的校本卡通人物

★ 卡通人物小故事 ( 自傳影片播放 )

➡ 了解不同卡通人物的強弱項，  
從而讓學生反思自己的強弱項

★ 融入校園生活 ( 我想和你同上課 )

➡ 陪伴學生成長







# 問題討論建議





# 2021年度「堅毅」部份活動



2021年度

活出正向生命力 **堅毅**

## 1. 培育學生抗逆力



# 主題活動

正規課程：各科嘗試選取特定課題，加強培育學生**堅毅**精神

例：常識科（一年級）《我上小學了》

LIFE（各級）《堅毅》

全方位學習週（全校）「失敗教育」

★ 講座（LIFE）「堅毅講座」

香港盲人體育總會視障運動員分享

德育及公民組：JTV校本影片



非正規課程：

★ 講座（訓導組）「堅毅講座」· 張潤衡先生分享。

隱性課程  
環境氛圍



學生分享



海報



學生透過失敗週（11月29-12月1日）3日不用上課，透過主題電影、互動活動、體驗活動及挑戰擂台等活動，讓學生體會失敗的滋味，從而明白只要不斷地努力嘗試，就可以成功。或是只要努力過，就算結果不似預期，都是成功的。



# 從體驗失敗週，學生比以前更能擁抱失敗，接受失敗。

## 挑戰後有感 失敗能量棒

我面對的困難或失敗：

盪杯子比賽(輸)

當時的感受：

沮喪

你解決困難或面對失敗的方法：

不斷嘗試

行動後的感受是：

開心

我欣賞自己，

因為我不放棄。

我欣賞自己。

因為我最終成功了。

按你轉化的力量油上顏色



P.13

## 我的「抗逆方程式」



屬於 李冠廷 (姓名) 的「抗逆方程式」：

屬於你自己的「抗逆方程式」是甚麼？  
可以用算式、文字、圖畫或其他方式表達



試分享你可以如何運用你的「抗逆方程式」去面對這件事？

我做完這兩件事，便會  
很開心。

P.14

## 挑戰後有感 失敗能量棒

我面對的困難或失敗：

作文作得不好

當時的感受：

傷心

你解決困難或面對失敗的方法：

練習、溫習

行動後的感受是：

釋放

我欣賞自己，

因為我懂得面對失敗。

我欣賞\_\_\_\_\_。

因為\_\_\_\_\_。

按你轉化的力量油上顏色



P.14

## 親子延伸活動

### 親子同行

### 挑戰任務

請與家人一起，作以下任何一個任務的嘗試，並記錄完成挑戰的過程和感受。

\*\*進行以下活動時，敬請有成年人陪同

1. 嘗試用筷子夾豆底波子
2. 自行清洗有污漬的衣服
3. 製作溫泉蛋/蒸滑蛋/豆腐花
4. 自行學習一款桌遊，再教懂家人一起玩

(可用文字、圖像或照片等方式記錄過程及成果)

雖然第一次是失敗的，但是我知道最重要是享受學習的過程。

錯誤是最好的學習方法  
過程比結果重要

P.17

## 親子延伸活動

### 親子同行

### 挑戰任務

請與家人一起，作以下任何一個任務的嘗試，並記錄完成挑戰的過程和感受。

\*\*進行以下活動時，敬請有成年人陪同

1. 嘗試用筷子夾豆底波子
2. 自行清洗有污漬的衣服
3. 製作溫泉蛋/蒸滑蛋/豆腐花
4. 自行學習一款桌遊，再教懂家人一起玩

→  
溫泉蛋

(可用文字、圖像或照片等方式記錄過程及成果)



錯誤是最好的學習方法  
過程比結果重要

P.17

## 親子延伸活動

### 親子同行

### 挑戰任務

1. 你在挑戰中失敗了多少次？

4次

2. 你覺得挑戰失敗的原因是甚麼？

沒有選擇最好的東西來煮。

3. 你在失敗中有甚麼學習？

應該用不同的做法和不同的東西去嘗試。

4. 你覺得成功的秘訣是甚麼？

要不斷嘗試。

## 親子延伸活動

### 親子同行

### 挑戰任務

1. 你在挑戰中失敗了多少次？

一次

2. 你覺得挑戰失敗的原因是甚麼？

用筷子用得不穩

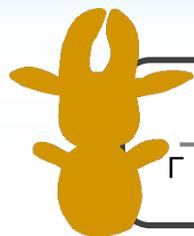
3. 你在失敗中有甚麼學習？

要有耐性和技巧

4. 你覺得成功的秘訣是甚麼？

有技巧和嘗試多幾次

# 主題：從失敗中學習堅毅



牛大哥  
「權威主義」



綠豆眼  
「杞人憂天」



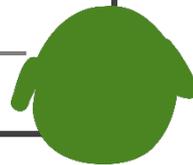
成日林  
「跳脫思維」



百份百  
「我行我素」



吳仲耀、吳在符  
「和平大使」





聖公會阮鄭夢芹銀禧小學

《校本課程·LIFE》

一年級 ♥ 主題二

堅毅



聖公會阮鄭夢芹銀禧小學

《校本課程·LIFE》

二年級 ♥ 主題二

堅毅



聖公會阮鄭夢芹銀禧小學

《校本課程·LIFE》

三年級 ♥ 主題二

堅毅



聖公會阮鄭夢芹銀禧小學

《校本課程·LIFE》

四年級 ♥ 主題二

堅毅



聖公會阮鄭夢芹銀禧小學

《校本課程·LIFE》

五年級 ♥ 主題二

堅毅



聖公會阮鄭夢芹銀禧小學

《校本課程·LIFE》

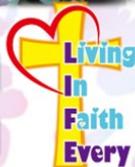
六年級 ♥ 主題二

堅毅



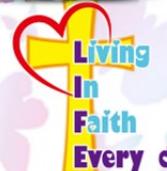
姓名：

班別：D.4\_\_ ( )



姓名：

班別：D.5\_\_ ( )



姓名：

班別：D.6\_\_ ( )



2021年度主題二





聖公會阮鄭夢芹銀禧小學

《校本課程 · LIFE》

二年級 ♥ 主題二

堅毅



姓名：

班別：D. 2 \_\_\_\_ ( )



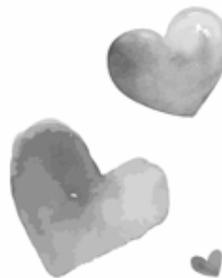


主題金句

你不要害怕，因為我與你同在；  
不要驚惶，因為我是你的上帝。

我必堅固你，我必幫助你；  
我必用我公義的右手扶持你。

以賽亞書 41 章 10 節



Living  
In  
Faith  
Every day

繪本閱讀（一）



# 《我好擔心》



老師的話

每天我們也會遇到不同的難題及憂慮，不要以為只有自己才有擔心的事。重要的事，嘗試面對或克服它，需要時也可以找別人的幫忙。❤

4



繪本活動（一）

# 《我好擔心》

學校裏的事哪些是讓你開心的？哪些是讓你煩惱的？說一說並畫一畫。

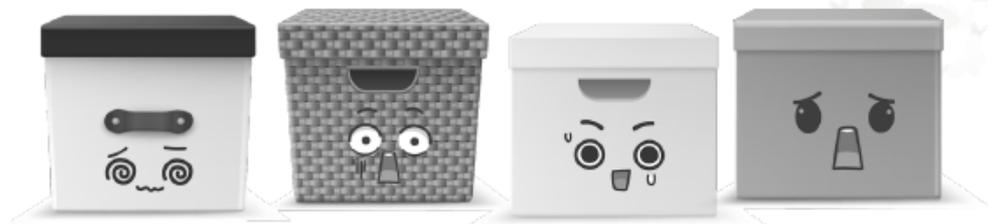


**金句** 應當一無掛慮，只要凡事藉著禱告、祈求和感謝，將你們所要的告訴上帝。  
腓立比書 4 篇 6 節

5

## 體驗活動（一）

# 恐怖筒



老師的話

如果大家都留在原來位置，當然會很安全舒服，但就不會像那群敢去嘗試的同學般，得到美好的回報了。假如重來，誰會再願意去試呢？♥

## 繪本閱讀（二）

# 《最熱烈的掌聲》



贏，不在分數，不在別人的掌聲，只在自己純淨的初心。♥

➡請學生下一節課堂帶備木顏色。



### 必守十誡



### 放走我民



### 約拿到尼尼微城



金句 求你使我知道當走的路。詩篇 143 篇 8 節

### 上帝差派摩西



金句 我的幫助從造天地的耶和華而來。詩篇 121 篇 2 節

### 摩西朝見埃及王



金句 在信的人，凡事都能。馬可福音 9 章 23 節

### 以色列人出埃及



金句 因著信，他們過紅海如行乾地。希伯來書 11 章 29 節





## 《看不清的人生》

### 《看不清的人生》

教學目的：藉體驗活動，讓學生體會視障人士的感受。

教學資源：眼罩、畫作、畫紙（每人一張）

教學流程：（一）學生帶上特製眼鏡，模擬體驗視障人士看不清物件的情況。  
（二）老師派發畫紙，請學生依圖畫臨摹（約15分鐘）。  
（三）完成後請數位同學說感受。



## 《堅毅講座》



## 《JTV訪問》

### 《堅毅講座》 / 《JTV訪問》

教學目的：藉視障人士的分享，每個人生活中也有自己不同的限制。



透過活動《看不清的人生》，讓學生先體驗視障人士在日常生活的限制，從體驗表現感受。然後藉講座《堅毅》及《JTV訪問》片段，了解及學習受訪者克服困難的方法，從而提升學習面對困難的抗逆力，強化他們堅毅精神。

每個人生活中也有自己不同的限制，所以我們不應只着眼自己的限制，而應嘗試勇敢面對，努力克服自己的困難。

# 我的聲

## 主題二·堅毅

一· 完成主題二·堅毅·你印象最深的是甚麼？請以圖畫或文字表達。



二· 請根據以下的描述·圈出你的感受:(5 😊 為最同意)

1. 我喜歡主題內的活動。



2. 我不害怕失敗。



3. 我遇到困難時不會放棄·肯再嘗試。



4. 我會堅持完成自己定下的目標。



家長及學生回饋



# 家長聲

親愛的家長，您是子女最佳的聆聽者 ，邀請家長聆聽子女의 分享後，在方格內寫上您的分享心聲或感受 

## 家長的分享

這次活動結束後， 回家跟我分享他們失敗的經過，更學懂失敗了，只要努力去嘗試就有機會成功。但如果放棄了，就一定只會失敗，這種堅毅的精神令她在學習上幫助不少。令我感到開心和鼓舞呢！

家長簽署：



家長及學生回饋



# 2022年度「堅毅」部份活動



2022年度

活出正向生命力 **堅毅**

1. 教導學生如何處理壓力及控制情緒
2. 學生能以**堅毅**的態度把目標完成



# 主題活動

- ★ 各科嘗試選取特定課題，加強培育學生**堅毅**精神
- ★ 週會/早禱/午間廣播
- ★ 全方位學習週（全校）「**堅毅**」
- ★ 講座（訓導組）「**訓導堅毅講座**」· 本校學生分享。
- ★ 德育及公民組：**JTV校本影片**

隱性課程  
環境氛圍



學生分享



堅毅故事分享

# ★ 週會



XMU

90

Chi Friday 5 October, 22  
my name is Franklin i am  
6 years old. I go to  
school by school bus.



# 全方位學習週

## 堅毅挑戰

小一 一分鐘挑戰(自理能力)

學習不同自理練習，如使用筷子、綁鞋帶等

小二 骨牌挑戰

全班同學以骨牌建立班圖案，並在班房中展示

小三 骨牌挑戰

全班同學以骨牌建立班圖案，並在班房中展示

小四 烹飪挑戰(種植植物)

學生自行種植植物，再在挑戰中與組員一同烹調食材

小五 扭氣球 / 全班跳大繩

學習扭氣球，並在一天時間內上台表演 / 全班一同成功跳4次大繩

小六 扭氣球 / 全班跳大繩

學習扭氣球，並在一天時間內上台表演 / 全班一同成功跳4次大繩



# 堅毅 21

## 我的目標

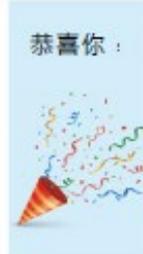


Date: _____	Date: _____	Date: _____	Date: _____
----------------	----------------	----------------	----------------

Date: _____	Date: _____	Date: _____	Date: _____	Date: _____	Date: _____
----------------	----------------	----------------	----------------	----------------	----------------

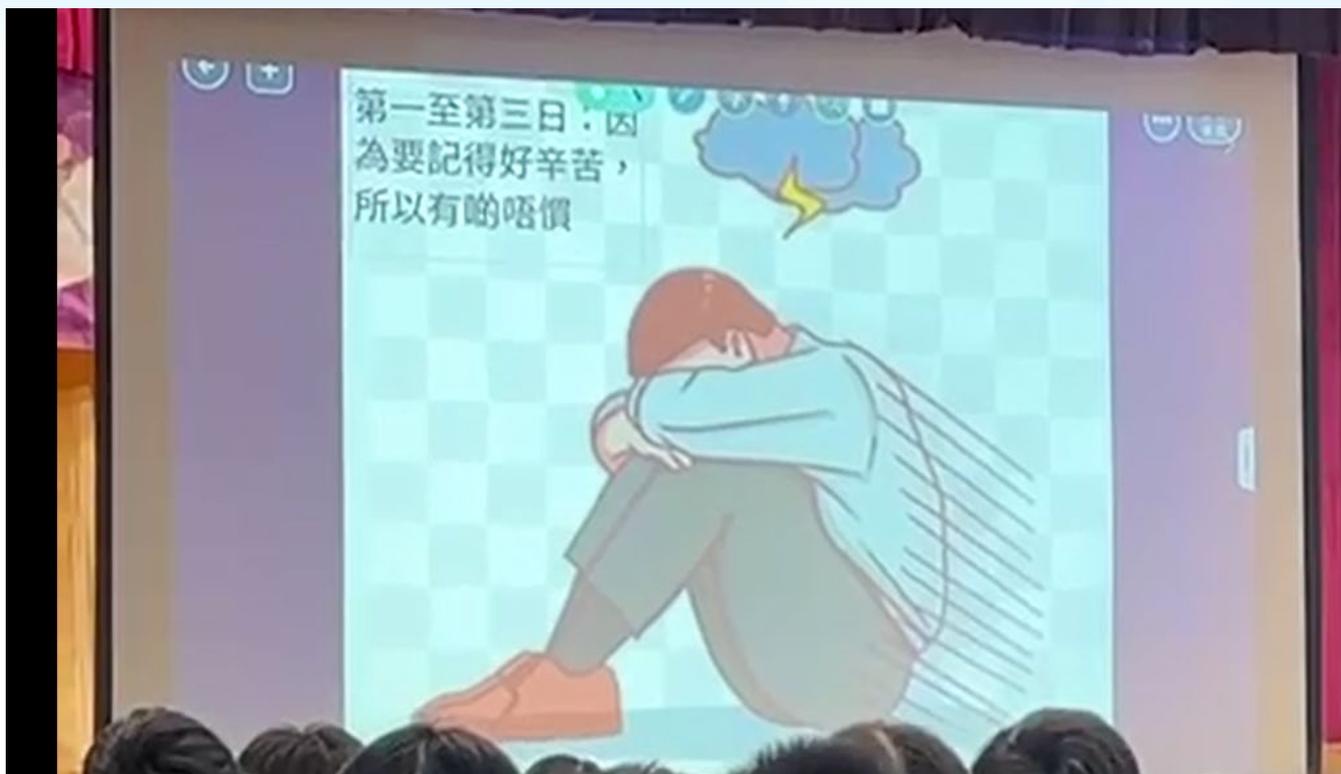
Date: _____	Date: _____	Date: _____	Date: _____	Date: _____	Date: _____
----------------	----------------	----------------	----------------	----------------	----------------

Date: _____	Date: _____	Date: _____	Date: _____	Date: _____
----------------	----------------	----------------	----------------	----------------





# 訓導講座





 JTV校本影片

 Wednesday Fun



# 總結日



多謝各位！

Thank You!

