

仁濟醫院德育及公民教育獎勵基金  
第二十四屆德育及公民教育獎勵計劃  
申請表

申請表格須知：

1. 本申請表格須於二零二一年十月八日（星期五）或以前交至仁濟醫院德育及公民教育獎勵基金委員會（地址：新界荃灣仁濟街七至十一號C座十樓仁濟醫院董事局辦事處教育部）；
2. 計劃撮要請以字型不小於 11 點及不超過一頁 A4 紙的篇幅提供；計劃詳情請以字型不小於 11 點及不超過 15 頁 A4 紙的篇幅提供，不符合篇幅限制的申請概不受理。

甲部、學校及計劃資料

1. 計劃名稱：

（請用正楷填寫）

HEALTH 零距離

2. 申請組別：  中學組       小學組       幼稚園組

3. 實施日期：由 10/2021（月/年）至 6/2022（月/年）

4. 有否向其他機構申請類似活動？（如有請註明）沒有

5. 申請人資料

學校名稱：

（中文）滬江小學

（英文）Shanghai Alumni Primary School

通訊地址：

14 Hong Shing Street, Kornhill, Quarry Bay, Hong Kong

電話號碼：

28844775

傳真號碼：

25398088

負責教師：

Tsang Man Wing

職 銜：

Teacher

校長簽署：

鍾卓文

校長姓名：

Chung Chun Man

日 期：

23/8/2021



## 計劃撮要 (請以字型不小於 11 點及不超過一頁 A4 紙的篇幅提供)

計劃名稱：

HEALTH 零距離

學校名稱：

滬江小學

### (1) 理念：

健康是學習的基礎，但是疫情影響學生健康正常的校園生活，學生的身心發展備受關注。 Mind Mental Health Hong Kong (2020) 建議應對疫情及保持身心健康有五大要素：給予、聯繫、運動、留意和學習。

### (2) 計劃目的、對象及受惠人數：

#### 2.1 目的

協助學生在疫情下重新投入健康校園生活，本計劃就 Mind Mental Health Hong Kong 提出的身心健康五大要素，設計一系列以 H (Harvest)、E (Exercise)、A (Appreciation of beauty)、L (Love)、T (Teamwork) 及 H (Happiness) 為主題的活動，提升學生身心健康。

#### 2.2 對象

小一至小六學生 及 家長

#### 2.3 受惠人數

700 名全校學生 及 家長

### (3) 計劃內容：

	主題	視藝核心活動		全校普及活動	
		活動名稱	對象	活動名稱	對象
H	Harvest 學習與收穫	至營蔬果	二年級學生	一人一花	全校學生
E	Exercise 運動	夏日炎炎去暢泳	三年級學生	體育日	全校學生
A	Appreciation of beauty 留意及欣賞美好的事物	生命之樹	一年級學生	參觀園藝角	全校學生
L	Love 給予關懷	送給至親小籃子	六年級學生	向父親母親表心意	全校學生及家長
T	Teamwork 與人聯繫	打氣扇子	四年級學生	陸運會	全校學生及家長
H	Happiness 學習正向思維	聖誕聯想	五年級學生	從藝術到幸福 校本正向心理課程	全校學生

### (4) 推行時間表：

二零二一年十月至二零二二年五月

### (5) 預期成果及評鑑：

#### 5.1 智性取向

喚醒學生關注自己身心健康的發展，透過六大主題：harvest、exercise、appreciation of beauty、love、teamwork 及 happiness，融合保持身心健康的五大元素：給予、聯繫、運動、留意和學習，讓學生透過視藝核心活動及全校普及活動，學習及體驗保持身心健康的方法。

#### 5.2 感性取向

學生從活動中得到快樂感或正面的情緒，如輕鬆、有趣、愉悅、希望、滿足等。

#### 5.3 行動取向

學生表示在日常生活中，會實踐 harvest、exercise、appreciation of beauty、love、teamwork 及 happiness 等生活態度，促進自己身心健康發展。

乙部、計劃詳情 (請以字型不小於 11 點及不超過 15 頁 A4 紙的篇幅提供)

計劃名稱:

HEALTH 零距離

學校名稱:

滬江小學

(1) 理念:

健康是學習的基礎，但是疫情影響學生健康正常的校園生活，學生的身心發展備受關注。Mind Mental Health Hong Kong (2020) 建議應對疫情及保持身心健康有五大要素：給予、聯繫、運動、留意和學習。

(2) 計劃目的、對象及受惠人數:

2.1 計劃目的

協助學生在疫情下重新投入健康校園生活，本計劃就 Mind Mental Health Hong Kong 提出的身心健康五大要素，設計一系列以 H (Harvest)、E (Exercise)、A (Appreciation of beauty)、L (Love)、T (Teamwork) 及 H (Happiness) 為主題的活動，提升學生身心健康。

2.2 計劃對象及受惠人數

	主題	視藝核心活動		全校普及活動		受惠人數
		活動名稱	對象	活動名稱	對象	
H	Harvest 學習與收穫	至營蔬果	二年級學生	一人一花	全校學生	110 人 及 700 人
E	Exercise 運動	夏日炎炎去暢泳	三年級學生	體育日	全校學生	110 人 及 700 人
A	Appreciation of beauty 留意及欣賞美好的事物	生命之樹	一年級學生	參觀園藝角	全校學生	110 人 及 700 人
L	Love 給予關懷	送給至親小籃子	六年級學生	向父親母親 表心意	全校學生 及家長	110 人 及 700 人 +
T	Teamwork 與人聯繫	打氣扇子	四年級學生	陸運會	全校學生 及家長	110 人 及 700 人 +
H	Happiness 學習正向思維	聖誕聯想	五年級學生	從藝術到幸福 校本正向心理課程	全校學生	110 人 及 700 人

### (3) 具體計劃內容：

#### 3.1 保持身心健康要素一：Harvest 學習與收獲

##### A. 視藝核心活動

活動名稱： 至營蔬果

對象： 小二學生

活動內容：

- 教師指出蔬果是農夫辛勞工作的收獲。
- 教師介紹不同類別蔬果的營養價值，並鼓勵學生多吃有營蔬果。
- 學生以有營蔬果為主題完成素描。
- 學生完成作品後，與同儕分享作品。

##### B. 全校普及活動

活動名稱： 一人一花

對象： 全校學生

活動內容：

- 教師向學生介紹栽種花苗的方法。
- 向學生派發花苗，鼓勵學生在家種植花苗，紀錄花苗成長情況，並培養學生對種植的興趣。

#### 3.2 保持身心健康要素二：Exercise 運動

##### A. 視藝核心活動

活動名稱： 夏日炎炎去暢泳

對象： 小三學生

活動內容：

- 教師指出運動能促進身體健康，鼓勵學生多做運動。
- 教師引導學生以沙灘暢泳為主題作畫。
- 學生完成作品後，與同儕分享作品。

##### B. 全校普及活動

活動名稱： 體育日

對象： 全校學生

活動內容：

- 教師安排多個體育項目的教練，如欖球、攀石、體育舞蹈、足球、野外定向等。
- 全校學生分為不同組別參與不同體育項目，學生在教練指導下體驗運動的樂趣。

### 3.3 保持身心健康要素三： **Appreciation of beauty** 留意及欣賞美好的事物

#### A. 視藝核心活動

活動名稱： 生命之樹

對象： 小一學生

活動內容：

- 教師引導學生欣賞樹木的形態。
- 學生以「生命之樹」為題，用寫實手法描繪樹木。
- 學生完成作品後，與同儕分享作品。

#### B. 全校普及活動

活動名稱： 參觀園藝角

對象： 全校學生

活動內容： ● 學生在小息時段參觀學校園藝角，欣賞植物的美。

### 3.4 保持身心健康要素四： **Love** 給予關懷

#### A. 視藝核心活動

活動名稱： 送給至親小籃子

對象： 小六學生

活動內容：

- 教師指導學生編織籃子。
- 學生完成作品後，與同儕分享作品。
- 學生把作品送給至愛的親友。

#### B. 全校普及活動

活動名稱： 向父親母親表心意

對象： 全校學生及家長

活動內容：

- 教師引導學生反思父母在日常生活中對子女無微不至的例子。
- 教師安排學生趁母親節及父親節向父母表達心意。
- 在母親節每一個學生親手把康乃馨送給媽媽。
- 在父親節每一個學生把水果送給父親。

### 3.5 保持身心健康要素五： Teamwork 與人聯繫

#### A. 視藝核心活動

活動名稱： 打氣扇子

對象： 小四學生

活動內容：

- 教師介紹藝術家草間彌生的生平，雖然她天生身體患有障礙症，但她透過藝術品表達內心世界。
- 教師引導學生模仿草間彌生的創作手法設計一把打氣扇子。
- 學生完成作品後，與同儕分享作品。
- 學生在學校舉辦的陸運會中，用自己製作的扇子為運動員打氣。

#### B. 全校普及活動

活動名稱： 陸運會

對象： 全校學生及家長

活動內容：

- 教師安排全校學生在校外運動場參與陸運會，學生可參加跑步、接力、跳高、跳遠及擲球。
- 安排親子競技賽，以增進父母與孩子的關係。
- 全校學生分為4組，各組學生組織啦啦隊為運動員打氣，學生與同儕及學生與家長透過陸運會維繫感情。

### 3.6 保持身心健康要素六： Happiness 學習正向思維

#### A. 視藝核心活動

活動名稱： 聖誕聯想

對象： 小五學生

- 活動內容：
- 引導學生分析藝術家馬蒂斯「國王的憂傷」創作背景，帶出建立正向情緒的重要性。
  - 學生以「聖誕聯想」為主題創作彩砂畫，讓學生感受藝術創作能帶來正向情緒。
  - 學生完成作品後，與同儕分享作品及創作歷程。

#### B. 全校普及活動

活動名稱： 從藝術到幸福校本正向心理課程

對象： 全校學生

- 活動內容：
- 在各級視藝課程中，融入正向幸福感元素：正向成就、正向意義、正向身心健康、正向人際關係、正向情緒及正向意義人生。
  - 教師引導學生尋找幸福感的技巧，如「SMART目標」、發掘才能強項、正向溝通妙法等。
  - 學生透過視藝創作感受歡愉感及成功感。
  - 學生完成作品後，與同儕分享作品及創作歷程。

**(4) 詳細推行方案及時間表：**

**A. 視藝核心活動**

	主題	視藝核心活動		時間表
		活動名稱	對象	
H	Harvest 學習與收獲	至營蔬果	二年級學生	10/2021 至 12/2021
E	Exercise 運動	夏日炎炎去暢泳	三年級學生	
A	Appreciation of beauty 留意及欣賞美好的事物	生命之樹	一年級學生	
L	Love 給予關懷	送給至親小籃子	六年級學生	
T	Teamwork 與人聯繫	打氣扇子	四年級學生	
H	Happiness 學習正向思維	聖誕聯想	五年級學生	

**B. 全校普及活動**

	主題	全校普及活動		時間表
		活動名稱	對象	
H	Harvest 學習與收獲	一人一花	全校學生	1/2022 至 6/2022
E	Exercise 運動	體育日	全校學生	
A	Appreciation of beauty 留意及欣賞美好的事物	參觀園藝角	全校學生	
L	Love 給予關懷	向父親母親表心意	全校學生及家長	
T	Teamwork 與人聯繫	陸運會	全校學生及家長	
H	Happiness 學習正向思維	從藝術到幸福 校本正向心理課程	全校學生	



(5) 預期成果:

A. 視藝核心活動

	主題	視藝核心活動	預期成果
		活動名稱	
H	Harvest 學習與收獲	至營蔬果	<ul style="list-style-type: none"><li>• 學生明白蔬果是農夫的收成品。</li><li>• 學生以營養蔬果為主題完成素描。</li><li>• 學生與同儕分享作品。</li></ul>
E	Exercise 運動	夏日炎炎 去暢泳	<ul style="list-style-type: none"><li>• 學生明白運動的重要性。</li><li>• 學生以運動為主題完成繪畫。</li><li>• 學生與同儕分享作品。</li></ul>
A	Appreciation of beauty 留意及欣賞美好的事物	生命之樹	<ul style="list-style-type: none"><li>• 學生欣賞樹木的形態美。</li><li>• 學生以樹木為主題完成繪畫。</li><li>• 學生與同儕分享作品。</li></ul>
L	Love 給予關懷	送給至親 小籃子	<ul style="list-style-type: none"><li>• 學生親手編織籃子。</li><li>• 學生與同儕分享作品。</li><li>• 學生把作品送給至親。</li></ul>
T	Teamwork 與人聯繫	打氣扇子	<ul style="list-style-type: none"><li>• 學生模仿草間彌生的創作手法設計扇子。</li><li>• 學生與同儕分享作品。</li><li>• 學生在陸運會中利用扇子為運動員打氣。</li></ul>
H	Happiness 學習正向思維	聖誕聯想	<ul style="list-style-type: none"><li>• 學生透過彩砂畫創作建立正向情緒。</li><li>• 學生與同儕分享作品。</li></ul>

## B. 全校普及活動

	主題	全校普及活動	預期成果
		活動名稱	
H	Harvest 學習與收獲	一人一花	<ul style="list-style-type: none"> <li>學生在家種植花苗，紀錄花苗成長情況。</li> </ul>
E	Exercise 運動	體育日	<ul style="list-style-type: none"> <li>學生在體育教練指導下體驗運動的樂趣。</li> </ul>
A	Appreciation of beauty 留意及欣賞美好的事物	參觀園藝角	<ul style="list-style-type: none"> <li>學生在在園藝角欣賞植物的美。</li> </ul>
L	Love 給予關懷	向父親母親 表心意	<ul style="list-style-type: none"> <li>學生反思父母在日常生活中對子女無微不至。</li> <li>學生在母親節親手把康乃馨送給媽媽以示謝意。</li> <li>學生在父親節親手把水果送給父親以示謝意。</li> </ul>
T	Teamwork 與人聯繫	陸運會	<ul style="list-style-type: none"> <li>學生參加陸運會親子競技賽及小組競賽。</li> <li>學生與組員合作，參與啦啦隊為運動員打氣。</li> </ul>
H	Happiness 學習正向思維	從藝術到幸福 校本正向心理 課程	<ul style="list-style-type: none"> <li>學生透過視覺藝術創作體驗幸福感，如正向成就、正向意義、正向身心健康、正向人際關係、正向情緒及正向意義人生。</li> </ul>

(6) 評鑑方法:

A. 視藝核心活動

	主題	視藝核心活動	評鑑方法
		活動名稱	
H	Harvest 學習與收獲	至營蔬果	● 教師課堂觀察 ● 學生訪談
E	Exercise 運動	夏日炎炎 去暢泳	● 教師課堂觀察 ● 學生訪談
A	Appreciation of beauty 留意及欣賞美好的事物	生命之樹	● 教師課堂觀察 ● 學生訪談
L	Love 給予關懷	送給至親 小籃子	● 教師課堂觀察 ● 學生訪談
T	Teamwork 與人聯繫	打氣扇子	● 教師課堂觀察 ● 學生訪談
H	Happiness 學習正向思維	聖誕聯想	● 教師課堂觀察 ● 學生訪談

B. 全校普及活動

	主題	視藝核心活動	評鑑方法
		活動名稱	
H	Harvest 學習與收獲	一人一花	● 教師觀察 ● 學生訪談
E	Exercise 運動	體育日	● 教師觀察 ● 學生訪談
A	Appreciation of beauty 留意及欣賞美好的事物	參觀園藝角	● 教師觀察 ● 學生訪談
L	Love 給予關懷	向父親母親表心意	● 教師觀察 ● 學生訪談
T	Teamwork 與人聯繫	陸運會	● 教師觀察 ● 學生訪談
H	Happiness 學習正向思維	從藝術到幸福 校本正向心理課程	● 教師觀察 ● 學生訪談

**(7) 財政預算：**

	主題	視藝核心活動		全校普及活動	
		活動名稱	財政預算	活動名稱	財政預算
H	Harvest 學習與收獲	至登蔬果	\$ 50	一人一花	\$ 100
E	Exercise 運動	夏日炎炎去暢泳	\$ 200	體育日	\$ 20000
A	Appreciation of beauty 留意及欣賞美好的事物	生命之樹	\$ 50	參觀園藝角	\$ 0
L	Love 給予關懷	送給至親小籃子	\$ 500	向父親母親表心意	\$ 500
T	Teamwork 與人聯繫	打氣扇子	\$ 200	陸運會	\$ 20000
H	Happiness 學習正向思維	聖誕聯想	\$ 1000	從藝術到幸福 校本正向心理課程	\$ 400
		小計	\$ 2000	+	\$ 41000
		合共	\$ 43000		

**(8) 計劃延續(如適用): ---**