

新界喇沙中學
2023 – 2024 健康校園政策

宗旨：

1. 營造健康的校園環境，讓學生健康愉快地成長。
2. 幫助學生發展健康的生活習慣。
3. 幫助學生學習實用的生活技能。
4. 幫助學生學習抗拒誘惑及遠離毒品的技巧。
5. 幫助學生建立正面的人生觀及價值觀。
6. 辨識需要幫助的學生和建立相關轉介機制。

統籌組織：

由學生成長及支援委員會統籌，成員包括負責學生成長及支援的副校長、訓導主任、輔導主任、升學就業及生涯規劃主任、聯課活動主任、德育及公民教育組負責人、社會服務組負責人及宗教培育組負責人，而全校各科組及教職員協助推行不同的工作。

參考資料：

香港青年協會製作的《學校禁毒資源套》

健康校園政策內容：

1. 營造健康的校園環境

策略 / 工作		負責組織及人力資源	備註
1.1	校園衛生： 1.1.1 每個課室均設垃圾箱及廢紙回收箱，每天放學後禁止放置垃圾於抽屜內，以保持課室清潔。食物部及部份公共地方設置垃圾分類收集箱，鼓勵同學把垃圾按廢紙、鋁罐和膠樽分類收集，推動環保。 1.1.2 定期清洗課室、特別室、廁所、食物部、有蓋操場、公共走廊及冷氣機的隔塵網。 1.1.3 嚴禁同學於操場及有蓋操場進食，以保持環境清潔。	訓導組 德育及公民教育組 總務組 總務組、工友 訓導組	
1.2	傳染病的預防及控制： 1.2.1 要求學生經常打開門窗，使空氣流通，減低傳播病菌的機會。 1.2.2 定期進行課室、特別室、廁所、食物部及公共走廊的消毒工作。 1.2.3 於食物部放置滅蚊機及定期清潔積水以防蚊患，同時建議有需要班房購買滅蚊燈。 1.2.4 學校設紅外線體溫量度裝置，發燒同學會被要求回家休息及往見醫生，而患呼吸道感染同學須配帶口罩。 1.2.5 製作並播放有關洗手、配帶口罩和多做運動的宣傳短片，以加強同學預防傳染病的意識。 1.2.6 鼓勵同學自備清潔的餐具，既衛生亦符合環保原則。	訓導組 總務組、工友 總務組、工友 訓導組 校園電視台 學生福利委員會	
1.3	健康飲食： 1.3.1 要求午膳供應商及食物部提供低鹽、低糖、低脂及較多蔬菜或纖維的食	學生福利委員會	飯盒供應商及食物部執行

物。		
1.3.2 以飲水機提供清潔的食水並要求同學必須使用盛器取用食水，嚴禁直接飲用以保持衛生。飲水機會定期檢查及更換濾蕊。	總務組、工友	飲水機供應商定期檢查及更換濾蕊

2. 教師層面的工作

策略 / 工作		負責組織及人力資源	備註
2.1	配合健康校園計劃的教師培訓： 2.1.1 全體教師均已接受預防濫藥的基本及進階培訓。另外，為配合推動健康校園計劃，本學年安排老師參與教師抗毒工作坊及健康校園計劃簡介會，同時了解時下年青人常吸食的毒品、如何辨識學生吸毒以及相關處理方法。 2.1.2 推薦老師接受有關禁毒教育及危機處理的培訓課程	教師專業發展組、 訓導組、輔導組	
2.2	喇沙加油站： 輔導組購買精美書籤，讓老師隨時表達對學生的關懷，送上慰問、訓勉、鼓勵、讚美、期盼、祝福、溫暖……，以協助學生正面發展。書籤也可用作欣賞學生，對學生的良好表現給予即時的肯定、欣賞與鼓勵，讓學生感受自己的努力被肯定，加強繼續維持良好表現的動機。同學也可於食物部隨便取用書籤，用以讚賞、鼓勵或祝福其他同學或老師。	輔導組	
2.3	積少成多獎勵卡： 鼓勵老師就同學健康正面的表現簽署獎勵卡，使同學能獲取訓導組的獎勵甚或優點，以鼓勵正面健康行為。	訓導組	
2.4	處理校園毒品的機制和指引： 2.5.1 透過任課老師的觀察、同學的舉報及兩位班主任與家長的緊密溝通，辨識可能有濫藥問題的同學，再轉介社工協助跟進。 2.5.2 如發現校園毒品問題，學校會啟動危機處理小組處理並邀請專業人士協助，處理流程和有關指引可參閱香港青年協會製作的《 學校禁毒資源套 》第三冊，第二章。	全體老師、 輔導組、社工 危機處理小組、輔導組	

2.5	校園內不同範圍的當值工作： 安排老師、工友及領袖生於上課前、小息及午膳時間於校園內不同地點當值，以便能及早發現同學的異常行為。	訓導組、全體老師、 工友、領袖生	
-----	--	---------------------	--

3. 學生層面的教育工作：

策略 / 工作	負責組織及 人力資源	備註
3.1 學生講座 / 工作坊 / 教育計劃： 3.1.1 「更生先鋒計劃」講座及參觀懲教所 (中二) 3.1.2 「戀愛通識課」性教育課程 (中二至中四) 性教育講座 (中一) 護苗性教育工作坊 (中二) 3.1.3 「耀能大使、傷健共融」講座 (中一) 「解讀人生」真人圖書館分享 (中二) 3.1.4 「看得見的感受」體驗工作坊 (中五) 親切共融工作坊(中四) 3.1.5 廉政互動劇場 (中四)	訓導組 輔導組 融合教育組 融合教育組 德育及公民教育組	懲教署派員主講 參觀羅湖懲教所 青協性教育課程 香港耀能協會主持 香港傷健協會派員主持 廉政公署主辦
3.2 健康人生態度分享： 3.2.1 級輔導老師到電視台分享，協助學生建立健康正面的人生態度。 3.2.2 輕鬆唱談 (老師分享) – 邀請老師於週會時段分享，鼓勵學生建立積極的健康人生。	級輔導老師 輔導組	
3.3 「健康校園」短片播放：製作「健康校園」訊息的短片並於早晨直播時段	校園電視台	

策略 / 工作	負責組織及 人力資源	備註
播放。		
3.4 「共創成長路」核心課程： 於週會時段，中一至中三級，由班主任根據計劃向學生提供正向思考訓練，以應付成長的各項挑戰。「共創成長路」各級課程均有數個單元包括抗毒內容。	輔導組、青協社工 中一至中三級班主任	
3.5 中一級輔導活動 – 「學習獎勵計劃」： 獎勵在上學期每班 6 個成績優異及 2 個成績進步的學生參加校內 2 日 1 夜的紮營活動，並透過體驗活動，讓學生明白學習對職業路向的影響。教務委員會與本組合作，負責主持兩個學習方法的工作坊。 [加強正向教育：全心投入 - 培養學生做事全情投入]	輔導組、學校社工 教務委員會	
3.6 中二級輔導活動 – 「自律先鋒嘉許計劃」： 獎勵上學期每班 8 個在出勤、守時、校服儀容及準時交功課方面表現優異的學生參加 2 日 1 夜的露營，提升自律的精神，讓學生明白自律是工作的必要態度。教務委員會與本組合作，負責主持兩個學習工作坊，以提升學生的自主學習能力。 [加強正向教育：全心投入 - 培養學生做事全情投入]	輔導組、學校社工 教務委員會	
3.7 中三級「挑戰海陸空訓練計劃」： 透過山藝、獨木舟及運動攀登的訓練，提升學生對戶外活動的興趣、技能及自我形象，並擴闊生活體驗，鍛煉堅毅的意志應付未來的人生挑戰。 [加強正向教育：全心投入 - 培養學生做事全情投入] [加強正向教育：滿有成就 - 建立學生的成就感] [加強正向教育：身心健康 - 培育學生身、心、靈健康]	輔導組、青協社工	由山藝、獨木舟及運動攀登的專業教練負責訓練
3.8 中五級「乘風航 —— 伙伴計劃」： 透過與弱能學生結為伙伴，參與海上歷奇挑戰，培養共融及勇於挑戰的精神。 [加強正向教育：全心投入 - 培養學生做事全情投入] [加強正向教育：良好關係 - 建立正向人際關係] [加強正向教育：意義人生 - 探索人生意義]	融合教育組、輔導組	由乘風航工作人員協助帶領

策略 / 工作	負責組織及 人力資源	備註
3.9 中四至中六級「整裝待發計劃」(日營及工作坊)： 協助高中同學訂立人生目標，衝破面對的困難，為將來的生活作好準備。 內容包括動機篇、學習篇、生涯規劃篇 及 領袖訓練篇 (參閱 3.11) [加強正向教育：全心投入 - 培養學生做事全情投入]	輔導組、 教務委員會、 升學就業及生涯規劃組、 聯課活動組	
3.10 中四至中五級「領袖訓練計劃」(工作坊、領袖訓練營及由同學策劃的義工服務)： 培養同學的領導才能，學習與人溝通技巧及建立團隊精神。 3.10.1 中四級：領袖訓練工作坊及領袖訓練營 [加強正向教育：全心投入 - 培養學生做事全情投入] 3.10.2 中五級：義工服務訓練工作坊及由中五同學策劃一項長者義工服務， 既作領袖訓練，亦學習關愛長者。 [加強正向教育：全心投入 - 培養學生做事全情投入]	聯課活動組、 青協社工 中四級及中五級 班主任	
3.11 「快樂校園」 - 校本精神健康計劃 透過三個層級的介入手法，應對近年出現的精神健康問題 3.11.1 情緒健康問卷調查(全校) 3.11.2 中一發展性轉化戲劇治療活動 3.11.3 中二肢體舞步治療活動 3.11.4 中三藝術歷奇工作坊 3.11.5 中五瑜珈班 3.11.6 中六和諧粉彩工作坊 3.11.7 家長講座「辨識子女精神健康及溝通」 3.11.8 中四學生心理治療小組 3.11.9 個別輔導 (輔導心理學家) 3.11.10 中二及中四教育生互動劇場	輔導組、青協 浸會愛群、循道、 社工、CP	
3.12 健康生活達人小組 (因應學生成長的需要而開設，以應付未來的人生挑戰。)	輔導組、學校社工	

策略 / 工作	負責組織及 人力資源	備註
3.16 不同類型的活動： 讓同學發揮所長、增強自信、及善用餘暇，並能學習與人相處，建立有意義及積極的人生。 3.16.1 全校性的活動如聖誕慶祝會、歌唱比賽和多元化的試後活動 3.16.2 各會社舉辦的會社活動 3.16.3 各科組的聯課活動 3.16.4 每班每週均有體育課，再加上陸運會、班際球賽、學界比賽及不同類型的體育興趣班，能幫助推動運動，強健體魄。	聯課活動組 各會社 各科組 體育科	
3.17 健康校園學科活動： 3.17.1 課堂講授、學生短講、小組分享、專題研習 (例如藥物對人體的影響)推行環境教育計劃 (觀鳥、生態考察等)，增強學生對環境的歸屬感。 3.17.2 認識藥物如麻醉藥、興奮劑和亞士匹靈。分組討論各藥物對健康、家庭、社會和同儕的影響。利用滴定法找出止痛藥的亞士匹靈成份。 3.17.3 高中課程包括個人成長元素。 3.17.4 在中二級課程中「環境的察覺」部份，討論濫藥及酒後駕駛後果的嚴重性，使學生認知這是危害自己生命及社會安全和穩定的不負責行為，推動校園抗毒，培養學生尊重和珍惜自己及別人的生命。 3.17.5 開心水中週：推廣均衡飲食健康訊息；多吃水果，少食油鹽糖；常做運動。	生物科 化學科 通識科 科學科 生物科	

策略 / 工作		負責組織及 人力資源	備註
3.18	配合健康校園計劃的學生簡介會及活動：		
3.18.1	為配合推動健康校園計劃，本學年安排全校學生參與健康校園計劃簡介會。	訓導組、輔導組	
3.18.2	於校內舉辦健康校園資訊學生講座，令學生了解健康校園計劃內容和禁毒訊息。	輔導組及學校社工	
3.18.3	安排學生參觀香港賽馬會禁毒資訊天地及工作坊，深化學生對毒品的了解及抗毒意識。	輔導組及學校社工	
3.18.4	在中三級舉行欺凌偵探劇場，提升學生對校園欺凌的警覺性，改善因溝通誤解及歪曲的次文化導致的衝突與欺凌事件。讓學生學習正向溝通及包容的相處方式。	輔導組及學校社工	
3.18.5	舉辦正向舞蹈小組，令學生建立正面的自我形象，學懂欣賞自我長處和發掘自身優點。	學校社工	
3.18.6	舉辦新興射擊活動小組，讓學生挑戰自我，發掘自身長處，並學懂團體合作的精神。	學校社工	
3.18.7	於義工跨境共融行活動中，令參加者學懂互相尊重的精神。	學校社工	
3.18.8	安排領袖訓練半日行，培訓團隊合作能力，從而建立自我效能感。	學校社工	

4. 家長層面的工作

策略 / 工作		負責組織及 人力資源	備註
4.1	兩次家長日 / 平日的電話聯絡 及 家訪 (如有需要)： 讓兩位班主任與家長有緊密聯絡，以便更深入了解每位學生的生活及面對的困難，以便及早發現學生可能出現的問題，例如戀愛、吸煙、吸毒甚至自殺傾向等。如發現問題，會按情況根據班主任的專業判斷，依輔導組既定的轉介機制轉介輔導組或社工跟進。	各班主任	
4.2	家長講座： 4.2.1 於中一新生註冊後舉行，協助中一家長及中一同學適應升中學生活，	學校社工	

策略 / 工作		負責組織及 人力資源	備註
	協助學生過積極的校園生活。		
	4.2.2 於第一次家長日舉行，協助家長加強與子女溝通，使能互相成長。	家校合作委員會	
4.3	家長活動 / 親子活動： 舉辦家長工作坊、親子燒烤、旅行及興趣班等活動，加強與家長的聯繫及親子關係，使同學能過更健康的生活。	家校合作委員會 家長教師會	
4.4	配合健康校園計劃的家長簡介會： 為配合推動健康校園計劃，本學年安排家長參與健康校園計劃簡介會。	家校合作委員會 家長教師會 訓導組、輔導組	

5. 抗毒教育工作：

策略 / 工作		負責組織及人力資源	備註
5.1	學生教育活動 (講座 / 工作坊 / 日營 / 小組)： 焦點小組： 針對目標同學 (可能有較大機會受濫藥影響同學)，協助他們認清目標，善用餘暇，避免受毒品誘惑，建立健康生活。	輔導組及社工	
5.2	有關抗毒的課程： 5.2.1 中一至中三級的「共創成長路培育課程」中均有數個單元含抗毒內容，包括有關危害精神毒品的知識及事實；在何種情緒下，人會較易受危害精神毒品吸引及如何抗拒受危害精神毒品等。 5.2.2 透過課堂講授、學生短講、小組分享和專題研習探討毒品對人體的影響。 5.2.3 在中四和中六級課程中有認識藥物如麻醉藥、興奮劑等內容並會分組討論各藥物對健康、家庭、社會和同儕的影響。 5.2.4 中五級課程 (全人成長) 有濫用精神科藥物對青少年影響。	輔導組 生物科 化學科 通識科 科學科	

策略 / 工作	負責組織及人力資源	備註
5.2.5 在中二級課程中「 環境的察覺 」部份，討論濫藥後果的嚴重性，使學生認知這是危害自己生命及社會安全和穩定的不負責行為，推動校園抗毒，培養學生尊重和珍惜自己及別人的生命。		
5.3 有關抗毒的教師培訓： 5.3.1 全體教師均已接受預防濫藥的基本及進階培訓。 5.3.2 推薦老師接受有關禁毒教育及危機處理的培訓課程。	訓導組、輔導組	
5.4 處理校園毒品的機制和指引： 5.4.1 透過任課老師的觀察、同學的舉報及兩位班主任與家長的緊密溝通，辨識可能有濫藥問題的同學，再轉介社工協助跟進。 5.4.2 如發現校園毒品問題，學校會啟動危機處理小組處理並邀請專業人士協助，處理流程和有關指引可參閱香港青年協會製作的《 學校禁毒資源套 》第三冊，第二章。	全體老師、 輔導組、社工 危機處理小組	

6. 性教育工作：

策略 / 工作	負責組織及人力資源	備註
6.1 學生性教育活動 (講座 / 工作坊 / 展覽)： 6.1.1 性教育工作坊 (中一) 6.1.2 護苗性教育工作坊 (中二)	輔導組 輔導組	衛生署派員分班主持 護苗基金派員主持
6.2 有關性教育的課程： 6.2.1 中二至中四級，由班主任負責主講，與學生探討正面的戀愛價值觀。 [加強正向教育：正面情緒 – 培養學生擁有正面情緒] 6.2.2 中五課堂中會講授同學正確的性知識，包括男女性生殖器官的構造和功能，有性生殖、月經、懷孕和避孕等。	輔導組 生物科	青協性教育課程

策略 / 工作	負責組織及人力資源	備註
6.2.3 在中一級課程中，會教授學生基本的性生理知識。	科學科	