

香港浸信會聯會香港西北扶輪社幼稚園  
 「推動正向教育·邁向全人發展」計劃 2019-2020  
 行動計劃：建立正向團隊

一、行動計劃

活動推行時間：2020年5-7月、2020-21年

目的一：透過不同活動，滲入正向教育的五個核心元素\*，讓同事之間互相深入了解，互相欣賞，促進同事的關係，建立團隊精神

**6個正向教育範疇：正向目標、正向投入、正向成就、正向關係、正向情緒、正向身心**

**\*正向計劃發展重點：「愛與樂」中的五個核心元素**

**好奇心：保留與生俱來的好奇心、培養持開放態度、細心觀察的態度對待人和事**

**心流：享受平衡技巧與難度的任務，非常投入活動**

**成長性思維：擁抱挑戰、相信未來成功的可能，不怕遇上失敗並能作出修正，繼續努力**

**感恩：留意好人好事，樂於表達謝意，並對其他人做好事**

**仁慈：對己（重視自己的身心健康）對人（無私地樂於助人，做好事）**

**活動 1: 攜手樂融融**

活動 1.1	攜手樂融融—長洲
活動主要目的	*帶出正向教育元素—正向關係/仁慈、正向身心、正向情緒/感恩、正向投入/心流 1. 透過談心加深互相認識 2. 建立互信關係
內容及形式	1. 坐船開始前，先抽簽「3人行」，由乘船至午飯前一起自由活動，傾談有關自己的興趣喜好、成長中的難忘的事 2. 團體海鮮餐（午餐） 3. 3-5pm 沙灘團隊遊戲： 3a. 靜觀活動，呼吸放鬆，用感官感受沙灘（分享感受，帶出平靜的方法和活在當下） 3b. 搭肩而行，一組8人，每人有一分鐘帶頭組員行沙灘的機會，帶領者可以自訂帶領的速度和在沙/水/樓梯上行，除了帶領者，其他人要合上眼睛。（帶出换位思考的團體精神） 4. 分享在活動中，發掘同事哪些新的一面，對他有何新的想法？欣賞之處？

活動 1.2	攜手樂融融—校內
活動主要目的	*帶出正向教育元素—正向關係/仁慈、正向目標、正向投入/心流、正向身心、成長性思維 1. 透過運動營造健康校園文化 2. 彼此認識 3. 學習互相欣賞
內容及形式	1. 瑜珈：挑戰訓練馬甲線的瑜珈動作（帶出努力嘗試，互相鼓勵） 2. 分小組，量度腰圍，訂立做運動和減圍的目標，二星期後腰圍減少得最多的一組贏（帶出為著共同目標，互相鼓勵和一起接受挑戰） 3. 背上貼上印有優點和缺點方格的紙張，每人在他人背上寫字（帶出了解別人眼中的自己，彼此欣賞和接納彼此的缺點，幫助個人肯定自己，反思和改善缺點） 4. 娛樂大家 chat：頭上貼出欣賞他人的字句（自己不知道頭上的文字），所有參加者可以說出提示或用動作引導其他人說出頭上答案，當有人能說出頭上的答案便作輸，但舉報其他人引導自己，並說出正確答案便為之勝。（帶出想同事多說具體的欣賞的話）

活動 1.3	攜手樂融融—校內
活動主要目的	<p><b>*帶出正向教育元素—正向關係、正向目標、正向成就/成長性思維、好奇心</b></p> <p>1. 明白溝通的重要性及促進溝通技巧 2. 培養職工積極參與和合作的態度 3. 透過認識清真飲食文化，凝造共融文化</p>
內容及形式	<p>1. 團隊溝通的遊戲，如何解決溝通問題</p> <p>a. 5-6 人一組排成一行，用「以訛傳訛」的方形用手指在前面同事的背部畫畫，最後一位同事畫在紙上，最貼近原圖的為勝（帶出單向溝通的問題及解決方法）</p> <p>b. 與組員在一個課室找出提示紙及英文字母，組員合作用身體模仿英文字母，並拍照及發送到主持人的電話，拼出一個有關正向教育的英文詞彙（加強職工積極參與的態度）</p> <p>c. 才能接力賽：組員按能力商量和分配項目—雙人跳繩 10 下、拍球 10 下、頂波 10 下、仰臥起坐 10 下、急口令（加強職工積極參與的態度）</p> <p>d. （b 和 c）的小組得數總和，將會決定輸贏，贏出的組員可獲發按摩券或餐飲券或 BBQ 券，可以自己選擇輸的組員為自己服務。（帶出為他人服侍的精神）</p> <p>2. 到外籍老師推薦的清真印度菜館，分組共進午餐。（除了與同組談天，加深了解，感受外籍老師的飲食文化，加深對他們的了解）</p>

活動 1.4	攜手樂融融—大埔
活動主要目的	<p><b>*帶出正向教育元素—正向關係/仁慈、正向身心、正向情緒/感恩、正向投入/心流</b></p> <p>1. 加強職工積極參與和合作的態度 2. 加強認識溝通的重要性及技巧</p>
內容及形式	<p>1. 合作踏單車（互相支持和合作，傾計加深彼此了解）</p> <p>2. 合作進行到不同景點扮演拍照的遊戲</p> <p>3. 分組一起共進午餐（加深彼此了解）</p>

活動 1.5	攜手樂融融—校內
活動主要目的	<p><b>*帶出正向教育元素—正向目標、正向關係/仁慈、正向情緒、正向身心/感恩</b></p> <p>1. 加強團隊共同目標 2. 建立合作及互信關係 3. 建立身心健康文化</p>
內容及形式	<p>回顧之前 4 次活動花絮，說出和寫出最幫助你了解及欣賞同事的活動、原因、感受、建議及勉勵自己的話，帶出團隊精神是建基於正面的溝通、互相了解、接納，欣賞和自我反思和調節。</p>

## 活動 2. 生日快樂

活動主要目的	<p><b>*帶出正向教育元素—正向關係/仁慈、正向情緒</b></p> <p>重視每一位同事</p>
時間	每個同事的生日
內容及形式	<p>1. 建立全體職員的 whatsapp group，發放，生日快樂訊息</p> <p>2. 核心同事負責在 whatsapp group 帶領恭喜生日同事，在當日買一件蛋糕請生日的同事食，並鼓勵同事們主動和生日的同事傾計，5 月開始</p>

### 活動 3. Secret angel

活動主要目的	*帶出正向教育元素—正向關係/仁慈、正向情緒 1. 重視每一位同事 2. 彼此欣賞和鼓勵
內容及形式	1. 有一些建議例如施予者身份要保密，留意對方的喜好、需要和感受、興趣送小禮物、心意卡鼓勵、欣賞、打氣 2. 5月至7月期間有溫馨提示同事關心要「守護」的人

### 活動 4. 好人好事感恩牆

活動主要目的	*帶出正向教育元素—正向關係/仁慈、正向情緒/感恩 1. 重視每一位同事 2. 彼此欣賞和鼓勵
內容及形式	1. 校內禮堂哈哈鏡上面的心形樹上貼上每位同事的相片。寫出具體欣賞和鼓勵同事，每人最少保持5張memo紙（各級老師、校務處和校工們用不同顏色的memo紙，寫紙給其他人，為了互相鼓勵同事寫紙欣賞他人），由 secret angel 和核心小組成員帶動和每月最後一個星期一如果發現不夠5張便帶動同事寫出。 2. memo 紙每月更新一次

### 活動 5. 每月雙/三星（期望能在學期完結前了解每一個同事）

活動主要目的	*帶出正向教育元素—正向關係、好奇心、正向情緒 1. 重視每一位同事 2. 彼此了解和欣賞
內容及形式	1. 鼓勵每個同事用自己的方法（相片、文字、在群組內發短片等）介紹自己，如果同事未能介紹自己，後備方案：由主任和核心小組成員訪問每月之星 2. 鼓勵其他同事，特別是 secret angel 可以用 memo 紙提問該同事題 3. 靈修時間可以編排或和同事調動，由每月雙/三星老師負責，以增加老師們對他們的了解

## 目的二：接納和關懷幼兒的個別差異

### 方法 1. 學校職員正向話語、環境標語、常規歌

活動主要目的	*帶出正向教育元素—正向關係/仁慈、正向情緒/感恩、正向成就/成長性思維、正向身心 1. 透過視覺提示學校職員及家長接納和關懷幼兒的個別差異，潛移默化，營造關愛文化 2. 提升老師正向課室管理的技巧
地點	學校園內環境及課室
內容及形式	1. 正向標語及話語 高班復課前在學校園內環境及課室張貼正向標語及話語：教育名人金句、例子「深信每個孩子的獨特的」，「欣賞你的努力」「用笑容去迎接每一天」「多欣賞，多鼓勵」、聖經金句箴言、哥林多人前書 2. 全校通用的常規歌及小遊戲 檢視現有的全校通用的常規歌，例如純音樂的收拾歌、自選歌、排隊、聲情教學的鼓勵方式，可參考台北交流的經驗：靜觀播輕音樂、創作常規歌（positive language）或正向專注小遊戲，用於：運動後，深呼吸、坐好、聆聽，眼看、平伏情緒、等候他人一起完成活動的歌（鼓勵其他人努力完成

	<p>活動，我們等埋你)、與嘉賓打招呼的禮貌歌、門口與家人說再見(分離)</p> <p>3. 老師及非教職員在8月共同構思正向教師語言及視覺提示，並練習用聲情教學的方式表達出來(具體、和善語氣，和顏悅色)，增貼在校園內</p> <p>4. 每日老師早會靈修活動時由核心小組成員帶動提醒正向話語的元素、具體、和善語氣，和顏悅色</p>
--	--

## 方法 2. 平靜，靜觀時間

活動主要目的	<p>*帶出正向教育元素—正向關係、正向情緒、正向身心</p> <p>1. 培養職員和幼兒自我調節情緒的能力，平靜心情</p>
地點	學校園內環境及課室
內容及形式	<p>1. 由於正向教育講求平衡，所以建議醒神早操及運動後需要平靜心情，喝水時聽輕音樂、深呼吸(配合兒歌)</p> <p>2. 午睡前加入舒緩和靜止時間，由老師聲音導航，用故事情境引導深呼技巧</p>

## 方法 3. 家校合作

活動主要目的	<p>*帶出正向教育元素—正向目標、正向投入/心流、正向成就/成長性思維、正向關係/仁慈、正向情緒/感恩、正向身心</p> <p>1. 教育家長有關正向教育的重要性和具體策略</p> <p>2. 鼓勵幼兒和家長在生活中實踐正向教育策略，促進親子關係</p>
內容及形式	<p>1. 透過正向教育家長講座及每個主題印製小冊子，小冊子內增添正向家長小錦囊：按今年停課拍片經驗及正向教育計劃培訓重點，例如如何正面看待幼兒、快、真、準讚賞句子、如何維持幼兒的興趣(有趣及挑戰性)、解決困難的方法、表達感恩、仁慈(利己利人)等</p> <p>2. 小冊子內容按家長小錦囊的重點，增加家長和幼兒在家中進行好玩有趣的小任務(重視身心健康和有不同難度)，陪伴及鼓勵幼兒積極投入完成一個任務，實踐上述正向教育概念。</p> <p>3. 家長拍片/拍照記錄活動，給予活動回饋，有助檢視活動成效。</p>

## 二、整體活動檢討及反思

### 檢討事項：

- 2.1. 在學校文化行動計劃中(1. 團隊精神)，你印象最深刻的是哪一個活動？為甚麼？活動能否為學校建立正向團隊？
  - 2.1.1 最深刻的是「馬甲線」瑜珈活動，因為全體同事一起做瑜珈的時候，同事鼓勵她堅持。她體會到接受鼓勵能增加堅持的動力，小小的鼓勵對他人有好大的幫助，希望可以做到漣漪效應，接受了別人的鼓勵後，也能做到鼓勵他人。
  - 2.1.2 有老師表示合作尋找正向文字砌字母的活動中，已完成的一組主動樂意地幫助未完成的一組，可見大家發揮團體協作精神。
  - 2.1.3 所有校工姐姐在活動分享後曾表示非常好玩，好投入，好像小時候玩遊戲一樣開心。之前因為工作繁忙無機會慢慢和老師傾計，透過活動真的熟悉了老師，敢主動和老師聊天，另外也建立到自信(在打羽毛球活動中，姐姐覺得自己比年輕的老師打得更好)。老師同意活動除了能有效打破姐姐和老師之間的隔膜，亦有助姐姐之間保持或維補關係。
  - 2.1.4 有的同事知道要跟校長同組玩遊戲時，感到很緊張，但同組後覺得原來好平常。
  - 2.1.5 有老師表示平日好少和專科老師有深入接觸，透過活動知道專科老師教學上的困難及成長背景，活動之後會更願意協助教學和互補，也會主動關心和體諒。

- 2.1.6 策劃活動的老師也喜歡計劃遊戲，學習到仔細替參與者去著想，這也是利他精神。
- 2.1.7 因為學校需要面對或應變的事情較多，團隊中總會有意見不同或有磨擦的時候，透過團隊建立活動，有效幫助同事之間建立信任。另外，我們也學會放鬆，彼此明白和接納，不一定要堅持己見。

## 2.2. 在學校文化行動計劃中(2.接納幼兒的個別差異)初步成效如何？

- 2.2.1 有老師表示從製作家長小錦囊中，自己也學習到要多具體讚賞，也要提升自己EQ。如果小朋友有行為問題，會提示自己先反思設計活動的難度和技巧，提升自己給予機會不同的幼兒參與，多看到幼兒成功的地方。
- 2.2.2 有老師表示之前都有運用多元的教學策略和不同層次的教具，不過現在老師人手多了，所以更可以幫助照顧學習差異，按能力分高中低，完成項目又再給予挑戰，能力弱的再作個別化教學。
- 2.2.3 有老師表示大部份小朋友之間都能互相鼓勵，會自行說出，「加油，唔緊要！」，「比賽過程最重要。」明白到我們示範正向語言的重要，讓幼兒沉浸在多聽正向語言的環境中，能讓幼兒內化正向思維和說出正向語言。
- 2.2.4 預期 2020-21 年度各級會將家長小錦囊恆常化，滲入每個主題的課程中，鼓勵家長實踐和「活出」正向教育重點。