

第十八章 健康校園

目標	評估	全年成果/跟進工作
持續營造健康的學校氣氛，啟發學生「可持續發展」生活概念。		
健康之星選舉	- 定期選出各班健康之星	- 完成進行兩次健康之星選舉活動，包括 BMI 指數、健康飲食習慣、健康生活習慣、運動習慣及書包重量等。選舉活動能提高學生對健康生活的關注。
書包重量調查	- 於學期一進行一至三年級書包重量調查	- 於十一月完成一至三年級書包重量調查。參與率為 100%。調查發現超過一半一至三年級學生的書包超重。班主任以手冊通知家長以跟進有關個案。調查提起家長對學生書包超重問題的關注，建議下學年推展至四年級。
開心果日	- 全校參與開心果日活動	- 全校參與 4 月份開心果日活動：20/4-30/4 開心水果日日吃-班際吃水果比賽，勝出班別為 1A,1D,2A,3A,3C,4A,4E,5E。
推展健康運動	- 體適能獎勵計劃	- 本校超過 90% 小四至小六學生參加「小學體適能獎勵計劃」，當中 42 人取得金章、114 人取得銀章、143 人取得銅章。
	- 「sportACT 計劃」和「sportFIT 計劃」	- 全校學生參加了 sportACT 和 sportFIT 獎勵計劃，當中 262 人取得金獎、80 人取得銀獎、126 人取得銅獎，獲獎人數佔全校參與人數的 49.26%，達到取得「活力校園獎」的目標。 - 透過「小學體適能獎勵計劃」及 sportACT 計劃的參與，學生對運動與健康有一定認同，來年應繼續參加。
	- 定期於早會時進行全校早操	- 超過 85% 學生表示有興趣參加早操活動。早操由十二月起隔周全校進行，由老師及 6 名早操領袖生於早會時帶領學生進行，本年度採用「活力健康操」。於 9 月起在體育課教授，並於 12 月至 5 月在早會時段進行。學生積極參與，當中以低年級學生表現較為投入，大家亦認同早操有助培養學生對健康生活的認識，整體效果良好。
	- 「跳繩強心計劃」	- 1 月舉行跳繩強心籌款，共籌得 \$ 42,680 元。 - 體育科老師於體育課教授跳繩技巧。 - 5 月全校參與跳繩強心一分鐘速度跳繩比賽。29/5 四、五年級學生參加禁毒健康講座，學生積極參與，表現投入。 - 因心臟專科學院更改行政程序以致本校未能配合，明年開始，本校將不參加心臟專科學院主辦之跳繩強心活動。但因跳繩強心同樂日甚受學生歡迎，建議來年舉辦校本跳繩活動。
	- 計算學生的「身高體重比例(BMI)」，跟進 BMI 嚴重高於或低於正常標準學生	- 本學年於十月份進行了計算學生的「身高體重比例(BMI)」，亦透過全方位活動小組跟進了 BMI 嚴重高於或低於正常標準學生。 - 本年度加強了跟進 BMI 指數未達標學生的進展工作：體育科老師向有關學生派發跳繩一條，班主任提醒學生小息時到籃球場跳繩區跳繩。
- 健眼操	- 81% 學生曾經在體育課練習健眼操或觀看相關影片。 - 教師透過播放健眼操影片，以及張貼於課室內的相關海報推廣健眼操，讓學生在課餘時能自行保健眼睛。	

目標	評估	全年成果/跟進工作
持續營造健康的學校氣氛，啟發學生「可持續發展」生活概念。(續)		
校本「可持續發展」生活課程設計	- 組構「可持續發展生活」課程，加入禁毒教育活動（講座／劇場／展覽／社區活動／跨科課程設計）	- 生活教育活動計劃機構為四、五年級進行禁毒教育課程，95%四、五年級同學參與課程。另外，提供禁毒教育展板供全體同學自學。
校本課程及延展活動	- 常識科以健康食品/健康生活為主題進行一次課室壁報設計 - 組織以健康為主題的戶外學習活動 - 舉辦禁毒講座/展覽/活動 - 高年級學生進行最少一次以健康為主題的剪報 - 舉辦常識科活動(可包括有健康常識問答比賽/攤位遊戲/健康餐單設計等)	- 二年級常識科以健康食品為主題進行了課室壁報設計，效果理想。 - 一年級的戶外學習中，加入健康生活元素。這次戶外學習除學習公園設施外，在回條更提醒家長和同學，學生需自備手帕及帶健康小食。 - 生活教育活動計劃機構為四、五年級進行禁毒教育課程，95%四、五年級同學參與課程。另外，提供禁毒教育展板供全體同學自學。 - 100%四至六年級學生完成以健康為主題的剪報工作紙。 - 95%二年級同學參與班際健康餐單設計比賽。
培養學生「責任感」，建立正面價值觀		
幫助學生建立積極人生態度及正面的價值觀	- 透過「品學至叻星」計劃，培養學生建立良好品德	- 本年度於把「陽光孩子計劃」納入「品學至叻星獎勵計劃」，鼓勵有禮貌、笑容可親及談吐有自信的學生。大部份學生表現積極，主動與老師打招呼，能培養學生有禮貌的習慣。 - 繼續推展「品學至叻星獎勵計劃」，優化校內各科組的獎勵計劃及活動，另一方面提供機會予學生欣賞自己及自我鞭策。學生都希望能夠得到至叻星標貼。
	- 推展「好人好事」活動，表揚學生的良好品德。	- 第5週開始推展「好人好事」活動，透過張貼學生的好人好事咭，並於每個星期五早會進行「每週金句齊齊讀」，提升學生的自我價值及增加學生欣賞自己及別人的機會。 - 於第3週開展「交齊功課齊上榜」活動，鼓勵學生在學習方面養成良好的習慣。
建立學生健康和積極的人生觀	- 「責任感」標語設計比賽	- 學生在參加「好人好事」活動後，寫下了感想及鼓勵同學的語句，優異作品已張貼於地下壁報。 - 本年度舉行了「責任感」標語設計比賽。建議下學年繼續舉行同類活動。
建立整潔守規的責任感	- 推行班際整潔和秩序比賽 - 進行衛生檢查活動 - 進行兩次大掃除活動	- 第8週至第9週及第38至39週舉行「自律、守禮、責任感」班際秩序整潔比賽，學生在比賽期間互相合作，提升學生的自律精神。 - 衛生檢查於第3週及第23週進行，結果全校超過90%學生能符合學校的標準，大部份學生有良好的習慣。 - 本年度於7月9日推行大掃除活動，學生積極參與，充分表現互相合作的精神。此活動能讓學生親身體會到學校工友、家中父母平日工作的辛勞。
培養學生愛護本班，建立健康的班風	- 班本班級經營策略，推行一人一職計劃	- 持續推展「一人一職計劃」，每個學生都可以自薦或被老師委派一職，提高了學生被老師、其他同學或自我肯定和欣賞的機會。

目標	評估	全年成果/跟進工作
培養學生「責任感」，建立正面價值觀(續)		
善用資訊科技推廣健康生活概念	- 學校網頁連結健康生活網站	- 本年度本校網頁連結了衛生署學生健康資訊服務網站。
辨識需要幫助的學生	- 於十月份派發評估表格予各班主任 - 如有需要進行辨識需要幫助的學生的評估及跟進	- 已於九月完成派發工作，但由於沒有疑似個案，所以學生評估表格仍未使用。