



「建立正面價值 關顧學生成長」分享會(中學)
南屯門官立中學經驗分享
「感恩珍惜 · 積極樂觀：同你講 · 陪你闖」



南屯門官立中學
South Tuen Mun Government Secondary School

Welcome 歡迎

前言





南屯門官立中學

South Tuen Mun Government Secondary School

疫情前

學生與他人
緊密聯繫
(Well-Connected)

學生在疫情影響下

與同學、老師、學校甚或社區
「斷」聯或失聯 (Disconnected)



Missing
Piece





學校如何

- 引導學生拉近學生與各界的聯繫？
- 由現時的「斷」聯 / 「失」聯轉為「再」繫？
- 如向優化成為「緊密」聯繫 (Well-Connected) ？

學校面對
的挑戰



南屯門官立中學

South Tuen Mun Government Secondary School

思考一

- 具備宏觀的視野
- 投入專注的意念

學校面對
的挑戰



思考二：戰略性思維

- 確定真正的问题/目標
- 盤點現有的資源
- 制定計劃、讓每個人
適才適所
- 避免錯配：用了錯誤的人、放上錯誤的位置、得出錯誤的計劃

學校面對
的挑戰



南屯門官立中學
South Tuen Mun Government Secondary School

Welcome 歡迎

第一章 艱難與困局

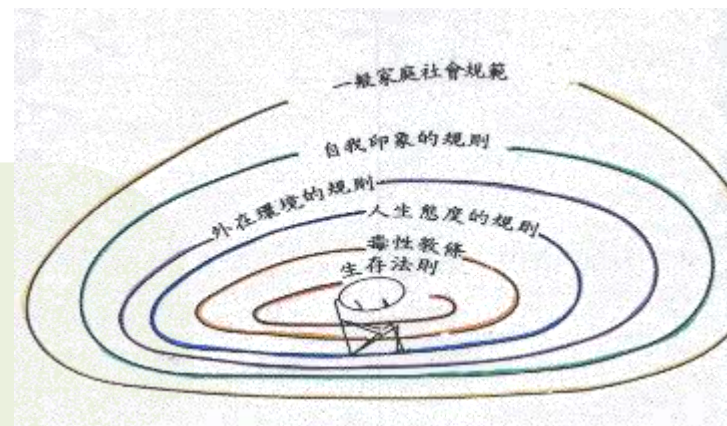




長期疫情下導致學生出現「成長5困」

第1困 - 身心發展困難

- 學習困難重重
- 課外活動也受到限制
- 不能開展全方位學習項目
- 校隊、會社營運艱難
- 削弱學生自尊/自信心
- 身心發展受到影響





第2困 - 情緒發展困難

根據香港青年協會2021年11月公布的
「學生情緒及健康狀況」調查結果：

- 在將近4000名受訪學生中，愈48%
壓力指數屬偏高水平
- 長時間停課令同學毋須依照既定時
間表學習及生活，沒有家長監管，
- 同學的作息節奏被打亂，
- 繼而影響情緒發展。



按照香港肥胖學會的調查，在第五波疫情下，36%受訪者的體重較2019年底增加一成。

第3困 - 身體健康困難

- 疫情嚴峻時學生留家抗疫，
 - **運動量**較疫情前大減，
 - 影響同學的**身體健康**。
- 學生亦因**缺乏運動**而日漸肥胖，
 - 直接**影響自尊自信**
- 由於體能轉差，同學較低動力進行運動，以致肥胖問題陷入**惡性循環**。



第4困 - 人際社交困難

疫情下**缺乏面對面的溝通**

- 在人際關係方面感困惑和面對壓力，
- 出現**疏離感**，未能與同儕建立關係，
- 不能培養對學校的歸屬感，經常感到**孤單和迷惑**。

第4困 - 人際社交困難

- 部份同學因長時間佩戴口罩而產生了「口罩依賴症」
- 把喜、怒、哀、樂收藏，將自己困在安舒區內
- 拒絕向他人表達自己及展露真我，深化同學的人際社交問題。



第5困 – 學業追趕困難

疫情導致學校的「學、教、評」

模式有顯著的轉變

- 網課較面授課的**成效不足**
- 受制於電腦設備，部分學生的**學習動機及學習成效低**，遇學習困難亦較**難尋求師長及同儕協助**。
- 對於**缺乏科技支援**的同學，情況更加惡劣。



南屯門官立中學
South Tuen Mun Government Secondary School

Welcome 歡迎

第二章 尋覓與探索





尋覓與探索

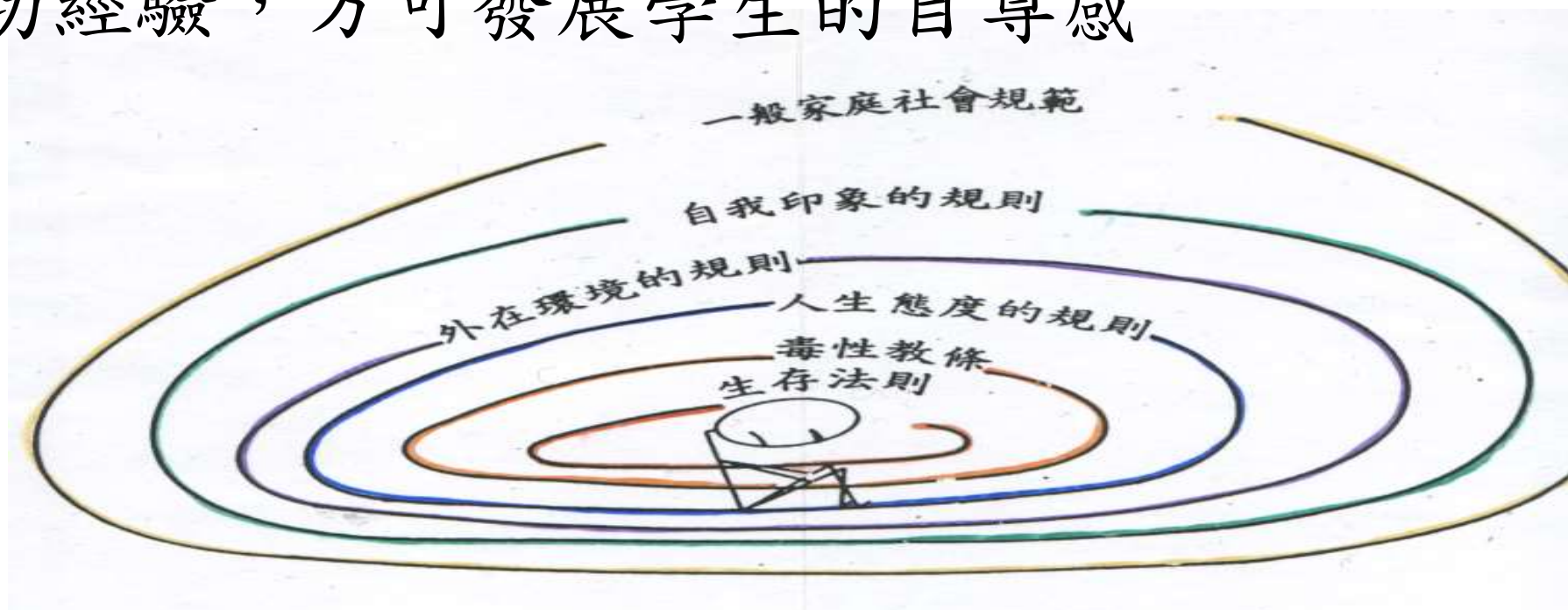




出路(一)譜出「再繫」樂章框架

利用諸般途徑全面提升學生的「自尊感」

照顧學生差異，為不同能力的學生創設成功經驗，方可發展學生的自尊感



夢想



建立正面價值 關顧學生成長



南屯門官立中學

South Tuen Mun Government Secondary School

思考一

- 具備宏觀的視野
- 投入專注的意念

學校面對
的挑戰



南屯門官立中學

South Tuen Mun Government Secondary School

出路(一)譜出「再繫」樂章框架

利用諸般途徑全面提升學生的

「自尊五感」

南屯官教學團隊深信照顧學生差異，為不同能力的學生創設成功經驗，方可發展學生的自尊五感



南屯門官立中學
South Tuen Mun Government Secondary School

Welcome 歡迎

獨特感

能力感

方向感

安全感

聯繫感



南屯門官立中學

South Tuen Mun Government Secondary School

思考一

- 具備宏觀的視野
- 投入專注的意念

學校面對
的挑戰



南屯門官立中學

South Tuen Mun Government Secondary School

出路(二)感恩珍惜·積極樂觀-全方位學習活動框架

1. 活出積極·育出新苗
2. 畫出彩虹·舞出樂觀
3. 奏出感恩·唱出希望
4. 動出堅毅·STEM出創意
5. 學會傳承·行出關愛

期望此舉能為同學提供更多元的全方位學習發展空間及機會，引領他們尋夢、追夢。





南屯門官立中學

South Tuen Mun Government Secondary School

出路(二) 感恩珍惜·積極樂觀全方位學習活動框架

活出積極 · 育出新苗

透過多元體驗活動，

幫助學生建立誠信守法和積極正面的價值觀，

讓他們在充滿愛與尊重的環境中茁壯成長。

讓他們在充滿愛與尊重的環境中茁壯成長。



南屯門官立中學

South Tuen Mun Government Secondary School

活動介紹 - 德育活動 - 全港中學德育活動比賽 (法治專題 - 南屯門區)

「積極人生、勤學求真」 德育專題賽

透過一連串活動及障礙比賽，向參與同學灌輸「積極人生、勤學求真」之意義，並發揚各樣團隊合作精神的活動，增進師生關係和同學彼此間之友誼，加強各級同學對學校歸屬感之餘，一同樹立良好校風。各項活動分四個組別進行，各組別均設冠軍、亞軍、季軍及殿軍。每組可獲得其中一組獎狀及「真獎」，而「真獎」遊戲所得之分數則會變換計算。各組在進行「真獎」遊戲活動中，必須聽取班主任一同參與並完成該項活動。每項比賽前均有負責老師講解外，亦有高年級之大哥哥、大姐姐作示範。



活動介紹 - 德育活動 - 全港中學德育活動比賽 (法治專題 - 南屯門區)

「創高峰、求突破」 校園領袖訓練計劃

南屯門於2021/22年度首次推行「創高峰、求突破」校園領袖訓練計劃，以提升高中校園領袖的領導才能，增進同學的自信認識和提升自己的社交技巧。領袖訓練計劃提供多元化的訓練機會，包括啟蒙、專題演講、領袖培訓工作坊、個案研討、小組遊戲及小組討論等。期望同學藉著參與課本以外的生活體驗，為學習多作反思，從而建立一個積極的人生觀以勇敢面對困難與挑戰，成為一個獨立、自信及有責任感的校園領袖。在未來的日子，學校將會繼續舉辦「創高峰、求突破」校園領袖訓練計劃，為同學準備對生活上的挑戰，為他們創設成功機會。





南屯門官立中學

South Tuen Mun Government Secondary School

出路(二) 感恩珍惜·積極樂觀全方位學習活動框架

畫出彩虹·舞出樂觀

透過藝術創作和舞蹈體驗，發掘學生的演藝才華，
讓他們發揮無窮創意，從中培養樂觀積極的品格。

讓他們發揮無窮創意，從中培養樂觀積極的品格。



南屯門官立中學

South Tuen Mun Government Secondary School



「四社正向教育雙星」工作坊

校務科應用「全方位學習策略」，聯誼聯誼舉辦「四社正向教育雙星」工作坊，讓同學透過繪畫牆上的大型雙星計劃動而靜作的興趣，建立個人多元智能，並將正向教育元素融入校園當中，為學生創設雙星的教育，這是承蒙同學的回應，在美化校園的同時，參與學生對學校的歸屬感亦有所提升。



學校管理委員會主席和一位委員為「四社正向教育雙星」揭幕



創藝陶泥製作展

為協助學生走出疫情的低潮，南屯門官立中學推行藝術治療，並應用「全方位學習策略」，聯誼聯誼舉行「創藝陶泥製作展」，讓同學在親手製作陶泥的過程中靜下心來，舒緩不安的情緒。此外，同學在過程中培養欣賞藝術作品的習慣，發揮創意及發展潛能。



中國舞

同學們對中國舞的一腔熱誠，促使南屯中國舞蹈隊於2019年成立。中國舞為民族特色，其文化底蘊深厚，透過中國舞訓練，同學培養獨特獨特的個人氣質並學習團隊合作。學校應用「全方位學習策略」聯誼聯誼，聯誼聯誼及道具，中國舞訓練是中國文化及亞洲中國舞等公開場合演出。未來學校將為學員提供練習及表演的機會，發揮同學的舞蹈天賦。





南屯門官立中學

South Tuen Mun Government Secondary School

出路(二)感恩珍惜·積極樂觀-全方位學習活動框架

奏出感恩 · 唱出希望

藉著音樂薰陶，提升學生的品德修養，
建立自信，培養感恩珍惜的生活態度。

藉著音樂薰陶，提升學生的品德修養，
建立自信，培養感恩珍惜的生活態度。



南屯門官立中學

South Tuen Mun Government Secondary School

德育分層、積極參與——全方位學習活動分享（黃山儀攝、鍾志華攝）



南屯步操樂團

南屯步操樂團於2020年正式成立，結合步操與樂器演奏，讓同學透過音樂提升專注力、自信心及團隊合作精神。學校運用「全方位學習深點」課程培訓及擴充樂器。目前已有十多位學員接受訓練。疫情期間，步操樂團仍努力訓練，過往曾於「中一暑期音樂課程結業禮暨學生及家長感謝日」作出表演。未來學校會加強更多資源，讓步操樂團於大型活動、節日、校慶會、開放日及屯門社區有表演的機會。



德育分層、積極參與——全方位學習活動分享（黃山儀攝、鍾志華攝）



中樂團

南屯中樂團早在開校初期已成立，透過中樂培訓，加強同學對中國文化的認識，並提高同學的藝術素養。近年開設的中樂班涵蓋二胡、琵琶、琵琶、揚琴、古箏及笛子等。學校運用「全方位學習深點」將該班樂器，在疫情期間透過ZOOM學習，而同學努力演奏的作品亦已編成一個ZOOM表演片段，於各個慶賀場合播放。未來學校將會推行「一生一樂器」訓練，為同學提供更優質的樂器訓練，提高學生視野。

粵語歌壇

南屯粵語KArea樂隊於2020年正式成立，透過樂隊自身的機會，培養同學欣賞音樂及演奏的能力以及提升他們的演奏技巧。學校運用「全方位學習深點」課程培訓，目前參加學生眾多，除開音樂節節目、同學匯、升中匯、飛躍舞台等場合表演，未來學校將創造更多的表演及參與機會，讓同學踴躍參與學校演出，從而有更多實踐機會，發揮音樂才華。





南屯門官立中學

South Tuen Mun Government Secondary School

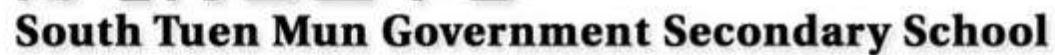
出路(二)感恩珍惜·積極樂觀-全方位學習活動框架

動出堅毅 · STEM出創意

發展多元體育運動，

培養學生不屈不撓的精神和超越勝敗的心胸；
並藉著推廣STEM教育，啟發學生的創意思維，
發揮潛能。

發揮潛能。



解凍盤是一個密封的合金製成的圓盤，其厚度以兩毫米作為基礎，並有解凍能力。解凍盤的原料為尼龍及玻璃片，因此，被擊中身體也不會受傷。

[illegible]



南屯門官立中學

South Tuen Mun Government Secondary School

出路(二)感恩珍惜·積極樂觀-全方位學習活動框架

學會傳承 · 行出關愛

藉全方位學習活動，
讓學生傳承和弘揚優秀的中國傳統文化和美德，
提升國民身份認同，共同締造一個接納、
包容和關愛的校園氛圍。

包容和關愛的校園氛圍。



南屯門官立中學

South Tuen Mun Government Secondary School



中國文化周及中國傳統藝術 舞龍舞台大匯演

設立中國文化周的目的為提升學生學習中國歷史及中華文化的興趣，讓同學透過參與一系列的傳統民間技藝學習活動，包括剪紙、中國結、書法、黏土公仔製作及墨韻遠等，從中欣賞及傳承中國文化這座卓越的優秀特異。當中的「中國傳統藝術向國際社會推廣」項目，結合了不同的表演和活動，包括中華舞及中國傳統舞的表演、國樂演奏、「新春聯歡」真人版猜大行動以及師生繪畫比賽及粵劇文化。主辦學校包括中國歷史科、中國文化學科、商業科等學科。學生會及校園電視台等。活動多姿多彩，好評如潮。



在第三、四活動課節，學生在陳冠輝校長、副校長及一系列隨班老師的主持下，我們特別學生與長者互動，令人欣喜。即使在疫情下未有真實接觸，學生透過互動將製作節節讓長者觀看，我們看到學生用心聆聽資料，認真設計燈籠、書法及剪紙等，仔細聆聽樂曲等等。他們的努力得到長者的認可，讓訪、同學於長者共同度過愉快的40分鐘。長者在這段中表示非常欣賞南屯門的學生，這裡真的達到「時代共融」。學生在完成整個學習計劃後，為他們提供成熟、實動活動更理解，這確實是一個難得的過程。

我們期望學生除了增長學科知識外，還能將長者寶貴的人生經驗融入生活，更將與長者相處的經驗在平日實踐，學懂關懷家中長輩，日後更應協助老耆，守望相助的態度，建立回饋精神，促進學問。





出路(三)靈活課程安排

山不轉路轉
路不轉人轉
人不轉心轉
V L 輪 心 輪



出路(三)靈活課程安排

- 透過**正規**、**非正規**和**滲透式**課程策劃活動
- 在課程構思與規劃中，令學生更「投入」學習
- 南屯官竭力優化課程構思與規劃，以提升同學的學習動機及效能。



南屯門官立中學

South Tuen Mun Government Secondary School

主題式學習：南官齊來賀中秋



靈活課程安排



南屯門官立中學

South Tuen Mun Government Secondary School



靈活課程安排

主題式學習：
南官齊來賀中秋
－ 推廣國安教育

聯
繫
感



主題式學習：
南官齊來賀中秋
→ 信任與關愛





南屯門官立中學

South Tuen Mun Government Secondary School

模型船競速挑戰賽



方向感

推廣國安教育



南屯門官立中學

South Tuen Mun Government Secondary School

南官洗白白

能力感



建立正面價值 關顧學生成長



南屯門官立中學

South Tuen Mun Government Secondary School



聯繫感



南
官
洗
白
白



南屯門官立中學

South Tuen Mun Government Secondary School



獨特感



方向感





南屯門官立中學

South Tuen Mun Government Secondary School





南屯門官立中學

South Tuen Mun Government Secondary School





南屯門官立中學

South Tuen Mun Government Secondary School





南屯門官立中學

South Tuen Mun Government Secondary School





南屯門官立中學

South Tuen Mun Government Secondary School

建立正面價值 關顧學生成長





南屯門官立中學

South Tuen Mun Government Secondary School

慶祝香港回歸25周年暨世界和平書法日



建立正面價值
關顧學生成長



南屯門官立中學

South Tuen Mun Government Secondary School

慶祝香港回歸25周年暨 世界和平書法日



洗滌心靈，
寧神靜氣，
發放正能量。



南屯門官立中學

South Tuen Mun Government Secondary School

慶祝香港回歸25周年暨世界和平書法日



教育局局長蔡若蓮博士：有機會與大家一起見證師生齊心協力，用我國書法，創造世界紀錄的歷史時刻。

滲透式灌輸家國情懷



南屯門官立中學
South Tuen Mun Government Secondary School

Welcome 歡迎

第三章 實戰與突破





南屯門官立中學

South Tuen Mun Government Secondary School

思考一

- 具備宏觀的視野
- 投入專注的意念

學校面對
的挑戰



南屯門官立中學
South Tuen Mun Government Secondary School

Welcome 歡迎

實戰經驗分享 (1)

樂TEEN行動





實戰(一)

感恩珍惜·積極樂觀：同你講、陪你闖 樂TEEN行動

- 2022年5月恢復面授課後，學校即時為
S1-S5學生安排「**樂TEEN行動**」適應活動
- 透過不同的個人及群體活動，向學生宣揚
感恩珍惜、積極樂觀的人生價值觀及態度



實戰(一) 感恩珍惜·積極樂觀：同你講、陪你闖 樂TEEN行動

- 讓在場的老師、輔導組老師及社工識別有情緒需要的學生並作出跟進。
- 為舒緩同學緊張的情緒，全體老師於復課首周不會要求學生即時補齊欠交的課業，待同學適應學習節奏後才再作跟進。



南屯門官立中學
South Tuen Mun Government Secondary School

同你講、陪你闖





南屯門官立中學

South Tuen Mun Government Secondary School



感恩
珍惜
積極
樂觀





南屯門官立中學

South Tuen Mun Government Secondary School



感恩珍惜
積極樂觀





南屯門官立中學
South Tuen Mun Government Secondary School



建立正面價值 關顧學生成長



南屯門官立中學

South Tuen Mun Government Secondary School





南屯門官立中學

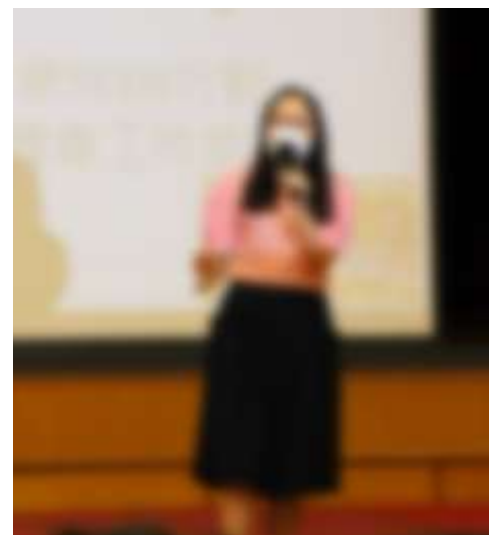
South Tuen Mun Government Secondary School





南屯門官立中學

South Tuen Mun Government Secondary School





南屯門官立中學

South Tuen Mun Government Secondary School



感恩
珍惜
積極
樂觀





南屯門官立中學
South Tuen Mun Government Secondary School





南屯門官立中學

South Tuen Mun Government Secondary School





南屯門官立中學
South Tuen Mun Government Secondary School





南屯門官立中學

South Tuen Mun Government Secondary School





南屯門官立中學
South Tuen Mun Government Secondary School





南屯門官立中學

South Tuen Mun Government Secondary School





南屯門官立中學

South Tuen Mun Government Secondary School





南屯門官立中學

South Tuen Mun Government Secondary School





南屯門官立中學

South Tuen Mun Government Secondary School



感恩
珍惜
積極
樂觀





南屯門官立中學

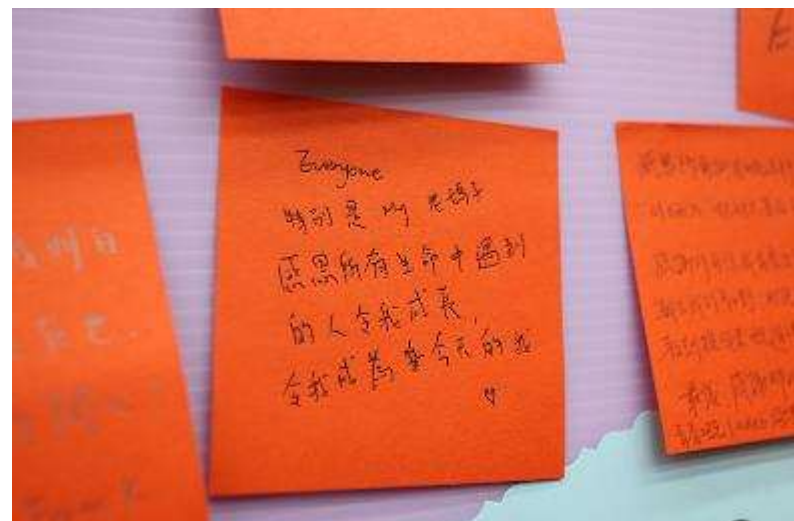
South Tuen Mun Government Secondary School





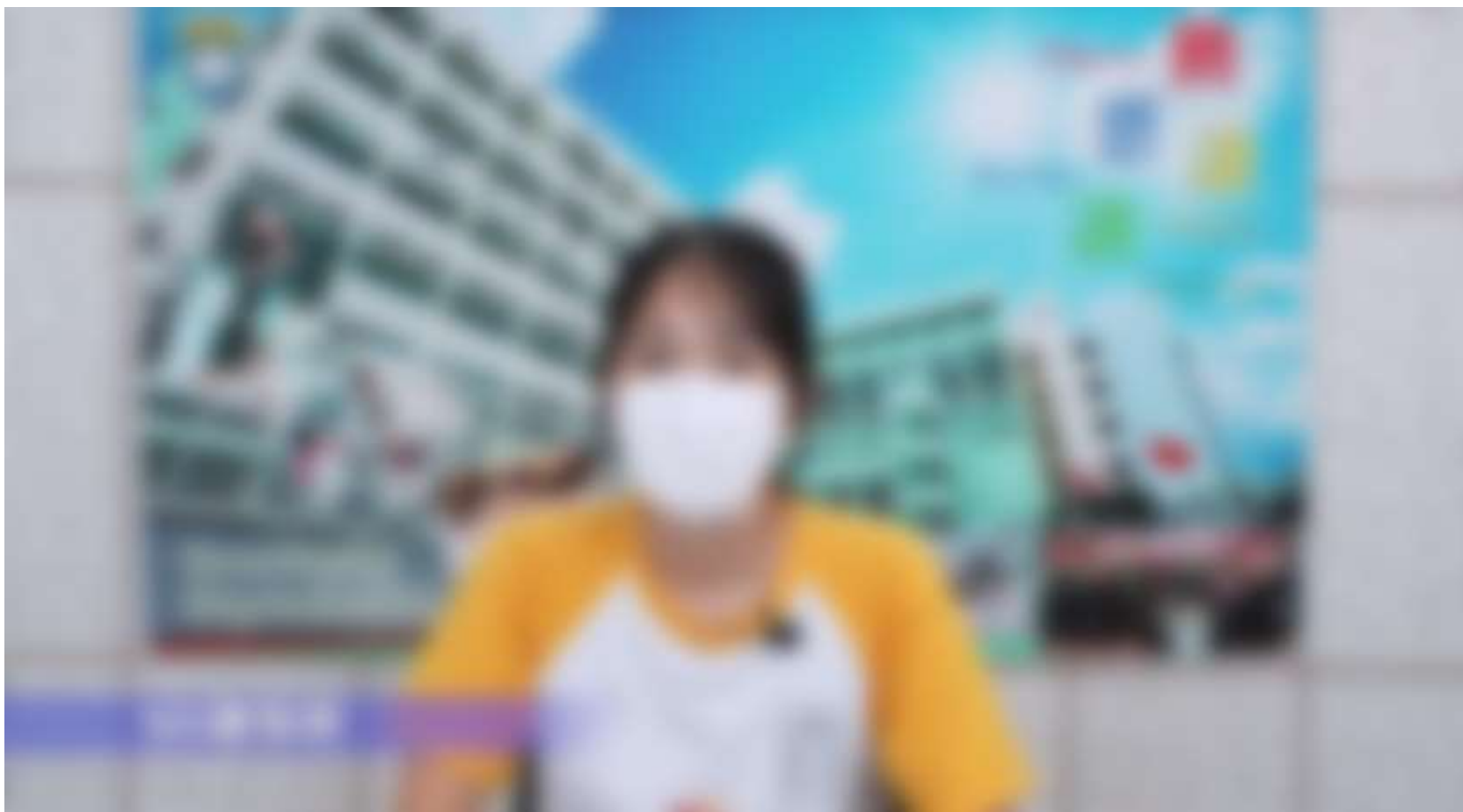
南屯門官立中學

South Tuen Mun Government Secondary School





南屯門官立中學
South Tuen Mun Government Secondary School



同學分享



南屯門官立中學
South Tuen Mun Government Secondary School

Welcome 歡迎

實戰經驗分享 (2)

歡度「挫」節





實戰(三)舉辦挫折/失敗周，提升同學的抗逆力

- 學校於挫折周舉行一系列指導學生衝破逆境的活動
- 鼓勵同學正視自己的情緒需要並積極抗逆。



1. 如何推廣正面文化

1. 中、英文科：邀請學生以歡渡挫折為題撰寫中、英文文章
2. 班主任節：教師及學生在班內分享面對挫折的經歷、校長及老師在全校層面分享相關經歷
3. 體育科：舉辦歡度「挫」節分享環節，邀請2009東亞運動會男子雙人花式單車金牌得主盧廷軒先生到校分享挫折的經驗



1. 如何推廣正面文化

1. 視藝科：指引學生繪畫載有鼓勵金句的粉彩畫
2. 設「挫折長廊」：展示學生優秀作品，包括粉彩畫及中英文文章



南屯門官立中學

South Tuen Mun Government Secondary School





南屯門官立中學

South Tuen Mun Government Secondary School





南屯門官立中學

South Tuen Mun Government Secondary School





南屯門官立中學

South Tuen Mun Government Secondary School





南屯門官立中學

South Tuen Mun Government Secondary School





南屯門官立中學

South Tuen Mun Government Secondary School





南屯門官立中學

South Tuen Mun Government Secondary School





南屯門官立中學

South Tuen Mun Government Secondary School

2022-06-21 歡度「挫」節

校長、老師、學生挫折齊分享





南屯門官立中學

South Tuen Mun Government Secondary School

2022-06-23 歡度「挫」節 III

各班師生分享挫折經驗，彼此鼓勵！





南屯門官立中學

South Tuen Mun Government Secondary School





南屯門官立中學

South Tuen Mun Government Secondary School





南屯門官立中學

South Tuen Mun Government Secondary School





南屯門官立中學

South Tuen Mun Government Secondary School





南屯門官立中學

South Tuen Mun Government Secondary School





南屯門官立中學

South Tuen Mun Government Secondary School

2022-07我和「挫折」有個約會 南官挫折長廊





南屯門官立中學

South Tuen Mun Government Secondary School





南屯門官立中學

South Tuen Mun Government Secondary School





南屯門官立中學

South Tuen Mun Government Secondary School





南屯門官立中學

South Tuen Mun Government Secondary School

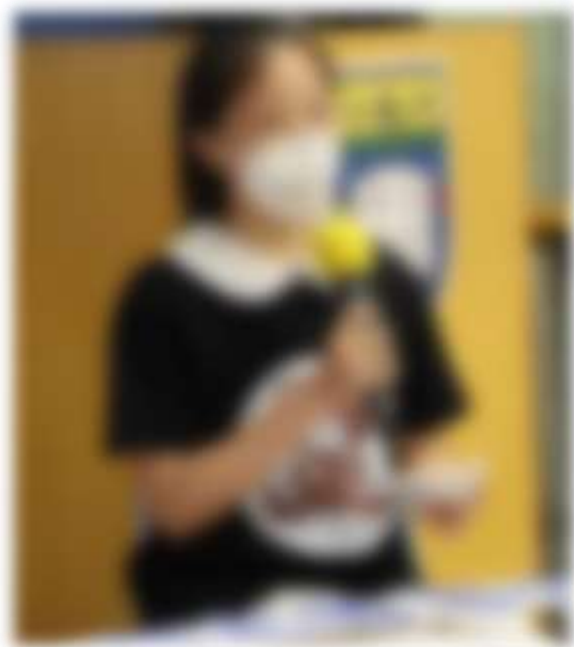
2022-07-06 歡度「挫」節 - 我和總監有個約會





南屯門官立中學

South Tuen Mun Government Secondary School



同學及家長
分享





南屯門官立中學

South Tuen Mun Government Secondary School

2022-06-15 歡度「挫」節 - 東亞運動會金牌得主和南官校隊如何看挫折及失敗





南屯門官立中學

South Tuen Mun Government Secondary School

聯繫感



能力感



安全感

方向感



獨特感



南屯門官立中學

South Tuen Mun Government Secondary School





南屯門官立中學

South Tuen Mun Government Secondary School





南屯門官立中學

South Tuen Mun Government Secondary School





南屯門官立中學
South Tuen Mun Government Secondary School

Welcome 歡迎

結語





大家要有4條 “Aces”

警覺性 (Awareness)

- 留意學生的表現、
- 關心學生的生活，
- 若察覺有異常，主動向學生了解並適時提供協助甚至是轉介。

敏銳度 (Acuity)

- 增強學生對人和事的敏感度和觀察力
- 待人之道
- 讓學生能夠透過推敲、思考及分析解決問題
- 並透過清晰、合宜的方法表達自己的想法
- 從而提升解難及社交能力。



大家要有4條 “Aces”

情意 (Affection)

- 加強學生對人、事、物的感覺
- 推動他們的情緒、態度、興趣、鑑賞等方面的學習，
- 重視同學的情意發展，讓他們更好的與人連繫。

連結 (Attachment)

- 製造機會讓學生能與同儕、老師、學校、鄰舍以及社區建立連結
- 增加他們各方面的連繫感及歸屬感。



南屯門官立中學

South Tuen Mun Government Secondary School

Concluding Remarks

Peace Time Management,

War Time Leadership.

Do the things Right

VS

Do the Right things



南屯門官立中學
South Tuen Mun Government Secondary School

THANK YOU



Sincerity

懇

Diligence

勤

讓

謙

Generosity

Modesty



Learn with Zest
Strive for Excellence

「建立正面價值 關顧學生成長」分享會(中學)

南屯門官立中學經驗分享

「感恩珍惜 · 積極樂觀：同你講 · 陪你闖」