

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：計劃資料

1. 計劃名稱：
(請用正楷填寫)

感恩・珍惜——播種愛的力量

2. 申請組別：☒ 中學組 ☐ 小學組 ☐ 幼稚園組

3. 實施日期：由 **10/2022** 至 **5/2023**

4. 有否向其他機構申請類似活動？否

5. 申請人資料

學校名稱：

(中文) 仁濟醫院第二中學

(英文) Yan Chai Hospital No.2 Secondary School

通訊地址：

新界屯門第 31 區楊青路

電話號碼：

2467 3736

傳真號碼：

2456 2302

負責老師：

黎愷欣

職 銜：

德育、公民及國民教育主任

校長簽署：

鍾偉成校長

校長姓名：

18-8-2022

日 期：



甲部、計劃撮要

計劃名稱：感恩·珍惜——播種愛的力量

學校名稱：仁濟醫院第二中學

(1)理念：

「滴水之恩，當湧泉相報」，意在提示人們要知道感恩。每一個人的人生旅途中都會有幫助過自己的人，有的是自己的父母，有的是自己的老師，還有的是在我們身邊付出的人。計劃透過體驗活動、成長課、攝影比賽及撰寫書信，培養同學常存感恩的心及珍惜的意念，成為一個愛自己、愛家人、愛社會、愛世界的年青人。

(2)計劃目的、對象及受惠人數：

- ✧ 計劃目的：培養學生常存感恩之心，珍惜擁有的一切
- ✧ 對象及受惠人數：全校約 650 名學生

(3)計劃內容：

1. 聖誕送暖回母校：透過書寫聖誕卡，讓學生向小學校長、教師表達感恩之心。
2. 猜猜我是誰活動：讓同學了解工友的日常工作的，期望學生抱持感恩的態度。
3. 感恩珍惜成長課：透過成長課分組活動，教導學生珍惜家人付出的一切。
4. 黑暗中的對話體驗活動：以黑暗、無聲為主題的體驗，讓同學珍惜自己所擁有的。
5. 大自然崇敬之旅攝影比賽：鼓勵學生在學校旅行欣賞大自然，提升對生活資源的愛惜。

(4)推行時間表：

活動	預計完成日期
1. 聖誕送暖回母校	2022 年 12 月
2. 猜猜我是誰活動	2022 年 10 月
3. 感恩珍惜成長課	2022 年 11 月、2023 年 3 月
4. 黑暗中的對話體驗活動	2023 年 2 月
5. 大自然崇敬之旅攝影比賽	2022 年 12 月

(5)預期成果及評鑑：

本校除了由負責老師觀察及檢討外，也會透過學生分享和反思來評鑑計劃成效。學生將會透過成長課反思、參與活動表現及遞交作品的質量來評估學習成果。

乙部、計劃詳情

計劃名稱：感恩·珍惜——播種愛的力量

學校名稱：仁濟醫院第二中學

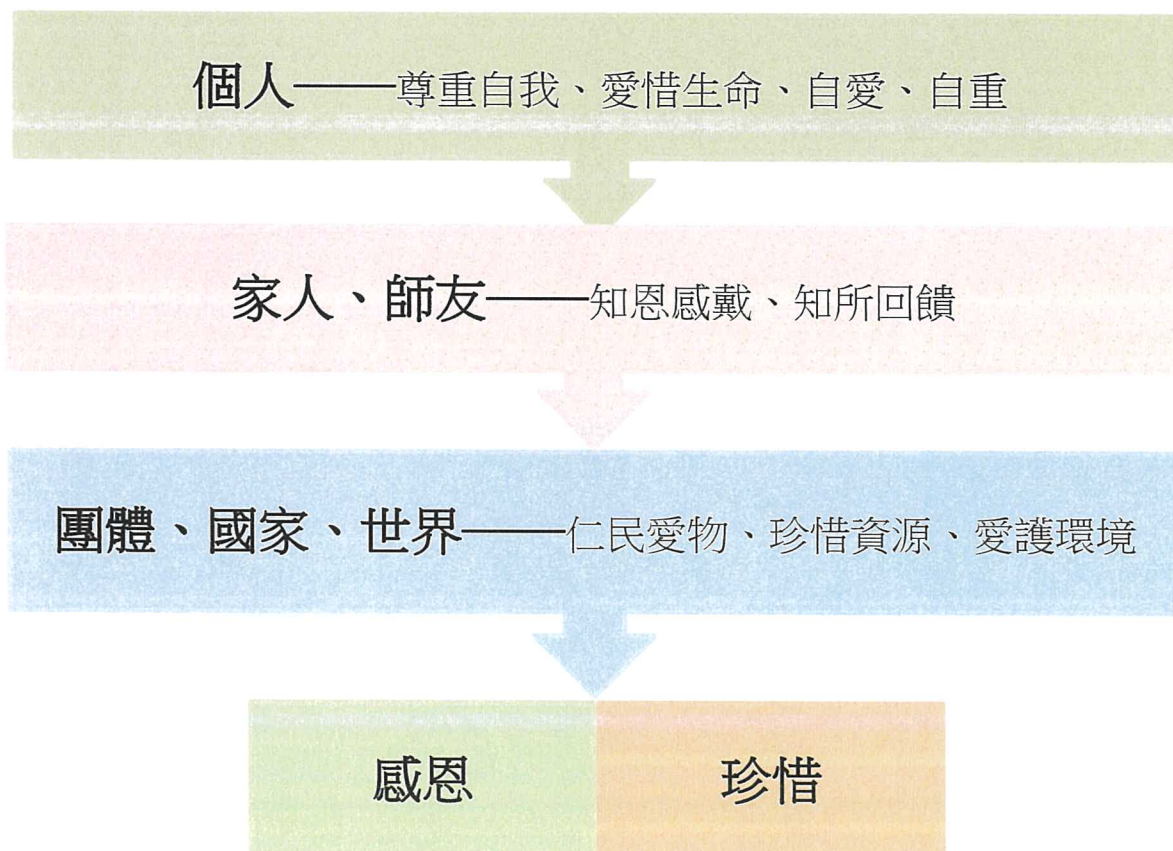
(1)理念：

感恩、珍惜是指留意和感激自己擁有的一切，是一種感覺、態度，也是一種能讓人的生活帶來更多幸福與快樂的品格。我們會因為自己所得到的或者擁有的而感激，懂得感恩的人能看見別人對自己的愛，從而學會珍惜一切，並將感恩的心轉化為能量和動力，嘗試報答那些幫助過自己的人。

我們在實踐感恩時，都需要有一個感激對象，這個對象可以是自己、我們身邊的人、團體、甚至世界。

(2)計劃目的、對象及受惠人數：

學生心中常存感恩、珍惜，自會知足，也就容易得到快樂。感恩的心卻不是天生就有的，需要我們的培養，計劃目的是培養學生常存感恩之心，珍惜擁有的一切。對象及受惠人數為全校約 650 名學生。計劃負責老師以下三個方向及層次，培養學生感恩和珍惜的心：



(3)具體計劃內容：

1. 聖誕送暖回母校

教師對學生循循善誘教導，無私付出，時刻關心學生的成長需要。為培養同學尊師重道及飲水思源的人生態度，計劃透過教導同學書寫聖誕卡，提供機會讓學生向小學校長、教師表達感恩之心，珍惜師長的愛，讓學生感謝教師為母校師長的付出，學會珍惜並對他們的栽培常存感恩。

班主任會先以活動剪影，引導中一同學思考自己在升中後有所進步的地方或難忘片段，為撰寫聖誕卡予小學校長、老師作準備。

聖誕卡參考示例



敬愛的陳校長：

聖誕佳節將至，先恭祝校長聖誕快樂！

時間過得真快，轉眼間我已經是一位中學生了。升上中學之後，功課多了很多，亦深了很多，我自覺要更加積極和自律地面對升中的挑戰和考驗，我定必遵從老師的教導，更加努力，用心學習，不負老師的期望和教導。

在此亦容我向校長、老師說聲：謝謝！您的付出，讓我得到一個充滿歡笑和關愛的校園生活。這個校園，不單令我有今天的表現，更令我有一個愉快的童年時光！

祝

身體健康、工作愉快！

學生
XXX 敬上

二零二二年十二月二日

1. 祝願校長或老師聖誕快樂

2. 告訴他們你一項進步了的地方

3. 向他們表達謝意

相信看完同學的活動花絮之後，你們都有些頭緒了吧？

不妨就著自己的想法，寫封聖誕咭感謝小學校長和一位小學老師(共兩封)，告訴他們在你升上中學後進步了的地方，順道祝他們聖誕快樂吧！



2. 猜猜我是誰活動

工友每天默默耕耘地清潔校園，為同學提供舒適、整潔的學習環境。這可能在同學心目中微不足道，他們每天做著許多令人厭惡的工作，但仍能以敬業的態度、全心全意為學校服務的心工作，實在值得令人敬佩。

活動會由同學訪問學校工友，並製成錄音介紹，讓同學從多方面了解工友在學校的日常工作，期望學生透過學習用心觀察，以欣賞、感恩的態度向本校工友致謝，同學更會以習心意字句為工友打氣。藉此教導學生學習從多方面思考日常和他們接觸的人，培育感恩、珍惜之心，並付諸實際行動。

3. 感恩珍惜成長課

懂得感恩的人在學會感恩他人之前，必須先了解自己的重要性，看見自己的優點，感恩自己一直以來的努力。學會感恩自己之後才能夠感恩別人。同樣地，學會感恩前，必先學會珍惜，懂得珍惜他人的付出，才能夠了解為什麼要感恩，更不要認為他人給的幫助是理所當然，或是對方份內的工作，特別是對待同一屋簷下的家人，是最容易被我們忽略的，要教導學生學習看見對方的用心與付出的努力。

透過兩節成長課的短片反思及個案探討——感恩珍惜成長課(1)：誰懂珍惜(從學會珍惜自己開始)；感恩珍惜成長課(2)：感恩父母的愛，珍惜親情。提醒學生懷着感恩的心享受與家人相處的時刻，欣賞家人的付出，同時學習用心照顧家人，是一個最簡單的珍惜方式。

學生看畢後，需要在成長手冊上寫下反思，希望他們懂得以感恩、珍惜的態度對待自己和家人。成長課教學工作紙示例如下：

主題：誰懂珍惜？

日期：_____

1. 熱身問題

請同學靜默片刻，認真的反思以下幾個問題：

- 1.1 當父母在你身邊，無私為你奉獻的時候，你是否珍惜這血濃於水的親情？
- 1.2 當朋友在你身邊，真心關懷你時，你是否想過珍惜這來之不易的友情？
- 1.3 當老師在你身邊，對你無限包容時，你是否珍惜這難以報答的恩情？



不要習慣把別人願意為你做的視為理所當然，要珍惜和感恩別人對我們的付出。

2. 短片反思

觀看短片後，試完成以下名額，並在班中分享。

- 2.1 在你的生活經驗，你認為甚麼東西值得你珍惜？試把它圈出來。



其他(如有)：_____

2.2 根據 2.1 部份，挑選你認為最應該和值得你珍惜的東西，並指出其原因，然後向班中的同學分享。

	值得你珍惜的東西	原因	A	B
1				
2				
3				
4				
5				

2.3 請仔細想想上列 5 項對你個人的重要程度，再把這些項目按優先次序在「A 欄」排列起來：首項為「1」，其次為「2」，如此類推。

2.4 人生好景不常，有時為環境所逼，我們需放棄一些東西，哪怕是珍惜的人、物或理想。倘若環境迫使你一定要在上列 5 項你最珍惜的項目中放棄一項，你又会挑選哪一項？試在該項目的「B 欄」寫上「X」，如此類推，直到剩下最後 3 項為止。

在 5 個你珍惜的項目中能擁有 3 項，已經很難得。試想一下：如果要在現實生活中放棄這些你所重視和珍惜的東西，你的心情又會怎樣？

老師給你的話：

東西夠用就好，不一定要新的，保持整潔、懂得珍惜才是最重要的，將用完的東西收拾整潔、珍惜自己所擁有。

懂得知足，學會珍惜。

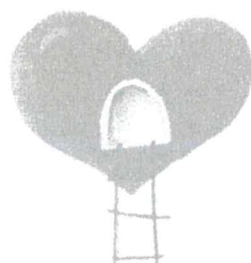


主題：說不出口的親情

日期：_____

1. 熱身問題

1.1 你知道父母/別人對你的期望嗎？試把它列寫出來：



這真是父母/別人對你的期望，還是只是你的估計？不妨多跟他們溝通。

1.2 你對這些期望有何感受？



2. 短片反思

2.1 片段一的新娘，兒時跟父親的關係如何？試圈出答案。

疏離 / 親密

2.2 她在婚禮上的情感有甚麼轉變？試在  內加上✓。



由興奮到傷心



由期待到失望



由疑惑到感動



由感激到憤怒

2.3 你怎樣理解她的感受？

--

2.4 片段二回繳的女兒對媽媽有甚麼誤解？

2.5 兩段短片對你看待父母和家人，有甚麼重要提醒？

3. 故事分享：

母親的雙手

一名成績優秀的青年申請一間大公司的經理職位。他通過了首輪面試，由董事長負責最後的面試和決定。董事長從該青年的履歷上發現，該青年的成績一直優秀，從中學到研究生從來沒有間斷過。

董事長問：「你在學校裏拿到獎學金嗎？」

該青年回答：「沒有。」

董事長問：「是你的父親為你付學費嗎？」

該青年回答：「我父親在我一歲時就去世了，是我的母親為我付學費。」

董事長問：「那你的母親是在那家公司高就？」

該青年回答：「我的母親是給人洗衣服的。」

董事長要求該青年把手伸給他，該青年把一雙潔白的手伸給董事長。

董事長問：「你幫你母親洗過衣服嗎？」

該青年回答：「從來沒有，我媽媽是叫我多讀書，再說，母親洗衣服比我快得多。」

董事長說：「我有個要求，你今天回家，給你母親洗一次雙手，明天上午你再來見我。」

該青年覺得自己成功的可能性很大，回到家後，高高興興地要給母親洗手，母親受寵若驚地把手伸給孩子。該青年給母親洗着手，漸漸地，眼淚掉下來了，因為他第一次發現，他母親的雙手都是老繭，有個傷口在碰到水時還疼得發抖。青年第一次體會到，母親就是每天用這雙有傷口的手洗衣服，為他付學費，母親的這雙手就是他今天畢業的代價。該青年給母親洗完手後，一盪不盪地把母親剩下要洗的衣服都洗了。當天晚上，母親和孩子聊了很久很久。

第二天早上，該青年去見董事長。

董事長望着該青年腫腫的眼睛，問到：「可以告訴我你昨天回家做了些什麼嗎？」

該青年回答說：「我給母親洗完手之後，幫母親把剩下的衣服都洗了。」

董事長說：「請你告訴我你的感受。」

該青年說：「第一，我懂得了感恩，沒有母親，我不可能有今天。第二，我懂得了要和母親一起勞動，才會知道母親的辛苦。第三，我懂得了家庭親情的可貴。」

董事長說：「我就是想錄取一個會感恩，會體會別人辛苦，不把金錢當作人生第一目標的人來當經理。你被錄取了。」

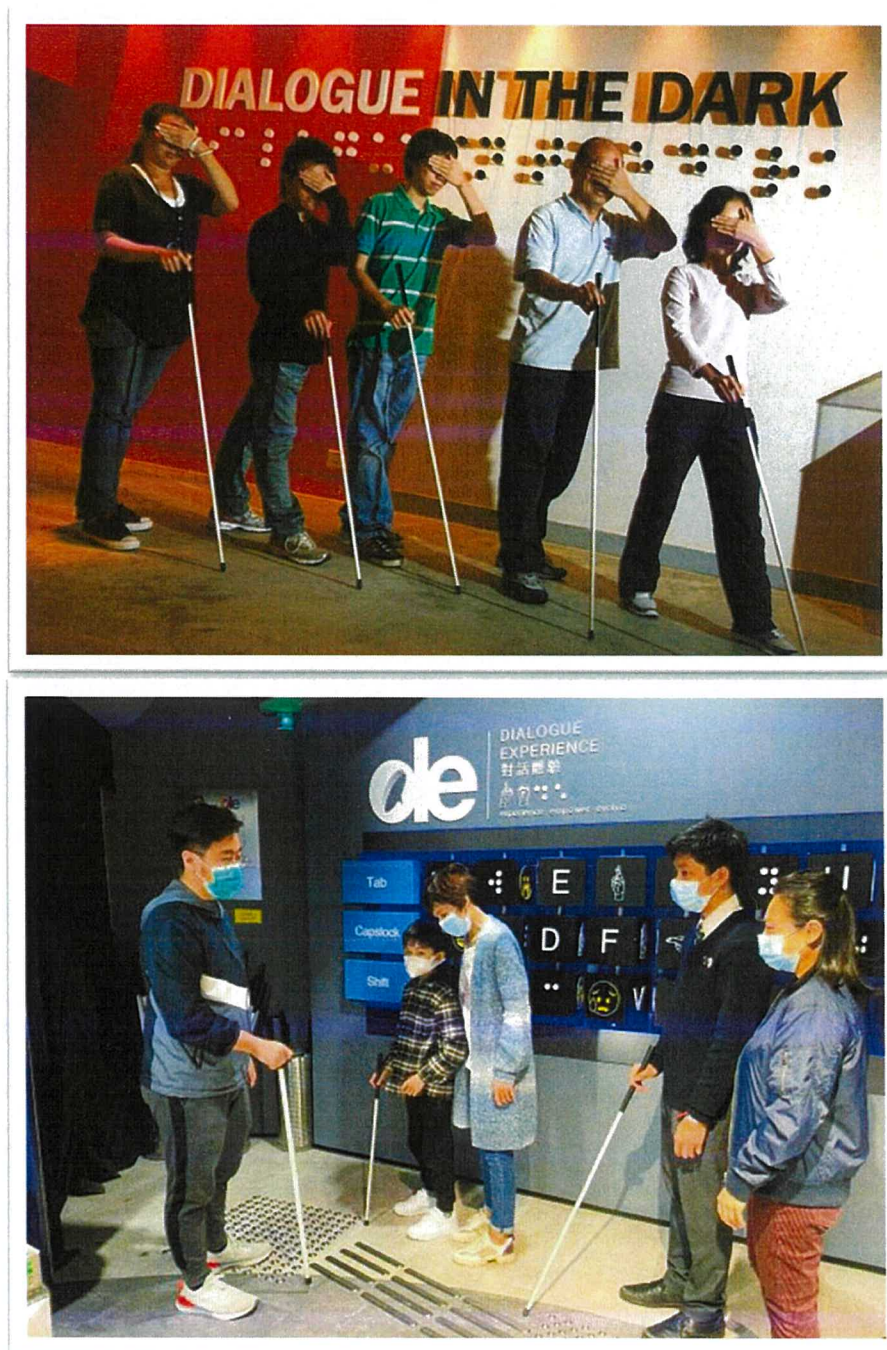
這位青年後來果真互作努力，深得員工擁護，員工都努力互作，整個公司的業績大幅增長。

假如一位孩子從小嬌生慣養，習慣了被人圍着寵着，什麼都是「我」第一，父母的辛苦都不知道。上班後，以為同事都應該聽他的話。當了經理後，不知道員工的辛苦，還抱怨天尤人。這樣的人，會有得意風光的一時，但社會上的這類人，都不能成大事，也不會感覺到幸福。



4. 黑暗中的對話體驗活動

體驗活動會讓同學進入一個看不見的世界，沒有光線，沒有色彩，只可以在全黑環境下以「手」、「鼻」甚至是「口」代替眼睛去感知身邊事物，導賞員帶領同學挑戰視覺之外的感觀，換個角度探索「未見」的世界。黑暗體驗設有多個場景，同學可以於全黑環境中體驗失明人士在日常生活中窘境，例如：在黑暗中乘搭交通工具、甚至在黑暗中做運動等。透過體驗別人失去的，讓同學更懂得珍惜自己所擁有的。



照片來源：<https://dialogue-experience.hk/tc/about-us-dockey-club-dialogue-tc/>

5. 大自然崇敬之旅攝影比賽

「親親而仁民，仁民而愛物」，我們要教導學生親愛自己的親人，仁厚地對待一般人，並且推而廣之，愛護天地萬物。大自然與人類都是互相依存、息息相關的，我們應身體力行，多關注及愛惜它們，承擔保護樹木的責任，珍惜大自然，讓生活更美好。

為提升學生對大自然及生活資源的愛惜，計劃於學校旅行時，以「大自然崇敬之旅」為主題舉辦攝影比賽，鼓勵學生在郊野公園欣賞大自然，觀察樹木生長情況，由計劃負責老師負責收集，然後在校園內展覽，並經師生投票，選出得分最高的首三幅照片。

大自然崇敬之旅攝影比賽

比賽主題

攝影比賽以珍大自然作為主題，透過鏡頭推廣愛護大自然。
*參賽作品須於學校旅行期間拍攝內或取景。

評審準則

主題內容(50%)
參賽作品主題、內容是否能配合此攝影比賽的主題。
畫面構圖、拍攝技巧(30%)
參賽作品構圖的完整性及豐富度。
創意(20%)
參賽作品內容是否新穎、構思新鮮、觸動人心。

比賽獎項

冠軍、亞軍、季軍各一名

截止日期

2022年11月4日（星期五）



遞交方法



(4)詳細推行方案及時間表：

活動	預計完成日期	對象
1. 聖誕送暖回母校	2022 年 12 月	中一級同學
2. 猜猜我是誰活動	2022 年 10 月	全校同學
3. 感恩珍惜成長課	2022 年 11 月、2023 年 3 月	中一、二級同學
4. 黑暗中的對話體驗活動	2023 年 2 月	約 30 位受邀學生
5. 大自然崇敬之旅攝影比賽	2022 年 12 月	全校同學

(5)預期成果：

透過學生遞交的比賽作品、早會分享及活動體驗等，展示他們對關愛精神的意識有所提升。

(6)評鑑方法：

- 1.負責老師觀察學生參與活動之踴躍或投入程度；
- 2.其他教師意見；
- 3.學生比賽作品；
- 4.問卷調查同學意見；
- 5.學生早會分享。

(7)財政預算：

活動	內容	預算金額
1. 聖誕送暖回母校	印刷費	\$ 2000
2. 猜猜我是誰活動	心意卡	\$ 500
3. 感恩珍惜成長課	/	\$ 0
4. 黑暗中的對話體驗活動	活動費用、車費	\$ 2000
5. 大自然崇敬之旅攝影比賽	禮物	\$ 500
總額		\$ 5000.00

(8)計劃延續：

計劃透過體驗活動、成長課、攝影比賽及撰寫書信，培養同學常存感恩的心及珍惜的意念，提升他們的幸福感及抗逆力，更有助日後在校推動相關的價值觀培育。