

19-20 年度學校工作計劃

關注事項：培養樂觀的態度

目標	策略	成功準則	評估方法	時間表	負責人	所需資源
<p>1. 學生能了解三大腦部結構(前額葉、杏仁核和海馬體)及其對學習和情緒的影響</p> <p>2. 學生能提高活在當下和官感認知的意識</p> <p>3. 學生能選取樂觀的信念，建立身心健康的生活</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 「正念」是全校參與、全方位學習及全年施行 ➢ 正規課程—在德育及公民教育課加入正念課程 ➢ 在各學科開展滲入式教學，由點到線，由線到面 ➢ 每天兩次觀呼吸 ➢ 建構文化符號—「24 個性格強項」和「水桶」 ➢ 配合不同的思考方法「觀點與角度」、「選擇樂觀」和「玩味快樂經驗」，建立正面思考 ➢ 透過運動的輔助，培養樂觀、身心健康的生活 	按進度施行計劃	紀錄及統計	2019 年 9 月至 2020 年 6 月	課程發展主任及各科組主管	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 教師團體 ➢ 人力資源