

# 天主教聖安德肋小學

## 健康校園政策

### 目標

幫助學生發展健康的生活習慣、正面的人生觀、生活技能，達致生理上、心理上及社交上的良好狀態，營造一個健康的校園環境。

#### (a) 健康校園政策專責小組-

負責制訂健康校園相關政策，統籌一切有關推行《健康校園政策》事宜。

成員包括：

統籌：活動主任

組員：訓導主任、輔導主任、總務主任、德育及公民組組長、宗教科主席、常識科主席。  
膳食組老師。

#### (b) 政策:

學童保健:

1. 建立學生健康記錄檔案：每年的身高、體重、體適能資料，亦了解自己的成長發展。
2. 參與各項健康服務檢查：牙保、體檢、防疫注射等。
3. 教導學生保持個人儀容整潔、樸素。
4. 關注書包重量。

#### 健康的校園環境

1. 每天為學生清潔課室、走廊、樓梯等易於傳播細菌的地方。
2. 學校每年發出通告，了解學生的身體狀況，以說明他們適宜參與何種程度的體能活動。
3. 學生需要每天回校前量體溫，並填寫於手冊體溫記錄表內，回校後由領袖生噴潔手液。
4. 學生於長假後需要填寫有關外遊申報紀錄表。
5. 張貼健康宣傳海報。
6. 明確制定急救指引。
7. 小息設立不同的活動區，例如：單車區、計步區、跳繩區、乒乓球區及藤圈區等。讓學生能多做活動。
8. 班房內張貼 24 個品格強項的名人、護脊操動作示範、天主教核心價值等海報，以營造一個健康的課室環境。

#### 環保教育

1. 「惜水學堂」--本校推動環保工作及珍惜地球資源不遺餘力，連續三年榮獲水務署頒發「惜水學堂」西貢區金獎、傑出領袖獎、傑出策劃教師大獎及用水智叻星獎。本年度更榮獲由水務署所頒發的「特級榮譽模範學校」獎。
2. 賽馬會校園低碳「睇現」計劃--為讓同學們實踐環保生活，本校在校內實行慳電好行為比賽，並鼓勵同學在家中參與衣、食、住、行大挑戰比賽，以減低個人碳排放，養大網上「低碳吉祥物」，建立低碳的生活模式。
3. 一班一花 有機水耕---每班同學輪流照顧水耕植物，以培養同學愛護珍惜生命的態度，明白食物得來不易。
4. 回收膠水瓶大行動 以環保機械人宣傳，到各樓層回收膠水瓶，推廣回收膠水瓶的知識及文化。
5. 綠色學校大獎。

## 校風培育

1. 透過宗教教育，讓學生認識天主教信仰，發揚基督愛主愛人的精神。在一至六年級的宗教課裏，開展了天主教社會倫理課程，讓學生認反思及內省如公義及人權的議題。亦舉辦不同的宗教活動，讓學生從活動中明白天主賜予的恩寵。
2. 本校重視建立正面文化，訓輔組在校內推行「班規 4+2 計劃」、「每周之星」、「班有班目標」、「以你為榮」、「一日一讚賞」及「一日一讚廣播站」等全校性活動，以培養學生自律精神和責任感，並學會欣賞自己及他人。亦舉行多個學生預防性輔導活動如和諧禮貌週、好人好事活動、理財週等，以強化學生仁愛和節制的品格。
3. 舉辦不同類型的專題講座，如：資訊科技素養、情緒管理、正向教育等，培養學生正確的價值觀；成長課除了推行個人成長教育外，亦安排級本聯課活動，讓學生掌握與人合作和溝通的技巧，培養團隊精神。推行「正向教育小冊子」，共同培養學生正向的性格。
4. 學生支援組訂定校本支援政策，透過校本教育心理服務、言語治療服務、「小老師計劃」、由駐校社工與香港明愛社工共同籌劃之「小學成長的天空計劃」、與社區資源合辦「區本課後學習及支援計劃」、運用「校本課後學習及支援計劃津貼」舉辦不同的活動等，以擴闊學生的生活經驗，照顧學生不同的學習需要，並提升學生的抗逆能力。
5. 在全方位學生輔導服務方面，學校積極推廣關愛和諧的校園生活，獲嘉許為 2018 年度關愛校園及和諧校園銅獎。在家長教育方面，本組以正向管教、情緒、學生成長教育為題材舉行多個家長講座、小組和親子活動，提升家長教養孩子的技巧，協助孩子成長。

## 發展學生的健康生活習慣

1. 透過健康小冊子，讓學生檢示個人健康生活指標
2. 全校參與體適能活動，以考金、銀、銅獎。
3. 三至六年級參與 Sport Act 考核。
4. 護脊校園計劃-本校多年來積極參與兒童脊科基金舉辦之「全港挺直-護脊校園計劃」，並積極於校內及社區推動兒童脊骨健康。本校專責脊醫為溫文灝脊科醫學博士。本年度溫醫生來校主持講座，並為學生進行脊骨檢查。

## 健康飲食

1. 為學生提供健康、環保的午膳，建立健康衛生的飲食環境。建立學生良好的飲食習慣。
2. 制定「學校健康飲食政策」小組。
3. 參與健康飲食在校園「至營認證」。
4. 製定用膳時注意事項。

## 參與的校外健康教育計劃

1. 理工大學健康與生活課程--本校與理工大學合作為二年級同學舉辦的「健康與生活」課程。學生透過課堂對自己的生活習慣有更深入的了解，並作出相應改善。此課程包括更包括了水耕種植活動，效果理想。
2. 陽光笑容滿校園計劃-學童的口腔衛生亦不容忽視，本校參加了由衛生署口腔健康教育組所舉辦的「陽光笑容滿校園」行動，讓小一至小三學生對牙齒的健康情況作自我檢視，培養早晚刷牙的習慣。
3. 參與衛生署的「健康促進學校」，藉以檢示學校在六大發展領域的發展。包括：健康學校政策、學校環境、校風與人際關係、家校與社區聯繫、健康生活技能與實踐和學校保健與健康促進服務。

4. 參與中大 Gosmart.net 拍攝健康宣傳短片，向全校宣傳健康訊息。

#### 全校校本體育健康活動

1. 舉行全校迷你馬拉松。
2. 全校一分鐘跳繩比賽。
3. 小一至小三游泳體驗課。
4. 一年一度班際體育遊戲比賽。