

# 翹首新天

絢麗的夕陽沒入山間，夜靜。我們翹首以待，為那朝陽，為新一天抹上新色。

# 溝通、調解及投訴處理的原理

## 愛與尊重在呂中

林鳳薇主任

# 很

喜歡聽音樂，特別是管弦樂團的演奏，除了欣賞喜歡的音樂外，更為讚嘆的是樂團由不同樂器和音樂家組成，每位音樂家及樂器都有自己獨特的角色和聲音。然而，只有通過協調和合作，他們才能創造出美麗和諧的音樂。

人與人之間的相處亦相若，各人有著不同的性格、經歷，對事物有不同的觀點，對生活有不同的需要，若不願意學習尊重，衝突就會發生。今學年內難得有進修的機會，讓我重新學習如何處理學校內不同持分者的衝突，更能學習一個新的、損耗性比較低的方法——調解。一直以來自問語言技巧不錯，要協助別人處理衝突應該是手到拿來的事，但經過這五星期的課堂後，讓我學到更多處理衝突及調解的技巧，實在獲益良多。

有關對學校的投訴，大多數學校都不願收到，但既然衝突是無可避免的，何不用正面的態度去面對？其實衝突可引發多角度思考的機會，同時亦讓我們反思學校有何改進的地方，以切合學生的學習需要。面對衝突，雙方都少不免有情緒，課

程中朱啟榮校長提及處理衝突中一個重要的要素：「先處理心情，後處理事情」，這亦與教導調解部份梁淑瑜女士的教導吻合。有時投訴者表面上在爭取，甚或有時被視為無理的爭取，但這往往只是冰山表面，其實內裡更深層的是想對方關注自己的感受、理解自己的觀點與角度、滿足深層的期望。調解其中一個很重要的元素就是尋求雙方的共同點 (common ground)，若是家長的訴求，多是關注子女的學習及成長情況，相信學校同樣關注。

調解的其中一個技巧是「視框重整」，這技巧則重於在不改變事實的情況下，讓當事人意識及關注到事件中積極正面的意義，例如有家長投訴：「我個仔唔聽我話！」，調解員可幫忙轉換角度為「你個仔想自己作決定」。我覺得這個技巧有一點難掌握，因為作為在認識該同學的情況下，自己都會對他主觀的看法，都可能會覺得他「唔聽話」。在這我學懂兩件事，第一：作為調解員要排除自己心中的一些對事情及事主的主觀看法，才能持平地進行調解，第二：用正面的視覺去看人及事，事情真的會比較容易解決。

運用調解去解決衝突的好處是調解作為一套解決爭議的機制，調解員會見雙方，並透過協助及引導方式促使雙方達成一個彼此都接受的解決方案，而調解過程中調解員並不會對爭議事件進行裁決。所以調解的重要方向是取得共識，為雙方未來的相

處模式作出協調。我覺得這一套十分適合學校不同持份者，不論是學生與學生、學生與老師、學生與家長的相處，都可透過這方式處理矛盾衝突，更能促進彼此了解，珍視良好關係。

在呂中，我們以基督化全人教育教導學生，雖然面對各人之間的差異，亦能有愛有尊重，可能我們未能學懂全套調解技巧，但運用同理心去聆聽及溝通，都能讓人感受到被愛被尊重。正如成功的樂團一樣，雖然大家各有差異，但只要互相協調，就能奏出美妙的樂章。

小記：是次進修的意外收穫是認識一班教育同工，他們都是認真教學，為學校、學生盡心盡力，當然更要多謝各位導師，從他們身上學到很多，真是獲益良多！



欣賞各小組匯報成員的認真及努力



多謝朱啟榮校長的教導及分享

# 溝通、調解及投訴處理的原理 與老師實務

## 創造和諧 迎來風景

徐雁冰老師

# 有

說「手足相處，是孩子最早的調解實習課。」

記得幼時，祖母買來了一包餅乾讓我和弟弟分著吃；那時物質匱乏，我們宛如看到世上最珍貴的寶石似的，都樂開花了！我和弟弟立時把餅乾平分，怎料餅乾卻是單數，看着那最後的一塊，我們誰也不讓誰，總覺得誰多拿了一塊就是不公平。就在我倆爭持不下、各不相讓之際，祖母斬釘截鐵的跟我們說：「若你們再爭的話，就兩個都不要食了。」我和弟弟面面相覷，心想不能因眼前小利而弄得魚死網破、兩敗俱傷。祖母自然不懂什麼調解技巧，她可能只是想威嚇我們，但她就在不自知間用了調解中的「發掘共通點」(common ground)，堅持中立標準，沒有偏幫那一方；她讓我和弟弟了解到「彼此間的互相依存關係」和「識別持續衝突的後果」，最後，幼小的我們便明白不要為一棵樹而失去一個森林的道理，亦不想化樂為悲，自是化干戈為玉帛，一同放棄最後一塊的利益，主動把它送到祖母的口中。從這件事不難發現，調解就是一種將各持己見、立場為本的談判，轉化為以共同利

益為本的談判方式。

除了「發掘共同點」之外，提問「為什麼」(chink up) 和「積極聆聽」(active listening) 亦非常重要。當人生活太忙碌，心便沒有空間，只想盡快把問題解決，誰知處理方法未能針對問題核心。就以一個廣為人知的故事為例，有一天，兩姊妹在爭奪家中唯一的橙；媽媽看見了，便從廚房拿出生果刀把橙切開，說是各得一半。可是兩姊妹異口同聲說這個橙非得全部不可，只得一半並不足夠。原來姐姐需要橙皮來做視藝功課，半個橙的橙皮不夠用；而妹妹需要橙肉來榨汁，然後加入麵粉漿焗成蛋糕，半個橙也不足用。只要媽媽願意停下來，專注在事情上，善用提問「為什麼」發掘雙方真正需要，便可把橙皮留給姐姐，把橙汁留給妹妹，事件便能和平解決。調解者很需要多問「為什麼」，並「積極聆聽」，不但用耳更要用心，帶着同理心、專注、尊重的態度，理解對方的情緒，體諒對方情緒背後的原因，辨識情緒背後的想法和需要，無需先人為主判斷事情。

香港人工作繁忙，總想盡快處理眼前事務，加上自身的經歷和體驗，心中很容易預設了一把尺；所以學習調解，於我而言，饒有意義，面對生活中的種種衝突，不僅需要愛與關懷，有時更需要一些策略性的對話及調解方法，其中一些深層次的溝通與理解更是不可或缺。今個學年，我很高興

能修讀一個有關調解的課程；在課程中，老師有系統的教導不同的調解技巧和概念，除上述的技巧外，還有「換框」(reframing) 的方法，將負面化為中性，把話說好，提升討論層次，說好「我的訊息」(message)。此外，老師更傳授了一些個人內功心法：「幽默化解戾氣」及「Don't take it personally」等。調解理論加上老師的心法加持，可謂相得益彰；但願我能化知識為實踐，為我的生活和教學工作帶來美麗的風景。

最後，跟大家推薦一本有關親子調解的書籍：《好好聆聽，好好說話》，當中介紹了調解的各種技巧，並且輔以實戰示例，作者鼓勵各家長做自己的親子調解員，發掘孩子真正需要，讓親子衝突不再可怕！



梁淑瑜小姐的課堂，專業生動，不亦樂乎！



與老師同學暢聚，交流各校心得

# 武漢學習之旅

蘇靖彤老師

## 去

年六月，教育局為一眾新人職老師安排了到訪武漢的交流團，我亦參與在其中。這四日三夜的行程擴闊了我的視野，也加深了我對國內生活和教育發展的認識。與此同時，這趟旅程亦提供了寶貴的機會，讓來自不同學校、背景的老師們能夠互相交流學習。在此，我想就二個方面跟大家分享這旅程的一些收穫與體會。

我們抵達目的地後，參加了一系列講座，也參觀了許多地方。其中最讓我印象深刻的是國家數位化學習工程技術研究中心。該中心讓我們切身感受到內地教育如何應用嶄新科技。近年來，內地社會在科技應用上出現了很大的變化。這幾天的交流團中，我們除了深深體會到沒有電子支付便無法消費外，更見到教育機關與時俱進。上述研究中心透過數據應用的進步，以人工智能收集及分析數據，使教學效能可以被量化，以作改善。舉例來說，有些大學教室設有科技設施，能夠收集學生上課表現的數據，例如誰在看教材、誰在看黑板等等，以評估學生的上課表現。另一邊廂，除了觀察學生，人工智能亦能就老師的教學模式、課堂氛圍、師生親密度，甚至細緻到老師的話語結構作出分析。我們聽到此部分的講解時，都十分驚喜。

其後，我們到訪了華中師範大學附屬中學（華師附中），聆聽高校長對教育理念、課程編排、學

生輔導等多個範疇的分享。他分享到華師附中非常重視學生的體育發展。與其他香港老師一樣，我們以為這所學校會聚焦於學生學業上的成就。因為一直以來，我對於內地學生的印象就是勤奮用功、專注學業，沒想到他們原來也這麼重視體育發展。華師附中強調「體育第一，學習第二」。校長提到體育不但能鍛鍊學生的身體，更能給予他們機會學習與人相處、承受失敗、戰勝困難等技巧。對比他們，香港學校普遍倚重學業成績，華師附中的理念顯然有所不同。這令我們反思香港學校是否可提高對體育教育和學生身心健康的關注，培養學生建立運動的習慣，並藉此引導他們的成長。



第二，值得一提的是，交流團安排了我們參觀當地著名的湖北省博物館。在那裡，我們有機會欣賞珍貴的文物。最讓我難忘的是越王勾踐的寶劍和曾侯乙編鐘。過去我只在歷史教科書上看到它們的圖片，今次能親眼目睹它們的真貌，讓我雀躍不已。除了參觀博物館，我們一眾老師在整個交流團中有很多機會增進感情。我們都喜歡品嚐當地的特色美食。記得有一晚，我們還即席乘坐遊船遊覽壯麗的長江。坐在船上，我們一邊欣賞美麗風光，一邊暢談教學路上的收穫與挑戰，十分寫意。

總括而言，這次交流團是一次難得的經歷。實地考察的經歷不僅開拓了我的視野，更讓我深入了解中國的歷史文化。這次參訪也讓我領略到當代科技創新對教育界的應用。此外，我更珍惜的是能與同行的老師彼此切磋教學心得。大家樂於分享、互相勉勵，令我受益匪淺。假若同事將來有機會參與此類交流活動，相信你們也會獲益良多。



# 健康校園的啟示： 從文獻到實踐

溫家傑校長

## 今

年我們邁進了一個新的學校發展周期，其中一個主要關注事項是「健康校園」。我們在這篇文章從學理層面探討什麼是健康校園，以及它需要具備哪些條件。接著，我們會介紹今年學校發展的實施策略，並進行整理和歸納。最後，我們將為未來的發展奠定方向和修正更新階段性策略。

### 健康校園

健康校園是指一個能促進學生、教職員及學校各持份者身心健康的環境。這樣的校園環境不僅包括提供健康飲食選擇和適當的體育設施，還包括支持心理健康、減少壓力的策略以及提供安全的學習和工作空間。健康校園計劃通常著重於增進整體福祉，並鼓勵健康的生活方式，從而創造一個支持性和包容性的學習環境。

健康校園的概念涵蓋了身體健康、心理健康、社交健康和環境健康的各個方面。以下是一些推動健康校園計劃的關鍵元素：（一）身體健康：提供均衡營養的食物選項、完善的運動設施，並鼓勵學生參與各種體育活動。學校也提供健康檢查和疫苗接種服務。（二）心理健康：建立支持性的環境，以識別和處理學生的心理健康問題，包括提供心理諮詢服務、舉辦壓力管理工作坊和增進情緒調節技巧。（三）社交健康：促進包容和尊重多樣性的



校園文化，包括防止欺凌的策略、增強社群連結和鼓勵學生參與社會服務。（四）環境健康：確保校園環境安全和潔淨，推動可持續發展的實踐，如綠化、減少廢物、使用環保材料和節能措施。（五）健康教育和促進：通過課程和活動，教育學生健康生活的重要性，包括營養教育、性健康教育和公共衛生意識。

透過這些措施，健康校園計劃旨在創造一個全面支持學生學習和成長的環境，使他們能在學業和個人發展上取得最佳成效。

### 香港衛生署全校園健康計劃

「全校園健康計劃」是根據世界衛生組織（世衛）及聯合國教育、科學及文化組織（聯合國教科文）所倡議的《健康促進學校框架》為藍本，於香

136

港本地中學及小學推行的健康校園計劃。這個計劃期望透過學校各成員的通力合作，令校園成為一個有益於生活、學習及工作的健康環境。「健康促進學校」的特色包括：（一）實踐健康的生活模式，降低患上非傳染病的風險。（二）學生及老師具有高抗逆力；和（三）教育成效得以提升。

「健康促進學校」在精神健康、社交健康、健康飲食和體能活動這四個核心範疇中，進行六大領域的發展，包括：

- ① 健康學校政策
- ② 學校環境
- ③ 校風與人際關係
- ④ 家校與社區聯繫
- ⑤ 健康生活技能與實踐
- ⑥ 學校保健與健康促進服務

### 從文獻中尋找關於健康校園的啟示

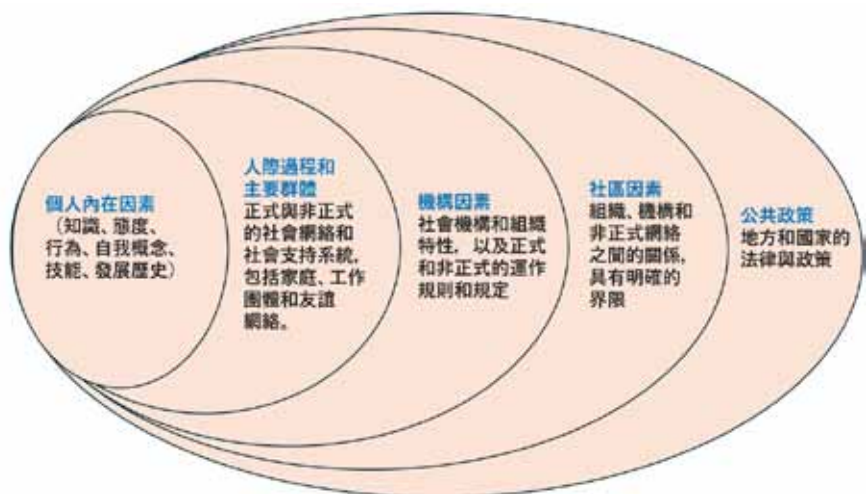
健康校園的概念涵蓋了學生、教職員和社區整體的身心健康。以下是從現有文獻中提取的一些關鍵啟示，以及如何將這些理論應用於具體的校園規劃和策略中。

核心概念包括

（一）健康素養是 Nutbeam (1996) 和美國「健康人士 2030」計劃等健康校園所強調，是促進健康的關鍵。健康素養指的是能夠找到、理解和使用健康資訊與服務。具備健康素養可以幫助我們做出明智的決策並採取行動來改善自身健康。

（二）生態模型：Kaplan (1999) 提出的模型強調，

健康受到個人、社交、社區和政策等多層面因素的影響。見下圖：



圖：生態模型

(三) 實體環境的影響：Caitlin DeClercq (2016年) 在她的文章《邁向健康校園：基於證據的規劃和設計方法》(“Toward the Healthy Campus: Methods for Evidence-Based Planning and Design”) 中提出，校園設計(當中包括綠化、安全設計等)應提升學術表現和促進個人健康，並培

育學生和教職員工的歸屬感，促進整個團隊的終身學習。

創建促進健康的環境可以在以下五個維度中進行設計：

- 疾病傳播的「媒介」：例如，通過設施選擇和衛生管理以減少這些風險。
- 「壓力源」：例如，噪音或其他不良環境條件的控制，增加綠化、開揚空間的環境設置，減少導致孤立感的设计。
- 安全或危險的「來源」：實際和感知的安全以及每一種對健康的影響 (Nasar 和 Jones 1997) 包括：校園欺凌、性騷擾或歧視等。
- 健康行為的「促進者」：如通過社區資源或社會規範來促進健康行為 (DeClercq 和 Cranz, 2014年) ；



- 健康資源的「提供者」：例如，制訂政策為學生提供心理健康護理 (Sokolis 1992年，第12-14頁)，通過組織健康和健康素養相關的研討會和活動。

健康校園規劃的建議：綠化優先政策、聯繫感的促進、安全為先的设计、增加參與機會的組織、促進體育的活動和有利於姿勢變化之设计。

## 健康校園在呂中

在 2023 至 2024 學年的學校發展計畫中，主要的焦點是建立一個更健康的校園環境。這一策略旨在全面提升學生的身體、心理、社交和靈性健康。具體的實施措施包括：

- ① 在學科課程中融入健康素養教育和社交情意學習。
  - ② 強化正向教育和成長思維的培養。
  - ③ 增加校園的綠化和休閒空間。
  - ④ 常規化高中生的職業導師計劃。
- 此外，為了確定未來的發展方向，我們將依據以下各點進行計劃與評估：

- ① 擴大參與和受惠對象，涵蓋學生、教職員、家長及社區夥伴。
  - ② 注重個人與環境（包括社交和物理環境）的因素和互動；健康素養教育和社交情意學習等個人能力的提升與合適的環境設計雙配合！
  - ③ 參考衛生署的全校園健康計劃中的四個核心範疇和六大發展領域和其評鑑表，加強和評估學校政策的實施、環境健康的推廣、社區連結以及學校的保健與健康促進服務。
  - ④ 積極考慮從學校政策層面推動健康校園，例如：零欺凌政策、防止性騷擾政策等等。
  - ⑤ 以五個維度創建促進健康的環境。
- 透過更新以上策略，我們期望有效地建立一個促進學生全面發展的健康校園環境。



## 參考文獻

- Caitlin DeClercq (2016). Toward the Healthy Campus Methods for Evidence-Based Planning and Design. Planning for Higher Education Journal | V44N3 April-June 2016.
- Healthy People 2030: <https://health.gov/healthypeople>
- Kaplan, G. A. 1999. What Is the Role of the Social Environment in Understanding Inequalities in Health? Annals of New York Academy of Sciences 896: 116-19.
- Nutbeam, D. 1998. Health Promotion Glossary. Health Promotion International 13 (4): 349-64.



## Supporting students' personal health management through Home Economics

Dr Eva Li

**W**ith an ongoing rise in non-communicable diseases, such as cancer, heart disease and diabetes, it is ever more important for all of us to be better informed about healthy lifestyle choices which support our physical as well as mental well-being. Starting from Form 1, students learn about the 5 pillars supporting our health: nutrition, sleep, physical activity, dealing with our emotions and maintaining healthy relationships with others. The majority of Home Economics lessons content is dedicated to nutrition and how it can be applied to managing our health.

Our eating habits (the types, quality and quantity of different foods that we eat daily) undeniably have a significant impact on our health. Recent scientific studies estimate that our lifespan (as well as health span) can be extended by up to 10 years by optimising our diet alone. A famous proverb often attributed to Confucius says: "I hear and I forget, I see and I remember, I do and I understand." To truly deepen students' understanding of healthy nutrition through doing, every Home Economics lesson has a practical element where students directly practise different elements of various nutritional topics. The main focus of all Home Economics lessons is that nutritional theory is directly linked to practical experience.

Form 1 students learn the basics of healthy nutrition (right ratios between macronutrients and importance of eating enough plant foods which provide essential micronutrients and fibre). Form 2 students go deeper in their understanding of food nutrition by learning about different food commodities (such as meat, seafood, soy, dairy, seeds and nuts, grains, fruits and vegetables) with the recipes highlighting each of the food commodities. This year, elective Home Economics lessons are also opened for Form 3 students. In these lessons, we covered different types of dishes (e.g. soups, vegetable side dishes, noodle/rice-based dishes, protein-based main dishes and desserts) where students could directly apply their previously acquired knowledge and skills while planning some recipes on given topics. Form 3 final cooking lessons were spent planning a balanced 3-course meal and cooking it. It was indeed a very joyful occasion to see how well the students handled this task and it was very satisfying to see the nicely presented dishes. It is a true joy to see the progress the





Form 2 students' creation - decoration from fruits.

students have made. For Form 1 students it is often challenging to handle the ingredients correctly (washing, peeling, chopping), and progress in this area can be seen through the school term. Form 2 students are indeed more skillful but can often struggle with the execution details (timing, team work or cooking techniques), and again much progress is seen throughout the school year. The newly introduced Form 3 lessons enabled the students to hone their skills and consolidate their theoretical as well as practical understanding.

Over the course of the past few generations we have witnessed a shift from eating mostly dishes prepared at home from primary ingredients (such as vegetables, meat and grains) to eating mostly ultra processed foods (UPFs). There is strong and growing scientific evidence that UPFs harm our health as they lack many essential

nutrients, often containing too much added sugar, salt and fat, as well as various additives and preservatives, and interfering with our metabolism. Shockingly, up to 70% of calories from a teenager's diet in the USA might come from UPFs and even though the exact figures from Hong Kong are currently not available, the teenagers in Hong Kong are most likely heading in the same direction. That is why there is a very strong emphasis on using primary fresh unprocessed ingredients in all the Home Economics lessons, so that students can learn how to correctly prepare them and safely cook them. Where possible, we also use fresh herbs, spices and less common healthy ingredients so that students can learn about them through hands-on experience.



Fresh ingredients for Korean Japchae ready for the Form 3 cooking class.



Students cooking at an organic farm in Tai Po

To manage all aspects of our health, it is very important that the right lifestyle choices become an integral part of our daily lives. It is therefore critically important that we expand our learning about health literacy also outside of classrooms. Several Home Economics-related activities were held this year where the focus was not only on nutrition but also on emotional well-being and healthy relationships with the community. A true highlight of these activities was a HE ECA co-organized visit to an organic farm in Lam Tsuen, Tai Po, where students could pick seasonal organic vegetables and cook them.

# Literature Program at BLMCSS

Mr. Iain Melville

## Overview

The study of language, and especially literature – its highest form - is fundamental in learning how to analyze, argue, infer and create meaning through spoken and written texts. In addition to expediting students’ written expressions, reading comprehension and language acquisition, the study of literature also encourages students to develop empathy, affording them a variety of perspectives from which to view the world around them. It is in this way that the study of literature helps to develop student’s critical thinking while providing a basis for textual analysis across all subjects and disciplines.

The great literary scholar Northrup Frye argued that Literature also teaches us to recognize the archetypal patterns that underpin all social constructs and cultural artifacts. In simple terms, the philosophies, values, ideas and stories that emerge from different cultures share the same underlying themes and patterns. The study of Literature is thus a ‘master key’ that opens the door to understanding human nature. In fact, Carl Jung, one of the founding fathers of modern Psychology, took many of his ideas from Shakespeare, who, in turn, had borrowed from the Greeks, Romans, and writers of the Middle Ages. Indeed, there is a genealogy of ideas embedded and codified within Literature that forms the basis studies in the humanities which is why the study of Literature is often considered fundamental alongside subjects such as Mathematics and Science. Socially and cognitively, the importance of Literature cannot be understated.

## Curriculum

The English department at BLMCSS has worked hard over the past two years to develop a comprehensive literature curriculum for Forms 1 and 2 in line with current trends in education as well as the revised 2023 HKEAA English Language Framework.

Our curricula focus on the study of two different genres: poetry and novels, that aim to develop close reading/ textual analysis skills while fostering a love of reading. Given the importance of reading comprehension and its use as a predictor of academic achievement in later forms, we have prioritized reading and textual analysis as essential components of our English Literature program.

Month	Genre	Source material	Content/ Concepts	Skills	Sequence/ Lessons	Assessment	Additional Resources	* Learning Goals	Model Teacher(s)
Sept – Dec.	Poetry (6 lessons)	Poems: 1. Ode to my Socks 2. Bluebottles Extension: Natasha Green	- <b>Atmosphere/ Mood</b> - <b>Form &amp; Structure</b> - <b>Figurative Language</b> - <b>Imagery</b> - <b>Tone</b> - <b>Effect on reader</b> - <b>Literary register (literary collocations)</b>	1. Identifying L1: Poetic devices and annotating a poem 2. Reading 3. Comprehension 4. Identifying effect on reader 5. Applying poetic devices for intended effect 6. Evaluating/ commenting on use of poetic devices 7. Notetaking 8. Reading comprehension and inferring	L1 – Intro to Literature L2 – Ode to my socks (1) - (Comprehension/ Annotation/ Poetic terminology) L3 – Ode to my Socks (2) – Personal Response L4 – Ode to My Socks (3) – Peer editing and feedback (Writer’s Workshop) L5 – Bluebottles (1) – (Comprehension/ Annotation/ Poetic terminology) L6 – Formative Assessment (1) – Student Poems. Written in class under timed conditions. *Students to use “Discussion Placement” during pair/ group work.	Student poem that incorporates various poetic devices.  *Completed in class under timed conditions*  *Review ass. criteria with students*	1. List of Poetic Terms 2. PPT including suggested lesson plan 3. Annotated Poems 4. Student discussion placement *Booklet contains above and additional resources*	2. Reading and Info. Lit. – making inferences and drawing conclusions 3. Generic Skills – note-taking and organization 4. Lang. Skills 5. Knowledge of Key Learning Aims 6. Positive Values – respect (Natalia)	IM
Jan. – May	Novel (7 lessons)	Wonder R. J. Palacio (Selected passages)	- <b>Imagery</b> - <b>Figurative Language</b> - <b>Character Development</b> - <b>Plot</b> - <b>Theme</b> - <b>Effect on reader</b> - <b>Symbols/ motifs</b> - <b>Tension</b> - <b>Suspense</b> - <b>Atmosphere</b>	1. Identifying literary devices (genre) 2. Reading 3. Comprehension 4. Annotation & Analysis 5. Application of literary techniques from 6. Identifying and evaluating stylistic choices 7. Formulating theme-effect claim 8. Identifying and commenting on effect on the reader 9. Notetaking 10. Reading comprehension and inferring	L1 – Characterization L2 – Descriptive Language L3 – Point of View L4 – Descriptive Writing (1) – Dialogue and Speech Tags L5 – Descriptive Writing (2) – Consolidation L6 – Peer Feedback 1 L7 – Peer Feedback 2 L8 – Analysis and Annotation (1) *Ass. Task sheet L9 – Analysis and Annotation (2) L10 – Exam Review (Section A) L11 – Exam Review (Section B)	Descriptive Narrative based on keyLit. Prompt provided.  *Completed outside of class. Thur. L8  *Review ass. criteria with students*	1. Chapter Part notes 2. PPT including sections 3. Lit chart including inferences and character analysis 4. Descriptive Writing Checklist 5. Descriptive Writing Features *Booklet contains above and additional resources*	1. Healthy Lifestyle – Mental Issues and importance of relationships (SkillLit) 2. Reading and Info. Lit. – making inferences and drawing conclusions 3. Generic Skills – note-taking and organization 4. Lang. Skills 5. Knowledge of Key Learning Aims 6. Positive Values – Kindness/ empathy (Wonder)	IM

F.1 Literature Curriculum

Month	Genre	Source material	Concept/Concepts	Skills	Drafts/Activities	Assessment	Additional Resources	Learning Goals	Module/Teacher(s)
Sept. 28 - Dec. 22	Poetry (6 lessons)	1. Mrs. Tilcher's Class 2. Daffodils 3. Extension: The Road Not Taken	-Connotations -Imagery -Figurative Language -Simile -Metaphor -Personification -Hyperbole -Onomatopoeia -Alliteration -Sibilance -Rhyme -Stanzas -Repetition	1. Identifying Lit./Poetic features and annotating a Poem 2. Reading/Comprehension 3. Identifying effect on reader 4. Applying poetic technique to craft a poem	L1 – Intro/ Review to Literature L2 – In Mrs. Tilcher's Class (1) – (Comprehension/ Annotation/ Poetic terminology) L3 – In Mrs. Tilcher's Class (2) – Students write poem) L4 – In Mrs. Tilcher's Class (3) – Peer editing/ feedback – Writer's Workshop L5 – Daffodils (1) – (Comprehension/ Annotation/ Poetic terminology) L6 – Assessment – student poem – written in class under timed conditions. *Students to use "Discussion Placement" during pair/ group work.	Application of poetic devices to craft a poem. *Review task-specific rubric/ assessment criteria with students*	1. List of Poetic Terms 2. Discussion placement 3. Annotated Poem 4. PPT including suggested lesson plan and teaching activities *Booklet contains above and additional resources*	2. Reading and Info. Lit. – making inferences and drawing conclusions 3. Generic Skills – note-taking and organization 4. Lang. Skills 5. Knowledge of Key Learning Areas 6. Positive Values – respect/ kindness (Duffy)	IM
Jan 10 - May 31	Novel (7 lessons)	Stirling (Selected passages)	-Setting -Atmosphere -Direct Indirect characterization -STEAL -Dialogue & Speech Tags -Tension and Suspense -Symbolism and Motifs	1. Identifying Lit. features and annotating a passage 2. Reading/Comprehension 3. Identifying effect on reader 4. Applying literary technique to craft a creative response 5. Identifying and commenting on effect on the reader 6. Formulating feature-effect claims	L1 – Setting and Atmosphere – The Garage L2 – Characterization – STEAL L3 – Tension and Suspense L4 – Symbolism – <b>Omited</b> L5 – Creative Writing (1) – Dialogue L6 – Creative Writing (2) – Checklist L7 – Peer Feedback (1) L8 – Peer Feedback (2) L9 – Annotation (1) "Ass. Due" L10 – Annotation (2) L11 – Exam Review (Section A) L12 – Exam Review (Section B) *Students to use "Discussion Placement" during pair/ group work.	Descriptive narrative based on a situation from the novel. Prompts will be provided. *Written at home, not assessed under timed conditions. *Review task-specific rubric with students*	Descriptive Writing Checklist -Synthesis worksheet -Speech tags list -Annotated passages -Comprehension questions and answers *Booklet contains above and additional resources*	1. Healthy Lifestyle – Mental illness and importance of relationships (Stirling) 2. Reading and Info. Lit. – making inferences and drawing conclusions 3. Generic Skills – note-taking and organization 4. Lang. Skills 5. Knowledge of Key Learning Areas 6. Positive Values – Kindness/ empathy (Stirling)	IM



Student work and assessment criteria

F. 2 Literature Curriculum

Each unit of study is also supported by a set of tailor-made resources and exercises which have been compiled and distributed in the form of a literature booklet.

### Assessment

Throughout the academic year, student learning is assessed both formatively and summatively. Each unit of study is assessed formatively through student's creative writing, and summatively through an end of term examination which incorporates elements of formal analysis and response. Students are also given detailed formative feedback throughout the course of the term to prepare them for their examination. Comprehensive examination feedback is also provided.



All student assessment is criterion-referenced, meaning criteria is used to judge student's performance rather than a norm-referenced model where students are compared and ranked against each other. Please see the QR code below for links to assessment criteria, assessments, and samples of student work. (QR code – link to student work and assessment criteria)



### Classroom Environment and Instruction

In teaching literature, we adopt a constructivist approach and collaborative learning model in the classroom wherein Socratic questioning, groupwork, peer-assessment and other formative strategies enrich students' learning experience while encouraging their participation in, and enjoyment of, literature. Impromptu speeches, dramatizations, discussion, problem-solving and indeed humour, are all part of the literature classroom environment at BLMCSS.

### Final Thoughts

The integration of Literature into the BLMCSS English program is perhaps one of the most significant steps forward in improving students' skill set, and more importantly their love of reading. In an age where readership and reading ability is in steep decline, it's encouraging to see a new generation of young minds discovering the power and beauty of the printed word. Overall, the response from students has been positive even if they have found it challenging at times. As the saying goes: Nothing worth having is ever easy. I, for one, couldn't be prouder of all the students for their hard work and determination. Keep it up!



## English through Drama or Drama through English? The most challenging but fruitful cross-curriculum collaboration ever

Ms. Chew Pi Yun

**A**round twenty years ago, an English teacher casually approached the Drama teacher to ask for ideas to make English lessons livelier. The Drama teacher came in and conducted a few lessons in which students had to act out what they had learned in the reading lesson. Slowly it spun off into the present Drama and English collaboration programme.

### What exactly is learning English through Drama?

How do students learn English through Drama? The standard answer is by incorporating dramatic activities and techniques into language lessons; students develop their language skills while also building confidence, creativity, and critical thinking abilities. The following shows how English language learners can benefit from Drama:

**Role-playing:** By encouraging students to assume different roles and act out scenarios in English, it helps them practice speaking and listening skills realistically and interactively. Teachers often assign roles from everyday situations or use scripts from plays or short skits.

**Improvisation:** Improvisational activities allow students to think on their feet and respond to situations spontaneously. This helps to enhance their fluency, vocabulary, and communication skills by encouraging them to express their thoughts and ideas in English without relying on pre-planned scripts.

**Vocabulary and dialogue:** Students learn vocabulary and language structures through dialogue and scripts wherein students read and practice dialogues from plays, TV shows, or movies. This helps them integrate new vocabulary and grammar structures in a meaningful context.

**Scriptwriting:** Students engage in scriptwriting activities by creating their own dialogues or short plays which allows them to apply their language skills while also fostering creativity and collaboration within the classroom. Students can perform their scripts at the end of the activity, providing an opportunity for live performance.

**Reflection and feedback:** After each drama activity or performance, students are given time for reflection and feedback. Students are encouraged to discuss what they have learned, what they found challenging, and how they can improve. This develops self-awareness and self-assessment skills.

As you can tell from the above, to teach English through Drama most effectively, the teacher has to be well-trained in two different fields. If you ask an English teacher with no drama training to conduct the lesson, he or she will most likely adopt the appreciation approach. However, we want more than that. We want to give our students hands-on experience. A full understanding of how language can work through drama can only be achieved by going through the whole creative and performing process. And this is where the Drama teacher comes in to work miracles.



English teachers can teach scriptwriting, pronunciation, and appreciation but we need experts in theatrical techniques to give life to the lines students write: to involve them in the ideas, emotions, and feelings when they present their work and to experiment with language. The Drama teacher gives them direction and insight on how they can put their written works on stage. They are trained in how to act, how to use sound and light cues, and how to make use of the stage. All students start as amateurs in September, but by the end of the year, the whole Form 3 transforms into 5 production houses, each with original scripts, actors, and a stage support team.

### It is a constant struggle for time.

We strongly believe that Drama elements and English elements are equally important. Although we have to set aside a lot of time at the expense of formal English lessons preparing our students, it is putting on the stage performance that proves whether or not we have successfully achieved our aim of allowing students to learn English in a lively and creative way, and most importantly, be confident enough to speak another language in public.

It is through numerous discussions, preparation, and negotiations that we can come up with what you see today – 20 periods of English and Drama lessons that last at least 6 cycles with students starting from scratch to understanding the essential elements in drama (theme, setting, characters, stage directions, scriptwriting, dialogues) then writing their scripts, choosing the best one and finally competing in the annual inter-class competition.

The final product is a written reflection where students are able to look back at their performance and evaluate their contribution to such a big project. This may not be the most enjoyable learning experience for every student, but in the end, even the least involved person can point out the advantages of learning English through Drama, the mistakes they have made, appreciate the class spirit that is built in the process, or even set a good standard of how the audience should behave while watching a play.

It is now May, the curtains are drawn. It is time to appreciate the products of our blood, sweat and tears.

# 扎根·承傳 國民教育在中文科的推展

葉惠珊老師

## 文

化是人類精神生活與物質生活的總和，語言文字是人類文化不可或缺的一環，中國語文是中華文化的載體與靈魂。本校中國語文科從課程到活動，無一不是扎根的工夫，為承傳悠遠深邃的中華文化恪守本分。

課程方面，中國語文科自2022/23學年起已全數採納教育局第三及第四學習階段的建議篇章篇目（文言經典部分），經史子集無不包涵其中，與我們一直以來自擬的「中華經典導讀」自學教材相輔相成，並補充了同樣體現著中華文化的文白篇章，如《故宮博物院》、《說勤》、《俠之大者》、《墨子·兼愛》等；此外，我們也在課程中增補文化知識，例如傳統節日、漢字六書、五倫八德、家國觀念、憂患意識等。傳統文化中的修身立德、處世為人之道，通過精思細讀潛移默化，幫助學生建立正確的價值觀，由心而發地認同並實踐中華文化。

活動方面，中文學會今年以「情」為主題，構思了一系列的活動。吳森在《情與中國文化》中如是說：「我們中國人是情感的民族……『人情』是我國文化的最寶貴的遺產。」全年聚會包括「情覓韻中」、「不朽情書」、「簷下光影」及「長相

思殺」，涵蓋音樂、書畫、電影以及劇本殺遊戲，藉此探討當中所觸及的親情、友情、愛情以至家國情懷。另外，我們亦舉辦了即席演講比賽及午間講壇，前者為中三同學而設，題目與仁民愛物相關；後者由中一二各班負責，內容多圍繞中華文化，例如成語故事、歷史故事等，也有班級表演粵語及普通話朗誦，讓觀眾細味優美動人的詩詞文學。談到文學，不得不提的是於復活節期間舉行的臺北文學散步團，我們帶領20名中二至中五同學前往寶島，散步、閱讀、寫作。文學是文化的結晶，我們藉遊學團引導學生閱讀有關臺北的文學作品，與親身踏足的那片土地互相對照，又探訪烏來山區泰雅族部落，體驗原住民如何與自然共存，更邀得作家劉克襄先生帶領我們漫步北投的田野，讓來自繁囂城市

的學子們體會中華文化中「天人合一」的思想。除了科本活動，我們今年一改以往中文周的作法，首次連同中國歷史科、公民與社會發展科、普通話科及體育科，合五科之力舉辦國民教育周，以多元化的活動，加強學生對中華文化的認知與體會。三月開鑼的活動由中一至中四社際國民教育問答比賽掀開序幕，氣氛熱烈又不失緊張，藉社際競賽推廣中華文化；除了靜態的周會講座、早會分享及中醫藥展覽，還有動態的古代運動及傳統民間遊戲體驗，也有由家長義工主持的傳統小吃工作坊，更邀請了中醫師教導同學親手製作紫雲膏及香囊。多姿多彩的活動讓同學從不同角度認識中華文化，體會其博大精深。

臺北文學散步團

中文學會參觀活動

我們定將繼續開來，往下扎根，承傳瑰寶，期望莘莘學子能立足傳統之上，開創中華文明燦爛的新篇章。



國民教育周 中五周會 香港中式傳統建築



國民教育周 傳統民間遊戲體驗

## 廿一世紀中國歷史教育之我見

### 踏

李賽琴老師

入二十一世紀，資訊科技及人工智能的進步為歷史教學提供了豐富的工具和資源，令教學方法更多元化。例如數字化資源中，學生可利用電子書、在線博物館展覽、歷史紀錄片等，接觸到更多的歷史資料；又如互動式學習中，互動式工具如 Kahoot、Loionote、Padlet 等，學生可通過遊戲化的方式提高參與感和學習興趣；至於協作學習，學生們更可通過小組討論、項目合作等形式學習，培養他們的團隊合作能力和溝通技巧。因此，現在學習中史的模式更活潑及多樣化。然而，多元化的工具只是輔助教學，學生是否有興趣學習中史，首要是課程內容的剪裁及施教者能否提升學生學習中史的興趣。

中國歷史教育有多項目標，如訓練歷史思維、批判性思考、培養文化認同感等，目標宏大，但在現今課時不足，又要在浩如煙海的課程中達致這些目的，談何容易？然而適當地剪裁課程，在紛繁的課程中找出設計課程者背後的心思，學生總可在課程中找到些有趣的歷史脈絡，這就能燃起學生學習歷史的興趣，而以上的多項目標，也能讓學生在投入學習過程中沉浸出來。

初中中史課程繁多，必須剪裁有度，如與現在



有關的歷史就可多花時間處理。例如近年來我國倡議的「一帶一路」政策，同學只聞其名，不知其緣來，但在中一漢武帝張騫出西域課題中，除可介紹中國自武帝開始已借陸上絲綢之路與中東國家交好，也可借此課題帶出陸上絲綢的受阻，正是海上絲綢之路開拓的契機，進而再帶出外族勢力強盛與中國海陸路交通發展之關係。同學除了能認識漢朝歷史外，也可藉此課題認識古代及現今外交策略之關係，中國歷史就不止於課本上的知識而已。

又如魏晉南北朝分裂過程中，學生往往不明白為何特別要學習北魏孝文帝漢化。倘若教學時能用時間交代南北分裂過程中，北方經歷一百七十多年胡人統治，不可能輕易被漢人楊堅統一，若非鮮卑族孝文帝推行漢化，打破南北文化隔膜，隋

朝一統就難成事，因此民族融和是統一多元民族社會的一個大策略。透過這些課題，緊扣歷史和現在事件或政策的關係，同學自會對歷史有更深體會，讀好歷史就是讀好現在故事。

總結而言，在現代歷史教學中，新式教學工具及技巧絕對不可或缺，畢竟現在已不再是 Chat and talk 或 powerpoint (no point no power) 時代，然而學習任何科目或技能，興趣永遠是最好的老師，好奇心也是學習最好的推動力。如何激發學生對學習歷史的興趣及好奇，是每一位歷史教師應盡之義。盼望各中史老師能在教授過去的歷史中，讓學生明白歷史跟現在的關係和讀史之價值，也能引導學生對歷史有更大的興趣及追求。





## 呂中第一屆藝術家駐校計劃之「沛公學堂」與「Fo1io」

霍瑞棠老師

—— 零二二至二零二四年度，本校舉辦第一屆藝術家駐校計劃。構思這個計劃的大前提是要

讓高中修讀視覺藝術科的同學除了學習課堂內的知識，更有機會接觸藝術家，了解他們實戰的創作經驗。今年有幸邀請到藝術家徐沛之先生教授中五同學有關中國畫的技法及賞識技巧。而中四級則邀請了藝術家黃百亨先生分享有關攝影創作的故事和創作攝影書的過程。

短短四個月的課程，藝術家黃百亨由攝影史到沖曬技巧、藍曬、寶麗來相片移印到攝影書創作，一步一步引導同學尋找自己想說的一個關於旅程的故事。最後以風琴攝影書作完成品，展示一個一個屬於自己觀看事物的獨特角度。課程中剛巧在M+博物館有一個關於黑白攝影的展覽，黃百亨先生亦帶同學生去參觀，一邊導賞同學如何欣賞黑白攝影作品。同學除了創作自己的作品亦有欣賞大師作品的機會。

藝術家徐沛之則比較放重在練習方面。課程開首，老師讓中五同學欣賞《富春山居圖》，從作品中欣賞作品中繪畫樹、山、水、屋仔的每一個線條的細節。之後讓同學臨摹《富春山居圖》的其中一部分，從中學習作者的繪畫技巧。之後老師透過教授繪畫茶花，讓同學了解中國工筆畫的著色及混色技巧。剛好徐沛之老師一月



中五視覺藝術科同學與駐校藝術家徐沛之

份在SC Gallery舉行了——《徐沛之個展：沛公書房》，同學有幸到場參觀，徐沛之老師逐一介紹自己作品背後的每一個細節和故事。最後，同學需從自己關心的一個故事出發，以工筆畫將故事描繪出來，並學習如何裝裱自己的作品。

四月尾是一年一度的呂中藝術節，今年我們改裝了二樓的公共空間為一個藝廊，展示同學這四個多月的心血。中五同學的展覽名：《沛公學堂》是徐沛之老師延續他《沛



《Folio》展覽而命名的。而中四同學的展覽名：《Folio》則是黃百亨先生以風琴書要「摺」這個動詞而命名。我們亦將同學的作品結集成書，派發給參觀展覽的朋友，讓他們分享同學的創作成果。

四月二十五日下午，在呂中視藝室舉辦了一次駐校藝術家分享會，邀請了60位來自不同中學的師生和呂中的藝術界舊生回來參與。兩位藝術家分享了是次活動與呂中同學相處和創作的故事，以及如何的過程中調節教學內容。到場的師生亦與藝術家交流創作經驗與自己遇到的困難。最後藝術家與所有嘉賓一同到二樓欣賞展覽，中四中五視藝同學負責介紹自己的作品，嘉賓給予同學正面的回應，同學獲益良多。

整個計劃裡，同學可以一口氣經歷作為藝術家的一個創作體驗：由構思意念、資料搜集、賞析、創作、裝裱、展示、分享交流作品等，由專業的藝術工作者陪同一起經歷。另外亦讓其他學校的師生認識我們的呂中視藝生的創意，有機會與大家分享自己的創作歷程，實在是一寶貴經驗。希望這個計劃可以成為本科的核心課程，每年都能邀請不同媒介的專業藝術家與學生分享創作經驗，讓同學更早認知創作的大環境，裝備好自己。



中四視藝科同學與藝術家黃百亨



中四同學介紹自己的攝影書作品



呂中藝術節 2 樓展覽

# 自主學習協作課研究的習得與啟示

陳嘉茵老師

## 本

學年本人參與了中二級中國語文科及中一級中國歷史科兩個不同課程的自主學習課堂研究。

中文科選擇的課題是閱讀訓練，期望學生閱讀胡燕青《杯子與茶包》散文選後，能透過個人分享、評鑑同學表現、回應同學評論，懂得把文章連接個人經歷，並更深入地抒發對文章的感受，進行有教學目標的深度閱讀活動。從而提醒同學需對日常生活多觀察、多思考，培養以正面態度欣賞人、事、物，學會自省與感恩的情意。

進行實際課堂前，科任老師先進行長達數小時的自主學習共同備課會議，會議上老師會考慮課題、教材、學習目標、學習任務、學生最能掌握和最難掌握的各是什麼，然後設計學案<sup>1</sup>，由老師在選中的班別按此學案授課，其他老師則到場觀課。之後再開共備課會議進行磨課，老師反思及修改學案，接著會按每次觀課所得，製訂學案<sup>2</sup>、<sup>3</sup>、<sup>4</sup>，最後邀請所有同事於最後一個學案進行時觀課。

每次課後議課交流後，老師會修定課堂的學習目標、活動安排的細節，的確有集思廣益之效。如果老師能在自己進行課堂前先觀課，便會不斷思考當自己上課時如何調整；如果老師在完成課堂後再觀察其他同事授課，又能得到啟發，為下一年進行相同課題作準備。

其次，在老師製訂不同版本的學案時，會仔細考慮教學目的，並思考如何為達到該目的而設計課堂活動，達至減負增效。例如剛開始設計課程時，誤以為只要有學生滙報部分，「說話技巧」便是教學目的。然而，經提醒後才明白，並非每項在課堂上發生的事也需視為教學目的，釐清教學目的才能聚焦教學重點，製訂活動內容，去蕪存菁。



同學嘗試使用錄像平台

再者，教育活動按實際情況而定，避免閉門造車，符合學生水平。為切合低年級同學所需，在有明確的學習目的後，老師安排學習活動以滿足互學、共學需求，例如捨棄常用的小組討論形式，以學生分組互評各組員的表現代替，在吸收組員意見後，再向全班同學滙報。期間老師要作出示範、提供滙報框架、作出支援協助等。

除了為修訂教學內容外，同儕觀課時更是從不同老師身上學習的良機。各位老師有不同風格和教學側重點，例如有老師較重視情意教育，有老師較注重向各位同學提供演說機會。整個過程看出不同老師看重的項目，在自主學習課堂研究的會議上互相交流，突破個人界限。

不諱言，是次自主學習課堂活動，老師及同學所花的時間比一般閱讀報告寫作課多得多。初時更有學生揚言很抗拒，因為除了閱讀外，更要學習使用錄像平台、花時間評論同學表現，更有機會在同儕面前作滙報。雖然同學表現不一，但始終帶來的驚喜多於失望。同學在過程中不但表現出看「完」這本書，更表現出看「懂」這本書。甚至有同學在整個學習活動完結後更看《杯子與茶包》，期望能更深了解這本書的內容。

中一級中國歷史科則選「漢武帝的中央集權政策與西漢初年立國政策之關係」作自主學習課堂研

究課題。同學需從數則史料歸納漢初立國政策帶來的弊端，並針對各弊端，找出與漢武帝部分施政的關係。課堂上學生以小組討論形式找出答案，最後需向同學匯報。可是，由於研習內容不少，時間預算未如人意，最終超出預計時間，未能邀請每組同學作匯報。

中史科課時較緊張，每循環周只有兩節課堂，下學期課程豐富，在有限的課時裡撥出時間讓同學完成各個課堂任務是教師面對的最大掙扎。加上是次自主學習課堂以雙連堂為活動設計基本，又為了進行議課會議、同儕觀課及課後議課檢討，需要校方協調課堂安排，難免影響不同班別的日常課堂。

在完成自主學習課堂研究的活動後，為了解同學對是次安排的感受，特設一份電子表單收集意見。全級中一共165名註冊學生，或有同學因不同原因而未出席是次自主學習課，最後共收回116份電子表單（截止二零二四年五月二十四日），為全級人數之七成。

回覆電子表單的同學中，有70位同學對「相比老師直接授課，分組討論及匯報能提高我對中史的興趣」一項表示傾向同意至同意；有80位同學對「我享受分組討論及匯報的過程」一項表示很傾向同意至同意；有71位同學對「我希望有更多課題使用分組討論及匯報形式」一項表示傾向同意



檢視同學習作



教師觀課了解學生共學過程

至同意。可見同學對於是次自主學習分組活動普遍表示有興趣及歡迎此類的學習活動。有言自主學習是一個學與教的範式轉移，可見對於求知慾強的同儕而言，也勇於接受新的學習模式。

再者，回覆電子表單的同學中，有92位同學對「分組討論及匯報使我增加對西漢開國初年政局的了解」一項表示傾向同意至同意；有81位同學對「分組討論及匯報能提升我對面對相關課題練習的自信（例如完成工作紙）」一項表示傾向同意至同意；僅有60位同學對「分組討論及匯報能提升我對面對相關課題的測考的自信」一項表示傾向同意至同意。

對於同學享受自主學習課堂分組活動，卻未能

提升他們面對相關課題測考的信心，在下學期第二次測驗中同學所得的分數上亦能反映這個情況。可見自主學習課堂活動雖能激起某些同學的學習興趣，亦能加強了解課題，但當要面對測驗考試，始終未有信心能學以致用。

此外，雖然所佔比例較少，但仍有同學表示不希望有更多課題使用這種學習形式。同學擔心如組員不配合，會影響課堂表現，故不宜過多小組活動。自主學習課堂能否成功，同學自律及合作很重要，不論是個人準備或與同儕共學、互學，所要求的不仅是學生的知識眼界，更有待人接物的社交技巧，這實在是課題以外的挑戰。



共學進行中

# 學校課程中如何融入自我調節學習的進階發展，培養學生「想學、肯學、會學、能學」

溫家傑校長

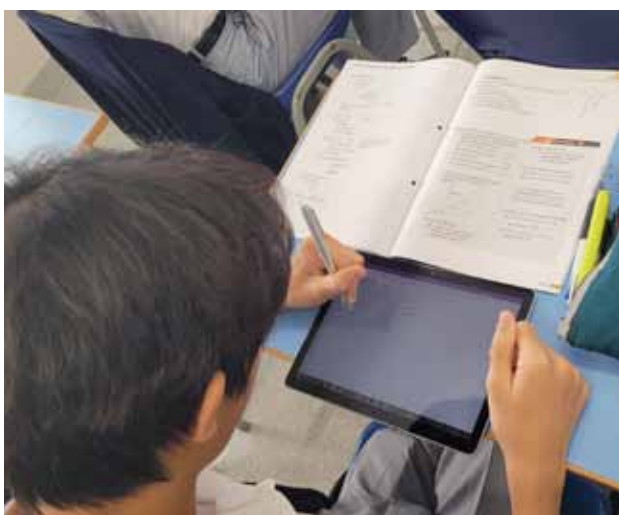
## 在

當代教育領域中，自我調節學習（Self-regulated learning, SRL）已成為一個重要的研究課題。透過自我調節學習的策略，學生能夠主動參與學習過程，培養解決問題的能力，並在學習中持續進步。本文探討學校如何在課程中嵌入自我調節學習的元素，促進學生的「想學」（學習動機與意願）、「肯學」（學習行為）、「會學」（學習策略）和「能學」（元認知技能）。

### 激發「想學」：創建動機驅動的學習環境

學生的學習動機是學習成功的關鍵。我們可以透過以下一些策略來激發學生的學習動機：

- ① 關聯現實生活：將課程內容與學生的日常生活經驗相連結，使學習內容更具吸引力。例如，數學課程可以透過預算規劃或購物折扣來教授比例和百分比。
- ② 選擇性學習：提供學生選擇學習主題的機會，讓學生能夠根據自己的興趣和優勢選擇學習內容，從而增強學習的主動性和投入度。
- ③ 正向回饋和獎勵：建立一個積極的回饋機制，當學生展現出學習進步時，及時給予認可和獎勵，增強他們的學習動機。



### 強化「肯學」：培養積極的學習行為

要使學生在學習過程中更加積極主動，我們需要培養學生的學習行為：

- ① 建立學習規律：鼓勵學生建立固定的學習時間表，並遵守這一時間表，逐步培養自律性。
- ② 引入多樣化的教學方法：採用不同的教學方式，如講授、討論、實驗、專題研習等，以滿足不同學生的學習風格和興趣。也可利用技術工具和資源，如線上教育軟體、互動白板等，增加學生不同的學習方法和習慣。透過小組合作的項目或研究，學生可以相互學習、討論和合作，這不僅可以提升學習效果，也能增強學生間的互動和溝通技能。
- ③ 鼓勵成長心態：培養學生正面心態，教育他們理解智力和能力是可以通過努力和學習得到改善的，鼓勵他們在面對挑戰和失敗時保持積極和開放的態度。強調表揚學生的努力和進步，而不僅是天生的才能或智力，以激勵他們不斷努力和探索新的學習領域。

### 提升「會學」：教授有效的學習策略

學習策略是學生達成學習目標的重要工具。我們可以採取以下措施來提升學生的學習策略：

- ① 明確教授學習策略：教師可以通過直接教學的方式，明確地向學生介紹各種學習策略，如記憶技巧、閱讀理解策略、筆記技巧等。在課堂上，教師可以演示如何使用特定的學習策略，例如通過



思維腦圖來整理資訊，或者展示如何進行有效的時間管理。鼓勵學生根據自己的學習風格和課程需求選擇最合適的學習策略。

② 練習與回饋：在教授策略後，提供足夠的機會讓學生在不同的學習項目中實踐這些策略，如作業、專題研習或小組討論。對學生使用策略的效果進行監測，並提供具體、建設性的回饋，幫助他們理解如何改進和更有效地使用這些策略。

③ 跨學科學習策略應用：在不同學科中使用相同的學習策略，幫助學生看到不同領域之間的聯繫，並增強策略的通用性和靈活性。通過跨學科的案例研究，展示和練習如何將特定策略應用於解決複雜問題。

④ 使用技術工具：利用技術工具和資源，如線上教育平台、應用程式和互動軟體，說明學生更有效地實施學習策略。另外，通過協作軟體和平台，如 Google Docs 或 OneNote 或 GoodNotes，教學生如何組織資訊、計畫專案和協作學習。

**強化「能學」：培養元認知技能**  
元認知是指對自己認知過程的認識和控制，是自我調節學習的核心。以下是幾種提升元認知技能的方法：

① 自我監控：教育學生如何監控自己的學習進度和理解程度，並根據需要調整學習策略。

② 目標設定：引導學生設定具體且可達成的學習

目標，並教授他們如何分步實現這些目標。

③ 反思評估：鼓勵學生在學習結束後進行自我評估，包括反思已學知識和未來改進的方向。引導學生撰寫學習日記或反思報告，透過書寫來回顧自己的學習過程，識別學習中的困難與成就，從而提升學習的自我認知。

通過以上策略的實施，學校可以有效地將自我調節學習的進階發展融入課程中，不僅提升學生的學習效果，也能夠培養他們成為終身學習者。自我調節學習不僅關乎知識的獲得，更重要的是學會如何學習，這將伴隨學生一生，助他們在未來的學習和職業生涯中取得成功。

