

## 主要視學結果(2)

健康的生活方式

# 主要視學結果(2) - 健康的生活方式

「學校對學生身心健康日益重視，着意協助他們建立健康的生活方式；惟仍須帶領團隊持續檢視並完善評估及課業政策，釋放空間，讓學生均衡成長」



## 尚須注意的地方

- 仍於小一上學期以紙筆評估模式進行測驗和考試
- 要求高小、高中的學生於上學日以外恆常補課
- 從個別學生的回饋所見，他們對評估感到焦慮
- 領導層須帶領團隊為學生創造空間



# 主要視學結果(2) - 健康的生活方式

## 學校良好做法舉隅



- 課餘時間**開放運動設施**，以及增加體育課以外的**運動時段**，如小息進行跳繩及呼拉圈活動
- 重新規劃**時間表**，**延長小息**



- 鼓勵學生在**家中做運動**，培養他們做運動的習慣及興趣：
  - 家居毛巾操
  - 親子瑜伽運動
  - 初小自製劍球
  - 高小自製乒乓球板

- 引入**新興運動**，如軟式曲棍球、軟式藤球

# 主要視學結果(2) - 健康的生活方式

## 學校良好做法舉隅

### 優化上課時間表 豐富學習經歷

- 在**科目**層面，有小學**上午**為科目的課堂，**下午**為聯課活動和功課輔導時段。科目學習與聯課活動**緊密扣連**  
例如：數學科教授「認識貨幣」，下午讓學生進行「購物樂滿FUN」體驗活動
- 在**學校規劃**的層面，有中學增設的「**各級學習活動**」時段：
  - ❖ 「一人一體科藝」
  - ❖ 「藝術教育課」
  - ❖ 修讀應用學習課程



# 主要視學結果(2) - 健康的生活方式

## 學校良好做法舉隅



優化評估及  
課業政策/設計

- 部分星期五設「無功課日」
- 調整評估和默書安排，刪減評估次數

- 於長假期設計創意課業，讓學生自選主題設計與製作成品，例如學生發揮創意，設計「小小遊戲機」配合及宣傳正向教育，設計結合科學、環保及創意等不同的元素



我運用膠盒來做魚缸，然後以手工泥捏出不同的海洋生物，並加上萬字夾，又在海洋生物的底部寫上加分、減分的數字；然後以竹筷子、棉繩、磁石製作釣竿。最後便完成一個有趣的釣魚遊戲，讓我和弟弟一起玩。

# 主要視學結果(2) - 健康的生活方式

## 學校良好做法舉隅



重視群性社交發展：  
班級層面

### 班級經營

- 班級經營活動「挑戰月」的扭計骰及班際比賽
- 增設班際閃避球比賽、小息及午息桌遊活動等
- 有特殊學校於午膳後設「我們的時光」時段

### 3B Good Work

陳小明(1)	李小明(2)	張小明(3)	王小明(4)	阮小明(5)	
曾小明(6)	呂小明(7)	鄭小明(8)	汪小明(9)		
鄧小明(10)	龐小明(11)	徐小明(12)	朱小明(13)		
楊小明(14)	陳小明(15)	馬小明(16)	吳小明(17)	廖小明(18)	畢小明(19)

### 校園陳展

讓學生定期自選佳作張貼於課室壁報板，讓其他同學觀看

陳小明(1)

# 主要視學結果(2) - 健康的生活方式

學校良好做法舉隅：勉勵打氣語句



重視群性社交發展：  
班級層面



與你共渡難關！  
加油！

大家一起努力！

# 主要視學結果(2) - 健康的生活方式

## 學校良好做法舉隅



重視群性社交發展：  
學校層面

### 薪火相傳

- 專題研習中融入關愛學妹的元素：
- 學姐學習編織，於成果展示日教授學妹

### 校本主題曲

配合年度價值觀教育主題，學校創作校本主題曲《將心比心》並自行錄製音樂視頻

### 《將心比心》

作曲：香城小學

作詞：香城小學

編曲：香城小學

3:20

# 主要視學結果(2) - 健康的生活方式

## 學校良好做法舉隅



情緒管理及  
提升抗逆力



### 情緒管理

- 全校師生於早上的「**靜心時間**」一同進行**呼吸**和**放鬆練習**，有家長表示會與孩子在家中進行
- 學生進行紓壓體驗活動例如「**和諧粉彩畫**」、「**刮畫體驗**」

# 小結

# 健康的生活方式



優化評估及  
課業政策/設計



加強體育氛圍



釋放  
空間



加強群性  
社交發展



情緒管理及  
提升抗逆力