

前言

「成長的天空計劃（小學）」的「發展課程」是為全體小四至小六學生，提供一系列的抗逆素材，配合全方位學生輔導服務中的個人成長課，目的是提升學生的抗逆力，以面對成長的挑戰。教師可透過課堂活動的形式，讓學生學習及體驗有關「抗逆力」的基本知識及技巧，並轉化課堂有效的經驗到日常生活中加以應用。

本增潤課程的主題為「抗拒誘惑」，共有四個課節。目的是讓學生認識如何善用反思，以積極行動，對誘惑說「不」。受到誘惑時，他們可以運用有效的解難方法，不同的選擇可引致相反的結果，從而明白及認同「抗拒誘惑」的重要。本課程透過提供多元的情境及模擬練習，讓學生從互動活動及討論中，認識和應用一些拒絕的技巧。

我們鼓勵教師使用本課程及瀏覽更多相關網址的資源，增強學生的投入感及提升教學的效果。

教育局訓育及輔導組

二零一五年一月

成長的天空計劃(小學)

發展課程增潤主題：抗拒誘惑

對象：小五及小六學生

課節：共 4 教節 (每節 35 分鐘)

教節	教學目標
第一教節 「誘惑睇真 D」	1. 學生課後能說出：「誘惑」的定義，是未經自我反思及判斷，或在別人遊說下作出不當的行為； 2. 學生認識「不當行為」可引致不良的後果，明白及認同要抗拒誘惑。
第二教節 「向誘惑 SAY NO (一)」	1. 讓學生了解如何運用反思和判斷，在遇到誘惑時，作出不同的選擇及所得結果； 2. 引導學生能夠在模擬練習中，運用「解難四步曲」抗拒誘惑。
第三教節及第四 教節 「向誘惑 SAY NO (二)」	1. 學生能夠在不同的情境練習中，掌握運用「解難四步曲」抗拒誘惑； 2. 學生能夠運用積極及正面態度，對誘惑說「不」。

第一節

「誘惑睇真 D」

教學目標：	1. 學生課後能說出：「誘惑」的定義，是未經自我反思及判斷，或在別人遊說下作出不當的行為； 2. 學生認識「不當行為」可引致不良的後果，明白及認同要抗拒誘惑。
對 象：	小五至小六學生
建議時間：	1 教節(35 分鐘)
教 具：	10 張大白報紙、10 支箱頭筆及 1 卷膠紙， 「誘惑大追蹤」活動紙(兩人一張)及「誘惑大追蹤」答案紙

時間	教學步驟	注意事項
5 分鐘 引起動機	1. 學生兩人一組，每組獲派「誘惑大追蹤」活動紙，開始前不得翻閱，內有「好」、「壞」的行為敘述。教師說開始後，每組盡快圈出「壞」行為，最快圈出所有「壞」行為的一組為勝。 2. 老師核對答案，帶出主題—不少「不當行為」都是由「誘惑」所致，並帶出未能抗拒誘惑而作出「不當行為」，可引致一些不良的後果。	「誘惑大追蹤」大表及活動紙(兩人一張)
20 分鐘 內容發展	1. 誘惑睇真 D：教師解釋「誘惑」兩個字的意思 ● 板書「誘惑」在黑板上，並帶出「誘惑」是指未經自我反思及判斷，在別人遊說下去做出一些不當的行為，亦引動學生一起列舉一些學生日常生活經常遇到的例子，如偷竊、吸毒、賭博、網上罪行等； ● 通常因為自己的意志力薄弱，所以未能自我控制，經不起「誘惑」才作出「不當行為」；	

	● 最常見在遊說下墮入的「誘惑陷阱」例子包括：用金錢「誘惑」遊說年青人偷運毒品；用免費為藉口，「誘惑」你試食毒品、吸煙等； ● 同學要懂得分辨，有些「遊說」是善意的，是「義舉善行」，對當事人及/或別人都有益處，如捐款給公益金，做義工服務老人，則不應被視為「誘惑」。 2. 教師說故事：從前有一個「誘惑國」，罪惡滿城，國民都會「誘惑」別人做些不當的事情，如以糖果誘惑小孩偷取別人的金錢，或以金錢誘惑青少年作不法的勾當，如運毒、吸毒、販賣翻版碟、色情罪行等。現實生活中也有可能出現如「誘惑國」的情況，大家試想出一些實例，在誘惑下，小孩或青少年可能會做出甚麼不當的行為呢？ 3. 誘惑大搜查(分組活動) ● 4-6 人一組。 ● 教師請每組同學討論以下內容，並請一位組員記錄： (A) 試想出一些實例，在誘惑下，小孩或青少年可能會做出甚麼不當的事情，及 (B) 這些不當的行為可能會引致甚麼危機和後果。 ● 各組有八分鐘作討論，兩分鐘匯報。 4. 匯報 ● 教師請各組匯報，並作出提問及澄清。 ● 請學生分享自己在日常生活中是否有遇到大家所匯報的「誘惑」，以及面對的危機或後果。 ● 提醒同學，如被遊說的項目對當事人及/或別人都有益處的善行，如慈善賣旗籌款，則不被視為「誘惑」。 5. 教師續說：試想「誘惑國」國內會出現的問題和危機。 ● 教師先給學生十秒時間，讓學生想一想； ● 教師邀請學生分享意見； ● 教師板書學生所提出的問題並分類，包括對自己、對家人、對朋友、對社會等帶來的問題。	大白報紙、箱頭筆及膠紙
--	---	--------------------

10 分鐘 反思及總結	反思： ● 請同學以一分鐘時間，反思這課節令他們對「誘惑」和「自我反思」有何啟發。 ● 若我們在被遊說下身處「誘惑陷阱」的情況，而沒有作出任何反抗/改變，後果會是怎樣？ ● 教師邀請學生分享自己的經驗。 教師總結： ● 「誘惑」是在未經自我反思和判斷，或在別人遊說下，不經自己意志的控制去做一些不當的行為。 ● 我們不應去「誘惑」別人做不當的事情，同時我們要一起抗拒誘惑，加強自我反省和自制力，作出判斷，避免養成壞習慣或不當的行為。 ● 下一節，我們將會探討如何抗拒誘惑。	
--------------------------------------	--	--

~~完~~

「誘惑大追蹤」

請盡快用鉛筆圈出「壞」行為，最快圈出所有「壞」行為的一組為勝。

沉	迷	上	網	做	家	務	捐	贈	獻
扶	貧	學	絡	不	拾	遺	做	運	努
服	務	準	罪	濫	吸	食	毒	品	力
拾	當	時	行	用	心	讀	書	偷	竊
幫	遺	義	醫	藥	學	欺	講	大	話
舉	助	不	工	物	做	懲	凌	分	別
英	報	恐	報	做	好	虐	待	動	物
勇	嚇	罪	打	惑	尊	老	敬	師	長
救	逃	亂	惡	鬥	乾	欺	老	作	弊
人	生	學	手	賄	賂	勤	詐	工	作

「誘惑大追蹤」(答案)

沉	迷	上	網	做	家	務	捐	贈	獻
扶	貧	學	絡	不	拾	遺	做	運	努
服	務	準	罪	濫	吸	食	毒	品	力
拾	當	時	行	用	心	讀	書	偷	竊
幫	遺	義	醫	藥	學	欺	講	大	話
舉	助	不	工	物	做	懲	凌	分	別
英	報	恐	報	做	好	虐	待	動	物
勇	嚇	罪	打	惑	尊	老	敬	師	長
救	逃	亂	惡	鬥	乾	欺	老	作	弊
人	生	學	手	賄	賂	勤	詐	工	作

第二節

「向誘惑 SAY NO (一)」

教學目標：	1. 讓學生了解如何運用反思和判斷，在遇到誘惑時，作出不同的選擇及所得結果； 2. 引導學生能夠在模擬練習中，運用「解難四步曲」抗拒誘惑。
對 象：	小五至小六學生
建議時間：	1 教節(35 分鐘)
教 具：	1a 「好選擇」四大法 1b 「好選擇」四大法秘笈 1c 「好選擇」四大法秘笈示例

時間	教學步驟	注意事項
5 分鐘 引起動機	- 教師與學生重溫上一節內容： ● 上一節，我們探討了甚麼課題？ ● 「誘惑」是甚麼？ ● 「誘惑國」是個怎樣的國家？ ● 為什麼我們會難以抗拒「誘惑」？(如因未經反思和判斷、意志力薄弱，或被別人遊說，在面對「誘惑」下作出「不當行為」.....) ● 為什麼我們要抗拒「誘惑」(如未能抗拒誘惑而作出「不當行為」，可引致不良的後果和危機.....) - 同學自由作答。	

20 分鐘 內容發展	1. 教師續說故事：為避免出現「誘惑國」敗壞的情況，這國的王子決心改革，以建立一個「自律國」來抗拒誘惑，鼓勵國民自小便學會積極反思及正面態度分析判斷，面對誘惑時勇於作出行動，能善用「好選擇」四大法，為國家帶來很多益處。 2. 教師提問：你們知道甚麼是積極反思及正面態度分析，面對誘惑時勇於作出判斷及行動嗎？請學生自由作答。 3. 教師提問：你們想知道甚麼是「好選擇」四大法嗎？ 4. 教師出示「自律國」的「好選擇」四大法及作出簡介。 5. 教師扮演「誘惑國」王子，與學生一起運用「好選擇」四大法秘笈，去商討不同的方法抗拒「誘惑」，以及分析各種方法的好處及壞處。 6. 教師請同學以「X」及「✓」手勢表示自己的選擇。 7. 教師續說故事：由於「自律國」國民自小便學會了用積極反思及正面態度分析，面對誘惑時勇於作出判斷，相關的罪案因而大量減少。老師續闡釋「好選擇」四大法，如何能夠幫助一個人作出適當的選擇而不受誘惑。大家試估計「自律國」國民能為自己及國家帶來了甚麼益處？ ● 教師給學生十秒時間，讓學生想一想 ● 教師邀請學生分享意見 ● 教師板書學生所提出「自律國」國民為自己及國家帶來的益處	教師張貼 1a「好選擇」四大法 1b「好選擇」四大法秘笈 1c「好選擇」四大法秘笈示例
10 分鐘 反思及總結	1. 反思： ● 請同學以一分鐘時間，反思這課節令他們對抗拒「誘惑」有何啟發。 ● 教師邀請學生分享。 2. 教師總結： ● 遇到誘惑時，我們可以採用「好選擇」四大法去協助我們抗拒誘惑，而不同選擇會帶來不同的結果。 ● 我們應該用積極及正面的態度，勇敢地面對誘惑。	

~~完~~

「好選擇」四大法

遇到「誘惑」時先

停一停：我遇到的「誘惑」是甚麼？

想一想：我可以用甚麼方法/方式抗拒「誘惑」，多想不同的方法及不同方法的好處及壞處。

選一選：選出最可行的方法

做一做：採取行動及檢討

「好選擇」四大法秘笈

停一停 ：我遇到的「誘惑」是甚麼？			
想一想 ：我可以用甚麼方法/方式抗拒「誘惑」，多想不同方法及不同方法的好處及壞處。	方法/方式一	好處	壞處
	方法/方式二	好處	壞處
	方法/方式三	好處	壞處
	方法/方式四	好處	壞處
選一選 ：選出最可行的方法			
做一做 ：採取行動			

「好選擇」四大法秘笈示例

智抗「誘惑」

停一停：我遇到的「誘惑」是甚麼？ (「不當行為」引致的後果)	別人以遊戲點數咭，誘惑我偷取別人的手提電話 (偷竊是刑事罪行，經定罪可能要入獄)		
想一想：我可以用甚麼不同方法/方式抗拒「誘惑」，分析不同的好處及壞處。 (積極反思及正面分析)	方法一 直接拒絕，如「犯法的事我唔會做。」	好處 立場清晰	壞處 可能會得失/激怒誘惑者。
	方法二 借故離開，如「唔好意思，我有要事要立即離開。」說完後，立即離開現場。	好處 即時避開誘惑	壞處 可能會影響自己的誠信，以及受阻未必可以即時離去。
	方法三 反客為主，如「偷取別人的手提電話是不對的，如果你需要手提電話，不如我們一起想想有甚麼正當方法，如儲蓄零用錢來買手提電話。」	好處 可同時引導誘惑者如何正當地處理問題。	壞處 在商討過程中可能不敵誘惑者的遊說和誘惑，最終仍是偷取了別人的手提電話。
	方法四 假意應允，找機會求助，如一直拖延偷取別人的手提電話，直至找到可信任的成年人，即時向成年人求助。	好處 可避免誘惑者傷害自己，在不必犯法及安全情況下求助。	壞處 可能會被識破；或可信任的成年人未能及時出現，則無法求助。

選一選：選出最可行的方法 (面對誘惑時 勇於作出判斷)	「方法一」 加 「方法二」 (清晰判斷： 1. 不會以身試法， 2. 即時離開免受誘惑干擾)
做一做：採取行動 (自我控制 實踐意志力)	「犯法的事我唔會做。唔好意思，我有要事要立即離開。」 說完後立即離開現場。 (行動實踐)

第三節及第四節

「向誘惑 SAY NO (二)」

教學目標：	1. 學生能夠在不同的情境練習中，掌握運用「解難四步曲」抗拒誘惑； 2. 學生能夠運用積極及正面態度，對誘惑說「不」。
對 象：	小五至小六學生
建議時間：	2 教節 (70 分鐘)，如未能在雙連課節中進行，教師按情況在上節完成兩個情境的表演及討論，在下節完成其他情境。
教 具：	1a「好選擇」四大法 1b「好選擇」四大法秘笈 2 情境一至情境五

時間	教學步驟	注意事項
5 分鐘 引起動機	- 教師與學生重溫上一節內容： ● 上一節，我們探討了甚麼課題？ ● 「自律國」國民是怎樣抗拒「誘惑」的？ ● 「好選擇」四大法是甚麼？ - 同學自由作答。	教師張貼 1a「好選擇」 四大法
55 分鐘 內容發展	- 教師續說故事：「誘惑國」與「自律國」的國民有什麼不同？我們要學「自律國」的國民，應用積極反思及正面態度分析，以「好選擇」四大法，抗拒誘惑。 - 智破誘惑 (分組活動) ● 4-6 人一組。 ● 教師派發每組一個誘惑情境，請每組同學利用「好選擇」四大法，討論不同抗拒方法，紀錄在「好選擇」四大法秘笈上，並安排同學接受挑戰。	1b「好選擇」 四大法秘笈

	● 各組有十分鐘作討論及排練。 ● 教師扮演誘惑者，按每組情境考驗學生所選擇的抗拒方法，請其他同學表達意見。 ● 請其他同學以「X」及「✓」手勢，表示認為他們能否成功抗拒誘惑。 ● 得到最多「✓」手勢的一組為勝。	
10 分鐘 反思及總結	1. 反思： ● 請同學以一分鐘時間反思這課節令他們對抗拒「誘惑」有何啟發，自己在抗拒「誘惑」的經歷及運用「好選擇」四大法等。 ● 教師邀請學生分享。 2. 教師總結： ● 遇到誘惑時，我們可以選擇不同的方法去抗拒，而不同選擇會帶來所得結果。 ● 我們應該用積極反思及正面態度分析和判斷，面對誘惑。 ● 我相信每位同學都可以成功抗拒誘惑，付諸實行。	

~~完~~

「誘惑」情境一

一天，你和家人發生誤會，心情欠佳。鄰居阿聰主動上前慰問，並從褲袋中掏出兩粒藥丸給你，聲稱服後不但能解愁，而且絕無副作用。然後，他在你面前即時吞服一粒，還表示你如果不吃便不算朋友。這一刻，你會...

「誘惑」情境二

今天是期考前溫習日，不用上課。家人一一上班、上學，家裏就只有你一人。面對着電腦屏幕，同學打電話來邀請你上網打 ONLINE GAME。想起精彩的電腦遊戲，你會...

「誘惑」情境三

你一直渴望得到一部手提電話，可是家裏負擔不起。這時，同學樂玲正展示手上的新型號手機，並告訴你那是陪朋友看戲後的報酬。她說每次陪朋友單獨約會後，都會收到名貴禮物，認為既可玩樂又有報酬，一舉兩得。於是，她提議給你介紹朋友。對於這個提議，你會...

「誘惑」情境四

下周舉行優秀風紀選舉，其中一名候選人向你表示，只要你聯同另外三位同學，把所有選票都投給他，每人便會獲贈漢堡飽一個。對於這個要求，你會...

「誘惑」情境五

你答應了家人，學校旅行完畢後便立刻回家，可是同學卻想約你「唱K」，你會...

網上參考資料：

1. 教育局訓育及輔導組(2013) 《[個人成長教育資源](#)》
<http://www.edb.gov.hk/tc/teacher/student-guidance-discipline-services/gd-resources/resources-personal-growth-edu/resources-personal-growth-edu.html>
 - 《[堅拒吸食危害精神毒品教材套](#)》
 - 《[預防上網成癮](#)》
2. 教育局德育、公民及國民教育組(2010) 《[堅守原則·敢去 SAY NO](#)》
<http://cd1.edb.hkedcity.net/cd/mcne/sayno/index.html>
3. 教育局教育電視(2006) 《[教育電視 — 「偷來的快樂」](#)》
http://resources.hkedcity.net/resource_detail.php?rid=1012447734
4. 衛生署學生與健康服務(2010) 《[約會與戀愛](#)》
http://www.studenthealth.gov.hk/tc_chi/resources/resources_bl/files/lf_se_en_lo.pdf
5. 香港特別行政區政府資訊安全網頁 《[青少年及學生篇](#)》
http://www.infosec.gov.hk/tc_chi/youngsters/youngsters.html
6. 廉政公署德育資源網頁 《[「堅守原則」教案系列](#)》
<http://www.me.icac.hk/tc/search2.aspx?sltopic=54>
7. 保安局禁毒處網頁 《[禁毒資訊和資源](#)》
http://www.nd.gov.hk/tc/antidrug_resources.htm

鳴 謝

承蒙以下學校參與試教「成長的天空計劃(小學)」發展課程
增潤主題 – 「抗拒誘惑」，謹此致謝：

(排名以筆畫序)

天水圍天主教小學

伊利沙伯舊生會小學(分校)

保良局陳溢小學

香海正覺蓮社佛教陳式宏學校

基督教宣道會徐澤林紀念小學

通德學校

嗇色園主辦可銘學校

興德學校