

主辦 Organiser



2023/2024年度第六屆  
樂繫校園獎勵計劃  
Hi-Five Student Engagement Award Scheme



hi5.bokss.org.hk



樂繫校園獎勵計劃



協辦 Co-organisers



香港教育大學  
The Education University  
of Hong Kong



中華人民共和國香港特別行政區政府  
教育局  
Education Bureau  
The Government of the Hong Kong Special Administrative Region  
of the People's Republic of China



2023-2024

# 樂繫通訊

## 「促進情意連繫 提升正面情緒」



教師專題研討會－「促進情意連繫 提升正面情緒」暨第六屆「樂繫校園獎勵計劃」嘉許禮已經於去年11月27日圓滿結束。本年度一共有183間中、小學及特殊學校獲得嘉許。是次教師專題研討會很榮幸能邀請到香港教育大學心理學系系主任及教授陳家承博士，以及香港教育大學兒童與家庭科學中心聯席總監林俊彬博士，與一眾來賓分享提升情意連繫的心得。

中學生的社交和情緒問題在近年備受關注，陳家承博士與老師介紹了社交情緒學習 (Social Emotional Learning; SEL) 的五大核心主題，以協助學生應對生涯中的各種挑戰。

### 負責任的決策

社會  
意識



自我  
管理

自我認識 交際技能

因應傳統SEL課程的限制，陳博士亦簡介了靜觀為本社交情緒學習課程，通過將靜觀訓練融入傳統SEL，學生可先調節自身情緒，為SEL學習做好準備。

### 林俊彬博士則教授了協助學生應對情緒的方法和技巧： 如何幫助學生處理負面情緒



- |             |  |
|-------------|--|
| 第一步<br>認識情緒 | <ul style="list-style-type: none"> <li>學習情緒詞彙</li> <li>學習和觀察自己的表情和身體反應</li> </ul>  |
| 第二步<br>表達情緒 | <ul style="list-style-type: none"> <li>教導學生運用句式：「我感到___，因為___。」</li> </ul>   |
| 第三步<br>調節情緒 | <ul style="list-style-type: none"> <li>積極聆聽</li> <li>分辨來源</li> <li>情緒為本：觀察、接受、自我關懷</li> <li>問題為本：WOOP (Wish, Outcome, Obstacle, Plan)</li> </ul> |



2023/2024年度第六屆  
樂繫校園獎勵計劃  
Hi-Five Student Engagement Award Scheme



# “關愛同行宣基人 齊心實踐信望愛精神”



## 基督教宣道會宣基小學

傑出  
大獎

### 參與計劃感想

學校按樂繫校園獎勵計劃五個範疇的特點把全年進行的活動進行分類與整合，上屆本校得人際連繫大獎，於是著力檢視可再發展的範疇並進行優化及創新，使學校活動規劃更趨完善。這有助教師、學生及家長更緊密地互相合作，建立互信、關愛的校園氛圍。

宣基以基督的愛，提供優質的基督教教育，讓學校裡的每一份子均有機會認識真理，激發學生的內在潛能，肯定自我，並培育終身受用的能力。在積極進取、和諧友善的環境下，學生能彼此建立，實踐信、望、愛，榮神益人。近年學校以正向心理學的框架(PERMA+H)推行正向教育，重視每一位學生的成長，配合正向活動全方位推展，全面提升學生的幸福感。



劉心怡校長



### 生日之星計劃 (重視每一個「你」)

學校重視每一位同學，每位生日之星可於生日當天穿著便服回校，老師會利用生日道具拍照，再送上全班製作的生日卡，同學更可收到校長送出的小禮物！



### PERMA+H 關愛感恩雙月

本校透過「關愛感恩雙月」活動，培養學生的正向情感。

兩齣生命教育電影，引導學生思考生命，建立友善和諧的校園氛圍。

「宣基正向郵局」招募了十多位「正向郵差」，利用特別設計的「關愛信紙」，向身邊人送上鼓勵。學生更可在同一信紙上寫上祝福，再送給下一位同學，繼續把愛心傳承。



### 服務生團隊

學校有300人的龐大服務生團隊，五隊各有培訓及任務。上學年風紀參與朋輩調解課程，助同學解決衝突，建立和諧的校園。服務生接受訓練後，更多走一步，探訪區內獨居長者及幫助貧困人士，學習把溫暖送贈他人。



### 推廣精神健康文化的建議

學校重視4Rs精神健康約章，致力推展校內精神健康文化。

(一)REST:早上及午息設有20-30分鐘的自由活動時間，讓學生自選休憩的地方及進行的活動。

(二)RELAXATION:小一及小二增加體育課節數至四節，及於課時增設RUN FOR FUN多元智能時段。

(三)RELATIONSHIP:組織班級經營活動、ONE TO ONE計劃、親子活動，促進各方關係。

(四)RESILIENCE:舉行BAD DAY、歷奇訓練、成長營等活動，以體驗式學習培養學生正確的價值觀及正向思維，裝備學生面對不同逆境和挑戰。





# 第七屆「樂繫校園獎勵計劃」得獎學校名單

## 小學組

### 「樂繫校園」持續卓越大獎

東華三院鄧肇堅小學  
聖公會聖多馬小學

### 「樂繫校園」傑出大獎

元朗寶覺小學  
東莞同鄉會方樹泉學校  
東華三院周演森小學  
保良局田家炳千禧小學  
基督教宣道會宣基小學  
寶血會思源學校

### 「樂繫校園」創新大獎

元朗公立中學校友會小學  
伊利沙伯中學舊生會小學  
佛教慈敬學校  
香港心理衛生會－臻和學校  
香港青年協會李兆基小學  
浸信會沙田圍呂明才小學  
循理會白普理基金循理小學

### 「樂繫校園」行動連繫大獎

大埔舊墟公立學校 (寶湖道)  
仁濟醫院何式南小學  
元朗朗屏邨惠州學校  
亞斯理衛理小學  
保良局朱正賢小學  
道教青松小學 (湖景邨)  
樂善堂梁錫琚學校 (分校)  
寶馬會匡智學校

### 「樂繫校園」知識連繫大獎

上水惠州公立學校  
太古小學  
世界龍岡學校黃耀南小學  
石籬天主教小學  
香海正覺蓮社佛教正慧小學  
香港普通話研習社科技創意小學  
晉色園主辦可銘學校  
晉色園主辦可譽中學暨可譽小學

### 「樂繫校園」情意連繫大獎

中華基督教會全完第二小學  
中華基督教會基真小學  
方樹福堂基金方樹泉小學  
東莞學校  
香港扶幼會則仁中心學校 (小學部)  
浸信會呂明才小學  
嘉諾撒培德學校  
樂善堂梁蕙芳紀念學校

### 「樂繫校園」人際連繫大獎

九龍塘天主教華德學校  
中華基督教會協和小學  
保良局志豪小學  
香港紅卍字會屯門卍慈小學  
基督教香港信義會葵盛信義學校  
港澳信義會黃陳淑英紀念學校  
聖公會仁立紀念小學  
藍田循道衛理小學

## 中學組

### 「樂繫校園」持續卓越大獎

德蘭中學

### 「樂繫校園」傑出大獎

路德會呂明才中學  
保良局羅傑承 (一九八三) 中學  
宣道會鄭榮之中學  
香海正覺蓮社佛教普光學校  
粉嶺禮賢會中學  
圓玄學院妙法寺內明陳呂重德紀念中學

### 「樂繫校園」創新大獎

炮台山循道衛理中學  
高主教書院  
循道衛理聯合教會李惠利中學  
惠僑英文中學  
路德會呂祥光中學  
寶覺中學

### 「樂繫校園」行動連繫大獎

中華基金中學  
五旬節中學  
匡智元朗晨曦學校  
棉紡會中學  
聖士提反堂中學  
葵涌循道中學  
路德會西門英才中學

### 「樂繫校園」知識連繫大獎

匡智張玉瓊晨輝學校  
佛教沈香林紀念中學  
南屯門官立中學  
香港教師會李興貴中學  
香港聖公會何明華會督中學  
港澳信義會慕德中學  
裘錦秋中學 (屯門)

### 「樂繫校園」情意連繫大獎

中華基督教會燕京書院  
天保民學校  
保良局甲子何玉清中學  
保良局李城璧中學  
香港四邑商工總會陳南昌紀念中學  
紡織學會美國商會胡漢輝中學  
晉色園主辦可道中學

### 「樂繫校園」人際連繫大獎

中華基督教會譚李麗芬紀念中學  
天主教伍華中學  
伯特利中學  
佛教何南金中學  
保良局陳麗玲 (百周年) 學校  
救世軍石湖學校