

P065

仁濟醫院德育及公民教育獎勵基金
第二十五屆德育及公民教育獎勵計劃
申請表

申請表格須知：

1. 本申請表格須於二零二二年十月七日（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)

串串「柑」

2. 申請組別：☐ 中學組 ☒ 小學組 ☐ 幼稚園組

3. 實施日期：由 11/2022 (月/年) 至 05/2023 (月/年)

4. 有否向其他機構申請類似活動？(如有請註明) ---

5. 申請人資料

學校名稱：(中文) 香港仔聖伯多祿天主教小學

(英文) Aberdeen St. Peter's Catholic Primary School

通訊地址：香港仔石排灣邨第二期

電話號碼：2873 5101

傳真號碼：2873 5100

負責教師：楊美嘉 林慧慈

職 銜：副校長 學生輔導教師

校長簽署：

校長姓名：侯麗珊

日 期：05/10/2022



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： 串串「柑」

學校名稱： 香港仔聖伯多祿天主教小學

(1) 理念：中醫學知識是無數先聖先賢所留下的智慧瑰寶，本校希望透過常用的中藥食材——陳皮，提升學生對中藥的認識，並能在生活中加以應用，進而學懂維護其身體的健康。另外，本活動也會結合碳中和的概念，讓學生明白到就算是被廢棄的食材——橘皮，只要善用智慧，也能發揮其醫療及淨化生活的功效。此外，本校更希望藉此建立學生的正確孝親價值觀，懂得感恩身邊的人，提醒學生每天除了接受家人的付出之外，也要心存感恩，更要懂得珍惜自己擁有的幸福。

(2) 計劃目的、對象及受惠人數：

- 目的：1. 讓學生了解傳統醫學常用食材——陳皮；培養學生對傳統藥材的認識及興趣。
2. 了解父母及家人每天為家庭付出，從而學習如何與家人和睦共處和培養學生感恩的心。

受惠人數：全校小一至小六學生、家長及教師一同參與，1300 人。

(3) 計劃內容：透過成長課和家校合作活動，將中醫學智慧的瑰寶介紹給學生，使學生具備有關的知識，並結合碳中和的概念在生活中加以應用，將藥膳概念推廣給家人，保持身心健康。

(4) 推行時間表：

日期	活動
2022 年 11 月	柑的故事
2022 年 12 月	串串「柑」
2023 年 1 月	孝親陳皮普洱茶
2023 年 2 月	資料統計及撰寫報告

(5) 預期成果及評鑑：學生能說出中華文化蘊涵的智慧，指出用天然的方法也可以能夠保持身體健康並且也是一個減碳的方案。

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： 串串「柑」

學校名稱： 香港仔聖伯多祿天主教小學

(1) 理念：中醫學知識是無數先聖先賢所留下的智慧瑰寶，本校希望透過常用的中藥食材——陳皮，提升學生對中藥的認識，並能在生活中加以應用，進而學懂維護其身體的健康。另外，本活動也會結合碳中和的概念，讓學生明白到就算是被廢棄的食材——橘皮，只要善用智慧，也能發揮其醫療及淨化生活的功效。此外，本校更希望藉此建立學生的正確孝親價值觀，懂得感恩身邊的人，提醒學生每天除了接受家人的付出之外，也要心存感恩，更要懂得珍惜自己擁有的幸福。

(2) 計劃目的、對象及受惠人數：

- 目的：
1. 讓學生了解傳統醫學常用食材——陳皮；培養學生對傳統藥材的認識及興趣。
 2. 了解父母及家人每天為家庭付出，從而學習如何與家人和睦共處和培養學生感恩的心。

受惠人數：全校小一至小六學生、家長及教師一同參與，1300 人。

(3) 計劃內容：透過成長課和家校合作活動，將中醫學智慧的瑰寶介紹給學生，使學生具備有關的知識，並結合碳中和的概念在生活中加以應用，將藥膳概念推廣給家人，保持身心健康。

(4) 推行時間表：

日期	活動
2022 年 11 月	柑的故事
2022 年 12 月	串串「柑」
2023 年 1 月	孝親陳皮普洱茶
2023 年 2 月	資料統計及撰寫報告

第一課：柑的故事

活動名稱	學習具體目標	教學活動	教學資源	時間
認識陳皮	1. 能辨識陳皮外觀。	一. 認識柑，陳皮的關係 1.學生把從家裏帶回來的一小片陳皮和柑，在課堂摸摸看、聞聞看。	陳皮、柑	10 分
	2. 能正確觀察並記錄所觀察的結果 3. 了解陳皮	2.報告所觀察的結果。 二. 播放「一年一做」陳皮之鄉新會直擊 1. 討論播放的片段。 2. 陳皮之鄉在哪裏？ 3. 陳皮有哪些功用？ 說明功用：可以治療因一時吃得太油膩，而出現的腹脹不舒服等徵狀。 功用： 治咳去痰、治嘔吐、降氣理氣，燥溼，化痰。治胸腹漲滿，不思飲食，嘔吐，噎逆，咳嗽痰多。		20 分

第二課：串串「柑」

活動名稱	學習具體目標	教學活動	教學資源	時間
製作陳皮	1. 陳皮的製作方法	一. 播放認識陳皮的動畫。 二. 討論陳皮製作方法： 陳皮是指曬乾了之後的橘皮，「陳」皮就是因為用來做藥用的以陳得越久的越好。 產地：分布華南各地。 三. 教師與學生及家長一起製作柑皮： 串起橘子皮，將之懸掛在學校透風的地方，經曬乾至可折斷的程度就算完工！要使用時，再把陳皮撕成小片狀便行了。不過剛製成的陳皮香味較淡，放涼儲藏一段時間後再使用則比較香。剩下的果肉，拿回家與家人分享。	柑	20 分
陳皮副產品介紹	了解任何食物的食用都要適當。	藥理： (1)健胃整腸，降逆止嘔，祛痰作用。 (2)止血作用。 (3)升高血壓，興奮血管，抑制腸胃。 (4)抑菌作用，如葡萄球菌。 禁忌：氣虛與陰虛燥咳者不宜，吐血症慎服。以及多服久服損人元氣。 四. 常見的陳皮副食品： 1. 介紹陳皮梅： 柑桔果皮曬乾後即為中醫上常用的「陳皮」，陳皮梅就是「桔皮」和「梅子」加工而成，是有名的中藥材，可直接食用或研磨成粉，取少量放入煮沸的稀飯中同煮，食用後頗具順氣、健胃、止咳功能。 2. 請學生回家品嚐味道。	陳皮梅	10 分

家校合作活動：孝親茶

活動名稱	學習具體目標	教學活動	教學資源	時間
孝親茶	建立正確的孝親價值觀	一. 學生在家拍攝利用自己風乾的陳皮製作「陳皮飲料」並與父母及家人分享，發表感想。 二. 配合農曆新年——孝親活動 學生能感恩父母和家人的辛勞，在農曆新年為長輩做點事，泡一杯具有養肝功效的陳皮洛神花茶或陳皮普洱茶，給長輩飲用。	陳皮、洛神花/普洱 電腦、padlet 平台	

4.預期成果：學生能說出中華文化蘊涵的智慧，也能指出用天然的方法也可以能夠保持身體健康，製作陳皮也是一個減碳的方案。而學生也能透過生活實踐，沖上一壺孝親陳皮茶與父母家人品嚐，進一步體現傳統中華文化的孝道，令學生更能留下深刻的體驗。

5.評鑑方法：於課程前與課程後進行問卷調查，了解學生是否能以行動運用陳皮在日常的生活中；及對父母及家人孝親之心。

6.財政預算：

印製橫額	\$500.00
柑、陳皮、洛神花、普洱	\$1500.00
獎品	\$300.00

7.計劃延續(如適用)：