



# 基督教宣道會茵怡幼稚園

正向教育校本發展經驗

「推動正向教育，邁向全人發展」計劃



# 教職員活動

- 建立「正向目標」，教職員根據自身需要設定目標
- 分為不同小組，互相鼓勵
- 部分小組會作中期檢討



- 建立「正向關係」，於校務處放置「好拍檔加水站」，互相分享快樂，彼此打氣



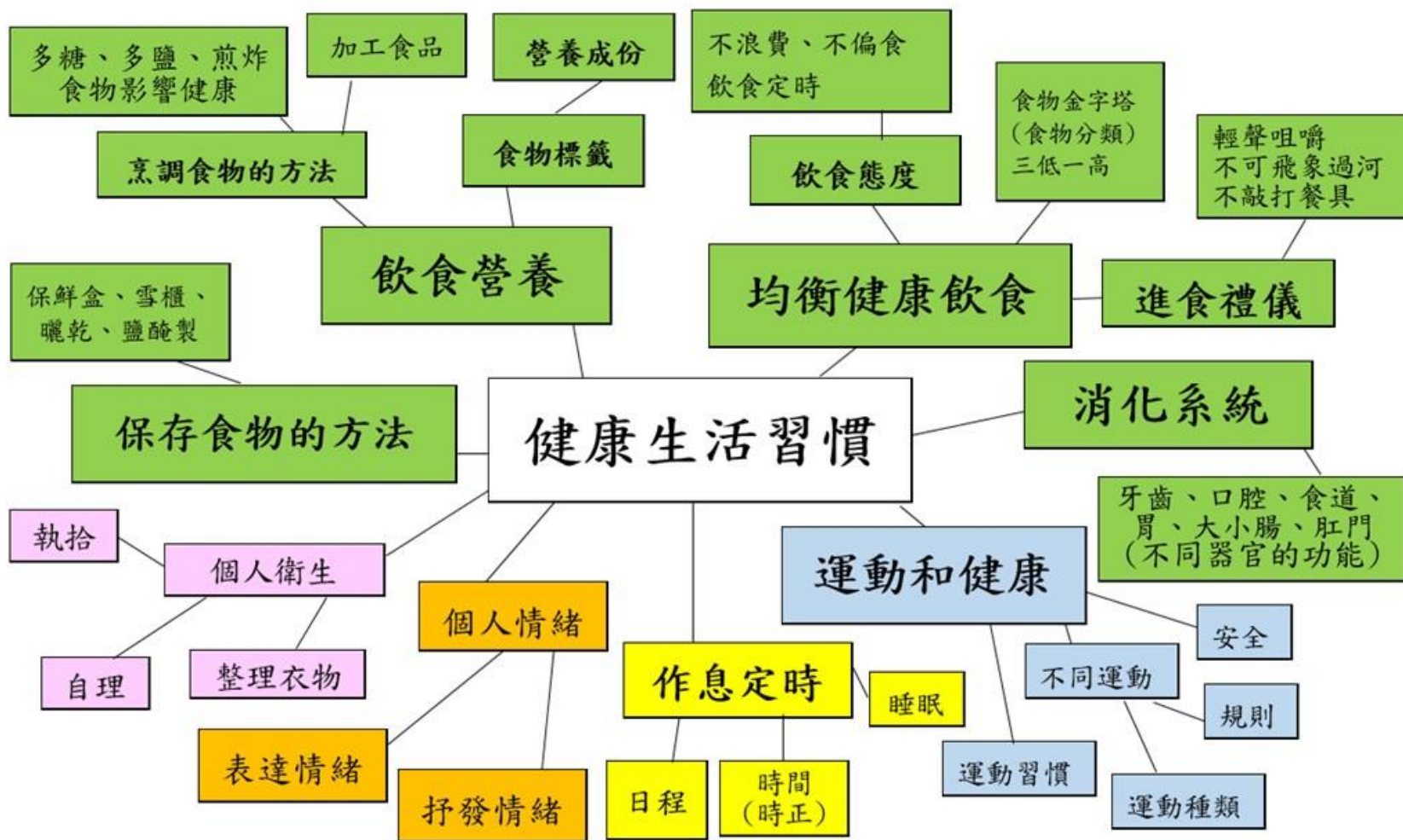
LOVE



# 教學設計

## 主題: 健康生活習慣(6週)

2022-2023 年度 (K. 3)



- 使用主題書《起飛吧！得得》引入
- 根據幼兒需要訂立分題：  
識飲惜食、Be Tidy、情緒小主人、  
運動至叻星、健康生活Go Go Goal



主題：健康生活习惯 級別：K3  
 施教日期：6/2/2023 - 17/3/2023 (29日)  
 幼兒需要：運動、作息、整潔

- 知識
- 認識健康生活方式 (飲食、運動、作息、情緒、個人衛生 + 整潔 時間分配)
  - 認識健康生活的重要性
  - 認識健康飲食習慣 (均衡飲食 + 吃蔬果 偏食對身體的影響、定時定量 量食用日期 烹調方法、認識加工食物、餐桌禮儀、衛生)
  - 認識運動項目 (服飾、裝備、過慮安全 事項)
  - 認識健康作息及時間分配
  - 認識表達及抒發情緒的方法
  - 認識個人衛生習慣 (自理、按需要穿脫 外套、整理衣物 - 原因、戴口罩、執枱)



- 技能
- 自理 (選擇合適餐具) · 匯報及表達
  - 自我規範 ~~持筆~~ · 計劃的能力
  - 分類 ~~觀察~~ (比較)
  - 觀察
  - 記錄
  - 設計
- 態度
- 願意實踐健康生活方式
  - 享受運動的樂趣
  - 願意注意運動的安全和規則

# 識飲惜食

- 認識健康飲食習慣（均衡飲食、多吃蔬果、偏食對身體的影響、定時定量、留意食用日期、烹調方法、認識加工食物、餐桌禮儀、衛生）(知識)
- 能選擇合適的餐具(技能)
- 能分辨過期食物(技能)
- 培養珍惜食物的態度(態度)
- 願意實踐健康飲食習慣(態度)



# Be Tidy

- 能按需要穿脫外套、整理衣物、戴口罩及執拾(技能)
- 樂意保持個人衛生(態度)



# 情緒小主人

- 認識表達及抒發情緒的方法(知識)
- 能透過觀察記錄數據(技能)
- 能以合宜的方式表達情緒(態度)



# 運動至叻星

- 認識不同的運動項目（服飾、裝備、注意安全事項）(知識)
- 設計不同的運動遊戲(技能)
- 能自信地匯報及表達自己的想法(技能)
- 能享受運動的樂趣(態度)
- 願意注意運動的安全和規則(態度)





# 健康生活Go Go Goal

- 認識健康生活方式（飲食、運動、作息、情緒、個人衛生及整潔、時間分配）(知識)
- 認識健康生活的重要性(知識)
- 能計劃合適的作息時間表(技能)
- 願意實踐健康生活方式(態度)
- 願意持續應用健康生活日誌(態度)
- 培養珍惜時間的態度(態度)



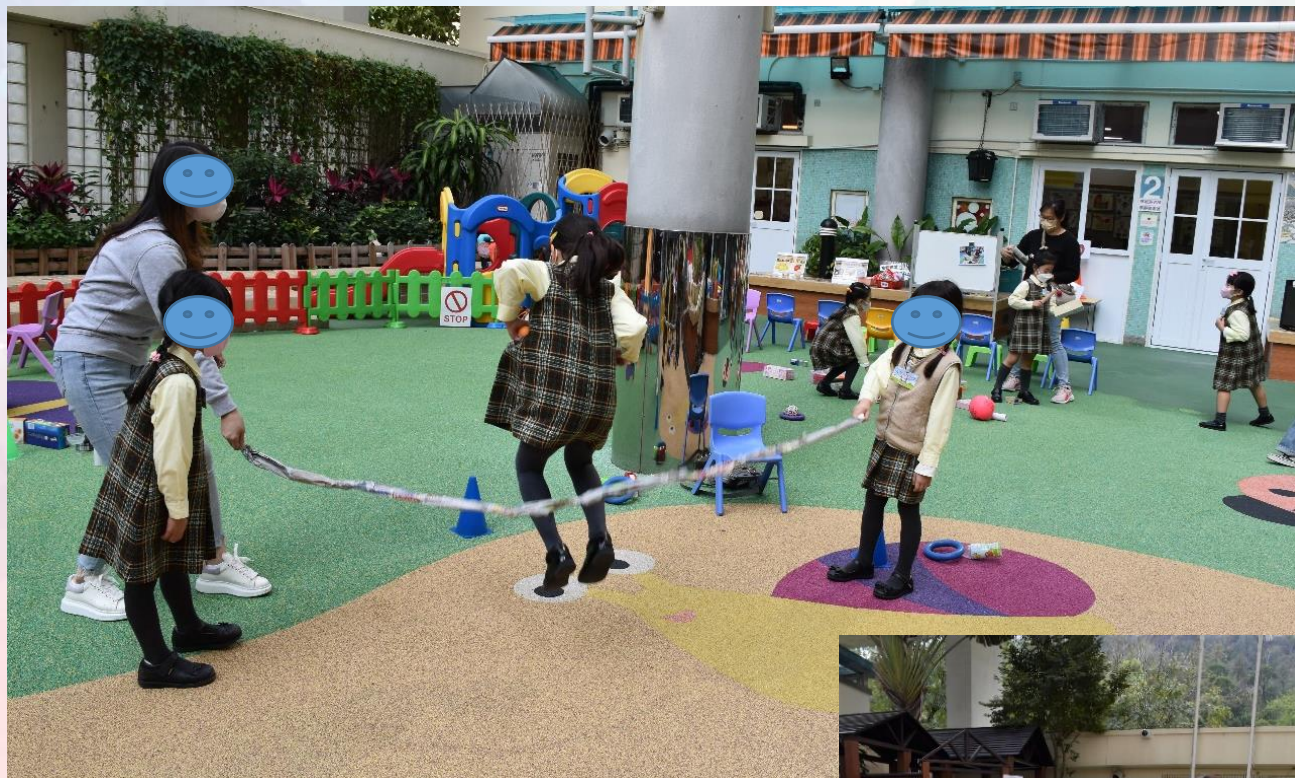
# 活動分享

- 活動名稱：餐桌禮儀
- 學習目標：
  - 認識進食的禮儀
  - 認識不同的餐具
  - 能有禮貌地進食
  - 能使用筷子夾東西
  - 培養餐桌的禮儀
- 「正向投入」處於心流狀態，帶來滿足感
- 「正向成就」成長性思維面對挑戰能堅持並跨越




# 活動分享

- 活動名稱：嘗試新運動
- 學習目標：
  - 認識不同的運動用品
  - 知道各種運動有規則要遵守
  - 能用文字或圖畫設計遊戲
  - 能利用不同物料創作運動遊戲
  - 能安全地做運動
  - 能享受與朋友合作做運動
- 「正向投入」處於心流狀態，提升適當的挑戰
- 「正向成就」在學習過程中努力，面對失敗視為學習機會



# 活動分享

- 活動名稱：作息時間表
- 學習目標：
  - 知道作息定時對健康的重要
  - 能檢視自己的作息時間是否合適
  - 懂得安排自己的作息
- 「正向身心」學習自律，由能力範圍開始持續提升目標

基督教宣道會茵怡幼稚園  
主題：健康生活習慣  
單元工作紙(3)  
姓名：  日期：三月十日  
請把你一週的作息時間以文字或圖畫記錄下來，完成後帶回校分享介紹。

星期	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
上午 8時前					
上午 9時-10時					
上午 10時-11時					
上午 11時-12時					
中午 12時-1時					
下午 1時-2時					
下午 2時-3時					
下午 3時-4時					
下午 4時-5時					
下午 5時-6時					
傍晚 6時-7時					
晚上 7時-8時					
晚上 8時後					



基督教宣道會茵怡幼稚園  
主題：健康生活習慣  
單元工作紙(3)  
姓名：  日期：三月十日  
請把你一週的作息時間以文字或圖畫記錄下來，完成後帶回校分享介紹。

星期	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
上午 8時前					
上午 9時-10時					
上午 10時-11時					
上午 11時-12時					
中午 12時-1時					
下午 1時-2時					
下午 2時-3時					
下午 3時-4時					
下午 4時-5時					
下午 5時-6時					
傍晚 6時-7時					
晚上 7時-8時					
晚上 8時後	51 talk	51 talk	51 talk	51 talk	51 talk



# 行動計劃

- 培養「正向情緒」
- 透過敬師活動建立幼兒感恩習慣
- 培養感恩的態度，細心觀察，
- 感受身邊美好的事情



# 成效檢討及反思

師生在活動中建立「正向情緒」

將美好的人和事「延長和擴大」

營造感恩校園氣氛

培養幼兒的成長性思維

成功達致  
Doing Good  
及 Feeling  
Good兩者平衡的目標

Good!

