

聖公會聖約瑟小學  
2020 至 2021 年度  
健康校園周年計劃

(一) 宗旨：

1. 為學校營造一個舒適而健康的學習環境，改善學生的生活質素，讓其身心得以健康發展。
2. 向學生推廣健康知識、信念及行為，使他們擁有健康體魄、正確價值觀及態度。

(二) 現況分析：

1. 有利條件：

- 學生對健康校園舉辦之活動參與度高，亦能從活動中接收健康訊息。
- 學生於校園的健康飲食習慣普遍良好，並能實踐於校內生活之中。
- 學生一直積極參與不同的體能活動，並對體能活動有濃厚的興趣。

2. 面對問題：

- 正規上課時間緊迫，如觀察到有特別需要時，可考慮於小息及周會時段加入「健康校園」活動。
- 因應疫情的關係，學生減少外出及活動，因而未能有足夠的體能活動量。
- 在疫情期間，如何保持學生健康的飲食習慣、良好的個人衛生習慣，並配合適量的體能活動，以維持其健康發展。

(三) 本年度關注事項:

項目	關注事項	備註
1	優化「健康大使計劃」，營造健康校園的氛圍，配合健康飲食及體能活動達至健康生活的模式。	配合學校發展之關注事項目標 2.4
2	推行全校性的健康教育活動，強化學生對疫情的認識，提升他們的抗逆力，建立積極健康的人生觀。	配合學校發展之關注事項目標 2.3

(四) 推行策略:

對應關注事項	策略/工作	成功準則	評估方法	時間表	負責人	所需資源
1	<p>1.1 增設「抗疫小先鋒」</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 協助老師於小息時段在課室或指定進食區域保持同學的良衛生習慣。例如進食前後必須潔手、適當處理口罩等等。</li> <li>● 每班挑選兩名學生擔任此計劃，全學期三次匯報班內的個人衛生情況，日期待定。如需</li> </ul>	<p>-70% 抗疫小先鋒認同擔任抗疫工作能幫協助學生提升個人衛生習慣。</p> <p>於抗疫小先鋒培訓中，學生能匯報學生於小息的</p>	<p>1. 學生問卷 2. 學生匯報及分享 3. 老師問卷</p>	全學年	邱 及 組 員	問卷 小禮物 嘉許獎狀 紀錄表

	<p>要時，負責老師會即時跟進學生的衛生情況。</p> <p>1.2 運用應用程式「小食紅黃綠」</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 上下學期各一次於小息向同學推廣帶備適宜的小食，配合由衛生署的應用程式「小食紅黃綠」，讓同學將小食作出營養分類。</li> <li>● 每期推廣後兩星期內，抽選學生進行問卷調查和訪問，同時影相片收集學生的小食包裝作檢視。如需跟進，會與學生和家長了解其帶備小食的情況。</li> </ul> <p>1.3 「健康校園一分鐘」</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 於校園電視台播出，以學生分享或宣傳疫情的最新資訊作主題，強化學生對疫情的認識及推廣不同的抗逆方式。</li> </ul>	<p>飲食和衛生情況。</p> <p>-70%健康大使認同擔任工作能幫助學生提升有營的飲食習慣。</p>	<p>1. 檢視學生小食包裝</p> <p>2. 學生問卷</p> <p>3. 學生訪問</p> <p>4. 老師問卷</p> <p>5. 如需個別跟進個案，(會加設家長問卷)</p> <p>配合「健康校園資訊角」收集學生的參與度／答對率</p>	<p>上 下 學 期 各 一 次</p>		
--	--	--	---	------------------------------	--	--

	<p>1.4 「家居運動」</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 以「家居運動」為主題配合體育科小小運動家活動，向學生推廣可於家中進行的簡單體能運動，並可加入親子元素或配合社際比賽形式。</li> </ul> <p>1.5 進行「學童身心靈健康評估計劃」</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 收集六年級學生的生活滿意度及自評健康狀態</li> </ul>	<p>-70%參與學生認同有關活動能培養他們持續進行運動的習慣。</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 學生上載分享家居運動影片</li> <li>2. 學生問卷</li> <li>3. 參與人次記錄</li> </ol> <p>檢視數據報告</p>	<p>2020年 10月</p>	<p>體育科主任及科任老師</p> <p>邱及組員</p>	
對應關注事項	策略/工作	成功準則	評估方法	時間表	負責人	所需資源
2	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 將抗疫個案貼在「健康校園資訊角」，並請同學留言寫打氣紙及設問答遊戲，從而營造校園互助的抗逆氣氛。</li> <li>● 課室內增設於留言版，讓學生向生病的老師或同學給予慰問，從而建立校園互助的氣氛和積極的人生觀。</li> </ul>	<p>-70%學生認同對相關活動能提升抗逆氣氛，從而建立積極的人生觀。</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 學生匯報及分享</li> <li>2. 學生問卷</li> <li>3. 老師問卷</li> <li>4. 記錄學生的參與度／答對率</li> </ol>	<p>上 下 學 期 各 一 次</p> <p>全 學 年</p>	邱及組員	

	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 於校園內將貼抗逆資訊及派發防疫小貼士的宣傳單張予學生。</li> <li>● 播放運動員戰勝新型肺炎短片、邀請香港殘奧運動員運動員到校講座，透過運動員良好的心理因素、正面的目標和適量的體能訓練，從而建立健康發展。</li> </ul>		配合愛分享壁報，讓學生寫出感受及啟發	全學年  2020年11月		
--	--	--	--------------------	---------------------	--	--

(五) 計劃行事曆：

項目	工作摘要	推行日期	負責人	備註
1	與組員商討全年之活動安排及分工	8月	健康校園組成員	
2	籌備開展活動、添置用具、物資、獎品	8月	健康校園組成員	
3	健康一分鐘(健康飲食、抗疫訊息分享)	上下學期各一次(於校園電視台播放)	健康校園組成員	
4	健康校園資訊角 (個案分享+收集學生寫打氣紙)	上下學期各一次(於校園電視台播放一星期內)	健康校園組成員	
5	「健康大使」計劃	全學年	邱	
6	「節能大使」計劃	全學年	陳	
7	「抗疫小先鋒」	全學年	麗	

8	班際清潔比賽	10月	陳	
9	開心果月	2021年1-2月	麗	
10	健康主題班級經營(買賣口罩情景)	2021年4月	健康校園組成員	
11	學生、老師問卷及進行檢討報告	定期	健康校園組成員	
12	「脊柱側彎普查計劃」	待定	邱	六年級
13	「學童身心靈健康評估計劃」	10月	邱	六年級
14	「校園安裝智能飲水機先導計劃」	2020年7月申請, 代批核	邱	2021年 中有批 核結果

#### (六) 全人發展組行事曆

項目	工作摘要	推行日期	負責人	備註
1.	生命鬥士短片播放	10月-1月	心靈及生命教育組及 健康校園組	
2.	生命鬥士講座	11月及1月	心靈及生命教育組及 健康校園組	
3.	護蛋行動	12月	訓輔組	
4.	電影教育周會	1月及6月	心靈及生命教育組	
5.	貧富宴及講座	2-3月	訓輔組	
6.	黑暗中對話-高小	4月	心靈及生命教育組	
7.	導盲犬講座-小二	4月	德育及公民教育組	
8.	愛分享。回應壁報(活動後的回饋與感想)	全學年	訓輔組	
9.	疫情中的抗逆點滴(周會及約瑟電視台分享)	全學年	健康校園組	

(七) 財政預算：

聖公會聖約瑟小學  
2020/2021 年度 各科組收支預算

科/組別：健康校園

負責老師：邱剛奇

經常津貼

項目	詳述	獲批款項	預算支出	實際支出	備註
學校撥款		\$3,500			
1. 活動物資	遊戲、健康訊息分享		\$1,000		
2. 禮物	活動獎品		\$2,500		
	總計：		\$3,500		

餘款：

(八) 小組成員：

組長：邱剛奇

核心組員：鄧子健、黃麗雲、陳世儀

組員：全體同工