

健康校園政策

引言: 世界衛生組織將健康定義為不單是指沒有疾病，而應該是身體、精神及社交均能健全安寧。由於生理、精神及社交三者彼此對個人健康有著密切的關連及影響，因此，一個人的健康行為應不只從單方面入手，而是從整體性考慮而改善健康。

影響個人健康的因素，大致可歸納為人類生物、環境、行為或生活型態及醫療系統四方面。然而，除了人類生物因素是較難以人力加以改變外，醫療系統對健康的影響亦遠不及環境因素及生活型態兩項。世界衛生組織亦指出最有效鼓勵正面生活型態及行為的方案是透過健康資訊及預防計劃增強個人身體、精神及社交的發展潛能。而健康教育便是將健康資訊藉著教育的方法及力量，使其轉變成個人的健康生活形態，從而促進個人的健康。

學校肩負著教育下一代的重要使命，除了傳授知識外，更著重全面發展學生的各項潛能，協助他們建立正面的人生觀與價值觀，和建立健康的生活習慣。學生在成長過程中，大部份時間都在學校渡過。因此，學校在照顧青少年健康成長方面，擔當極為重要的角色。要培養學生健康的生活習慣，牽涉範疇甚廣:由培養均衡飲食習慣、有序的生活作息安排、促進身心健康、預防疾病感染，以至處理沉迷上網、吸煙、吸毒等問題都包括在內。

《健康促進校園發展框架》為學校提供一個宏觀的方向，統整校內發展學生健康生活範疇的政策，一方面整合相關的資源，另一方面使健康校園的理念能全面推廣，透過師生共創和諧校園，營造關愛互助環境，幫助學生發展健康的生活習慣，建立正面的人生觀與價值觀，學習實用的生活技能及抗拒誘惑的技巧等，促進學生達致良好的生理心理及社交狀態。

推行模式：

世界衛生組織所公布的《健康促進學校發展框架》是有效而全面的全校參與模式，為世界各地許多國家和地區採用，並證明可有效改善校園內學生的身心和社交健康狀況。本校的健康政策透過《地區健康促進學校發展綱領：行動架構》的六個發展領域：健康學校政策、學校環境、校風與人際關係關係、家校與社區聯繫、健康生活技能與實踐及學校保健與健康促進服務以發展學生精神健康、社交健康、健康飲食及體能活動，並培育學生正面的價值觀和態度，有效及全面地關顧學生及教職員的健康需要。

「健康促進學校」六大發展領域

健康學校政策

制定涵蓋體能活動、健康飲食、精神健康、和諧校園等校本政策

學校環境

提供一個安全、衛生及促進身心健康的學習環境

校風與人際關係

營造彼此尊重及互助互愛的校園氣氛

家校與社區聯繫

主動與家長及社區團體建立夥伴關係，共同籌劃校內及社區的健康促進工作

健康生活技能與實踐

透過健康教育課程及活動，傳達實踐健康生活的知識及技能

學校保健與健康促進服務

提供疾病預防、基本急救等促進員生健康的服務

健康促進學校計劃

https://www.studenthealth.gov.hk/tc_chi/hps/hps.html

	精神健康	社交健康	健康及飲食	體能活動
健康學校政策	1. 教育局《學校危機處理 - 危機善後介入工作 及心理支援》 2. 教育局「校園・好精神」學生精神健康資訊學校環境 3. 教育局《4Rs 精神健康約章》 4. 教育局、醫務衛生局和社會福利署「三層應急機制」	1. 教育局《和諧校園指引》 2. 教育局《學生訓育及輔導服務》資源套	1. 衛生署「健康飲食在校園」運動	1. 保良局體能獎勵計劃 2. 「躍動校園活力人生」計劃 (MVPA60)
學校環境	1. 賽馬會「幸福校園實踐計劃」 “Love and Hope Center” 2. 香港基督教服務處「關愛校園獎勵計劃」校風與人際關係家校與社區聯繫	1. 賽馬會幸福校園實踐計劃 “Love and Hope Center”	1. 於小食部及進食的地方張貼健康飲食的標示及海報	1. 在運動設施範圍張貼安全標示及使用守則 2. 在不同時段開放操場及提供多元化的體育設施和用具及配套設備 3. 善用校園空間佈置環境，增加員生接受健康資訊的機會 4. 賽馬會「安心校園」計劃
校風與人際關係	1. 建立彼此尊重與關懷的社交環境	1. 推行多元化關愛共融活動，教導學生接納與尊重，發揮互信互助互愛精神 2. 建立機制處理學生的欺凌問題及制定措施協助	1. 衛生署「開心果月」	1. 學校運動團隊

		欺凌他人及受欺凌的學生		
家校與社區聯繫	1. 教育局「醫教社同心協作計劃」 2. 賽馬會「幸福校園實踐計劃」 3. 浸信會愛羣社會服務處「樂繫校園獎勵計劃」	1. 護苗基金《初小學生性教育》課程 2. 香港心聆學校精神教育資助計劃 – 家長支援青少年精神健康工作坊	1. 香港紅十字會「捐血日」	1. 保良局體能獎勵計劃 2. 「躍動校園活力人生」計劃 (MVPA60)
健康生活技能與實踐	1. 「正向大使」計劃 2. 教育局「學生大使」計劃	1. 「輔導領袖生」計劃 2. 「領袖生」計劃	1. 香港大學李嘉誠醫學院「香港健康創科盃」 2. 香港中文大學醫學院院會健康展覽	1. 香港大學青少年睡眠及情緒健康研究
學校保健與健康促進服務	1. 促進校園精神健康及支援有精神健康需要的學生 – 駐校社工，輔導心理學家，教育心理學家	1. 促進校園社交健康及支援的學生 – 駐校社工及輔導領袖生	1. 衛生署學生健康服務 2. 季節性流感疫苗學校外展計劃 3. 保良局「健康 Sun Teen」計劃	1. 定期量度、記錄和分析學生的健康狀況，辨識有體重問題的學生，將結果通知學生、家長或監護人，並作出適當跟進

部門	工作範疇	負責人
危機小組	- 根據學校的行政程序，處理學校的突發事件	LWG (The Principal) CSY, CWK, KLS, CNF, LLH, MWH, CWM, MYN, NYK, TWY
校務處	- 全校清潔，小型維修工作及工友管理	KLS
國民、人民、德育、健康、性及環保教育	- 透過早會學生分享及班主任課培育學生正面價值觀 - 鼓勵學生積極參與為學生提供的學生健康服務 - 鼓勵學生運用所學參與推動健康的服務及比賽	KLS, LLH, AMS, CPY
輔導處	- 營造關愛校園氣氛 - 與社工及教育心理學家緊密合作，以確保學生的生理及心理健康成長	LLH, MYN
訓育處	- 處理有關學生的紀律問題，按校規作出恰當的懲處，營造純樸的校風 - 落實訓輔合一	CWM
聯課活動處	- 統籌全方位的課外活動培育學生的正面價值觀和態度促進學生的全人發展	NYK
教師發展組	- 培育教師的專業發展	CSY
安健組	- 檢視學校的安全及健康的校園環境	KLS
家校會	- 與家長緊密聯繫爭取他們的支援以營造一個可助老師與學生健康發展的環境	KLS, FSF

2026 年 10 月