



2024-25年度 第一次校長茶敘

主題：新學年的動態



是日程序

- 關注事項
- 校園生活
- 九、十月活動花絮
- 學生於導修完成功課統計(九月)
- 介紹即將舉行的活動
- 答問環節



關注事項：促進學生全人發展

提升學生對國家的
認識及對國家
民族的歸屬感

培養學生良好品德
(十二個價值觀教育)

培養學生有
健康的生活方式

提升抗逆力
(發展正向教育)

促進學生
五育均衡發展
(善用學時
優化課程規劃)

提升學生的
自學能力



德育輔導

正向教育

目的：

- 提升學生正面情緒，提升抗逆力；
- 透過定期舉辦活動促進學生認識及關注精神健康的重要性；
- 促進學生與同學之間的關係，建立包容互助氛圍；
- 營造輕鬆關愛的校園氣氛；
- 提升學生對學校之歸屬感。



價值觀教育課

1. 與香港城市大學合作，在一、二、四及五年級的價值觀教育課加入正向教育課程

順德聯誼總會梁潔華小學
價值觀教育 工作紙
(短、中、長期目標) 2024-09-27

姓名: 張雪澄(4) 班別: 五年級(E)班 日期: 九月十六日

根據你想要達成的人生目標，寫出十個所需要的步驟。

生活目標 (學業/人際關係):
英文進步和學多英文生字 (在成年前)
一個5001個


步驟:

1. 儲錢 ✓
2. 買英文書或看英文劇 ✓
3. 找新的生字 ✓
4. 寫在一本notebook上 ✓
5. 每天練習和試如何用在句子上 ✓
6. 練習 Speaking ✓
7. 讀英文中學 ✓
8. 大個去英國讀書 ✓
9. 在英國居住 ✓
10. 回香港探家人, 告訴結果 ✓

順德聯誼總會梁潔華小學
價值觀教育 工作紙
(感官訓練日記) 閱

姓名: 何子匡 班別: 二年級(C)班 日期: 十月九日

請選擇一個時段 (早上、小息、傍晚、晚餐、洗澡或睡覺前)，利用不同的感官感受不同的事物，並在工作紙上以文字或圖畫記錄。



我選擇的時段是: 小息 ✓

我使用的感官包括: (眼睛/耳朵/舌頭/鼻子/皮膚) *可圈多於一個





六年級生涯規劃

- 順德聯誼總會鄭裕彤中學—10月8日(星期二, Day2)
- 東華三院呂潤財紀念中學—10月17日(星期四, Day2)
- 將軍澳官立中學—10月18日(星期五, Day 3)
- 仁濟醫院王華湘中學—11月5日(星期二, Day2)
- 景嶺書院—11月27日(星期三, Day2)



生涯規劃：參觀屬會鄭裕彤中學





全年正向教育活動



- 秘密天使
- 點唱
- 班際歷奇活動(一至三年級)
- 班際閃避球比賽(四至六年級)
- 讚許樹(一至三年級)
- 讚許袋(四至六年級)





促進精神健康活動—醒神校園挑戰日(一至三年級)

提升學生在校園的**正面情緒**，增強同學之間的**合作性及信任感**，建立**歸屬感**及班內的**團隊精神**，並提升同學對**表達及處理情緒的認識**，促進精神健康。

畫出我心



校園定向



彩虹傘



促進精神健康活動-醒神校園挑戰日(一至三年級)





促進精神健康活動—反轉校園挑戰夜(四至六年級)





促進精神健康活動—反轉校園挑戰夜(四至六年級)





遊戲室開幕





非物質獎勵

一日便服通行證(4A)





非物質獎勵

遊戲室入場券(1A)





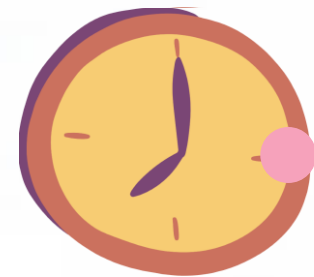
非物質獎勵

遊戲室
入場券
(2B)



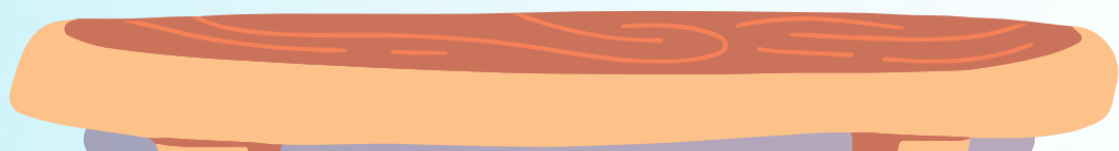


建立健康生活的模式



背景

2. 協助學生建立健康的生活方式，是中小學七個學習宗旨之一。學校須透過多元化的體育活動，發展學生體育技能和提升他們的體適能，讓他們獲取相關的活動知識，培養正面的價值觀和態度，建立恆常參與體能活動的習慣。配合世界衛生組織對 5-17 歲兒童及青少年應在一星期平均每天累積最少 60 分鐘中等至劇烈強度的體能活動（簡稱「MVPA60」）的建議，教育局課程發展議會已於 2017 年修訂《體育學習領域課程指引（小一至中六）》，把建議納入為學校推動學生體育的方向。





建立活躍及 健康生活的方式

Developing an Active and Healthy Lifestyle



學生每天應累積最少60分鐘
中等至劇烈強度的體能活動
Students should accumulate at least 60 minutes of
moderate to vigorous intensity physical activity daily



劇烈
Vigorous
強度 intensity



呼吸急速、心跳很快及
大量流汗，不能交談自如
Rapid breathing, rapid heart rate,
heavy sweating, and feeling too hard
to talk

- 跑步 Running
- 快速游泳 Fast swimming
- 競賽性的體育活動 Competitive sports activities

中等
Moderate
強度 intensity

呼吸和心跳稍為加快及輕微流汗，
但仍能交談自如
Fast breathing, increased heart rate
and sweating, but one is able to talk

- 急步走 Brisk walking
- 行樓梯 Climbing the stairs
- 運球 Dribbling



低
Low
強度 intensity

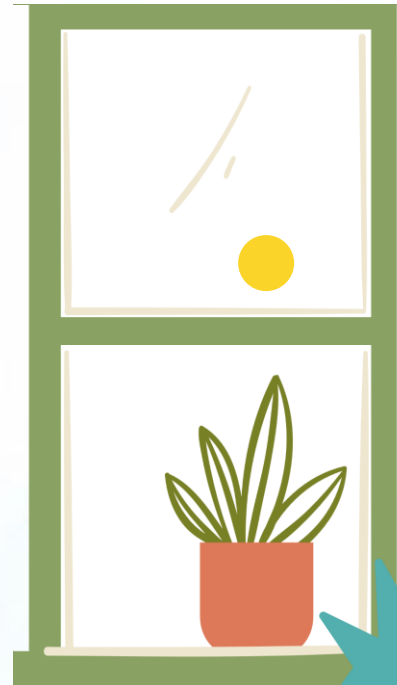


教育局 Education Bureau



健康生活

課程發展處





Moderate- to Vigorous-intensity Physical Activities

世衛建議 - (MVPA-60)

5-17歲兒童及青少年的體能活動量：

- 每天應累積最少60分鐘中等至劇烈強度的體能活動

體能活動

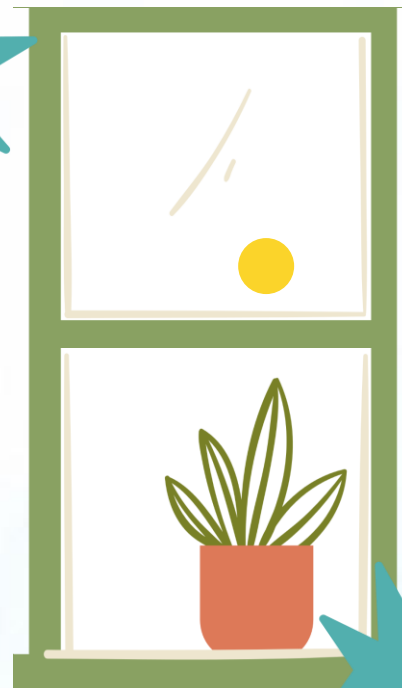
- 指所有會消耗能量的身體活動，包括體育課、運動競賽、體能訓練、交通往來（如步行或踏單車）、家務勞動、各類動態的遊戲和娛樂等

中等強度

- 指做活動的時候，呼吸與心跳稍為加快和輕微流汗，但不是太辛苦（即仍然可以交談自如），例如急步行走、緩步跑、行樓梯、緩慢地踩單車

劇烈強度

- 指做這些活動的時候，呼吸急速、心跳好快及大量流汗，覺得辛苦，例如不能夠交談自如或感覺困難





體能活動

Physical Activity



A + B + C + D =



學生每天應累積最少60分鐘
中等至劇烈強度的體能活動
Students should accumulate at least 60 minutes of
moderate to vigorous intensity physical activity daily



A 戶外 Outdoor

遊樂場玩耍
Playing in the playground 15 分鐘+
min+

親子活動
Parent-child activities 30 分鐘+
min+



C 學校 At School

小息/午息活動
Recess/
Lunch break activities 30 分鐘+
min+

早操/課間操
Morning exercise/
Exercise between class periods 10 分鐘+
min+

聯課活動
Co-curricular activities 60 分鐘+
min+

B 家中 At Home

家務
Housework 15 分鐘+
min+

體適能活動
Fitness activities 15 分鐘+
min+



D 其他 Others

急步行
Brisk walking 20 分鐘+
min+



教育局 Education Bureau

MVPA 60 =

1. 體育課
- +
2. 課前/課間活動
- +
3. 與體育相關的聯課活動
- +
4. 課外與家長/自行參與的體育活動



健康生活

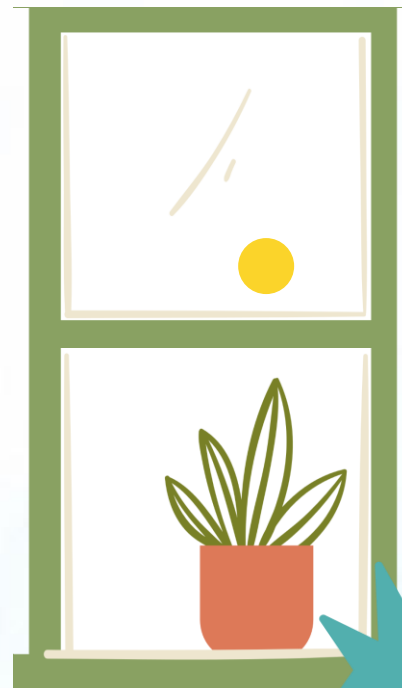
課程發展處



優化學校評估與課業政策

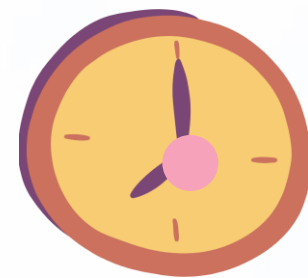
以下是摘錄《小學指引》(2024)分章五「評估求進」及分章六「有效益的課業」內有關優化學校評估與課業政策的建議，學校須連同教育局通告第18/2015號「家課與測驗指引—不操不忙 有效學習」(<https://applications.edb.gov.hk/circular/upload/EDBC/EDBC15018C.pdf>)一併參閱，以全面審視校內現行安排，並持續完善各項優化評估與課業政策的建議措施，包括：

- ◇ 適時檢視各級測考和默書的頻次、內容範圍或時間編排，探討以其他評估模式代替傳統的紙筆評估，減少默書和測考次數或取消個別年級的學期考試，尤其在小一上學期應以多元化評估代替測驗和考試；
- ◇ 制定協調機制統籌科組在不同年級進行評估的時間、課業量或繳交課業的日期，以免學生在同一時段面對過多的評估及課業；
- ◇ 盡量避免在緊接長假期後安排測考，讓學生在假期內可享有「留白」的空間；
- ◇ 將校本評估與課業政策上載至學校網頁，讓公眾及持份者（包括學校管理委員會／校董會成員、家長和學生）知悉，並定期（每學年至少一次）蒐集教師、學生和家長的意見，以持續檢視和優化校本評估與課業政策，並為有需要的學生和家長訂定相應的支援策略；





小一第一學期評估



日期 時間	11月14日 (星期四)	11月15日 (星期五)	11月18日 (星期一)
8:15 - 8:30	評估前準備		
8:30 - 10:00	中文 語文運用卷	數學	英文 語文運用卷
10:00 - 10:15	小息		
10:15 - 11:25	中文 閱讀理解卷	數學多元化 評估	英文 閱讀理解卷
11:25 - 11:30	班務處理		

日期 時間	11月19日 (星期二)
8:15 - 8:30	評估前準備
8:30 - 9:30	常識多元化 評估
9:30 - 9:45	小息
9:45 - 11:15	常識
11:15 - 11:30	班務處理

多元化評估



課程發展處





優化學校評估與課業政策

- ◇ 按校情靈活編排時間表，盡量在下午安排導修時段，讓學生能在教師指導下完成部分家課，以照顧不同學生的學習需要；及
- ◇ 善用長假期安排適量的自學任務（如：閱讀、參加體育活動、網上學習、參觀考察等），以代替傳統的書寫課業及補充練習，盡量減少安排課業，讓學生自主地運用假期的空間充分休息或發展個人興趣，舒展身心。

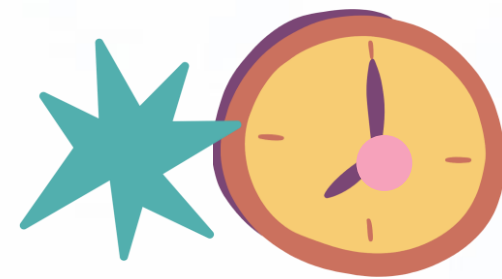
有效益課業



課程發展處



自學任務

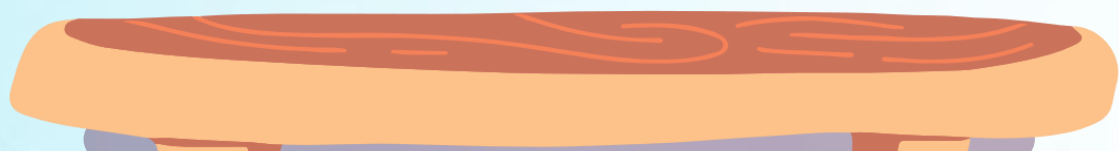


- 參觀考察
- 閱讀
- 網上平台
- 運動活動



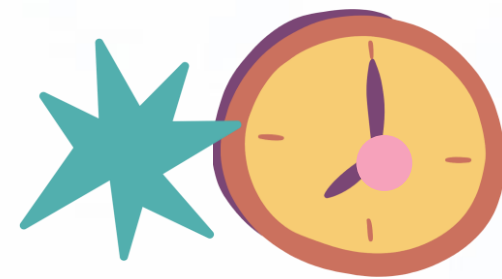
健康生活

課程發展處





自學任務



香港的硬幣

活動一：觀看短片

掃描以下兩個 QR Code 觀看短片，學習貨幣的由來及中國貨幣的演變。



《貨幣是甚麼來的？》



《中國貨幣的演變》

活動二：做個精明消費者

你想成為一個知慳識儉的好孩子嗎？試和家人走訪兩間超級市場，調查家人常購買的飲品或食品價錢，並把資料記錄下來，然後找出較便宜的貨品。

超級市場	飲品或食物名稱	飲品或食物價錢	兩種貨品價錢相差多少？
A			
B			

調查結果：

作為一個精明消費者，我會選擇到超級市場 (A/B)，

因為_____

任務 2. 我的小發明

目標：配合《珍惜資源》的教學單元，學生建立環保的生活習慣，節約能源，減少製造廢物。在假期時，想想怎樣利用廢物設計及製造一件生活用品。首先把你的構思草圖畫在 內，然後運用環保物料製作一件生活用品。

1. 我想製造的生活用品名稱：_____
2. 我會使用的環保物料：_____
3. 設計草圖：_____

P. 1

P. 3



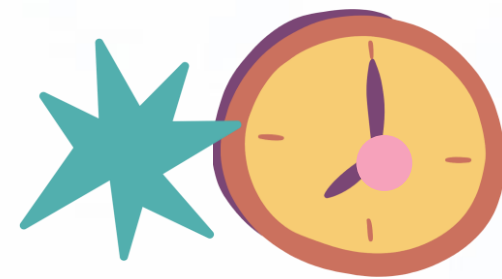


學生分享





學生分享





授人以魚不如授之以漁





「潔華之星」
獎勵計劃(24-25)



2. EDX Student 手機應用程式

下載 Edx student

1 登入帳戶

2 輸入密碼



3 選擇功能



一年級學生及插班生 獲發獎勵積分卡





摘星計劃 (Star Act) 6B

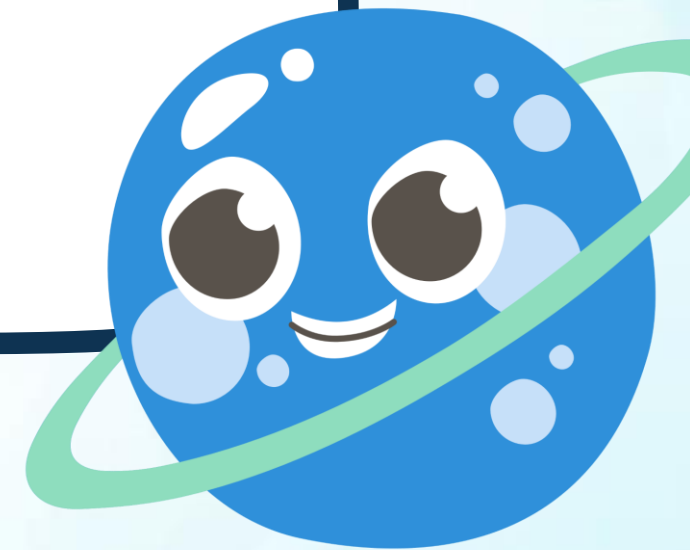
禮物積分結餘 7

中

★ 累積總分 7

閱讀之星 範疇總分 5

完成校本閱讀計劃，並考取獎章	5
向他人推介圖書	0
完成閱讀報告，並經老師審核	0
參加圖書館推廣活動	0





校園生活 (上午8:15-8:35)

早會內容

- ~星期一：**全級早會**—升旗儀式、國旗下的講話(每月首次早會)、周訓
- ~星期三：**分級早會**—閱讀分享 / 圖書介紹
- ~星期四：**全級早會**—頒獎、宣佈





校園生活(小息)

小息一

- ~ 在課室休息、靜態活動
- ~ 到圖書館或地下操場
- ~ 到小賣部購買小食/飲品
- ~ 到洗手間





校園生活(無功課日)

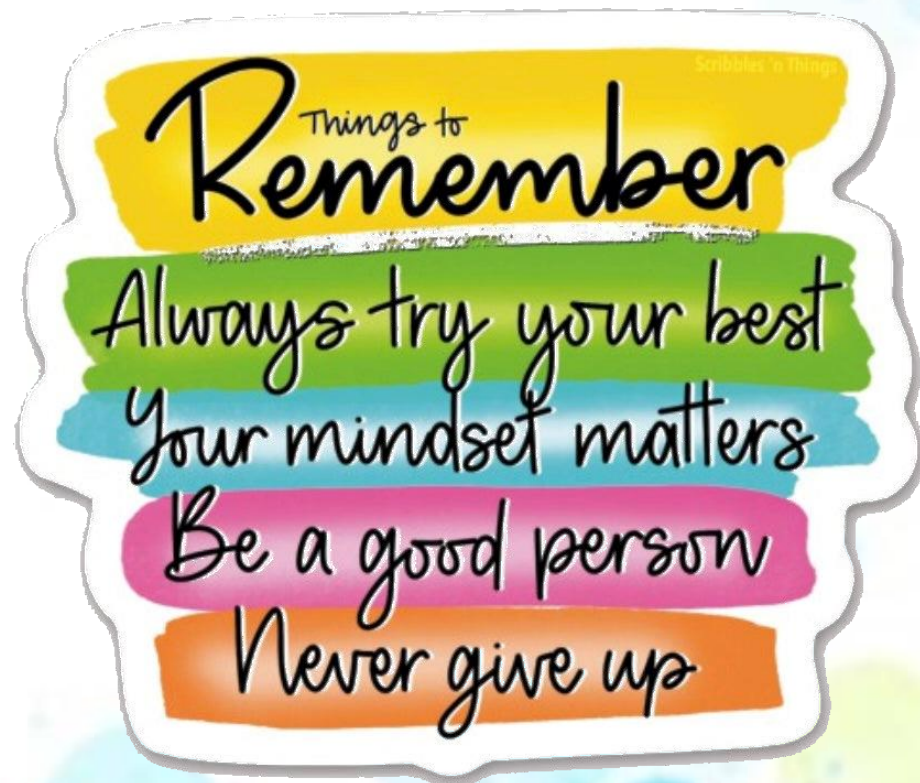
- 本年度設有3次「無功課日」
- 第一學期：2024年10月X日
- 第二學期：2024年X月X日
- 第三學期：2025年X月X日





校園生活(獎勵計劃)

- 本年度設有3次獎勵各班品行良好的學生
- 每學期一次
- 獎勵形式，如：
觀看電影
歷奇活動
新興運動(健球)





9-12月學生活動

日期	活動名稱	日期	活動名稱
9月15日	小學生活體驗日	10月14日	P.4同根同心(參觀佛山南風古灶及祖廟)
9月24日	社際會員大會	10月15日	社際活動
9月17日	P.1-3醒神校園挑戰日	10月25日	公益金便服日
9月27日	畢業生茶聚	10月25-26日	服務生訓練(宿營)
9月30日	P.4-6反轉校園挑戰夜	10月31日	萬聖節活動(英文科)
10月2-16日	P.1-3及P.5生活教育計劃(常識科)	11月25日	戶外學習日
10月7日	P.4參觀國安展覽廳及科學館	12月6-7日	羽毛球校隊到順德交流
		12月12日	常識參觀日
		12月19日	聖誕聯歡



9-12月家長活動

日期	活動名稱
10月28日 (下午2:15-3:20)	「小一應試 習」家長工作坊
11月4日	親子「優濾」攻略：掌握子女成長的轉變家長工作坊
11月25日	戶外學習日
12月9-17日	家長觀課
12月6日	小六家長會
12月19日	聖誕聯歡(一、二年級家長)





九、十月份活動花絮



國慶網上問答比賽





千人揮毫賀國慶— 香港中小學書法活動





國慶攤位活動





小學生活體驗日



多謝家長義工事前的協助與家長的支持。



畢業生茶敘





小一至小五家長會





小六家長會





九蓮小學訪校



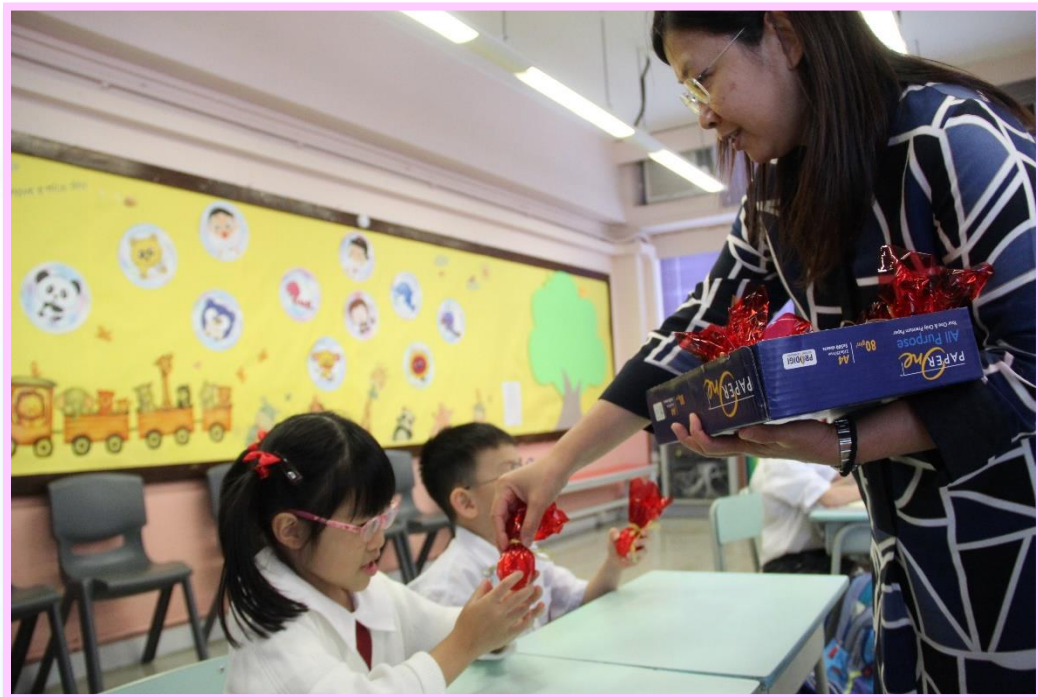


大哥哥大姐姐計劃





小一滿月





P.4 參觀國安展覽廳及科學館





P.4 同根同心(參觀佛山南風古灶及祖廟)





社際投籃比賽





2023-25年度 第十三屆家教會幹事成員名單及職務

家教會主席：麥素心女士 (6B 樂瑤)

內務副主席：陳佳卉女士 (2E 王玥頤、3C 王泳頤)

外務副主席：劉若芝副校長

司庫：郭沛貞女士 (5A 文城)

秘書：何惠宜女士 (5C 袁逸朗)

聯絡：劉凱琦老師

康樂：馮永賢先生 (4A 馮惠)、謝芳老師

宣傳：朱淑 女士 (5E 蘇樂琳)、盧曉莉老師、陳莉莉老師

福利：鍾佩怡老師、蔡佩琪老師

協助委員：吳海蓮 (2E 陳雅仁、4B 陳雅韻)





舉辦家長教育工作坊/小組/講座

1. 題目：「改善子女情緒健康」
講師：城市大學社會及行為科學系正向教育研究室曾文堯先生
日期及時間：5/12/2024(星期四)下午1:35-3:15
2. 「心·藝」家長小組
日期：11/2024-12/2024 (共4節)
內容：以不同的藝術手法讓家長放下生活壓力，用心感受當下
輕鬆自在、屬於自己的時間
3. 「SMART上網攻略」
日期：16/1/2025



舉辦家長教育工作坊/小組/講座

4. 「認識同理心與社交技巧」

日期：6/3/2025

5. 「百毒不侵 家滿FUN」家長小組

日期：3-5月/2025 (共8節)

內容：- 認識子女成長階段，增強親子關係

- 提升管教子女的技巧及信心

- 提升家庭抗逆力，預防子女沉溺行為及誤入歧途。



沿途有「家」計劃

目的：鼓勵家長參與學校活動

統計日期：2024年11月1日-2025年6月13日

統計方法：以「『級』的家長教育講座/活動」為單位

獎勵：出席活動達一半以上者，本校會發出獎狀，以答謝家長一直支持本校活動。

出席活動次數最多的首10名家長，本校會邀請家長出席訓練生頒獎禮。

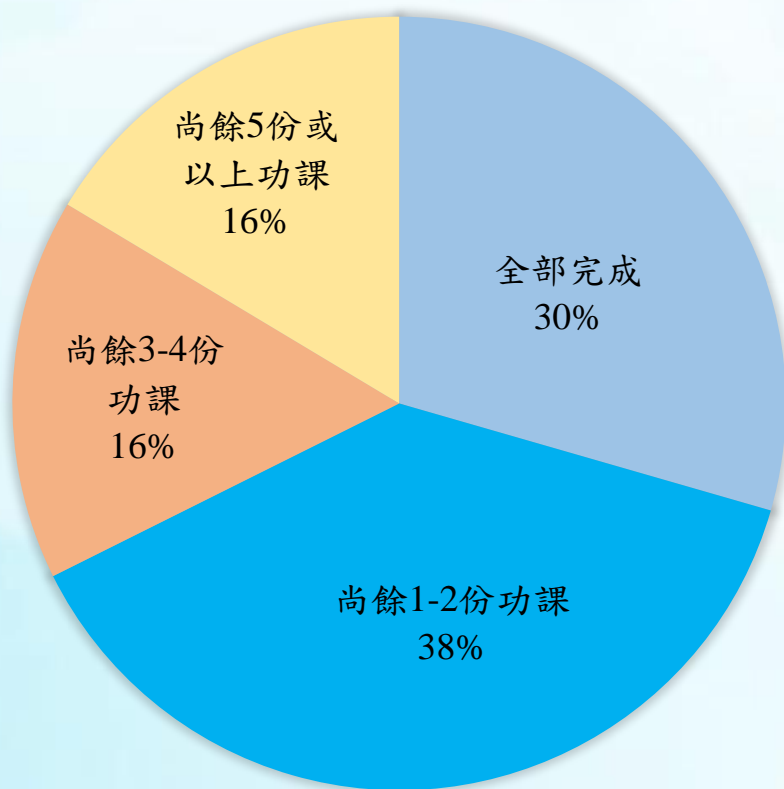


一至六年級學生 導修課完成功課情況

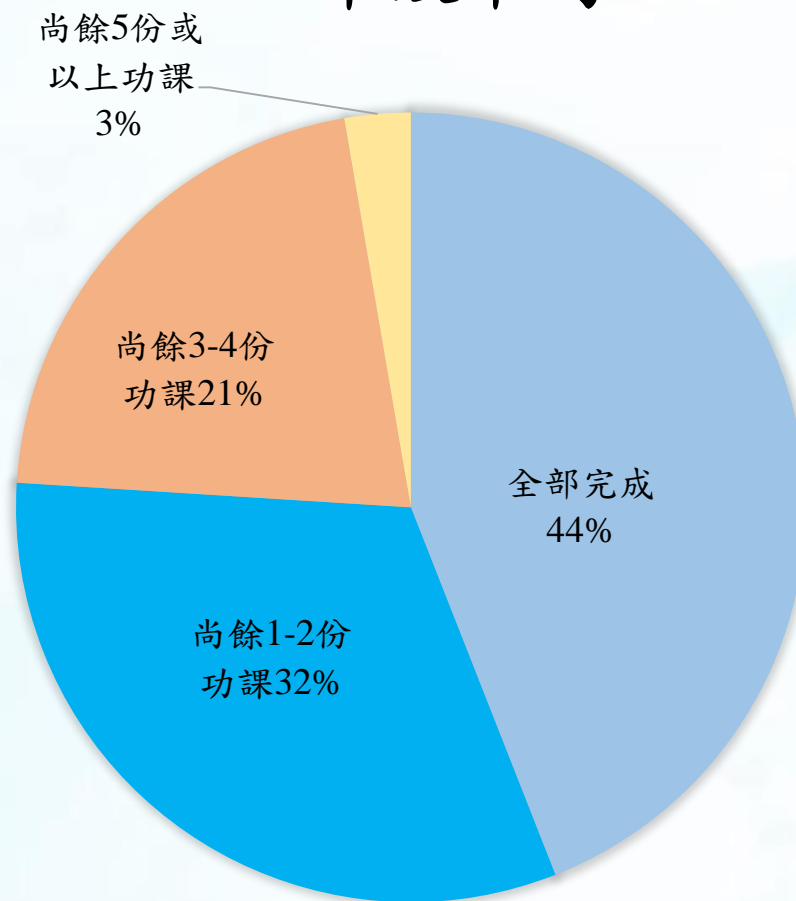


低年級導修課學生完成家課情況(9月)

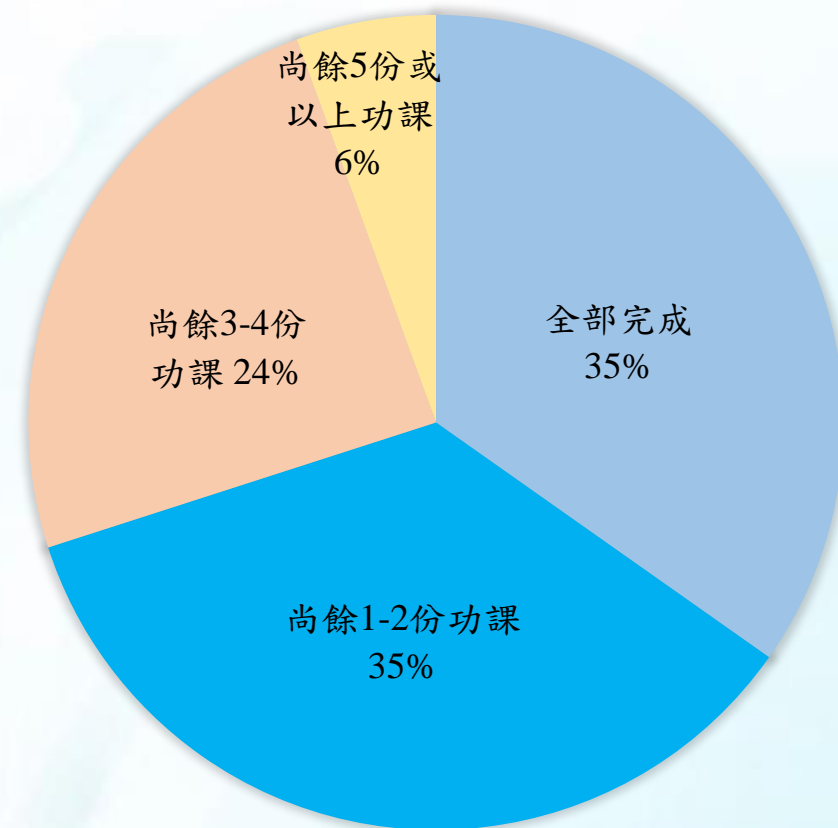
一年級平均



二年級平均



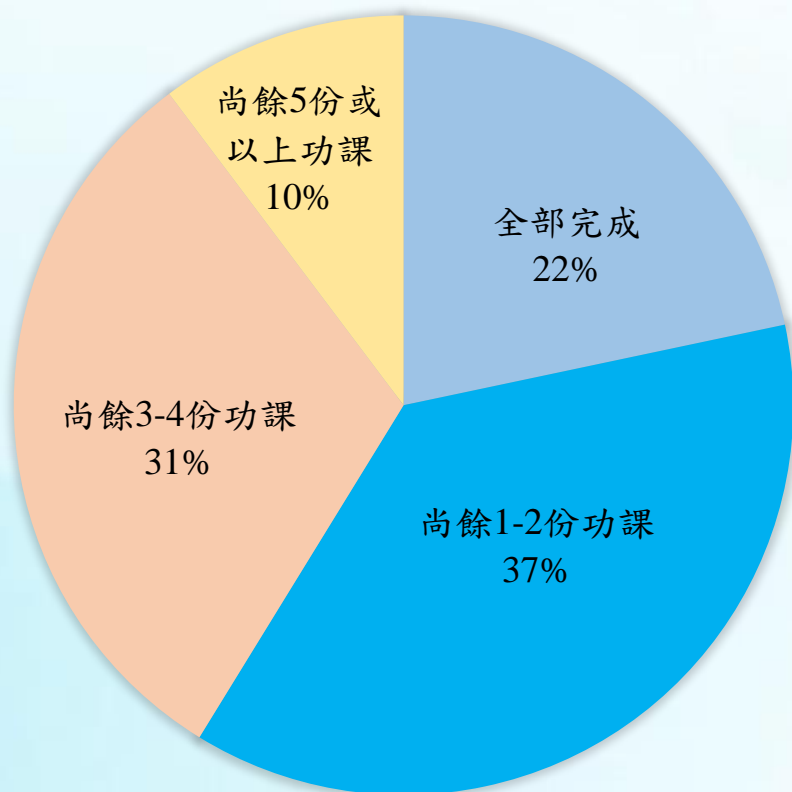
三年級平均



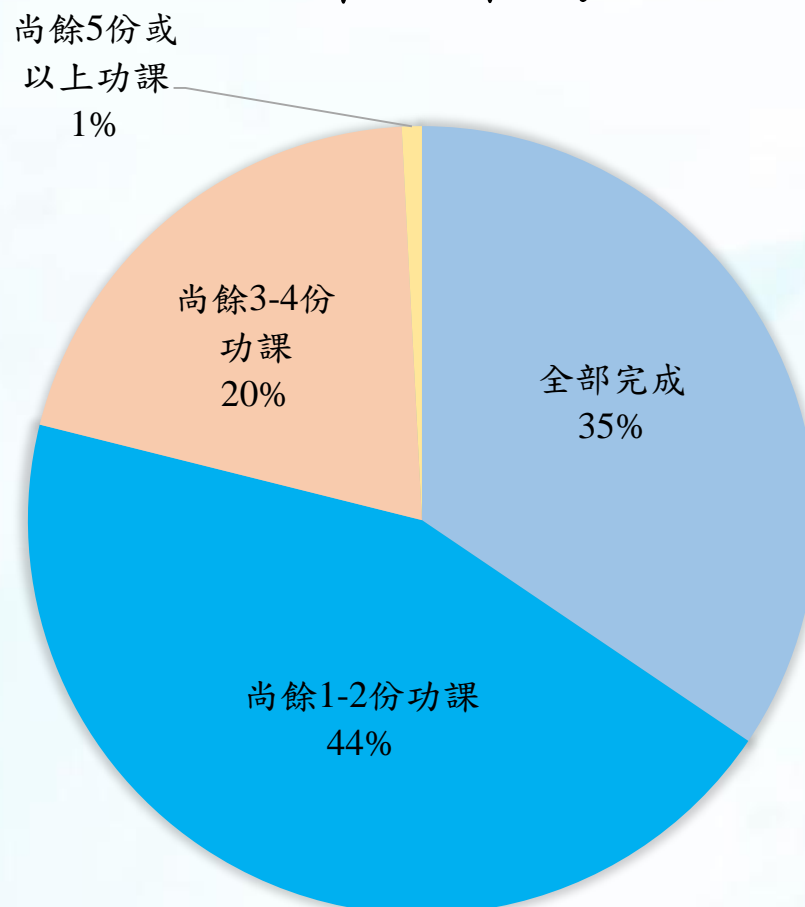


高年級導修課學生完成家課情況(9月)

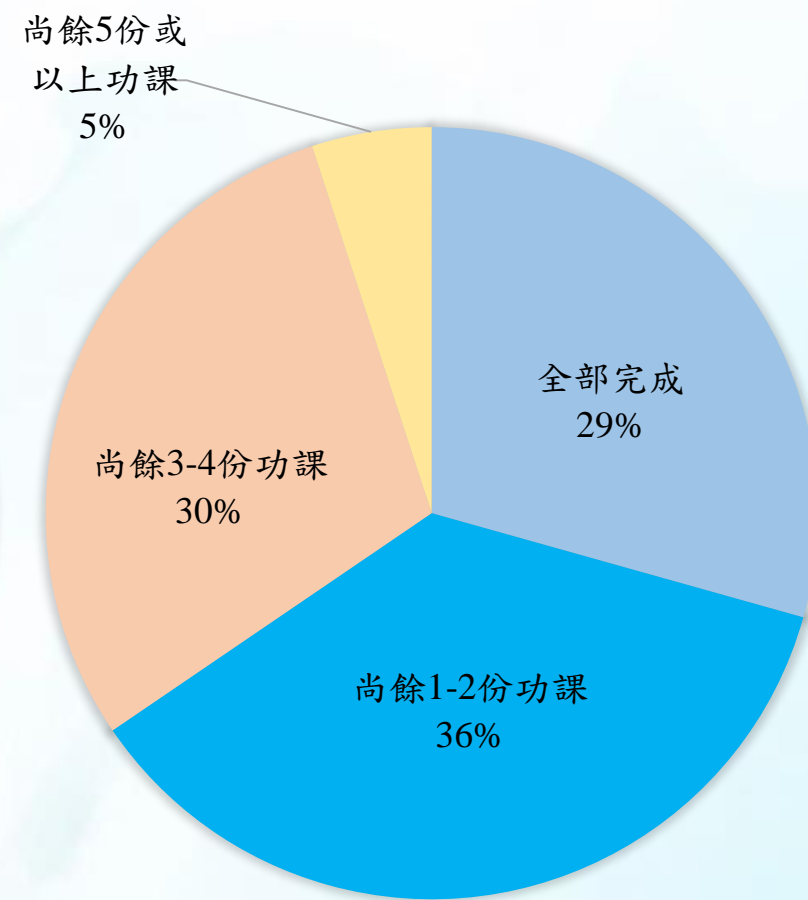
四年級平均



五年級平均



六年級平均





本年度境外交流活動

- 2024年10月14日(星期一)
→ 四年級「同根同心」
- 2024年12月6日(星期五)至7日(星期六)
→ 羽毛球校隊到順德西山交流
- 2025年1月17日(星期五)至18日(星期六)
→ 六年級「同根同心」
- 2025年4月1日(星期二)至3日(星期四)
→ 五年級到順德姊妹學校交流(東逸灣小學)



了解學校方法



本校Facebook及Instagram：(家長手冊最後頁)



謝謝！