

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)	「積極人生 創『新我』」—「創新」疫苗，你打咗未呀？		
2. 申請組別：	<input type="checkbox"/> 中學組	<input checked="" type="checkbox"/> 小學組	<input type="checkbox"/> 幼稚園組
3. 實施日期：	由 <u>9/2022</u> (月/年) 至 <u>6/2023</u> (月/年)		
4. 有否向其他機構申請類似活動？(如有請註明)	<u>否</u>		
5. 申請人資料			
學校名稱：	<u>(中文) 鳳溪創新小學</u>		
	<u>(英文) Fung Kai Innovative School</u>		
通訊地址：	<u>上水馬會道19號A</u>		
電話號碼：	<u>26392201</u>	傳真號碼：	<u>26727090</u>
負責教師：	<u>李穎賢</u>	職 銜：	<u>輔導主任</u>
校長簽署：			
校長姓名：	<u>李淑賢</u>		
日期：	<u>6-10-2022</u>		
 (校印)			

計劃摘要（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：「積極人生 創『新我』」—「創新」疫苗，你打咗未呀？

學校名稱：鳳溪創新小學

(1) 理念：本校一直致力推動品德及生命教育，建立正向關愛校園氣氛，確立學生全人教育。過去兩年多的疫情讓學生和家長在學習和生活上遇著種種困難。因此，學校持續為學生注入正能量，加強抗逆力，透過多元化體驗活動內化其抗逆力。正如疫苗般產生自然抗體，面對生活中不同的困難和挑戰，學生均能擁有自癒的能力。學校為學生提供「『創新』疫苗」，以建立正向價值觀保護網，便是內化抗逆力的基石。學校一直重視培養學生一切由心出發，讓學生釋出生命的真善美，並實踐於生活上。學校期望學生透過活動持續建立關懷自己、身邊的人和事，以生命影響生命，燃亮自己及別人的正向價值觀。因此，本校以三年一貫之形式，持續強化「疫苗」之保護力，故延續前年注入的第一針之「洗滌身心靈」，去年的第二針「逆境自強」，本年度為學生注入第三針「積極人生 創『新我』」。由先安靜心靈為基礎，再加強抗逆力的準備，今學年訂定目標重新出發。本年度以「積極人生 創『新我』」為訓輔主題。籌劃全方位的活動、互動平台及學習環境，培養學生以堅毅及勤勞等正向價值觀面對生活中的困難及挑戰，協助學生掌握建立積極人生目標的方法，激勵他們積極面對成長中可能遇到的情況，勇於建立「新我」，優化「舊我」，為自己的目標努力以赴。從而提昇學生對自己、家庭及社會的承擔精神，並相信自己有無限的可能性。

(2) 計劃目的、對象及受惠人數：本校積極以「知、情、意、行」的策略去推動「積極人生 創『新我』」活動系列，以建立正向關愛的校園氣氛，及培養學生正向價值觀及態度，全面推展全人教育，讓學生為自己創造「新我」，學習以正向的方式及態度訂立目標，並逐步完成，提昇自信心，以建構不一樣的積極及豐盛人生。是次計劃的對象為本校全體師生及家長。受惠學生人數約 670 人、家長約 1300 人及教職員 70 人。

(3) 計劃內容：「知」行動一：電影《功夫熊貓》賞析及互動討論

「知」「情」行動二：「積極人生 創『新我』」感恩生命故事分享

「知」「情」行動三：靜觀課

「知」「情」「行」行動四：「積極人生 創『新我』」之「相信 · 所以可以 · 我是生命秘笈」

「知」「情」「行」行動五：「積極人生 創『新我』」之至「SMART」行動家

「知」「情」「行」行動六：至「SMART」行動家之 Teacher Buddy 同行大行動

「知」「情」「行」行動七：「積極人生 創『新我』」之活出「新我」Bye-Bye 「舊我」

「意」行動八：齊唱「積極人生 創『新我』」主題曲-強

「意」行動九：「積極人生 創『新我』」開幕禮

「意」行動十：「積極人生 創『新我』」閉幕禮之至「SMART」Kids Show

「情」「意」行動十一：「積極人生 創『新我』」融滲各學科的活動及教學

「行」行動十二：「積極人生 創『新我』」至「SMART」行動獎勵計劃

(4) 推行時間表：2022 年 9 月 1 日至 2023 年 6 月 30 日

(5) 預期成果及評鑑：

- 學生透過「積極人生 創『新我』」不同的主題活動，學習訂立目標，並以正面方法堅持目標，建立「新我」。
- 透過「積極人生 創『新我』」不同的主題活動，讓學生積極建立其人生目標，並提昇其自信心、激發其勇氣、熱情與幹勁的正向價值觀。
- 透過「積極人生 創『新我』」不同的主題活動，讓學生學習優化「舊我」。
- 全方位把「積極人生 創『新我』」的主題融滲各學科，提升學生堅毅及勤奮等正向價值觀。
- 透過分析問卷調查，評估計劃對學生建立正向價值觀的成效及學生自信心的提升。
- 根據老師觀察，學生學會恆毅堅持，他們也能藉着同儕及老師的接納和鼓勵，培養積極心態。
- 學生能分享如何透過正面的方法，堅持創「新我」及為目標努力以赴，如靜心、朋友幫忙、勇敢面對、堅毅等，並定期檢視成效。

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：	「積極人生 創『新我』」—「創新」疫苗，你打咗未呀？
學校名稱：	鳳溪創新小學

(1) 理念：

本校一直致力推動品德及生命教育，建立正向關愛的校園氣氛，確立學生全人教育。但因應社會氣氛急劇的改變和新冠病毒在全球肆虐，為學生裝備面對這些變化，面對成長中不同階段的挑戰，尤其重要。過去兩年多的疫情讓學生和家長在學習和生活上遇著種種困難。因此，本校輔導組在原有的基礎(校本生命教育課程)上，設計了一系列以正向價值觀為主題的學習及活動，持續為學生注入正能量，加強抗逆力，透過多元化體驗活動內化其抗逆力。正如疫苗般產生自然抗體，面對生活中不同的困難和挑戰，達致學生均能擁有自癒的能力。

學校為學生提供「『創新』疫苗」，以建立正向價值觀保護網，便是內化抗逆力的基石，讓學生在面對學習和生活節奏帶來的挑戰上、適應家庭結構及人際關係的改變上，和面對社會環境及生活情況的變化上，便有「『創新』疫苗」提供的保護力。學校一直重視培養學生一切由心出發，讓學生釋出生命的真善美，並實踐於生活上。學校期望學生透過活動持續建立關懷自己、身邊的人和事，以生命影響生命，燃亮自己及別人的正向價值觀。因此，本校以三年一貫之形式，持續強化「疫苗」之保護力，故延續前年注入的第一針之「洗滌身心靈」，去年的第二針「逆境自強」，本年度為學生注入第三針「積極人生 創『新我』」加強劑。由先安靜心靈及調節情緒為基礎，再加強抗逆力的準備，今學年訂定目標重新出發。本年度以「積極人生 創『新我』」為訓輔主題。籌劃全方位的活動、互動平台及學習環境，培養學生以堅毅及勤勞等正向價值觀面對生活中的困難及挑戰，協助學生掌握建立積極人生目標的方法，激勵他們積極面對成長中可能遇到的情況，勇於建立「新我」，優化「舊我」，為自己的目標努力以赴。從以提昇學生對自己、家庭及社會的承擔精神，並相信自己有無限的可能性，提昇學生的自信心。

本校持續以正向心理學的理論為基礎，以生命教育理念作實踐，「知情意行」、「體驗學習」、「4F 動態引導反思法」作施行策略。配合學生不同成長階段的需要，以學生個人、班、級、學校層面推動，同時以「多重進路、訓輔合一」的策略推展，讓學生建立正向價值觀、態度和行為，感到生命的快樂和幸福感。本年度更加入 SMART 原則以引導學生訂立目標，S、M、A、R、T 分別是五個定立目標的準則。一個好的目標必須是具體的(Specific)、可量度的(Measurable)、可行的(Achievable)、相關的(Relevant)及有時間限制的(Time-bound)。

(2) 計劃目的、對象及受惠人數：

本校積極以「知情意行」、「體驗學習」及「4F 動態引導反思法」作施行策略，層層推動「積極人生 創『新我』」活動系列，以建構正向的關愛校園及培養學生正向價值觀及態度，確立全人教育，培養學生建立「健康・正向・積極」和「愛自己・愛家人・愛社會・愛國家」的生命觀。持續為學生注入「『創新』疫苗」，內化學生的抗逆能力，建立正向、關愛、積極的學校文化，為學生心靈提供抗逆保護網，推動學生創「新我」的自信心。本年度計劃重點目的讓學生為自己創建「新我」，學習以正向方式及態度訂立及完成目標，以建構不一樣的積極人生。

計劃對象為本校全體師生及家長。受惠學生人數約 670 人、家長約 1300 人及教職員 70 人。

計劃的目的如下：

「知」	行動一：電影《功夫熊貓》賞析及互動討論
	<ul style="list-style-type: none"> ● 透過電影欣賞，讓學生認識「功夫熊貓」的經歷，並了解牠如何勇敢地挑戰自己，為自己創造「新我」，建立不一樣的積極人生。
「知」「情」	行動二：積極人生 創『新我』感恩生命故事分享
	<ul style="list-style-type: none"> ● 透過星期五的班主任時段播放錄影片段，不同的老師分享其「積極人生 創『新我』」感恩生命故事，並分享自己建立人生目標或夢想的經歷及生命見證，讓學生學習以積極態度去建立其人生目標，激發其勇氣、熱情與幹勁的正向價值觀。
「知」「情」	行動三：靜觀課
	<ul style="list-style-type: none"> ● 持續透過星期一、二和三早上的靜觀時段，讓學生學會靜心、釋放壓力及調節合適的情緒來面對在創「新我」過程中遇到的困難，並提昇學生專注力。 ● 透過持續的靜觀練習，讓學生了解在訂定目標過程中會遇到的困難，「靜心」及「專注」是其中兩個保持正向心態的方法。
「知」「情」	行動四：「積極人生 創『新我』」之「相信・所以可以・我是生命秘笈」
	<ul style="list-style-type: none"> ● 舉行「積極人生 創『新我』」之「相信・所以可以・我是生命秘笈」活動，全校學生一同進行「扭計盤」挑戰活動，讓學生親身體驗功夫熊貓的經歷，從不相信自己可以，到堅持下去的話便所有人也有可能，體驗把不可能創造成可能，讓學生體驗「相信・所以可以・我是生命秘笈」的正向思維，提昇自信心。
「知」「情」	行動五：「積極人生 創『新我』」之至「SMART」行動家（啟動禮）
	<ul style="list-style-type: none"> ● 舉行「積極人生 創『新我』」之至「SMART」行動家活動，透過學習 SMART 目標理論，引導學生分別訂立一個短及長期目標，並於全年內積極堅持實踐學生每人獨有的目標，以提昇學生正向思維，建立積極人生，行動紀錄在「我的『新我』行動紀錄」簿內，老師定期與學生檢視及反思，並給予正面回饋以加強學生的積極態度。
「行」	行動六：至「SMART」行動家之 Teacher Buddy 同行大行動
	<ul style="list-style-type: none"> ● 全校老師成為每位學生的同行者，透過個別分享，與學生反思至「SMART」行動目標，並協助學生修訂目標，以創建一個更合適自己的創「新我」目標。每次個別反思傾談中，老師透過向學生表達正面鼓勵語句，引導學生堅持及勤奮地完成目標。Teacher Buddy 同行大行動結合「我的『新我』行動紀錄」簿及至「SMART」行動獎勵計劃進行，老師與學生定期面談，以檢視目標進度及給予學生獎勵，以加強正面回饋。
「意」	行動七：「積極人生 創『新我』」之活出「新我」Bye-Bye「舊我」
	<ul style="list-style-type: none"> ● 透過「積極人生 創『新我』」活出「新我」Bye-Bye「舊我」活動，學生學習優化「舊我」，以行動承諾改善習慣，並持續為改善習慣的目標努力。
「意」	行動八：齊唱「積極人生 創『新我』」主題曲-強
	<ul style="list-style-type: none"> ● 透過訓輔主題曲「強」，感染學生對生命的熱忱，堅持目標奮勇向前。
「意」	行動九：「積極人生 創『新我』」開幕禮
	<ul style="list-style-type: none"> ● 透過「積極人生 創『新我』」開幕禮，師生共同承諾，激發學生對建立積極人生目標的熱忱。
「行」	行動十：「積極人生 創『新我』」閉幕禮之至「SMART」Kids Show
	<ul style="list-style-type: none"> ● 透過「積極人生 創『新我』」閉幕禮之至「SMART」Kids Show，師生共同檢視全年成果，並反思建立積極目標的喜悅及成就感。閉幕禮讓學生展示創「新我」目標成果，學生分享如何達成目標，以加強學生成就感及積極態度，並提供平台讓師生互相鼓勵及欣賞。
「情」「意」	行動十一：「積極人生 創『新我』」融滲各學科的活動及教學
	<ul style="list-style-type: none"> ● 全方位把「積極人生 創『新我』」的主題融滲各學科及科組，提升學生堅毅積極的正向精神。
「行」	行動十二：「積極人生 創『新我』」至「SMART」行動獎勵計劃
	<ul style="list-style-type: none"> ● 設立 Amazing Kids 獎勵計劃，鼓勵學生以行動表達積極堅持的思想，為他們建立正向鼓勵作用，推動全校師生勤奮向目標進發，堅持永不放棄。

(3) 具體計劃內容：

● 「知」行動一：電影《功夫熊貓》賞析及互動討論

目的：透過電影欣賞，讓學生認識「功夫熊貓」的經歷，並了解他如何勇敢地挑戰自己，為自己創造「新我」目標，並堅持努力不懈，建立不一樣的積極人生。

活動內容：

全校師生於第一次月會當天一同觀看《功夫熊貓》電影，讓學生學習「功夫熊貓」靠著堅毅、勤勞、靜心及永不放棄的正向態度，成功創「新我」，建立不一樣的「新我」目標。從一隻別人和自己也看不起的笨拙熊貓，變身成為功夫蓋世的「神龍大俠」，並成功拯救了所有人。功夫熊貓一直依靠的是堅持喜歡功夫、希望學好功夫這個目標，也許身邊所有人最初也不相信他，但最終功夫熊貓也發現，只要你相信自己可以，堅持努力不懈，奇蹟是可以發生在每個人的身上，這就如創「新我」的秘笈，因為我們每一個也是一個獨特的秘笈－「信自己」的正向思維。學生透過電影及反思分享，學習從「不可能」創造「可能」的正向思維。觀看電影後，社工及老師帶領進行反思，學生分享感受，並回應期望訂立那些創「新我」的目標。社工及老師使用「4F 動態引導反思法」(Facts 事實、Feeling 感受、Finding 發現、Future 未來)引導學生投入情境故事，以及代入人物的身分與角色。

透過敘事及對話活動，討論電影情節及正向電影語句的意義，並從中思考角色的性格特質及內心面貌，讓學生親自感悟主題電影所呈現的正向價值觀念，從中帶出每個人的生命也有無限可能，以鼓勵學生創「新我」，相信自己可以堅持及勇敢追逐目標。活動後持續鼓勵學生以行動回應電影中對積極生命的感動及提醒，包括學習為自己訂立目標。電影互動討論提問集中以下三個範疇：

了解角色的處境（5W1H：例如角色有什麼處境？他為什麼有這樣的處境？）

代入角色的處境（假如你是「他」，你會有什麼感受？怎樣做？為什麼會這樣做？）

與角色處境結連（你有沒有類似角色的想法？你想過建立一個新目標嗎？你如何實行？）

● 「知」「情」行動二：積極人生 創『新我』感恩生命故事分享

目的：老師親身分享其「積極人生 創『新我』」感恩生命故事，並分享自己建立人生目標或夢想的經歷及生命見證，讓學生學習以積極的態度去建立其人生目標，激發其勇氣、熱情與幹勁的正向價值觀。

活動內容：

透過 6 次星期五的班主任時段播放老師的錄影片段，老師的分享也重點帶出在他們建立目標或追尋理想時，所引發出對其生命歷程的感恩、反思和感受。老師帶領學生一起分享當中的啟發，並帶領學生反思如何積極面對困難，建立正向人生目標。此外，透過「感恩牆・長感恩」活動，老師及學生可在「感恩牆」上分享創「新我」感恩故事，分享主題環繞老師及學生在創「新我」過程中所遇到值得感恩的人和事，感謝曾經協助他們堅持目標的人或事，當中也包括「自己」，或感恩曾激勵他們繼續堅毅地走下去的人和事，感恩卡會展示於校園的感恩牆上，與全校師生分享感恩的見證。

● 「知」「情」行動三：靜觀課

目的：透過持續的靜觀練習，讓學生了解在訂定目標過程中會遇到的困難，「靜心」及「專注」是其中兩個保持正向心態的方法。幫助學生減壓及認識正面釋放壓力的方法，學會靜心及調節合適的情緒來面對困難，提昇專注力。

活動內容：

持續透過星期一、二和三早上的靜觀時段，讓學生學會靜心、釋放壓力及運用合適的情緒來面對在創「新我」過程中遇到的困難，並提昇學生專注力。在靜心過程中也讓學生學習專注一吸一呼，並學習用靜觀專注的方法，能慎思明辨去優化「舊我」。學生同時學習在創「新我」過程中，仍會遇到困難，靜心及專注也是保持正向積極的好方法。功夫熊貓電影中曾提及「Your mind is like this water, my friend, when it is agitated, it becomes difficult to see, but if you allow it to settle, the answer becomes clear. /你的思想就如同水，我的朋友，當水波搖曳時，很難看清它，不過當它平靜下來，答案就清澈見底了。」，老師持續提醒學生靜心專注是當我們面對困難堅持目標的過程中，保持正向的秘訣。

● 「知」「情」「行」行動四：「積極人生 創『新我』」之「相信・所以可以・我是生命秘笈」

目的：全校學生一同進行「扭計骰」挑戰活動，讓學生親身體驗跟「功夫熊貓」相似經歷的體驗，從不相信自己可以，到堅持下去的話便所有人也有可能，讓學生體驗「相信・所以可以・我是生命秘笈」的正向思維，提昇自信心。

活動內容：

學校舉行全校「扭計骰」挑戰月：活動首天，老師按學生各級不同的學習程度派發每位學生一人一顆扭計骰，老師與學生一同觀看扭計骰挑戰短片，學生嘗試把扭計骰還原。一至二年級首階段挑戰為2格X2格X2格的扭計骰，三至六年級首階段挑戰為3格X3格X3格的扭計骰。老師與學生分享挑戰過程中的感受，重點引導學生分享是否相信自己可以挑戰成功。老師引用「功夫熊貓」的經歷與學生分享及討論，正如最初所有人包括熊貓阿寶也不相信自己可以，但牠堅持喜歡學好功夫這目標，故努力不懈地練習，最終達到成功，並幫助所有人脫險，從「不可能」創造成「可能」。老師鼓勵學生學習功夫熊貓的心態去挑戰「扭計骰」活動，並為自己訂立一個挑戰時間目標，完成「扭計骰」挑戰能有效讓學生展現克服困難的可能，並讓學生親身體會「堅毅」能使他們完成目標的正向思維，體驗從「不可能」變成「可能」的生活經驗。

同時，老師持續引用「功夫熊貓」的正向語句鼓勵學生，如「沒有所謂的秘笈，只要堅信自己能做得到，那便是每個人面對困難獨有的秘笈」。「扭計骰」挑戰活動會維持約一個月，故學生可自行持續透過觀看短片練習。「相信・所以可以・我是生命秘笈」活動月期間定期舉行各級挑戰活動，學生可持續挑戰自己的目標，包括挑戰一個更快的時間，或挑戰再高一級難度的扭計骰，一至二年級可挑戰3格X3格X3格的扭計骰，三至六年級可挑戰4格X4格X4格的扭計骰。「相信・所以可以・我是生命秘笈」扭計骰挑戰月終期舉行全校扭計骰挑戰賽，全校師生一同挑戰還原扭計骰，一同體驗「相信・所以可以・我是生命秘笈」的正向思維，提昇自信心。

● 「知」「情」「行」行動五：「積極人生 創『新我』」之至「SMART」行動家

目的：透過 SMART 目標設立理論，引導學生訂立短及長期目標，並積極堅持實踐其目標。

活動內容：

上學期全校學生完成「相信・所以可以・我是生命秘笈」-「扭計骰」挑戰月體驗活動後，便正式開展訂立創「新我」目標活動。活動以「知」的層面開展，引導學生透過 SMART 理論訂立目標。S、M、A、R、T 分別是五個定立目標的準則。一個好的目標必須是具體的(Specific)、可量度的(Measurable)、可行的(Achievable)、相關的(Relevant)及有時間限制的(Time-bound)。清晰的計劃可以使學生更容易建立出一個目標行動，一個可量度的目標能讓學生知道目前為止的成就，以及

和目標之間尚有多少距離。目標的可行性也會影響學生的自我效能感(Self-efficacy)。參考自我決定理論(Self-Determination Theory)，本校也相信如創「新我」目標是由學生主導，他們會有更大的動力去達成目標。

活動以「行」的層面推進，至「SMART」行動家透過不同體驗活動，讓學生學習如何透過 SMART 理論訂立目標。於活動當天每位學生及老師均會為自己分別訂立一個短及長期目標，全校師生一同進行反思分享如何達成各人獨有的目標，以提昇正向思維，建立積極人生。透過「我的『新我』行動紀錄」簿，老師定期與學生檢視及反思，並給予正面回饋以加強學生的積極態度。在定期的會面中，老師會著重引導學生分享進行創「新我」目標過程中的正向感受，當中可能有不成功的例子，但分享過程重視師生之間的支持和鼓勵。分享過程強調同行者支持各人繼續「永不放棄」。

於學期中段及尾段，均會進行檢討分享，鼓勵學生在本年度積極完成目標。中期檢討分享配合至「SMART」行動獎勵計劃進行，師生共同檢視目標的進度，並作修訂以推展至學期終的長期目標。老師及學生可透過取得獎勵貼紙以提昇堅持目標的正向力量，師生共同成為對方的同行者、支持者及鼓勵者。終期反思中檢討長期目標，並配合「積極人生 創『新我』」閉幕禮中的至「SMART」Kids Show 成果展進行。

整年的至「SMART」行動家活動讓學生學會面對創「新我」過程中的困難，使其能在成長過程中接受尋找改進的方法、學會恆毅堅持，並藉着同儕及老師的接納、鼓勵和建議，培養其正面積極的心態。同學們為身邊努力以赴實踐的人打氣，營造正面積極的氛圍。讓每位學生成為一個不懼失敗、勇於挑戰的自己的人。

● 「知」「情」「行」行動六：至「SMART」行動家之 Teacher Buddy 同行大行動

目的：全校老師成為每位學生的同行者，透過個別分享，與學生反思至「SMART」行動目標，並協助學生修訂目標，以創建一個更合適自己的創「新我」目標。

活動內容：

校長、副校長及全體老師成為每位學生的同行者，透過個別分享面談，與學生分享人生目標。緊接著「積極人生 創『新我』」之至「SMART」行動家活動進行，師生共同檢視學生個別目標的內容，並作修訂以推展至學期終的長期目標，以創建一個更合適學生的創「新我」目標。學校每位老師大約檢視 12 位學生的目標，並與他們進行個別分享，過程引導學生反思目標是否配合他們的成長需要。老師持續使用 SMART 目標訂立理論，鼓勵學生訂立屬於他們獨一無二的目標，面談過程中，老師也可分享自己的人生目標及個人成長經歷，以鼓勵學生堅持目標，活動讓老師成為學生的同行、支持及鼓勵者。

每次個別反思傾談中，老師透過向學生表達正面鼓勵語句，引導學生堅持及勤奮地完成目標，老師可引用功夫熊貓的正向語句鼓勵學生，老師鼓勵學生「沒有所謂的秘笈，只要堅信自己能做得到，那便是每個人面對困難獨有的秘笈」。老師也可在「我的『新我』行動紀錄」簿內寫出欣賞學生的說話(如：欣賞你努力嘗試、不怕失敗、堅持完成、有恆心、請相信自己可以、支持你、永不放棄等)。老師透過正面鼓勵語句，為學生打氣，同時為校園注入正向關愛氣氛。透過正面回饋，讓老師成為學生們的同行及支持者。

Teacher Buddy 同行大行動結合「我的『新我』行動紀錄」簿及至「SMART」行動獎勵計劃進行，老師與學生定期面談，以檢視目標進度及給予學生獎勵，加強對學生的正面回饋。老師與學生檢視的進度、獎勵的貼紙及鼓勵的語句均紀錄在「我的『新我』行動紀錄」簿內，讓學生可定期觀察自己的進度。Teacher Buddy 同行大行動中，老師重視每個學生的獨特性，正如功夫熊貓師父把熊貓阿

寶最大的弱點「貪吃」，轉換成推動阿寶練功的動力，修練功夫過程中不是每一個方法也合適所有徒弟，師父發現適合「蓋世五俠」的練功方法並不適合阿寶，反而食物可以成為阿寶堅持練習功夫的動。同樣完成至「SMART」行動目標的過程中，不是每個方法也合適所有學生，老師重視為每位學生找到合適自己的方法。老師與學生一同體驗從不可能變成可能，正如功夫熊貓的經歷一般。

- 「知」「情」「行」行動七：「積極人生 創『新我』」之活出「新我」Bye-Bye「舊我」
目的：透過「積極人生 創『新我』」活出「新我」Bye-Bye「舊我」活動，學生學習優化「舊我」，以行動承諾改善習慣，並持續為改善習慣的目標努力。

活動內容：

延伸「積極人生 創『新我』」之至「SMART」行動家活動，全校學生與自己的 Teacher Buddy 一同檢視「舊我」，並嘗試反思如何優化及改善習慣。活動開始前老師與學生檢視「舊我」習慣，學生填寫 Bye-Bye「舊我」小卡，並在「我的『新我』行動紀錄」簿內有關「舊我」習慣的部份寫上相關內容。活動當天，全校師生一同慢行在校園草地上，過程中學生在指定位置停下，並在該位置「放下」Bye-Bye「舊我」小卡，行動象徵讓學生放下「舊我」，積極創「新我」，放下行動同時代表著一個立志及承諾，勇於與過去的「舊我」說再見，為優化「舊我」建立更積極正向的目標及方向，學生以行動承諾改善習慣。活動結合 Teacher Buddy 同行大行動，老師持續在每次與學生的面談中，與學生一同檢視優化「舊我」習慣的過程，鼓勵學生堅持改善習慣，放下行動是一個開端，老師支持學生堅持改善行為，給予正向回饋以加強學生自信心及動力。

- 「意」行動八：齊唱「積極人生 創『新我』」主題曲-強

目的：在學生月會中引導學生反思「強」一曲，讓學生學習歌詞中積極樂觀的人生觀。

活動內容：

首先，於學期初，音樂課老師教導學生「強」一曲，讓學生學習歌詞中積極樂觀的人生觀。學生反思不管經過多少障礙賽，我們仍是那獨一無二的「強人」，身邊也有家人和朋友的支持，讓我們有力量跌倒再起來。接著，透過全年 8 次月會，每次月會由不同師生帶領齊唱「積極人生 創『新我』」主題曲-強，以加強校園正面氣氛。透過每次全體師生頌唱「強」一曲，再次提醒學生可以「強人」心態面對生活中不同的挑戰。

強 (作詞：林振強 作曲：雷頌德 編曲：雷頌德)

需跨多少個山 漫漫長路與海 方可真正覓到心裡精彩
需經多少次哀 幾多的障礙賽 才勝利會換來
不知幾番跌倒 旁人斜視喝采 很不好過但我衝刺不改
只因心中記緊 當天可敬父親 說信我會精彩

#強人是你 能飛天循地
其實你了不起 假使你永不說不能做到
強人是你 能頂天立地

如敗倒再掙起 永沒言死 才是活著的真理
曾垂頭萬次 仍抬頭又次 再戰再創這生意義
無忘慈父那 從前留下句子 重複#

● 「意」行動九：「積極人生 創『新我』」開幕禮

目的：透過「積極人生 創『新我』」開幕禮，師生共同承諾，激發學生對建立積極人生目標的熱忱。

活動內容：

於學期初的開幕禮中，師生共同承諾積極建立目標，共同表達相信自己可以，並齊聲立志「I Believe I Can」。活動帶動學生對建立積極人生目標的熱忱，社工及老師持續使用「4F 動態引導反思法」(Facts 事實、Feeling 感受、Finding 發現、Future 未來)引導學生反思建立積極目標的可能性及正能量。

● 「意」行動十：「積極人生 創『新我』」閉幕禮之至「SMART」Kids Show

目的：透過「積極人生 創『新我』」閉幕禮之至「SMART」Kids Show，師生共同檢視全年成果，並反思建立積極目標的喜悅及成就感，感染學生對建立積極人生目標的熱忱。

活動內容：

於閉幕禮中，加強成功建立「積極人生 創『新我』」的回饋，師生共同檢視全年成果，讓學生日睹自己及他人的進度而生的滿足感。閉幕禮當天分兩部份，分別為檢視成果及至「SMART」Kids Show。首先由班主任與學生檢視成果，老師逐一檢視他們所訂立的「積極人生 創『新我』」之至「SMART」行動目標，同時檢視「我的『新我』行動紀錄」簿，並量化檢討成功與否。老師著重引導學生分享完成目標過程中的正向感受，當中可能有不成功的例子，但分享過程重視師生之間的支持和鼓勵。最後每班挑選三至五位學生在「積極人生 創『新我』」閉幕禮中代表接受全校師生的祝賀。

至「SMART」Kids Show 讓學生展示創「新我」目標成果，學生分享其目標及如何達成，以加強學生成就感及積極態度。此活動提供平台讓學生展現「創新積極的我」，並讓師生互相鼓勵及欣賞。此閉幕禮同時為「積極人生 創『新我』」成果展，典禮上展示學生創「新我」過程中點滴，並邀請師生分享感受，為全年創「新我」目標建立過程進行一次祝節會，全校師生一同分享喜悅。社工及老師持續使用「4F 動態引導反思法」(Facts 事實、Feeling 感受、Finding 發現、Future 未來)引導學生反思建立積極目標的喜悅及成就感。

● 「情」「意」行動十一：「積極人生 創『新我』」融滲各學科的活動及教學

目的：全方位把「積極人生 創『新我』」的主題融滲各學科及科組，提升學生堅毅及積極等正向思維。全方位融滲主題，是為了定期為「積極人生 創『新我』」過程加強正向催化劑，讓學生的創「新我」目標成為日常學習的一部份，讓老師持續引導及鼓勵學生堅持目標，老師同心成為學生的同行者，能更有效建立情境，深入學生的學習需要和表現，為學生提供適時及適切的支援，有效幫助他們建立正面的價值觀。

活動內容：詳見附件一

● 「行」行動十二：「積極人生 創『新我』」至「SMART」行動獎勵計劃

目的：透過全年進行的獎勵計劃，鼓勵學生積極堅持目標，為他們建立正向鼓勵作用，推動全校學生勤奮向目標進發，堅持永不放棄。

活動內容：

在校內設立「積極人生 創『新我』」至「SMART」行動獎勵計劃，主要鼓勵學生好品格好行為，包

括：「好堅毅、好勤勞、好尊重、好責任感、好承擔、好誠信、好關愛、好靜心等……」，獎勵計劃配合「我的『新我』行動紀錄」簿進行，在老師定期檢視過程中加入獎勵元素，給予學生獎勵貼紙以加強學生堅持目標的正向動力。活動同時配合至「SMART」行動家中期檢討進行，老師及同學可按學生完成至「SMART」行動目標的情況給予獎勵，並鼓勵學生在堅持目標過程中出現的好行為，獎勵計劃讓老師及學生以行動持續為各人注入正能量。

(4) 詳細推行方案及時間表：

- 實施日期：2022年9月1日至2023年6月30日

- 準備期：

日期	推行方案
9/2022	與輔導組成員計劃全學年輔導活動，並與各科組及組別負責人商討有關本年度跨科組的主題活動內容。輔導組根據2021-2022年度全方位校本輔導計劃的檢討，制定本年度發展目標、工作重點及方向，並訂定今年以「積極人生 創『新我』」為訓輔主題，籌劃全方位校本輔導活動。
	各科組及組別負責人全方位把「積極人生 創『新我』」的主題融滲於各學科及科組的全年計劃及活動安排中，有效全方位提升學生學習堅毅、積極及勤奮等正向思維。由輔導組的統籌帶領下，全校各科組全面融滲SMART目標設立理論於日常上課及主題活動中，讓學生全方位學習如何訂立目標，活出「新我」。

- 實踐期：

「意」行動九：「積極人生 創『新我』」開幕禮

日期	推行方案
9/2022	透過「積極人生 創『新我』」開幕禮，師生共同承諾，以激發學生對建立積極人生目標的熱忱。於學期初的開幕禮中，師生共同承諾積極建立目標，共同表達相信自己可以，並齊聲立志「I Believe I Can」，開幕禮當天結合電影《功夫熊貓》賞析及互動討論活動，帶出「積極人生 創『新我』」的正向氣氛。學生反思從「不可能創造『可能』」的方法。社工及老師持續使用「4F 動態引導反思法」(Facts 事實、Feeling 感受、Finding 發現、Future 未來)引導學生反思建立積極目標的可能性及正能量。

「知」行動一：電影《功夫熊貓》賞析及互動討論

日期	推行方案
9/2022-10/2022	安排學生在月會欣賞《功夫熊貓》電影，功夫熊貓是從一隻別人和自己也看不起的笨拙熊貓，變身成為功夫蓋世的「神龍大俠」，並成功拯救了所有人。功夫熊貓一直依靠的是堅持喜歡功夫、希望學好功夫這個目標，也許身邊所有人最初也不相信他，但最終功夫熊貓也發現，只要你相信自己可以，堅持努力不懈，奇蹟是可以發生在每個人的身上，這就如創「新我」的秘笈，因為我們每一個也是一個獨特的秘笈－「信自己」的正向思維。學生透過電影及反思分享，學習從「不可能」創造「可能」的正向思維。 駐校社工及教師透過敘事及對話活動，討論電影情節及電影語言的意義，讓學生思考「功夫熊貓」的經歷，並了解牠如何勇敢地挑戰自己，為自己創造「新我」，建立不一樣的積極人生。駐校社工及老師使用「4F 動態引導反思法」(Facts 事實、Feeling 感受、Finding 發現、Future 未來)引導學生投入情境故事，並反思所學習的正向思想。 電影中帶出的正向思維包括相信沒有什麼是不可能的！「Nothing is impossible」，所有人也可以像主角「功夫熊貓阿寶」一般創建自己的新目標。電

影中也帶出「You just need to believe. You must believe」的正向思維，讓學生學習相信自己，因為相信便可以堅持下去。此外，電影中也提及靜心可以讓我們專心面對挑戰，電影內容也鼓勵學生不逃避、永不放棄堅持下去的重要性。完成電影欣賞及反思活動後，舉辦延伸活動「積極人生 創『新我』：我最欣賞的人生鬥士」，學生畫出在《功夫熊貓》電影中，他們最欣賞的電影角色，並分享欣賞此角色的原因。學生也在反思工作紙中立志創「新我」，並分享如何創立「新」目標。為加強學生持續思考創「新我」的熱忱，輔導組安排小息在課室播放《功夫熊貓》電影主題曲及片段，讓學生重溫電影中所學習的正向思維。

「知」「情」行動二：「積極人生 創『新我』」感恩生命故事分享

日期	推行方案
9/2022-5/2023	透過 6 次的班主任課，讓不同的老師透過錄影親身分享其「積極人生 創『新我』」感恩生命故事，老師更會分享自己建立人生目標或夢想的經歷及生命見證，讓學生學習以積極態度去建立其人生目標。過程中班主任帶領學生一起分享當中的啟發，帶領學生積極面對困難，激發學生的勇氣、熱情與幹勁的正向價值觀。 透過「感恩牆・長感恩」活動，老師及學生可在校園入口的「感恩牆」上分享感恩故事，主題為「積極人生 創『新我』」，老師及每班的學生代表可在感恩卡上寫上創「新我」過程中感恩遇見的人和事，包括自己。感恩卡會同時展示於校園的感恩牆及網上「創新藝墟」平台上，讓實體及網課學生可同時分享感恩的見證。

「知」「情」行動三：靜觀課

日期	推行方案
9/2022-6/2023	本年度校本延續去年所參與的賽馬會校園靜觀計畫，持續使用靜觀網頁上的短片，引導學生透過靜觀開始學習旅程。逢星期一、二、三早上 0815-0820 時段的靜觀課，學生學會持續以靜心專注，以堅持目標。《功夫熊貓》電影中也帶出「Your mind is like this water, my friend, when it is agitated, it becomes difficult to see, but if you allow it to settle, the answer becomes clear./你的思想就如同水，我的朋友，當水波搖曳時，很難看清它，不過當它平靜下來，答案就清澈見底了。」的正向思想，電影引導學生思考靜心可以帶領我們專心思考目標，及運用合適的情緒來面對困難，提昇專注力。此外，透過持續的靜觀練習，讓學生了解創「新我」及訂定的目標過程中會遇到的困難，「靜心」及「專注」是其中兩個保持正向心態的方法，有助學生能慎思明辨去優化「舊我」。老師持續提醒學生靜心專注是當我們面對困難及堅持目標的過程中，保持正向的秘訣。

「意」行動八：齊唱「積極人生 創『新我』」主題曲-強

日期	推行方案
9/2022-6/2023	首先，於學期初，音樂課老師在音樂課教導學生「強」一曲及歌詞意思，加強學生對歌曲的認識，並讓學生學習歌詞中積極樂觀的人生觀。學生反思不管經過多少障礙，我們仍是那獨一無二的「強人」，身邊也有家人和朋友的支持，讓我們有力量跌倒再起來。接著，透過全年 8 次月會齊唱「積極人生 創『新我』」主題曲-強，每次月會由不同老師和學生帶領全校師生齊唱主題曲「強」，激發學生對創「新我」目標及積極面對生命的熱忱。全年使用主題曲帶出「積極人生 創『新我』」的正向氣氛。透過每次全體師生頌唱「強」一曲，再次提醒學生可以「強人」心態面對生活中不同的挑戰，並積極堅守目標。

「知」「情」「行」行動四：「積極人生 創『新我』」之「相信・所以可以・我是生命秘笈」

日期	推行方案
10/2022 - 11/2022	全校學生一同進行「扭計盤」挑戰活動，讓學生親身體驗跟「功夫熊貓」相似經歷的體驗，從不相信自己可以，到堅持下去的話便所有人也有可能，讓學生體驗「相信・所以可以・我是生命秘笈」的正向思維，提昇自信心。

	<p>學校舉行全校「扭計骰」挑戰月：活動首天，老師按學生各級不同的學習程度派發每位學生一人一顆扭計骰，老師與學生一同觀看扭計骰挑戰短片，學生嘗試把扭計骰還原。一至二年級首階段挑戰為 2 格 X2 格 X2 格的扭計骰，三至六年級首階段挑戰為 3 格 X3 格 X3 格的扭計骰。老師與學生分享挑戰過程中的感受，重點引導學生分享是否相信自己可以挑戰成功。老師引用「功夫熊貓」的經歷與學生分享及討論，正如最初所有人包括熊貓阿寶也不相信自己可以，但牠堅持喜歡學好功夫這目標，故努力不懈地練習，最終達到成功，並幫助所有人脫險，從「不可能」創造成「可能」。老師鼓勵學生學習功夫熊貓的心態去挑戰「扭計骰」活動，並為自己訂立一個挑戰時間目標，完成「扭計骰」挑戰能有效讓學生展現克服困難的可能，並讓學生親身體會「堅毅」能使他們完成目標的正向思維，體驗從「不可能」變成「可能」的生活經驗。</p> <p>同時，老師持續引用「功夫熊貓」的正向語句鼓勵學生，如「沒有所謂的秘笈，只要堅信自己能做得到，那便是每個人面對困難獨有的秘笈」。「扭計骰」挑戰活動會維持約一個月，故學生可自行持續透過觀看短片練習。「相信 · 所以可以 · 我是生命秘笈」活動月期間定期舉行各級挑戰活動，學生可持續挑戰自己的目標，包括挑戰一個更快的時間，或挑戰再高一級難度的扭計骰，一至二年級可挑戰 3 格 X3 格 X3 格的扭計骰，三至六年級可挑戰 4 格 X4 格 X4 格的扭計骰。「相信 · 所以可以 · 我是生命秘笈」扭計骰挑戰月終期舉行全校扭計骰挑戰賽，全校師生一同挑戰還原扭計骰，一同體驗「相信 · 所以可以 · 我是生命秘笈」的正向思維，提昇自信心。</p>
--	--

「知」「情」「行」行動五：「積極人生 創『新我』」之至「SMART」行動家（啟動禮）

日期	推行方案
12/2022	<p>待學生完成「扭計骰」挑戰月體驗活動，學校便安排學生學習如何訂立目標，開始為創「新我」的目標進行實踐。於活動當天，學生及老師均會為自己分別訂立一個短及長期目標，全校師生一同進行反思，分享如何達成目標，於學期中段及尾段，均會進行檢討分享，鼓勵學生在本年度積極完成目標。終期反思會中師生共同檢討長期目標，並配合「積極人生 創『新我』」閉幕禮中的成果展進行。至「SMART」行動家目標訂立活動中，主要分開兩部份，包括訂立目標及反思如何完成目標。</p> <p>在訂立目標方面，師生透過體驗活動學習 SMART 理論，導師引導師生各思考一個屬於自己的長期目標，並由短期目標推進配合，當中可配合創「新我」的思維。短期目標可使學生為長遠的目標訂下里程碑，清楚知道自己應有的進度，並提升自己的動力。活動讓學生實踐勇於建立「新我」，優化「舊我」的壞習慣，為自己的目標努力奮鬥。學生可在學術、運動、藝術、社交、親子關係、好習慣及好品格等不同範疇上，為自己訂立一個獨一無二的目標，「人生」導師透過體驗活動引導學生思考其目標方向。創「新我」行動紀錄在「我的『新我』行動紀錄」簿內，負責老師在全年班主任課中定期與學生檢視及反思，並給予正面回饋以加強學生的積極態度，回饋結合至「SMART」行動獎勵計劃進行。</p> <p>創立「新我」目標後，師生可把目標填上至「SMART」行動家小卡上，目標小卡會放於課室當眼位置，讓師生常鼓勵及提醒大家努力達成目標，並在奮鬥過程中讓同行者給予支持及欣賞。活動當天除目標卡外，師生也會共同簽署承諾卡，卡上節錄《功夫熊貓》電影金句，當中包括「I Believe I Can」及「Nothing is impossible」等中英文短句，師生透過簽署承諾卡，以行動表達「創新我」的勇氣，承諾卡將展示於校園內，以加強正向校園氣氛。</p>

「知」「情」「行」行動六：至「SMART」行動家之 Teacher Buddy 同行大行動

日期	推行方案
12/2022 - 6/2023	全校老師成為每位學生的同行者，透過個別分享，與學生反思至「SMART」行動目標，並協助學生修訂目標，以創建一個更合適自己的創「新我」目標。至「SMART」

	<p>同行大行動緊接著「積極人生 創『新我』」之至「SMART」行動家活動進行，師生共同檢視學生個別目標的內容，並作修訂以推展至學期終的長期目標。</p> <p>學校每位老師大約檢視 12 位學生的目標，並與他們定期進行個別分享，過程引導學生反思目標是否配合他們的成長需要。老師持續使用 SMART 目標訂立理論，鼓勵學生訂立屬於他們獨一無二的目標，分享過程中，老師也可用自己的個人成長經歷鼓勵學生堅持目標，活動讓老師成為學生的同行者、支持者及鼓勵者。</p> <p>每次個別反思傾談中，老師透過向學生表達正面鼓勵語句，引導學生堅持及勤奮地完成目標，老師可引用功夫熊貓的正向語句鼓勵學生，老師鼓勵學生「沒有所謂的秘笈，只要堅信自己能做得到，那便是每個人面對困難獨有的秘笈」。老師也可在「我的『新我』行動紀錄」簿內寫出欣賞學生的說話(如：欣賞你努力嘗試、不怕失敗、堅持完成、有恆心、請相信自己可以、支持你、永不放棄等)。老師透過正面鼓勵語句，為學生打氣，同時為校園注入正面關愛氣氛。透過正面回饋，讓老師成為學生的同行者及支持者。</p> <p>Teacher Buddy 同行大行動結合「我的『新我』行動紀錄」簿及至「SMART」行動獎勵計劃進行，老師與學生定期面談，以檢視目標進度及給予學生獎勵，加強對學生的正面回饋。老師與學生檢視的進度、獎勵的貼紙及鼓勵的語句均紀錄在「我的『新我』行動紀錄」簿內，讓學生可定期觀察自己的進度。Teacher Buddy 同行大行動中，老師重視每個學生的獨特性，正如功夫熊貓師父把熊貓阿寶最大的弱點「貪吃」，轉換成推動阿寶練功的動力，修練功夫過程中不是每一個方法也合適所有徒弟，師父發現適合「蓋世五俠」的練功方法並不適合阿寶，反而食物可以成為阿寶堅持練習功夫的動。同樣完成至「SMART」行動目標的過程中，不是每個方法也合適所有學生，老師重視為每位學生找到合適自己的方法。老師與學生一同體驗從不可能變成可能，正如功夫熊貓的經歷一般。</p>
--	---

「知」「情」「行」行動七：「積極人生 創『新我』」之活出「新我」Bye-Bye「舊我」

日期	推行方案
1/2023	<p>透過「積極人生 創『新我』」活出「新我」Bye-Bye「舊我」活動，學生學習優化「舊我」，以行動承諾改善習慣，並持續為改善習慣的目標努力。延伸「積極人生 創『新我』」之至「SMART」行動家活動，全校學生與自己的 Teacher Buddy 一同檢視「舊我」，並嘗試反思如何優化及改善習慣。活動開始前老師與學生檢視「舊我」習慣，學生填寫 Bye-Bye「舊我」小卡，並在「我的『新我』行動紀錄」簿內有關「舊我」習慣的部份寫上相關內容。</p> <p>活動當天，全校師生一同慢行在校園草地上，過程中學生在指定位置停下，並在該位置「放下」Bye-Bye「舊我」小卡，行動象徵讓學生放下「舊我」，積極創「新我」，放下行動同時代表著一個立志及承諾，勇於與過去的「舊我」說再見，為優化「舊我」建立更積極正向的目標及方向，學生以行動承諾改善習慣。活動結合 Teacher Buddy 同行大行動，老師持續在每次與學生的面談中，與學生一同檢視優化「舊我」習慣的過程，鼓勵學生堅持改善習慣，放下行動是一個開端，老師支持學生堅持改善行為，給予正面回饋以加強學生自信心及動力。</p>

「情」「意」行動十一：「積極人生 創『新我』」融滲各學科的活動及教學

日期	推行方案
9/2022-6/2023	全方位將「積極人生 創『新我』」的主題融滲於各學科及科組，提升學生堅毅積極的正向精神。當中參與的科目包括中文、英文、數學、常識、視藝、音樂、電腦及體育，組別包括健康校園小組及課程組，讓學生在全校參與的模式中學習「積極人生 創『新我』」。推行方案詳情可參考附件一。

「行」行動十二：「積極人生 創『新我』」至「SMART」行動獎勵計劃

日期	推行方案
10/2023	在校內設立「積極人生 創『新我』」至「SMART」行動獎勵計劃，主要鼓勵學生好

-6/2023	品格好行為，包括：「好堅毅、好勤勞、好尊重、好責任感、好承擔、好誠信、好關愛、好靜心等.....」，獎勵計劃配合「我的『新我』行動紀錄」簿進行，在老師定期檢視過程中加入獎勵元素，給予學生獎勵貼紙以加強學生堅持目標的正向動力。活動同時配合至「SMART」行動家中期檢討進行，老師及同學可按學生完成至「SMART」行動目標的情況給予獎勵，並鼓勵學生在堅持目標過程中出現的好行為，獎勵計劃讓老師及學生以行動持續為各人注入正能量。
---------	---

「意」行動十：「積極人生 創『新我』」閉幕禮之至「SMART」Kids Show

日期	推行方案
6/2023	透過「積極人生 創『新我』」閉幕禮，感染學生對建立積極人生目標的熱忱。閉幕禮當天特意加強成功建立「積極人生 創『新我』」的回饋，讓學生日睹自己及他人的進度而生的滿足感。正面的回饋可使學生意識到自己的行動是有意義的，從而在未來持之以恆，繼續為自己訂立每年的目標。閉幕禮當天分兩部份，分別為檢視成果及至「SMART」Kids Show。首先由班主任與學生檢視成果，老師逐一檢視他們所訂立的「積極人生 創『新我』」之至「SMART」行動目標，並量化檢討成功與否。老師著重引導學生分享完成目標過程中的正向感受，當中可能有不成功的例子，但分享過程重視師生之間的支持和鼓勵。最後每班挑選三至五位學生在「積極人生 創『新我』」閉幕禮中代表接受全校師生的祝賀。第二部份為至「SMART」Kids Show，活動讓學生展示創「新我」目標成果，學生分享其目標及如何達成，以加強學生成就感及積極態度。此活動提供平台讓學生展現「創新積極的我」，並讓師生互相鼓勵及欣賞。此閉幕禮同時為「積極人生 創『新我』」成果展，典禮上展示學生創「新我」過程中點滴，並邀請師生分享感受，為全年創「新我」目標建立過程進行一次祝節會，全校師生一同分享喜悅。

(5) 預期成果：

- 學生能透過「積極人生 創『新我』」不同的主題活動，學習訂立目標，並以正面方法堅持目標，建立「新我」。
- 透過「積極人生 創『新我』」不同的主題活動，讓學生積極建立其人生目標，並提昇共自信心、激發其勇氣、熱情與幹勁的正向價值觀。
- 透過「積極人生 創『新我』」不同的主題活動，讓學生學習優化「舊我」。
- 學生透過思考電影「功夫熊貓」創「新我」的經歷，學習了解電影主角如何勇敢地挑戰自己，為自己建立不一樣的積極人生。學生能反思及回饋自己可以如何建立「新我」。
- 學生透過不同老師的親身分享其「積極人生 創『新我』」感恩生命故事，讓學生能積極建立其人生目標，並激發其勇氣、熱情與幹勁的正向價值觀。
- 學生透過靜觀課，學會以靜心專注的方式堅持目標，也學會以靜心及運用合適的情緒來面對困難。
- 學生透過「積極人生 創『新我』」之活出「新我」Bye-Bye「舊我」活動，學會放下「舊我」，嘗試改善習慣。
- 學生透過「積極人生 創『新我』」之至「SMART」行動家，成功訂立目標。
- 全方位把「積極人生 創『新我』」的主題融滲各學科，提升學生堅毅及勤奮等正向價值觀。
- 學生學會恆毅堅持，並藉着同儕及老師的接納、鼓勵和建議，培養其正面積極的心態。
- 學生能分享如何透過正面的方法，堅持創「新我」及為目標努力以赴，如靜心、朋友幫忙、勇敢面對、堅毅等，並定期檢示成效。

(6) 評鑑方法：

- 從活動後問卷，85%的學生同意自己在本年度嘗試創「新我」。
- 從活動後問卷，85%的學生同意自己在本年度嘗試優化「舊我」。
- 從活動後問卷，85%的學生同意從有關 SMART 的活動中，讓他們學習訂立目標。

- 從活動後問卷，85%的學生同意在「積極人生 創『新我』」不同活動中能讓他們學習正面方法堅持目標。
- 從活動後問卷，85%的學生同意在「積極人生 創『新我』」不同活動中能提升其自信心。
- 從活動後問卷，85%的學生同意靜觀課，能讓他們學會以靜心專注的方式堅持目標，也學會以靜心及調節合適的情緒來面對困難。
- 從活動後問卷，85%的老師同意，計劃能建立校園積極及正向的文化。
- 透過老師的觀察，老師同意學生的自信心有所提升。
- 透過「積極人生 創『新我』」不同活動的學生相片和作品，於本校網頁展示，把校園積極正向文化的訊息帶到其他學校和社區。

(7) 財政預算：

項目	預算支出
「積極人生 創『新我』」之「相信所以可以・我是生命秘笈」物資	\$2000
「積極人生 創『新我』」之至「SMART」行動家物資	\$2000
「積極人生 創『新我』」之活出「新我」Bye-Bye 「舊我」物資	\$1000
總額	\$5000

(不敷之數由學校支付)

鳳溪創新小學

2022-2023 「積極人生 創『新我』」融滲各學科的活動及教學計劃

活動月份	對象	活動名稱	活動目的	活動內容描述
中文科	9月 全體	觀看電影《功夫熊貓》延伸活動	觀看電影後引導學生反思，明白要有積極人生態度及活出自我價值。	學生在月會觀看《功夫熊貓》電影後，於中 文堂內進行延伸活動：低 小學生節錄有「積極人生」金句製作書籤，夾在手冊或常用書中提示自己要有積極人生態度；高小學生寫讀後感，記錄自己的感受和從電影中學到的道理。
9-1月	P1 P3 P5 P6	積極人生	在恆常教學中，培養學生堅毅、積極向上的態度，並以作文展示學生的學習成果。	一年級學生以《我的成長》為題，記錄自己學會獨立處事，也學會自定目標。 三年級學生以《上體育課》為題，記錄一次這體育課經歷失敗至成功的經歷。
英文科	P1-6	Co-curriculum-‘Think Positive, Self-Innovation!	After watching the film, students are able to think positively and have self innovation. Students are able to learn from the characters by setting goals!	With the co-operation of the Counseling Team, pupils watched a film ‘Kung Fu Panda’ in September. After the film watching, pupils from P.1 to P.6 designed A5 posters with their

附件一：「積極人生創『新我』」融滲各學科的活動及教學

				，：‘Kung Fu Panda’： A5 Poster design	favourite characters and wrote descriptions on the characters. For P.5-P.6 students, they also needed to write what they learnt from the characters or the inspiration from the characters. The activity will be finished in October.
數學科	12月	P.1	積極人生創「新我」—齊來背誦奇數和偶數	著學生背誦 100 以內的奇數和偶數，培養他們訂立小目標的好習慣。	學生一開始先認識 10 以內的奇數和偶數，由 10 以內開始背誦，著家長簽署記錄，並寫上鼓勵說話。學生再訂下一個目標背誦 20 以內的奇數和偶數，從而累加上去。
	10月至 11月	P.2	積極人生創「新我」—齊來背誦乘數表	著學生背誦 1-10 的乘數表，培養學生訂下目標作出實踐。	學生一開始先背誦 2、5、10 的乘法，再背 3 和 6 的乘法，完成後再背 4 和 8 的乘法，最後再背 7、9、1 和 0 的乘法，每個階段都作出記錄，每達成一個小目標由家長簽署作證，並請家長請上鼓勵說話。
	9月	P.3	積極人生創「新我」—自訂 24 小時健康生活時間表	學生自訂一個小目標，從過程中學習堅持、責任心，從而培養良好的生活習慣。	著學生自訂小目標，用一星期作出行動實踐。

	12 月	P.4	積極人生創 「新我」— 背誦 100 以 內的質數	學生自訂每天可背誦多少個質數，再 訂下一個目標累加上去，最終能完成 背誦 100 以內的質數。	學生自訂每天可背誦多少個質數，著 家長簽署記錄，並寫上鼓勵說話。學 生再訂下一個目標累加上去，最終能 完成背誦 100 以內的質數。
	12 月	P.5	積極人生創 「新我」— 愛家人・做 家務	學生記錄每星期做家務的時數，製作 複合棒形圖。	學生記錄一星期做家務的時數，並檢 視過去一星期做家務的時數，訂下目 標再多為家人分擔。
	5 月	P.6	積極人生創 「新我」— 定立目標， 規劃時間	以自己定立的目標，重新規劃一天的 時間。	學生先用圓形圖表示運用一天時間的 分佈，然後按自己定立的目標，再以 圓形圖重新規劃一天的時間。
常識科	2 月	P.1	我的家庭活 動	設計一個與家人一起參與的家庭活 動，鼓勵學生做健康的活動。	讓學生與家人一起設計家庭活動，享 受與家人一起的時間，避免只沉迷在 家中電玩。
	10 月	P.2	做好運動的 準備	讓學生為自己喜歡做的運動作好準 備，積極參與運動。	從場地、裝束及準備的物品一步步規 劃做喜歡的運動，讓學生多運動，平 衡身心發展。
	3 月	P.3	時事分析-家 具贈基層	分析「市建局與大學生組義工隊用 「剩木」製作家具贈予基層」新聞。	讓學生分析義工助人的新聞，學會幫 助他人的精神。
	12-1 月	P.4-6	名人積極人 生剪報	透過閱讀名人的奮鬥事蹟，學習如何 積極面對人生	重點了解名人的事蹟，欣賞他們如何 的奮鬥過程，並從中學習他們面對逆 境的精神。
視藝科	10-11 月	P.1-3	填色及背景 設計比賽	透過填色，回憶《功夫熊貓》中「積 極人生」的片段；透過創作背景，思 考如何積極面對人生。	以《功夫熊貓》阿寶作為填色主 角，學生在背景創作，以「積極人 生創新我」為主題，繪畫一些自己

				會積極去做，令自己變得更好的事情。
P.4-6	海報設計比賽	透過創作海報，思考如何積極面對人生。		學生設計海報，推廣本年度學校主題「積極人生 創新我」。
音樂科	9月	P.1-6 《強》	學生能頌唱主題曲《強》	教授學生頌唱主題曲《強》，使學生懂得唱此歌曲及明白歌詞的意思，帶出要有積極的態度及活出自己的人生。
體育科	10月-6月	P.1-6 大挑戰	在課前或小息在不同樓層安排簡單的體適能挑戰。	鼓勵學生自訂目標，然後在「校園體適能大挑戰」中進行自我挑戰。
電腦科	10月-6月	P.1-3 熟習 iPad 操作，作	透過電腦科學習，熟習 iPad 操作，積極面對新的電子書。	讓學生在學習 iPad 操作中，建立學習目標。熟識各種不同的電子書的打開方法，積極面對不同電子教學平台的模式。
P.4-6	熟習編寫程式	透過電腦科學習，熟習程式編寫的基本思路。	學習程式編寫過程中，建立自己的學習目標，本年度內尋找一種喜愛的程式(如：Scratch 等)進行深入學習，並熟識其編寫的基本思路。	透過各科恆常課堂的閱讀分享，鼓勵學生分享有關積極人生的故事/圖書，部分學生可用拍影片方式分享，從他人積極的人生中反思自己的人生。
課程組	10-6月	P.1-6 喜「閱」分享	提升學生閱讀興趣	