



**The Hong Kong Sze Yap Commercial and Industrial
Association San Wui Commercial Society School**

健康活動總覽

香港四邑商工總會新會商會學校

健康校園政策：願景

本校致力營造一個身心靈平衡且充滿關愛的健康校園，培育學生具備良好健康習慣、卓越抗逆力與正確價值觀，讓每位學生皆能在安全的環境中自信成長，積極面對未來的機遇與挑戰，邁向豐富而有意義的健康人生。

健康校園政策：使命

1. 建構全方位健康環境：透過校本健康政策與跨組別協作，提供營養均衡、安全充沛的校園學習與生活空間。
2. 深化正向及健康教育：將精神健康、體適能訓練與生活技能融入課程與活動，幫助學生建立健康的生活型態與終身受用的抗逆力。
3. 強化家校及社區共育：推動家長健康教育，結合社區與專家資源，建構堅固的學生安全防護與支援網絡。
4. 培育自律與抗誘能力：引導學生正視成長挑戰，建立資訊素養與辨別能力，遠離各類不良誘惑。

目錄

	內容	頁數
1.	本校的健康校園系統	2
2.	校情分析	3
3.	健康校園活動	4-5

1. 本校的健康校園系統

組別	主要工作	主要負責老師
學校發展組	- 訂定本校的健康校園長遠政策 - 編排每學年的健康校園活動 - 聯絡校外不同的社會機構，為學生提供不同健康校園活動 - 推動學校所有員工認識及支持健康校園政策 - 檢視及落實健康校園政策	李嘉榮副校長、 毛燕美主任
德、訓、輔組	- 編排與禁毒有關的活動、週會及講座 - 提升學生的抗逆能力 - 營造健康校園的環境 - 辨識可能需要幫助的學生和建立相關轉介機制	毛燕美主任、周正康主任、陳玉娣老師、黃慧盈老師、周潤康老師、梁靜雯老師、洪詠欣姑娘
課程發展組	- 設計及編排與健康生活有關的活動 - 統籌相關科組進行與健康生活有關的活動或課程 - 發展學生的健康生活習慣	傅振邦主任
圖書組	- 宣傳與健康生活有關的圖書	傅振邦主任
總務組	- 確保校內與健康生活有關的設施能安全運作	羅鈞瑋主任
資訊科技組	- 定期更新學校網頁，確保健康生活有關資訊能夠發佈	陳啟彥主任
午膳組	- 為學生提供營養午膳	吳仕泉老師
家教會	- 定時為教師及學生加油、打氣及送上祝福 - 為家長舉辦家長教育活動	李嘉榮副校長
教師福利組	- 為教師舉行與健康生活有關的活動	梁靜雯老師

2. 校情分析

現況分析	內容
強項	- 學校沒有設置小食部，能從源頭避免學童在學校購買不健康的小食 - 嚴格落實午膳招標制度，將「小學午膳營養指引」納入招標要求，保障學生日常飲食營養 - 跨組別（發展、德訓輔、課程、午膳等）運作順暢，定期舉辦精神健康、抗逆力、禁毒及陸運會等全方位活動 - 設有「寫寫畫畫心情簿」、師生交流時段及專業個案輔導機制，能及時識別並支援有需要的學生
弱項	- 部分家長對營養學及兒童心理健康缺乏充分認識，導致家庭的健康飲食與作息習慣未能有效配合學校政策
機會	- 教育局及相關政府部門不定期增撥不同資源予學校，有利擴充校本活動 - 社會上有豐富的 NGO 資源、醫療與專業機構，可引進外援舉辦家長工作坊、學生工作坊及專業諮詢
危機	- 社會環境及網絡世界存在不當資訊、新興電子煙或不良次文化，增加學生誤入歧途的風險 - 學生易沉迷於網絡遊戲、社交媒體及短影音，影響作息、視力及社交健康

3. 健康校園活動

目標：

- 1) 幫助學生達致生理上、心理上及社交上的良好狀態
- 2) 幫助學生發展健康的生活習慣、正確的人生觀與價值觀、生活技能及抗拒誘惑的技巧

活動目的	組別	活動內容	負責老師	預計日期
營造健康的校園環境	訓育組	防火演習	毛燕美主任	上、下學期各一次
	德公組	訂定週會主題及安排高低年級進行週會	陳玉娣老師	全年
	輔導組	小特工獎勵計劃	周潤康老師	全年
		成長的天空計劃	梁靜雯老師	全年
		精神健康資訊分享	洪詠欣姑娘	全年
		舉辦精神健康日及活動		全年
	家教會	敬師活動：贈送水果予老師	李嘉榮副校長	下學期

活動目的	組別	活動內容	負責老師	預計日期
辨識需要幫助的學生和建立相關轉介機制	輔導組	進行個案輔導服務	洪詠欣姑娘	全年
	德公組	進行成長課	陳玉娣老師	全年
		進行「寫寫畫畫心情簿」，加強學生精神健康	班主任	全年
		設師生交流時段		全年
發展學生的健康生活習慣	課程發展組	在周一活動課中，舉辦生活技能課，讓一年級學生學習不同的生活技能	周正康主任	全年
		舉行陸運會	吳仕泉老師	上學期
		舉行「四邑健康月」活動	傅振邦主任	下學期
		水果及運動週	吳仕泉老師	下學期
	午膳組	為學生提供營養午膳	吳仕泉老師	全年
	圖書組	四邑閱讀週，培養學生閱讀習慣	傅振邦主任	下學期
	訓育組	執行準時上學的標準，培養學生依時上學的良好習慣	毛燕美主任	全年