

教育局

<防患於未然
新生適應課程研討會>

日期：2017年02月17日

<中一適應課程， 加強新生抗逆力>

日期：2017年02月17日

伯裘書院
伯裘書院

黃穎東校長
馮順寧助理校長

伯裘書院 中一新生適應課程

課程理念及目的：

- 舒緩 / 減低小學同學對升中的憂慮
- 更深入認識學校
- 建立開學後的支援網絡
- 為升中後課程及生涯規劃作準備

- 日期：(為期三週)七月中至七月底，八月中
- 時間：每天早上9：00 – 12：30
- 地點：學校 / 參觀及校外活動地點 (親子旅行、大學參觀等)

課程設計的原則：

- 時間：不少於三週
- 校內老師及同學 (小導師計劃) 參與
- 全體升中學生之參與

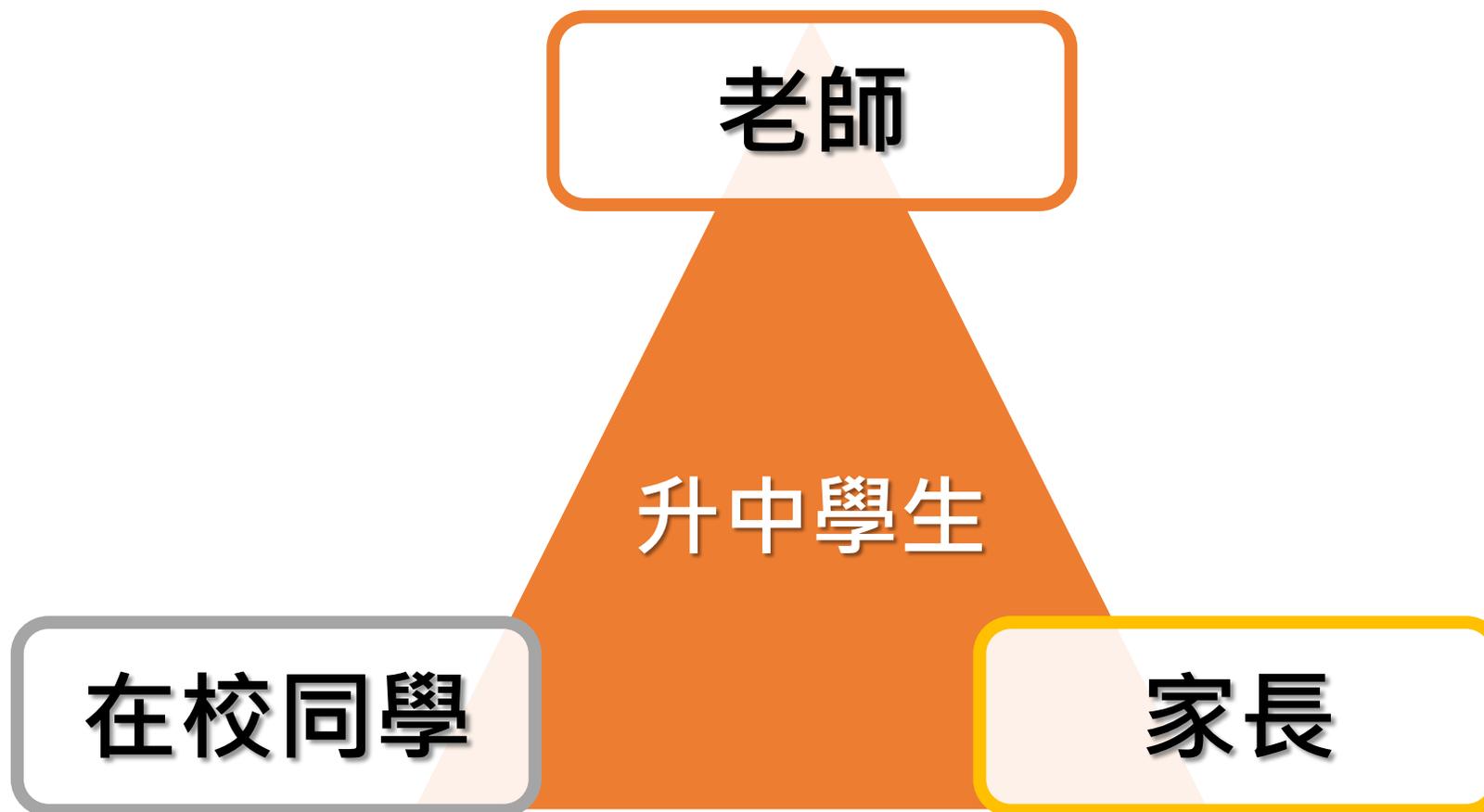
課程內容的設計：



課程計劃之流程：

	流程
五月中	課程主題及設計
六月初	落實課程內容 / 招募小導師
六月尾	小導師訓練過程
七月初	向升中家長介紹課程
七月中	為期兩週之課程 (親子旅遊)
八月中	頒獎典禮準備 (為期一週)
八月尾	頒獎暨結業典禮
九月中	課程檢討

課程中持份者的參與：



	老師	在校學生	升中學生	家長
課程設計	✓			
小導師受訓	✓	✓		
課程推行	✓	✓	✓	✓
頒獎典禮	✓	✓	✓	✓
課程檢討	✓			

資源運用：

-
- **人力資源：**
 - 老師 (暑期工作分配)
 - 高年級同學
 - 校外支援機構
 - **財政資源：**
 - 小導師津貼
 - 聘請校外機構費用
 - 獎學金

(以2016年為例，約為\$65,000)
-

升中暑期適應課程

2016 - 2017

主題：夢想啟航 讓“你”飛翔

主題概念的由來：

升中學生的憂慮：

我有信心面對中學的課程和學習生活嗎？

我擔心自己沒有朋友……

家長的憂慮：

我應否放手讓我的子女嘗試？

我的子女真的做到嗎？

課程方向：

中一入學前

確立目標 提升自信 懂得反思

為日後生涯規劃作出準備 加強抗逆力

課程架構：



課程前的準備 – 中一新生家長會

小組交流(家長、老師、小導師、校友)

90%家長參與

介紹活動內容及目的

上年度中一學生及家長分享

課程內容：

(配合學校本身課程及人生規劃、體驗式學習、6年學習生涯)

主題	日期	項目	目標	評估
夢想啟航	12/7 (二)	夢想啟航---家長會	<ul style="list-style-type: none"> ● 讓家長了解課程內容 ● 加強家校合作 	個人課堂表現、活動演出、 每日反思、小冊子、 小導師評估、家長回饋
發掘才華(I)	14/7(四) 15/7(五) 18/7(一)	小劇本 . 大創作 English Fun Fun Fun	<ul style="list-style-type: none"> ● 提昇溝通技巧 ● 增加學習英語趣味 ● 培養話劇興趣 	
發掘才華(II)	19/7(二)	才藝薈萃	<ul style="list-style-type: none"> ● 運動/音樂/藝術培養 ● 發掘學生興趣 	
發掘才華(III)	21/7(四)	小愛迪生大作戰 之 一飛冲天~天華51號 製作時段(0930 – 1100) 比賽時段(1100 – 1200)	<ul style="list-style-type: none"> ● 了解STEM 創作 ● 提升協作、解難能力 	
	22/7(五)	小愛迪生大作戰 之 機械人狂想曲		

課程內容：

(配合學校本身課程及人生規劃、體驗式學習、6年學習生涯)

主題	日期	項目	目標	評估
目標確立(I)	20/7(三)	去吧! 小伯裘兵團 歷奇活動(橫渡飛索、游繩下降)	<ul style="list-style-type: none"> ● 增強自信心 ● 提升抗逆力 	個人課堂表現、活動演出、 每日反思、小冊子、 小導師評估、家長回饋
目標確立(II)	25/7(一)	向大學出發	<ul style="list-style-type: none"> ● 參觀中文大學 ● 初步了解大學學習及生活 ● 建立學習目標 	
目標確立(III)	26/7(二)	小城市大社會	<ul style="list-style-type: none"> ● 模擬小社會遊戲 ● 掌握社會需求 建立長遠目標 	
增強學生自信	15/8(一)- 19/8(五)	結業禮預備及綵排	<ul style="list-style-type: none"> ● 每人一演出 ● 展示學習成果 ● 提升學生自信 	
	22/8(一)	結業禮	<ul style="list-style-type: none"> ● 人生目標啟動禮 	

重視不同持份者角色：家長同行

促進親子關係

見證學生成長

加強對子女信任

共同參與

重視不同持份者角色：朋輩並肩

小導師成為班主任

1:5的成長支援

關係網的建立

重視不同持份者角色：

- 學生個人體驗反思
- 學校角色：觀察、評估、發掘學生

體驗學習模式

課程評估：每日反思時段

學生口述及書寫

小導師每日課後檢討

姓名：文蒨彤

反思感想

(1) 小劇本·大創作：

我認為這個英文活動非常好，因為這個活動能讓我認識英文，而且能增廣見聞，很好玩。雖然有時聽不懂英文，但我覺得這活動很好。

(2) 才藝薈萃： 這個活動我沒有參加。

(3) 去吧! 小伯裘兵團：

我認為這個活動非常好玩，非常刺激。這個活動能訓練我的自信心，而且能讓我變得更勇敢。所以我非常喜歡這活動。

(4) 小愛迪生大作戰：

我很喜歡這個活動我最喜歡製作飛機因為能玩自己製作的飛機，覺得很有成就感。

(5) 向大學出發：

我不太喜歡這活動，因為大學在山上而且多蚊，所以我不太喜歡這活動。

(6) 小城市大社會：

這個活動我認為非常有意思，明白到上班族的重要性。所以我很喜歡這活動。

伯裘書院
2016 - 2017 中一新生暑期計劃
第一期：12/7/16 - 26/7/16
活動反思工作紙

主題	反思感想(最少 100 字或以上)
(1) 小劇本·大創作	
(2) 才藝薈萃	
(3) 去吧! 小伯裘兵團	
(4) 小愛迪生大作戰 ~ 一飛冲天~天華 51 號 ~ 機械人狂想曲	
(5) 向大學出發 ~參觀中文大學	
(6) 小城市大社會	

伯裘書院
2016 - 2017 中一新生暑期計劃
第一期：12/7/16 - 26/7/16
活動反思工作紙(小導師)

姓名：陳悅怡

(1) 小劇本·大創作：

在這個小劇本大堂集中，我發現當中有些中一同學仔普遍英語水平較高，當有同學不懂外籍英語老師的說話時，有同學願意主動協助翻譯。他們亦聽從外籍英語老師的指令，投入去玩遊戲，不會搗亂！從這段時間，我看見他們樂於助人和沒有排斥任何人。

(2) 才藝薈萃：

這個才藝薈萃包括體育，音樂，視藝。原來他們當中有不同的潛能，而且更被學校發掘。班上有幾位女孩子被學校挑選為田徑隊，我衷心希望他們能夠獲獎無數，站上台上領獎。同時，有不少音同學音樂節奏感很強，無論老師發出任何拍子，他們亦能跟隨。關於藝術方面，能創作不同的作品。

(3) 去吧! 小伯裘兵團：

我發現凡事不可以只看表面，因為原來有些同學外表很文靜，但膽子很大。他們不怕這些新奇活動，更希望能夠再挑戰一次。我發現他們透過這些新奇活動，能夠增強自信心，更能夠克服這些困難。但當天發生了一件不愉快的事情，我明白這件事情中的女孩子，他們並沒有惡意。希望大家盡量減少磨擦，開開心心上學，平平安安回家。

(4) 小愛迪生大作戰：

當天我看見中一同學們興高采烈地玩我們學校的機械人，更進行了一場激烈的足球比賽（機械人）。誰不知有女同學不願意嘗試玩這個機械人足球比賽，我再三勸告下，她終於參加這場比賽！希望我下次能夠參與其中，有一個美好的回憶。

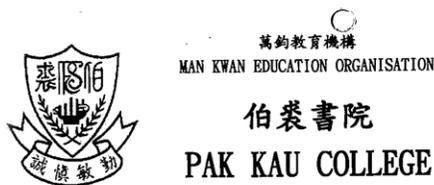
(5) 向大學出發：

第一次與中一同學出外參觀，又興奮既緊張，因為我怕會走失任何一個中一同學，最後都能夠平安無事。雖然天氣很炎熱，但我當天吸收了不同的知識，例如中文大學的歷史，賽馬會氣候變化博物館等。除此之外，我很慶幸能夠聽中大學生的大學生活分享，真是多姿多彩啊！我希望能夠入讀中文大學，成為他們一份子。

(6) 小城市大社會：

今天我看見他們不斷地做工作來賺取生活費，而且玩得十分開心。活動完結後他們跟我分享自己的感受，我更加知道他們的理想職業是什麼。雖然他們當中亦認為這個活動沒有任何意義，但希望他們可以為自己定下目標，要為自己目標進發，也要開開心心生活在伯裘。我都要為自己的目標前進，為自己的將來作好打算。

課程評估：小冊子評估工具



萬鈞教育機構
MAN KWAN EDUCATION ORGANISATION

伯裘書院
PAK KAU COLLEGE

「踏上成長路」

2016-2017 中一新生暑期計劃

主題：夢想啓航·讓“你”飛翔

活動手冊

姓名：_____

組別：_____

All Are Educable 人人可教



訂立目標要清晰



訂定目標

S 明確性 **A** 可達性 **T** 時限性

M 可量性 **R** 相關性

請同學按符合 SMART 的原則，訂下你的目標。

短期目標 - 未來 3 個月，你期望做到的是...

中期目標 - 在初中階段，你期望做到的是...

長期目標 - 在中學階段，你期望做到的是...

學生反思

家長回饋

課程評估：中一暑期課程結業禮

強調每一位學生的參與

獎勵計劃

嘉賓、家長見證

課程評估：報章報導

課程後的跟進 – Facebook 家長群組

課程後的跟進 – 與小導師定期聚會及交流

課程後的跟進－自我反思

一個有自信的人，
定能懂得選擇自己的人生