

天主教伍華中學

健康校園政策工作小組工作檢討 (2021 - 2022)

本年度工作目標

1. 創建和諧及健康校園，營造關愛文化。
2. 促進學生達致生理及心理良好狀態。
3. 幫助學生發展健康的生活習慣、正面的人生觀及價值觀、生活技能及抗拒誘惑的能力。
4. 統整校內有關發展健康生活範疇的政策。

I. 本年度工作概況

工作項目	有關目標	Status 情況 C = 完成 PC = 部分完成 U = 尚未進行	主要原因	結果/成就
<b>(A) 營造健康的校園環境</b>				
1. 制訂健康校園政策文件，包括處理程序、各項政策、轉介機制、整合各委員會及科組有關健康教育的工作及活動，並作出定期修訂	1,4	C		<ul style="list-style-type: none"> <li>• 已於 2011-2012 學年完結前制訂健康校園政策文件及於學期初放學校網頁。每年再於學校各委員會作修訂，並於每年第一次校董會通過。本年度修訂版本已完成及通過。</li> </ul>
2. 教師發展日:心靈教育	1	C		<ul style="list-style-type: none"> <li>• 約九成(88.71%)的老師認為是次教師發展日能讓他們對心靈教育有初步認識。</li> <li>• 超過八成的老師能從教師發展日初步認識呼吸練習、鬆緊練習/敲經絡、靜觀步行練習，並認同能有助老師舒緩壓力。</li> <li>• 82%的參與者老師滿意是次教師發展日內容。</li> </ul>
<b>(B) 發展學生的健康生活習慣</b>				
<b>(B1) 定期舉辦健康校園活動</b>				
2.1 環保廚房(全校)	1,3	U	疫情停課而取消	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 於 2010 年 9 月開始，每上課日為中一同學及全校，提供符合「衛生署 - 健康飲食在校園」健康午膳標準的午膳，唯去年因新冠病疫情停課及只上半日課，中一午膳計劃暫停。</li> </ul>
2.2 「衛生署青少年健康服務計劃·成長新動力」課程(人際篇、溝通篇、解難篇、壓力篇、抗誘篇)(中一)	1,3	PC	疫情停課部份課堂取消	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 原訂於本年度在中一級課室內進行「衛生署成長新動力基本技巧訓練」課程(解難篇)，因疫情教育局宣佈停課而取消。</li> </ul>

2.3 「讓夢想啟航」工作坊 (中一)	2,3	C		<ul style="list-style-type: none"> <li>已於 29/9,6/10 進行,共 104 位同學參加,學生反應積極投入,超過 70% 同意能從講座中明白需要為夢想訂立目標,和對毒品提升警覺性。相關報道已上載校網「最新消息」。</li> </ul>
2.4 無煙新一代健康講座 (中一)	2,3	C		<ul style="list-style-type: none"> <li>因疫情關係,由原訂 13/4 日改為 11/5 舉行。</li> </ul>
2.5 開心果日(全校)	2,3	C		<ul style="list-style-type: none"> <li>已於 15/6 舉行「開心果月。水果派對」,由家長教師會贊助全校員生水果乙個。</li> <li>於 6 月份舉行「水果地理對對碰」、「水果常識問答比賽」及「Guess who I am」。</li> </ul>
2.6 「好心情@伍華」專題日 (中二)	1,3	C		<ul style="list-style-type: none"> <li>15/12 已完成中二級「好心情@伍華」專題日,全級 115 人共有 78 位同學換領了精美禮品,而參與紀錄亦已上載學生電子學習歷程檔(IPortfolio)。</li> <li>80%同學同意活動讓我能認識毒品的禍害,以及提升自己對健康的認識和覺察。</li> </ul>
2.7 「好心情@伍華」專題日 (全校)(中一)		U	因疫情影響	<ul style="list-style-type: none"> <li>16/2 中一級「好心情@伍華」專題日為回應來年招收女生,專題日取消,改為進行「兩性相處·平等尊重」講座。</li> </ul>
2.8 「兩性相處·平等尊重」 講座(中一)	1,3	C		<ul style="list-style-type: none"> <li>於 6/2 進行線上講座。講座內的情境分析仔細、貼地,不同場合都有詳述。兩性相處之道部分內容適宜,但因時間不足而有點急促。</li> <li>整體來說,學生都算投入參與,部分學生對講者一些提問有積極回應,發表不少個人意見。接近 80%同學同意講座能讓他認識兩性相處,建立和諧、平等的重要。</li> </ul>
2.9 中一家長講座(如何適應 升中生活)(中一)	2,3	C		<ul style="list-style-type: none"> <li>活動於 23/10 完成,家長回應積極,出席班主任面談環節有 80 位家長出席。</li> <li>問卷回應對工作坊十分滿意,(收回問卷數量 53 份,63 位學生家生代表)。</li> <li>超過半數家長喜歡講座形式,內容方</li> </ul>

				<p>面:期望能多認識「青少年學習態度」及「管教訓育」</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 個別家長組織家長 WhatsApp group、希望校方體育服可加以長運動褲上學等。</li> <li>• 相關內容組長已在行政會上報告,而問卷報告亦已上載內聯網,歡迎同事參閱。而當天的資訊簡報亦已上載於 eclass,以便家長查閱。</li> </ul>
2.10 家長講座「培養責任感及提升自學能力」(全校)	2,3	C		<ul style="list-style-type: none"> <li>• 於 11/12/2021 家教會就職典禮邀請校本教育心理學家許潔心姑娘,主講「培養責任感及提升自學能力」,在校實體進行家長培訓講座,內容配合學校是年主題,所引處境事例也令家長易生共鳴。</li> </ul>
2.11 「心靈加油站」小組(中六)	2,3	C		<p>-已於 3 月 25 日,完成「中六級心靈加油站」線上工作坊,有 9 名中六同學出席。</p> <p>-內容包括學習靜觀呼吸、靜觀飲食及拍打操。同學大都能夠投入參與,從中掌握一些放鬆技巧,以面對 DSE 的挑選。</p>
2.12 身心健康小工具(全校)	2,3	C		<ul style="list-style-type: none"> <li>• 於 25/4 舉行,透過影片,讓學生了解細味食物練習、靜觀伸展練習及 3 分鐘呼吸空間練習。同時,影片亦會介紹靜觀心理學、如何分享快樂及透過靜觀學習減壓,啟發學生以平常心活在當下,保持身心健康平衡。</li> <li>• 95%學生認同活動有助了解如何在疫情下紓緩壓力及負面情緒。</li> </ul>
2.13 逆境自強一二三式(全校)	2,3	C		<ul style="list-style-type: none"> <li>• 於 26/4-28/4 舉行,超過 75%同學同意活動可讓認識自己面對疫情時,情緒上可能會感到壓力和困擾;也知道面對疫情時,保持心理健康的重要,學會增強自己的抗逆力。</li> </ul>

(B2) 定期舉辦禁毒反黑活動				
2.14 「慎交朋友」講座 (中二)	1,3	C		<ul style="list-style-type: none"> <li>於 16/2 完成，因疫情影響改以 zoom 形式進行，有更生人士作過來人分享。期望同學凡事要有獨立思考，三思而行，不要誤交損友，誤入歧途，以致後悔一生。</li> <li>老師反映講座資料及安排適宜，有感染力。惟因著線上聽講，同學反應不俗，個別學生對講座內容積極回應，也關心相關議題。</li> </ul>
2.15 「人生方程式」講座 (中三)	1,2	C		<ul style="list-style-type: none"> <li>於 6 月 1 日舉行「人生方程式」講座。活動藉著嘉賓分享奮鬥經歷，2020 年仍有參賽，在學校禮堂內展示小型賽車，場面震撼，既吸引又具說服力，學生反應熱烈。</li> <li>接近 80% 同學同意活動讓他明白凡事認真及守規的重要，還有不輕言放棄的人生態度。</li> </ul>
2.16 「G4 ACTION」計劃」 (中一)	1,2	C		<ul style="list-style-type: none"> <li>有 14 名中一同學參與，已完成 4 節成長小組，進行了團隊建立、校園定向、低結構歷奇活動。</li> <li>另進行了一次室內射擊活動，同學很快建立關係，氣氛良好；惟部份同學專注力欠佳，需要社工協助。</li> </ul>
2.17 「健康TEENS使」 (中二至中三)	1,3	C		<ul style="list-style-type: none"> <li>因受疫苗接種限制，活動只有 7 位中二及中三的同學參加。小組訓練是裝備青少年對毒品及黑社會文化的認識，提升他們抵抗誘惑及遠離群黨的能力。</li> <li>參加者出席率理想，亦投入活動，與各嘉賓發問問題，很有互動性。而飛標訓練方面，除了能培養同學多元興趣外，亦可訓練他們的專注力及訂立目標的重要性，同學的學習態度亦認真。</li> </ul>
2.18 智NET新人類小組(中一中二)	1,3	U	疫情影響而取消	<ul style="list-style-type: none"> <li>因疫情限制社交距離，因而難以進行活動而取消。</li> </ul>
2.19 「網絡資訊」專題日」 專題日(中二)	1,3	C		<ul style="list-style-type: none"> <li>疫情影響，故於 1/6 為全體中二級同學進行線上講座。</li> </ul>

				<ul style="list-style-type: none"> <li>• 超過 70%同學同意活動能提高自己對網絡資訊的警覺性，並認識健康的上網習慣和彼此尊重的網絡文化的重要性。</li> </ul>
2.20 「抗毒 Rock & Road——抗毒的心路歷程 X 音樂會」講座 (中四)	2,3	C		<ul style="list-style-type: none"> <li>• 5月4日進行講座，活動形式輕鬆互動，學生也表現應興趣，效果不俗，嘉賓分享也情真意切，具感染力。</li> <li>• 70%同學認同透過音樂及生命故事分享，認識自己成長中的挑戰，以及明白濫用藥物的害處。</li> </ul>
2.21 「摯 friend 選舉」	1,3	C		<ul style="list-style-type: none"> <li>• 學生積極參與選舉活動，反應熱烈。撰寫的內容，情真意切。</li> <li>• 獲獎作品及同學感受-「與摯友相處時的難忘片段」，刊於第二期輔導組會訊。</li> <li>• 超過 70%同學同意從活動中明白交友之道，並學會珍惜與朋友建立友誼。</li> </ul>
2.22 「禁毒工作坊·微電影欣賞」(中一)	1,3	C		中一級於 7 月 26 日進行「禁毒工作坊·微電影欣賞」，共 91 位積極參與微電影的觀後問答遊戲，並認為能有效從中認識禁毒的資訊。
2.23 「反黑講座」(中二及中三)	1,3	C		中二及中三同學於 4 月 28 日進行「反黑講座」禁毒工作坊，由警隊警民關係主任主講，讓同學加深認識毒品的禍害。
2.24 「網上騙案講座」(中五)	1,3	C		中五同學於 4 月 28 日進行「網上騙案講座」，由警隊警民關係主任主講，讓同學加深對網上騙案認識。共 93 位同學出席。
2.25 更新活動(中二)	1,3	C		中二同學於 7 月 26 日進行更新活動，由懲教署舉行「更生先鋒計劃」教育講座，讓同學加深了解毒品的禍害。60%同學認同講座能滿足他們所需求。
2.26 禁毒劇場(中一)	1,3	C		中一同學於 7 月 26 日進行更新活動：禁毒教育劇場 - 「毒品地獄」，讓同學加深了解毒品的禍害。100%同學認同演出能有效地加強學生認識禁毒資訊。
2.18 高中倫理及宗教課	1,3	C		<ul style="list-style-type: none"> <li>• 中四倫理及宗教課，於 11 月共 3 節課堂有關毒品禍害及福音戒毒的訊息，協助同學建立健康的價值觀。</li> <li>• 中五倫理及宗教課，於 3-4 月共 5 節有關「愛與性教育」課程，內容包括心理及生理健康培育。積極培養同學身心靈教育，令同學能積極面對社</li> </ul>

				<p>會的挑戰。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>中六倫理及宗教課，於 10 月共 2 節有關青少年成長及「愛與性教育」課程。成果正面，同學感到自信能面對未來。</li> </ul>
2.22 其他科組課程及活動	1,3	C		<ul style="list-style-type: none"> <li>中五生物科: 15 小時「疾病與預防」課程。</li> </ul>
<b>(C) 辨識可能需要幫助的學生及建立相關轉介機制</b>				
4. 學生支援 - 定期召開級訓輔會議及學生支援會議(及早適別、個案轉介及跟進)	1,2,3	C		<ul style="list-style-type: none"> <li>共召開共11次級訓輔會議及3次學生支援會議，及早適別、作個案轉介、商討及跟進</li> </ul>
附加活動				
活動	有關目標	情況	主辦機構	結果/成就
老師專業進修 (1)老師培訓	3	C		<ul style="list-style-type: none"> <li>老師持續進修有關健康校園及禁毒的課程，冀望能更有效推動禁毒及健康教育。</li> <li>全體老師於 2/2018 完成一節與現代青少年同行工作坊</li> <li>全體老師於 8/2018 精神健康急救老師培訓講座</li> <li>全體老師於 3/2021 完成一節「預防性騷擾」工作坊</li> <li>直至 6/2021，共三位輔導老師完成由天主教香港教區的教育心理學家主持的兩天精神急救基礎課程</li> <li>直至 6/2021，一位老師完成由教育區主辦的兩天精神健康基礎課程，另一位完成五天的精神健康高級課程</li> <li>於 6-7/2017，健康教育組組長完成由教育局舉辦的半天禁毒基礎及一天深造課程培訓</li> <li>另外，兩位訓導老師及一位健康教育老師已於 2011-2012 年度完成為學校管理人員提供的禁毒教育兩天培訓進階課程。</li> <li>網上通通識,攜手創造健康校園計劃-每課題老師培訓，倫理科老師均 100 %出席及通過有關培訓。</li> <li>於 5/11/2019，於校內舉行靜觀伸展訓練老師培訓，全體老師參與</li> <li>2012 全校共 28 位教職員接受「學生性教育」或預防校園性騷擾政策培訓，全體累積總時數共 151.5 小時。</li> </ul>

				• 2012 全校老師於教師培訓日接受「心靈教育」培訓。
--	--	--	--	------------------------------

### III. 問題檢討

1. 學生培育委員會各組協作良好。在推行學生活動時，各組會繼續協調。
2. 本學年因新冠肺炎大流行教育局宣佈停課或只上半天課而引致許多活動需要取消或轉用線上形式。
3. 兩位駐校社工協助本校推行禁毒工作，增加學校資源。
4. 學校每年修訂及檢討健康校園政策文件，未來仍需就學校發展作每年的政策修訂及檢討。