



## 德育及公民教育課程

### 如何在小學推行有效的健康生活和禁毒教育課程

(2014/15 學年)

#### 課程簡介

教育局現委託香港防癆心臟及胸病協會舉辦「德育及公民教育課程 - 如何在小學推行有效的健康生活和禁毒教育課程」，以加深小學校長、教師對健康生活和禁毒教育課程的認識，並增強教師相關課題的教學技巧，使他們更有效在學校推行相關教育。

#### 課程編排

本課程會在 2014/15 學年舉行兩次 (A 班及 B 班)，每次分四節，上課時數共十小時。

題目	如何在小學推行有效的健康生活和禁毒教育課程
目的	協助小學校長和教師： <ol style="list-style-type: none"><li>1. 掌握健康生活及禁毒教育的基本知識</li><li>2. 了解學生情緒、行為和生活技能方面的問題，以及有效的解決方法</li><li>3. 了解學生吸煙和吸毒的原因及認識有效協助戒煙、戒毒的方法</li><li>4. 懂得運用有效學與教技巧在學校推行健康生活和禁毒教育</li></ol>
內容	<ol style="list-style-type: none"><li>1. 協助學校幫助學生達致以下之主要學習期望 第一學習階段 (小一至小三) 之主要學習期望：<ul style="list-style-type: none"><li>- 注重個人衛生，養成健康的生活習慣 (包括：運動、飲食、作息和閒暇活動等)</li><li>- 以樂觀積極的態度，適應新的學習環境</li><li>- 樂於表達自己的情感和需要</li><li>- 認識人的生命歷程：出生、成長、生育、年老、死亡</li><li>- 認識藥物的功能，以謹慎的態度對待藥物，並正確依照醫生處方指示服用藥物，及正確認識沒有醫學用途的毒品</li><li>- 認識危害精神毒品的種類及特點、吸食後「成癮」原因，以及對身體的不良影響</li></ul>第二學習階段 (小四至小六) 之主要學習期望：<ul style="list-style-type: none"><li>- 樂觀迎接成長過程身心的轉變</li><li>- 好學思辨，主動發掘新知識</li><li>- 理性處理壓力，勇敢面對挫折</li><li>- 培養多元化的興趣和嗜好</li><li>- 在友儕的壓力下，仍能堅拒嘗試不當的行為 (例如：抽煙、賭博、飲酒、吸毒、吸食危害精神毒品等)</li><li>- 主動關心家人及朋輩，避免染上吸食危害精神毒品的惡習</li></ul></li></ol>

	<p>2. 協助學校設計健康生活和禁毒教育課程及學與教活動，並透過不同學科 (例如：常識科等) 進一步加強健康生活和禁毒教育的推行</p> <p>3. 就社會情況的需要，幫助學校設計有效的課程及學與教活動以回應具爭議性的議題 (例如：如何培養、實踐健康的生活方式、如何避免沉迷上網、如何遠離毒品等)</p> <p>4. 幫助學校設計促進學習的評估方法，以回饋學生並協助他們進行反思</p>
<p><b>A 班:</b> 2015-4-18 9:30am – 12:00noon</p> <p><b>B 班</b> 2015-1-6 6:30pm – 9:00pm</p> <p>關定輝先生</p>	<p><b>題目：健康生活教育的基本知識及例子</b></p> <p>內容：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ 健康生活教育的基本知識、學校健康生活教育之目的及宗旨</li> <li>■ 持分者的角色 – 政府、教育局、學校、社會大眾</li> <li>■ 健康生活教育近期的發展：香港、世界各地</li> <li>■ 健康促進學校的定義及成立的目的</li> <li>■ 推行健康促進學校的條件</li> <li>■ 健康促進學校的內容及標準</li> <li>■ 本地及其他地方在學校推行健康生活教育的例子</li> </ul> <p>目的：</p> <p>讓教師了解健康生活教育的發展方向，以及在學校設計、推行健康生活教育的例子</p> <p>形式：</p> <p>課題討論 / 教學個案分享</p> <p><b>可作為參考的生活事件教案：</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 講究衛生，健康與我同行</li> <li>2. 減輕壓力 擁抱健康</li> </ol>
<p><b>A 班:</b> 2015-4-18 1:30pm – 4:30pm</p> <p><b>B 班</b> 2015-1-13 6:30pm – 9:00pm</p> <p>黃玫芳小姐</p>	<p><b>題目：兒童發展及成長問題與健康生活教育的關係</b></p> <p>內容：</p> <p>認識兒童發展及成長期的問題 ( 注意力缺乏、過度活躍症、自閉症、讀寫障礙等 ) 與健康生活教育的關係</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ 怎樣辨別及處理有關問題</li> <li>■ 事件案例分享及討論</li> </ul> <p>目的：</p> <p>讓小學教師了解更多兒童發展和成長問題，以及如何協助有關學生</p> <p>形式：</p> <p>課堂 / 討論 / 生活事件教案分享</p> <p><b>可作為參考的生活事件教案：</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 天生我才必有用</li> <li>2. 走出谷底( 處理負面情緒 )</li> </ol>

<p><b>A 班:</b> 2015-4-25 9:30am – 12:00noon</p> <p><b>B 班</b> 2015-1-20 6:30pm – 9:00pm</p> <p>岑穎忻小姐</p>	<p><b>題目：學生情緒、行為問題，以及生活技能教育</b></p> <p>內容：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ 學生的行為個案分析及小組討論</li> <li>■ 如何有效地處理不同的情緒及行為問題</li> <li>■ 介紹認知行為治療法</li> <li>■ 生活技能教育的目的</li> <li>■ 介紹有關生活技能教育的課程設計及學習活動</li> <li>■ 協助學生解決問題的方法</li> <li>■ 事件分享及討論</li> </ul> <p>目的：</p> <p>讓教師了解更多學生不同的情緒和行為問題、如何評估問題的程度、有效的處理方法、生活技能教育、學生在生活上面對的不同問題，以及教導學生正面解決的方法</p> <p>形式：</p> <p>課堂 / 專題討論 / 生活事件教案分享</p> <p><b>可作為參考的生活事件教案：</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 處理情緒技能</li> <li>2. 情緒紅綠燈</li> </ol>
<p><b>A 班:</b> 2015-4-25 1:30pm – 4:30pm</p> <p><b>B 班</b> 2015-1-27 6:30pm – 9:00pm</p> <p>呂慧詩女士 譚子麟先生</p>	<p><b>題目：禁毒和反吸煙教育的基本知識，以及如何處理學生吸煙和吸毒問題</b></p> <p>內容：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ 禁毒及反吸煙教育的目的、重要性，禁毒及反吸煙教育近期的發展</li> <li>■ 吸煙、吸毒的誘因及抗拒方法</li> <li>■ 如何知道學生吸毒</li> <li>■ 實證為本的戒煙 / 戒毒治療及技巧</li> <li>■ 事件分享及討論</li> </ul> <p>目的：</p> <p>讓教師認識更多禁毒和反吸煙教育的知識、戒煙和戒毒方法，以及讓他們了解怎樣協助學生遠離毒品和香煙</p> <p>形式：</p> <p>課堂 / 討論 / 生活事件教案分享</p> <p><b>可作為參考的生活事件教案：</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 個人成長及健康生活：爸爸可以不抽煙嗎</li> <li>2. 我會堅決拒絕嘗試 對身體有害的東西</li> </ol>
<p>日期及時間</p>	<p><b>A 班:</b> 2015 年 4 月 18 日及 25 日(星期六)(共 4 節) 9:30a.m. – 12:00noon 及 1:30p.m. – 4:00p.m. (每堂 2.5 小時，合共 10 小時)</p> <p><b>B 班:</b> 2015 年 1 月 6 日、13 日、20 日及 27 日(星期四)(共 4 堂) 6:30p.m. – 9:00p.m. (每堂 2.5 小時，合共 10 小時)</p>
<p>講者</p>	<p>1. <u>關定輝先生</u> 香港防癆會通識健康教育計劃籌委會主席 及 前教育署副署長</p>

	<p>2. <b>岑穎忻小姐</b> 香港青少年服務處註冊社工</p> <p>3. <b>黃玫芳小姐</b> 註冊臨床心理學家</p> <p>4. <b>呂慧詩小姐</b> 東華三院戒煙綜合服務中心註冊社工</p> <p>5. <b>譚子麟先生</b> 東華三院越峰成長中心註冊社工</p>
--	---

### 上課地點

香港灣仔皇后大道東 266 號律敦治醫院地庫一樓研討室三 (不設泊車位)

### 授課方式及語言

授課形式包括講課、工作坊及小組討論。授課語言主要為粵語 (輔以英語)

### 出席紀錄

學員於任何一個課程的出席率達百分之七十五或以上(出席 4 個課堂的其中 3 個或以上)·均可獲香港防癆心臟及胸病協會及教育局所頒發的聽講證書。出席率達百分之七十五或以上的學員的課堂時數·將同時計作持續專業發展時數(出席 3 堂的學員可獲 7.5 小時·4 堂可獲 10 小時)。學員須在每次課堂完結時·遞交當日課堂的反思日誌(Reflective Journal)。

### 課程費用

全免

### 人數

每班的名額為 30 人。報名從速·額滿即止。

### 入學資格

申請人必須具備以下條件：

1. 為小學校長或副校長；或
2. 為小學健康生活教育/德育及公民教育統籌主任或教師；或
3. 為小學常識科統籌主任及教師。

### 報名方法

請登入教育局培訓行事曆網頁報名: <http://tcs.edb.gov.hk> (課程編號: **CDI020150307**)

### 截止報名日期

班別	課程主題	截止報名日期
<b>A 班</b>	如何在小學推行有效的健康生活及禁毒教育課程(星期六)	15 年 3 月 28 日
<b>B 班</b>	如何在小學推行有效的健康生活及禁毒教育課程(星期二)	14 年 12 月 16 日

### 查詢

請與本會經理(項目)何錦培先生聯絡 (電話: 2834 9333 ; 電子郵箱: [tommyho@antitb.org.hk](mailto:tommyho@antitb.org.hk))。