

仁濟醫院德育及公民教育獎勵基金
第二十八屆德育及公民教育獎勵計劃
申請表

申請表格須知：

1. 本申請表格須於二零二五年十月三日（星期五）或以前交至仁濟醫院德育及公民教育獎勵基金委員會（地址：新界荃灣仁濟街七至十一號C座十樓仁濟醫院董事局辦事處教育部）；
2. 計劃撮要請以字型不小於 11 點及不超過一頁 A4 紙的篇幅提供；計劃詳情請以字型不小於 11 點及不超過 15 頁 A4 紙的篇幅提供，不符合篇幅限制的申請概不受理。

甲部、學校及計劃資料

1. 計劃名稱：
(請用正楷填寫) 正向利他 實踐價值
2. 申請組別： 中學組 小學組 幼稚園組
3. 實施日期：由 09/2025 (月/年) 至 07/2026 (月/年)
4. 有否向其他機構申請類似活動？(如有，請註明) _____
5. 申請人資料

學校名稱：	(中文) 東華三院鄧肇堅小學	
	(英文) TWGHs.Tang Shiu Kin Primary School	
通訊地址：	屯門安定邨	
電話號碼：	24030311	傳真號碼：
		24597235
負責教師：	梁嘉莉	職 銜：
		德育主任
校長簽署：		
校長姓名：	鍾家明	
日 期：	03-10-2025	



計劃撮要 (請以字型不小於 11 點及不超過一頁 A4 紙的篇幅提供)

計劃名稱：

正向利他 實踐價值

學校名稱：

東華三院鄧肇堅小學

(1) 理念：

我們以「正向利他」為核心，強調四大心理健康元素：正確目標、正向人際、成就感與社會連結。依正向利他假設，同理越深越易行善，並激發正向情緒，形成良性循環。學生助人可同時實踐關愛、同理、堅毅等價值，落實「助人為快樂之本」，達至助人自助，促進身心健康。

(2) 計劃目的、對象及受惠人數：

以正向利他為核心，培養學生助人行動，促進正向情緒與身心健康，同步達成正確目標、正向人際、成就感與社會連結，實踐關愛、同理、堅毅等價值。

對象及受惠人數為全校師生及家長。

(3) 計劃內容：

本計劃透過不同的課程及活動，另配合正向大使獎勵計劃、各學生小組的培訓計劃，並加入教師培訓、家長教育，使計劃更全面及有效。

項目					
1	校本「正向利他」課程	6	正向大使獎勵計畫電子版	1 1	肇 clean 特工隊
2	價值繪本課	7	「正向」頒獎禮	1 2	PET HOME 及動物講座
3	靜觀課程及練習	8	一人一崗位	1 3	教師培訓
4	常識科生活事件簿	9	雅膳大使	1 4	肇堅家長學堂
5	「正向利他」系列活動及比賽	1 0	陽光學長計畫		

(4) 推行時間表：計劃推行時間為 2025 年 9 月至 2026 年 7 月

(5) 預期成果及評鑑：

預期學生能提升利他行為，增進正向情緒、成就感、正向人際與社會連結，形成正向循環。本校會以會議檢討、問卷調查及老師觀察的方式評估此計劃的成效。

乙部、計劃詳情 (請以字型不小於 11 點及不超過 15 頁 A4 紙的篇幅提供)

計劃名稱：

正向利他 實踐價值

學校名稱：

東華三院鄧肇堅小學

(1) 理念：

我們認為擁有正確目標、正向人際關係、成就感、能與社會連結是精神心理健康的重要 4 大元素，學者常雅珍引述了 Batson, Ahmad, Lishner 與 Tsang 的看法，提出「同理-利他 (Empathy-Altruism) 的假設，認為同理心越多，越容易產生利他行為，也更能激發正向情緒。這正是學生邁向正向循環的重要一步。我們認為中國人的「助人為快樂之本」是一大方向，學生助人時同時亦能圓滿此 4 點。而當學生動手助人時就能實踐不同的價值觀，例如：關愛、同理心、堅毅等，這些價值觀是本校一直重點推廣的，我們希望學生能把價值觀真正活出來，實踐到助人自助，提升正向情緒，促進身心健康。

(2) 計劃目的、對象及受惠人數：

計劃目的：以正向利他為核心，培養學生助人行動，促進正向情緒與身心健康，同步達成正確目標、正向人際、成就感與社會連結，實踐關愛、同理、堅毅等價值。

對象及受惠人數：全校師生及家長，學生人數約 700 人，老師約 58 人。

(3) 具體計劃內容：

3.1 課程規劃

本校「從做中學」及以跨科形式讓學生學習及體驗 STEAM，讓學生有機會應用學到的知識技能及實踐價值觀，從中提升投入感，感受成功與肯定。初小是培育期，本校放棄使用坊間常識教科書，取消了常識科的考試，全面讓學生體驗 Learning By Doing(LBD 從做中學)的樂趣，除了沒有框框限制學習外，亦沒有考試的壓力，期望全力支持學生愉快學習，LBD 課程亦著重家長的支持及鼓勵，本校透過家長講座及工作坊，讓家長更了解沒有教科書及考試框框的 LBD 課程的運作及優勢，亦期望家長能全力支持學生探索體驗學習。高小是實踐期，學生能透過跨科 STEAM 體驗學習，延續動手做的模式，讓學生能親身實作，與他人合作完成項目時，能培養同理及尊重他人的精神；學生需要面對各種挑戰和困難，這些活動可幫助學生學習堅毅；學生關心及同理身邊的人和事，與社會連結，根據不同議題，做出關愛利他的作品，這些都是價值觀學習的重要部份。

本校為各年級訂了不同的主題目標，從動手做中愉快學習及實踐價值觀，感受「助人為快樂之本」的意義。現簡述如下：

正向利他 實踐價值					
「從做中學」課程 Learning By Doing(LBD)			跨科 STEAM 體驗課程		
一年級	二年級	三年級	四年級	五年級	六年級
從做中學自愛同理 (常識科LBD課程)	從做中學關愛 (常識科LBD課程)	從做中學科學、共融 (常識科LBD課程)	生命的水 (個人議題)	遊戲大王 智能家居 (學校、社會)	感恩常在 (社會國家、環保議題)
內容包括三個單元： 1.獨特的我 2.我的家是寶 3.校園繽紛樂 引導小一學生通過實踐和體驗，發掘和培養自我價值、珍愛家庭以及在校園中創造多彩多姿的學習環境。	內容包括三個單元： 1.健康的我 2.美好社區 學生能夠學習如何照顧和提升自己的身心健康，並培養良好的生活習慣和自我照顧能力。同時，他們也能夠意識到社區的重要性，培養社會責任感和公民意識。	內容包括三個單元： 1.生活放大鏡 小小科學家 2.文化萬花筒 情濃樂融融 3.中華尋寶家 之光影·神話·文武雙全 學生視點已經提升到科學及世界文化共融的領域，期望學生能認識中華文化的博大精深。	以「水」為這個跨科計劃的主題，內容跨越了常識科、電腦科、綜合科及數學科等，可以讓學生從不同角度理解有關水的議題，包括水資源、水運用、水污染等。	學校及家庭是學生逗留最長的地方，當中不少需要關注的議題讓學生發揮，期望學生可按同學及家人的需要設計出助人自助的作品，實踐價值觀。	學生接觸社會國家及世界議題，更了解地球不同角落正發生的事情或問題，明白身在福中要知福的道理，並嘗試同理不同群體的需要，以實際行動回饋社會國家及世界。
主要價值觀：關愛、同理心、尊重他人、堅毅、守法、責任感	主要價值觀：關愛、同理心、尊重他人、守法、誠信、勤勞、責任感、堅毅	主要價值觀：關愛、同理心、尊重他人、守法、勤勞、責任感、堅毅、國民身份認同	主要價值觀：關愛、同理心、尊重他人、責任感、堅毅、國民身份認同	主要價值觀：關愛、同理心、尊重他人、責任感、堅毅、國民身份認同	主要價值觀：關愛、同理心、尊重他人、責任感、堅毅、誠信、承擔精神、國民身份認同

3.1a 初小培育期 Learning By Doing (LBD) 課程(常識科)

低年級開展 Learning By Doing 課程(從做中學 LBD)突破傳統教學模式，放棄使用出版社的教科書，堅持以正確態度或價值觀為基礎，承托著共通能力和知識的發展，要真正尊重學生不同的需要，從學生的角度出發。讓學生從動手做中學習，目的是培養小朋友「包容」、「同理心」和「堅毅」，建立正向的價值觀。LBD 課程會引導學生發展設計思維，同理心是設計思維過程中的第一步、以用家為本，並由人的理想、需求、福祉出發，啟發創意，結合各種共通能力，構思利他的設計，並嘗試動手做，從做中學習，當中不斷反思、檢討及修正作品，都訓練到學生堅毅。

組別	常識科
對象	一至三年級
活動時間	9 月始

3.1b 高小實踐期跨科 STEAM 體驗課程

本校高小跨科 STEAM 體驗課程，主要由常識科、電腦科、綜合科，數學科等組成。高小電腦科參加了 CoolThink「賽馬會運算思維教育」計劃。這個計劃的目標是啟發學生在日常生活中發揮數碼創意，並從小開始培養他們主動使用科技來造福人群的能力，實踐價值觀。課程中運算思維的「概念」(Concepts)、「實踐」(Practices)和「視野」(Perspectives)是課程三個環環緊扣的部分。課程重視動手實踐，過程中不僅能夠培養學生的創新思維能力，同時也能夠訓練他們的同理心，因為他們需要設身處地理解用家的需求和痛點。除了初小學習的思維方法外，再引入可行法漏斗、關聯圈、SCAMPER 工具等，讓學生更有方法思考未來，思考改變、思考不同觀點，為實踐價值觀的利他創新作品提升有效度。

3.2 價值繪本課

全校每級 2 課，共 12 節課堂。圖書組會選擇以「正向利他」為主題的繪本，於課堂上先讓學生了解該繪本故事，德公課則和學生討論與故事有關的問題及進行活動，讓學生能反思與人們相處的情況，從而讓學生更懂得實踐利他。

組別	德公科、圖書科、家長
對象	全校學生、家長
活動時間	11 月始

3.3 靜觀課程及練習

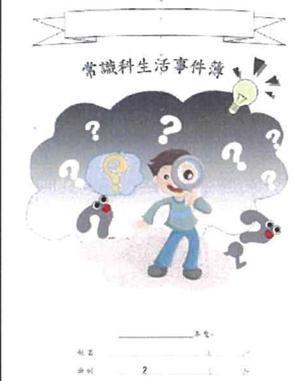
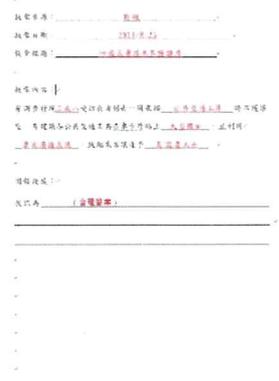
「靜觀」是指有意識地不加批判地，留心當下此刻而生起的覺察力。面對艱難時，有否察覺自己有這些慣常模式？那就是「自動導航」反應，覺察固有的思維習慣，處理問題時有更多的選擇，而不再是「自動導航」的即時反應。透過「靜觀」，可以加強自我覺察力，留意自己的「自動導航」反應，及這反應帶給我們的影響。

靜觀課程可以促進正向情緒，減少負面情緒的出現。透過靜觀練習，我們能夠培養正向情緒，更可以訓練學生堅毅。因為在日常堅持不同的事情時，總會有負面情緒的出現，透過練習靜觀，學生學會接納和放下負面情緒，學習如何在日常生活中更正向，並建立更健康和諧的生活方式，促進身心健康。

組別	德公科
對象	3-6 年級
活動時間	9 月始

3.4 常識科生活事件簿——利他篇

常識科以新聞剪報指出社會不同人士的利他行為，對學生起了楷模的作用。

組別	德育組、常識科			
對象	全校學生			
活動時間	每學段一次			

3b. 具體計劃內容(相關計劃及活動)

3.5 「正向利他」系列活動及比賽

1.	<p>正向大使獎勵計劃 (全校協作)</p> <p>本校致力善用課時，學生於常規課程內有認識、討論及實踐品德教育的機會，期望全體師生可攜手共建「樂助人、願關愛」的校園氛圍。本年度以「正向利他」為題，箇中關鍵為持之以恆的努力，學生如果只是在校園內才努力，是否足以去應對日常生活的各種難關呢？本校期望透過成立獎勵計劃，讓學生可持續利他。</p>
2.	<p>老師也利他 (校風組)</p> <p>宣揚老師利他的行為，以身教展示利他精神。</p>
3.	<p>「正向利他」故事演講比賽 (校風組、中英文科、圖書組、校園電視台協作)</p> <p>舉辦故事演講比賽，讓學生於演講中思考「利他」的意義，學生的表演會放於校園電視台處理播放，以宣揚「利他」的故事及建立其氛圍。</p>
4.	<p>「正向」四格漫畫設計比賽 (校風組、視藝科協作)</p> <p>舉辦設計比賽，讓學生於畫作中具體畫出「正向利他」所包含的精神，學生的作品會於校園展示，以美化校園及建立正向氛圍。</p>
5.	<p>「正向打氣牆」 (校風組)</p> <p>本校學生常參與多個範疇的活動及比賽，建立一道「正向打氣」牆讓學生在代表學校出外比賽前，為自己及隊友打氣加油，互相支持。</p>

3.6 正向大使獎勵計畫

校方推行「正向大使獎勵計畫」電子版，透過全校性參與及家校合作的獎勵計畫，建立一個堅毅積極、同理互愛的環境，希望學生除了追求成績的卓越外，也懂得堅持做出好行為，老師也堅持及時的讚美。當看見同學有好行為時，老師、家長或同學對其作出肯定及表揚，學生的自信也漸漸建立起來。獎勵計畫內容如下：

計劃目的	<p>本校運用應用程式，推行電子版「正向大使獎勵計畫」。學校會持續表揚學生的優良學行表現，期望提高學生於各性格強項的自我管理動機和能力。家長透過電子平台，能夠隨時隨地檢視電子獎勵紀錄，從而即時了解子女的學行表現。</p> <p>透過獎勵計畫，期望：</p> <ul style="list-style-type: none"> ◆ 提升學生 24 項性格強項的自我認識及運用能力 ◆ 增強學生正面學習動機及品行表現，堅持進行利他正向的好行為。 ◆ 促進家長與學生間的溝通與互動 		
計劃內容	<p>學校為每名老師及學生開設一個電子帳戶，學生家長須於個人智能手機或平板電腦下載並安裝免費應用程式，並利用校方提供的資料登入帳戶，即能簡單便捷地查閱學行表現積分、積分禮物兌換表，更能夠以積分換取不同的獎勵。而老師則可透過應用程式持續表揚學生的優良學行表現。使用應用程式來實施「正向大使獎勵計畫」。學生使用學校提供的登入資料登入個人帳戶，家長也可以使用相同的登入資料查閱子女的學行表現。學生根據表現良好的態度和行為獲得積分。積分可用於換取不同形式的獎勵。</p>		
正向表現獎勵項目	項目	內容	目的
	24性格強項(24 VIA)	<p>愛學習、堅毅、自我規範、創造力、感恩、勇敢、好奇心、真誠、幹勁、愛與被愛、仁慈、社交智慧、公民感、公正、希望、寬恕、謙遜、幽默、對美和卓越的欣賞、領導力、審慎、判斷力、洞察力、信仰。</p>	<p>每個人均有24個性格強項當中的部分性格強項。性格強項代表我們每個人的正面素質。正向心理學之父馬丁·沙利文博士(Martini Seligman)提出，當我們了解自己的強項與美德，並加以有效運用和發揮時，我們就會感受到正面的情緒，能建立美好及豐盛的生命。</p>
其他	<p>有同理心、有禮貌、交齊功課、積極參與活動或比賽、愛閱讀等。</p>	<p>這些項目均能提升學生多元經驗及品行素質。</p>	

獎勵計劃
應用程式
式介面



選擇「獎勵計劃」



選擇「正向24性格強項」，查閱細項積分



選擇「其他」項目，查閱細項積分



選擇「獎勵計劃」



選擇  圖案 (apps 視窗下方位置)



選擇「禮物」，然後按「兌換」

3.7 「正向」頒獎禮

「正向」頒獎禮是本校重視和肯定學生優秀表現的重要活動。一學年，我們大約會安排9-10次頒獎禮。在每次頒獎禮中，我們都會表揚在不同範疇展現出正向精神的學生。無論是在學業上、體育活動中或其他比賽項目中取得好成績，都可以踏上我們的頒獎台上。這個頒獎禮是對學生正向積極的肯定，我們期望能創造一個激勵學生堅毅的正向校園氛圍，同時給予學生繼續堅持下去的動力。

3.8 一人一崗位

「一人一崗位」活動旨在讓每位學生參與校內服務，培養利他和團隊合作精神。每名學生根據興趣和能力被分配到適合的崗位，實現全員參與，共同創建和諧校園環境。

組別	訓導組
對象	全校學生
活動時間	全學年

3.9 雅膳大使

為了讓六年級的同學更能夠從幫助中學習堅毅，本校安排六年級學生的教室則分佈於各樓層，每樓層一班，協助老師及幫忙照顧低年級的學生。午膳時特設「雅膳大使」由高年級學生輪流到低年級的班別協助進行午膳程序，包括安排同學洗手、派發午膳、解決同學於午膳時發生的問題等。計劃使高年級學生的自我形象提升了不少，亦明白他們被分派到低年級是有其使命及意義的。尤其是在地下與一年級為鄰的高年級學生，於服務中不僅提升了自信，更實踐了利他精神。

3.10 陽光學長計畫

本校安排3年級學生當學長協助小一新生盡快適應小學生活。提升參加者的自信心。培養學生利他助人的精神，亦讓學生親身實踐東華精神。透過給予學生服務的機會，從而建立學生們對學校的歸屬感。每位學長及學員均會派發一本小冊子，學長及學員需按照小冊子內容進行活動。

組別	訓導組
對象	1、3年級學生
活動時間	全學年



陽光學員任務冊

我是陽光學員
班

完成任務冊可交給班主任及領取小禮物一份。
此任務冊全年適用！請妥善保管。

目錄

	建議完成日期	頁數
我的目標及給學員的話	/	P.1
我是陽光學員	9月5日	P.2
任務一：我的秘密天使	9月	P.3
任務二：大手幫小手	9月	P.4
任務三：100分的家課冊	10月	P.5
任務四：大步小步	11月	P.6-7
任務五：一半的圖畫	12月	P.8-9
任務六：祝福您	1月/2月	P10-11
任務七：說故事，我欣賞	3月	P12-13
挑戰任務一：借一本好書		P.14
挑戰任務二：雪白的桌子		P.15
挑戰任務三：好幫手		P.16
感恩齊做到	6月	P.17

我的陽光學長是			
班別	姓名	班別	姓名

3.11 肇 clean 特工隊

為了讓學生能更了解工友的辛勞，學生親身了解工友的難處，將心比心，以清潔大使身份向全校同學宣揚「自己學校自己清潔」的理念，讓學生共同維護學校的整潔衛生，才能真正幫輕工友的工作，讓學生的同理心及利他精神付諸行動，使歷程完滿。

組別	訓導組
對象	全校學生
活動時間	10月始

3.12 PET HOME 及動物講座

為進一步讓學生明白尊重生命的重要，本校設有 PET HOME 飼養了不同的小動物，讓學生在照顧小動物時明白到生命的可貴及愛和利他都要堅持的道理，另安排學生出席由非牟利獸醫服務協會主講的動物講座，讓學生明白如何尊重及包容不同物種的生命，與社區動物和平共處。

組別	德公科
對象	全校學生
活動時間	全學年

3c.具體計劃內容(教師培訓、家長教育)

3.13 教師培訓——班級經營、正向日常應用

本校著重上行下效的帶領模式，營造全校參與的氛圍。老師每天面對學生，對學生起著楷模的作用，老師的正向態度影響著師生的關係，故本校安排教師培訓，利用互動活動，講解正向心理學理論及堅毅的元素，讓老師明白有關正向教育的相關技巧，並用於日常教學活動當中，從而建立師生的正向人際關係。部分培訓內容也會邀請工友、書記、教師助理一同參與，因為他們在學校生活中經常接觸學生，學習有關正面回應的技巧，強調堅持及時讚美的重要，從而鼓勵學生正向利他的行為。

3.14 肇堅家長學堂

每年「肇堅家長學堂」會因應家長及學生的需要，舉辦不同主題的家長講座，讓孩子可以在良好的環境之下成長。去年度「肇堅家長學堂」和不同的社會福利機構合作，由多年從事教育兒童成長的專業人士，分享促進子女身心健康及建立親密幸福的親子關係的方法，使家長變成學生的最多後盾之一。

(4) 詳細推行方案及時間表：

	項目	課程或活動推行時間（月份）											
		9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	
1	「正向利他」課程	←————→											
2	價值繪本課		←————→										
3	靜觀課程及練習	←————→											
4	常識科生活事件簿		↔				↔				↔		
5	「正向利他」系列活動及比賽		←————→										
6	正向大使獎勵計畫	←————→											
7	「正向」頒獎禮		←————→										
8	一人一崗位	←————→											
9	雅膳大使	←————→											
10	陽光學長計畫	←————→											
11	肇 clean 特工隊	←————→											
12	PET HOME 及動物講座	←————→											
13	教師培訓——班級經營、正向日常應用	←————→											
14	肇堅家長學堂		←————→										

(5) 預期成果：

預期學生提升正向利他的實踐力，增強正向情緒與成就感，深化正向人際；能實踐關愛、同理、堅毅等價值，形成自助助人之正向循環，促進身心健康與校園關懷文化。

(6) 評鑑方法：

a)校本問卷：我們將設計一份校本問卷，針對學生、教師和家長進行調查。這份問卷將詢問他們對於計劃活動的看法和感受，以及活動對學生行為態度的影響。

b)情意及社交表現評估套件（APASO）：我們將採用 APASO 評估套件，評估學生的情感和社交表現。這個評估工具可以提供客觀的量化數據，觀察學生在參與計劃活動後是否有正向的改變。

c)觀察和紀錄：老師將進行觀察和紀錄，以了解學生在計劃期間的行為變化和態度表現。

d)小組討論和反饋：在校風組會議中，成員將進行小組討論，分享觀察和調查結果。這些討論將提供不同的觀點和意見，以綜合評估活動的成效和學生行為態度的提升。

(7) 財政預算：

財政預算將主要用於購買和維護「正向大使獎勵計劃」電子版應用程式的使用權，以及購買獎勵物品。另外，營運 PET HOME 都需要較大開支，具體如下：

「正向大使獎勵計劃」電子版應用程式 年度服務費及其他物資	約 15000 元
PET HOME 物資	約 15000 元
共 30000 元	

(8) 計劃延續(如適用)：