

明報

OpenSchool

教育特刊

ON AIR



學校專訪

天主教普照中學



明報教育出版有限公司
Ming Pao Education Publications Limited

天主教普照中學



天主教普照中學全方位推動中華文化教育，（左起）徐大偉老師、鄭澤偉老師、盧韻老師、黃郁慶副校長、吳基靈校長、鍾國龍老師、陳潔雯老師及余樂昭老師。

引入靜觀課程

盼給學生樂觀·感恩·希望

《禮記·大學》有云：「大學之道，在明明德，在親民，在止於至善。」

「止於至善」是自強不息不斷追求至善至美的精神，也是油塘天主教普照中學（下稱普照中學）的校訓，學校重視學業成績，也重視品德教育以及學生的心靈健康，尤其在疫情期間，協助學生面對逆境成為重中之重。



1 吳基靈校長慨嘆疫情令學生失去很多課外活動的機會，希望社會儘快復常，學校能安排更多學習經歷予學生。

校長吳基靈慨嘆三年疫情

令學生損失了很多課堂以外的體驗。走在復常之路上，學校全心全意給予學生更多的支援和新的學習機會，配合三年發展計劃令他們重拾「樂觀」、「感恩」和「希望」的正向人生觀、並舉辦活動培養思念親恩的精神，又引入靜觀課程培育自省和反思能力，只期望學生面對任何環境也能保持正面思維，這才能戰勝逆境，成就大學之道。

天主教普照中學由天主教修會

聖母聖心會所創立，該會一直以扶助弱小、關顧弱勢社群為目標，普照中學的辦學宗旨同樣以幫助弱勢家庭為重點之一。吳校長說：「一些來自弱勢家庭的學生，不像中產家庭學生般能『贏在起跑線』，他們需要更多協助去了解 and 發掘其長處，從而找到自己未來的路向。我們盡力爭取更多不同的資源，提供更多的平台，讓學生多作嘗試，真正發展所長。」

學校十年前已加入九龍倉集團的「Project WeCan 學校起動計劃」，為學習條件稍遜的學生提供各種學習機會，並替合資格的學生申請優質教育基金，給學生財政上以及各種學習軟硬件的支援。學校也為學生舉辦各種不同的活動，如參觀和義工行動等，早前在疫情稍為緩和時便舉行了一次「天星海港遊藝工活動」，讓學生帶領長者乘坐小輪遊覽維港，旨在讓學生體驗義工滋味，關心社區和有需要人士。「我們在注重學業之外，也希望學生珍惜每一個能儘量發揮的機會。」吳校長說。

學校十年前已加入九龍倉集團的「Project WeCan 學校起動計劃」，為學習條件稍遜的學生提供各種學習機會，並替合資格的學生申請優質教育基金，給學生財政上以及各種學習軟硬件的支援。學校也為學生舉辦各種不同的活動，如參觀和義工行動等，早前在疫情稍為緩和時便舉行了一次「天星海港遊藝工活動」，讓學生帶領長者乘坐小輪遊覽維港，旨在讓學生體驗義工滋味，關心社區和有需要人士。「我們在注重學業之外，也希望學生珍惜每一個能儘量發揮的機會。」吳校長說。

新冠疫情對社會各界造成嚴重打擊，教育界亦無法倖免，尤其如何協助學生面對逆境是學校的重大挑戰。普照中學在學生的德育和價值觀教育上花了無數心力，其中一個重點就是由2021至2022學年開始推展的「三年發展計劃」。吳校長形容，計劃緊扣學校發展和當時的社會氛圍：「我們發現在疫情期間，不少學生也有不同程度的抑鬱徵狀，尤其

普照中學的校訓是「止於至善」，學校希望透過培育學生的樂觀人生觀、感恩之情和懷抱希望，盼望他們能在六年學業中實踐校訓所說，成就圓滿的人格。

弱勢家庭學生更為嚴重，因為資源不足、生活環境狹窄都會影響心理健康，我們當時便構思了一個培育學生正向價值觀的三年計劃，分別重點關注『樂觀』、『感恩』和『希望』這三方面，令學生從中找到希望，發展出正向思想和面對逆境的韌力。」

引入自處教育 平靜的心面對逆境

普照中學的校訓是「止於至善」，學校希望透過培育學生的樂觀人生觀、感恩之情和懷抱希望，盼望他們能在六年學業中實踐校訓所說，成就圓滿的人格。在一系列相關的活動和教學中，學校引入了「自處教育」，與香港中文大學心靈教育計劃合作，由中大派出支援隊伍到學校，教導不同程度涉及深度放鬆的課程，對老師和學生來說是全新的體驗。特殊教育需要統籌主任余樂昭老師解釋：「自處教育是關於『靜』的一種訓練，所謂『靜』不是沉默不作聲的安靜，而是培養專注的態度，讓學生察覺和反思



學生分開幾口吃一枚杏脯，以慢吃來思考人生。

2

自身的狀態和處境，讓他們擁有平靜的心面對不同的逆境。」

與坊間流行的「靜觀 (Mindfulness) 課程」類似，學校嘗試了很多不同種類的課程讓有興趣的學生參加，重點是讓學生學習呼吸和放鬆，當中有日本劍道、花道、聘請專人教授有趣的禪繞畫 (Zentangle) 等等。宗教及公民教育委員會主任陳潔雯老師為了深造自處教育的教學模式，更特意到臺灣一所佛寺體驗考察。她最深刻的課程，是教導學生「覺察飲食」。「我要學生



教師帶學生走訪不同圍村，親身體驗香港的忠孝文化。

3

用兩分鐘吃一枚杏脯，要他們分開三口、每口咀嚼四五十次，他們初時覺得很奇怪，但慢慢便做到了。」陳老師說：「學生在日常生活中都沒有這樣的『慢吃』經驗，這個練習讓他們發現人與食物之間的緊密連繫，幫助他們反思人生。」

結合傳統儒家文化 陶鑄優良品格

少年人大多好動愛玩，靜觀課程看似不適合年輕人，但很多學生在體驗過後逐漸發現靜下



中六學生奉茶給老師，感激教導之恩。

4

來的好處，學會減壓和放鬆。在多個課程中，以專為中六生而設的中式茶道課最受歡迎，課程教導學生結合中五時學會的呼吸技巧泡製中國茶，過程中反思自己與大自然之間的關係，感激天地賜予來得不易的茶葉的同時，也感謝身邊的朋友、師長和家人。校方會在中六生離校前最後一個上課天，舉行奉茶禮，讓學生奉上親自泡製的中國茶給教師，以答謝其春風化雨教導之恩，場面感動。

感師恩，也敬親恩，學校在品德教育上亦重點教授修身齊家的概念。中文科主任鍾國龍老師說：「中一生主要集中在個人品德修為，堅毅、反思、孝道和勤學；中二會發展至交友、待人處事、和少許家、國的概念；中三會比較深入，會讀一些孔孟荀、哲學類的思想。」其中忠孝文化是中文科的主要教育題材，疫情前鍾老師會定期帶領學生走出課堂，參觀元朗屏山文物徑和不同的新界圍村，了解香港歷史及當中的孝道文化。「其中最受歡迎當然是大家一起吃吃盆菜。」鍾老師笑說。

學校在品德教育上亦結合傳統儒家文化中的核心價值，以陶鑄學生優良品格和言行。中文科主任鍾國龍老師說：「校本初中文言課程設計以品德情意為主軸，先以個人品格修為（堅毅、孝道、勤學）為切入點，中二推展至交友、待人處事和家國情懷，中三再進一步研讀儒家孔孟哲學思想。」此外，忠孝文化亦是高中中文科的主要教學課題之一，疫情前鍾老師會定期帶

領學生走出課堂，參觀新界圍村的宗祠、私塾書室，考察其建築特色及歷史價值之餘，亦讓學生結合課堂所學，感悟當中慎終追遠的孝道精神。「此外，同學印象深刻的尚有考察後師生一起品嚐圍村傳統盆菜。」鍾老師笑說。

報春暉晚會 多元活動敬親恩

另外，學校每年都有一個與敬親恩有關的大型活動，就是「報春暉晚會」，全校多個科組會合作，在母親節和父親節前夕舉行多個活動，中一生設計心意咭送給父母；中文科會舉辦以孝道為題的徵文比賽等，而活動的高潮就是在五、六月左右舉行的報春暉晚會，學校會邀請家長到校參觀，除了展出各項比賽的得獎作品，在禮堂更會進行學生創作的表演，有戲劇、歌唱、舞蹈、樂隊演奏，讓學生有機會在家人前展出所長。而吳校長最深刻的演出，是十年前適逢學校創校四十週年，由四十多位師生集體創作的大型歌舞劇，以牛頭角下村清



四十週年校慶音樂劇，師生同台演出。



報春暉晚會節目豐富，學生落力表演。

6



學校鼓勵學生上戲劇課培育自信和語文能力，他們創作的「全家的大話歷險記」更在校內公演。

7



學校與理大「服務學習項目」合作，由理大學生教授不同的STEAM知識。

6

拆為主題，眾多名師生載歌載舞一起演出，帶出街坊人情味、社會種種變遷等多個議題，吳校長現在想起仍難掩感動。

每年報春暉晚會都會有戲劇演出，這也多得學校的戲劇教育科主任盧韻老師，學校在中二和中四都有常規的戲劇課，包括一些劇場遊戲和訓練，培育學生不同的感官、與別人的溝通和反應等等，而戲劇課其中一個最重要的課程就是「讀戲劇場」，學生要讀一份英文劇本以提升英語能力，在班上演出小型英語話劇，最後更有機會到禮堂進行班際的大型戲劇比賽，每位學生也有機

會上台演英語話劇。「學生除了訓練英語，也可提升自信。他們成功演出，知道自己能放膽上台用英文演戲，大都十分高興。」盧老師說。

傳承STEAM知識 建立感恩之心

除了實體戲劇演出，現在也流行拍片放到互聯網，學校並不反對學生將來以當YouTuber或從事相關工作為志，更安排課程教導學生拍攝、化妝等相關技能。STEAM統籌主任鄭澤偉老師表示，學校每年也舉行與守規有關的微電影拍攝比賽，希望學

生以較生動的方法反思守法的重要性。學校重視STEAM教育，早已在初中加入編程課程，內容涵蓋航拍機操控、3D打印、人工智能等，給學生選讀。另外，學校更與香港理工大學的「服務學習項目」合作多年，理大每年派出數十位來自設計、機電工程等學系的學生，到普照中學舉行STEAM工作坊，教授編程、科學實驗、藝術創作等多個範疇。鄭老師認為，這個項目最重要的目的是「傳承」，「我們即將安排一些學生到附近的小學舉行STEAM day，將從理大學生身上學到的知識，推廣到其他小學甚至社區之中，從而建立學生感恩的心，將知識傳承下去。」

寄語校園生活復常 體驗更多全方位經歷

疫情期間，學生都要依靠網課維持進度，學校曾將校內所有資源，例如電腦等借給有需要的學生，後來在校方積極爭取不同的資源下，現在所有學生都已經有自己的學習配套。2019年初，學校計劃在年中舉行三個遊學團



普照中學生將所學的 STEM 知識，教授予參與 STEM Day 活動的小學生。

8



學生參加氣墊船設計比賽，一展身手。

9



學生參觀商湯科技總部，認識人工智能科技發展。

10

分別到日本、韓國和新加坡，突如其來的疫情令一切化為烏有，吳校長感嘆道：「在 2019 年之前，學校的學習活動依然姿多采，有很多機會走出課堂，服務、參觀、遊學，但當年中一的學生，現在已經是中三，他們損失了很多課堂以外的體驗，現在我們只能一步一步來，希望可以在剩餘的時間給他們更多全方位的經歷。」他希望社會能儘快復常，讓學生能回復正常的校園生活，為未來作出貢獻。

我們盡力爭取更多不同的資源，提供更多的平台，讓學生多作嘗試，真正發展所長。

學校資料



天主教普照中學

所屬區份：觀塘區
 辦學團體：聖母聖心會
 學校類別：資助
 九龍油塘普照路1號
 2347 9907
 pochiu@pochiu.edu.hk
 www.pochiu.edu.hk



學校盡力鼓勵學生在 STEAM 的發展，黃同學繪畫的漂亮插畫更成為學校圖書館的吉祥物。

11

明報 OpenSchool
教育特刊



明報教育出版有限公司
Ming Pao Education Publications Limited