

校本支援服務（到校支援）（2025/26）
 優質教育基金主題網絡計劃
 透過科目和全方位學習活動在小學推動國民教育
 香海正覺蓮社陳式宏學校課程設計框架

主題：中醫藥文化小達人——傳承中華智慧，守護健康家園

班級：小五

目標：

1. 強調中醫藥的文化安全與文化自信
2. 弘揚家國情懷與民族精神
3. 融入資源安全

實施周次及課節	學科領域	學習重點/活動/資源	國民/價值觀教育元素	國安教育元素	課堂內容	評估方式
	生命教育	<p>【神農精神與中華文明傳承】</p> <p>學習重點:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 認識神農嘗百草的故事 2. 認識中華民族的起源 3. 學習古今名人勇於探索、自我犧牲的精神 4. 文化及國家安全 	體現中華民族探索精神與自我犧牲的愛國情懷	總體國家安全觀 1. 文化主權與國家安全：中醫藥作為中華文化瑰寶，其傳承關係到文化自信與國家文化安全	閱讀神農氏繪本 提問: 1. 神農氏為何要嚐百草? 2. 他如何探索? 3. 在探索的過程中，他付出了甚麼? 教師講述: 神農氏日遇 70 毒，最終在嚐到「斷腸草」時中毒身亡。雖然這是一個神話故事，但它反映了早期醫學先驅者們冒著生命危險探索和積累藥物知識的艱辛與偉大。	<ol style="list-style-type: none"> 1. 評估對故事內容（神農氏）的理解及即時思考能力。 2. 評估能否將「犧牲與探索」精神與現代人物事蹟連結，並表達個人感悟。

實施周次及課節	學科領域	學習重點/活動/資源	國民/價值觀教育元素	國安教育元素	課堂內容	評估方式
					<p>提問:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 千年前的神農精神，與今天的我們有甚麼關係？ <p>以抗日英雄、解放軍、香港醫護抗疫的影片，帶出中國、香港因為有這樣一群無畏的守護者，才能在歷史的風雨中屹立不倒，在時代的考驗中砥礪前行。</p> <p>抗日英雄用血肉之軀築起民族存續的屏障，解放軍將士以忠誠與剛毅守護著國家的山河寸土，而香港醫護工作者則在病毒肆虐時，以專業、勇氣和奉獻，為這座城市築起了生命的防線。</p> <p>我們腳下的每一寸平安，都源於他們無聲的守護；我們享有的每一刻安寧，都承載著他們沉重的付出。</p> <p>課堂上，教師借餃子、和服等文化元素被冒認的實例，引導學生深思傳承與保護的本土文化價值。</p> <p>教師再以韓國漢方、漢方專利指出中國醫學文化十分寶貴，若不好好保護，中國的集體利益便受損。</p> <p>延伸閱讀：屠呦呦</p>	

實施周次及課節	學科領域	學習重點/活動/資源	國民/價值觀教育元素	國安教育元素	課堂內容	評估方式
	人文科	<p>【守護大自然的藥箱——中醫藥資源與國家安全】</p> <p>學習重點:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 探究中草藥的起源，瞭解從天然物到藥用藥材的基本過程。 2. 保護中藥材的可持續發展，是保障公共衛生與個人健康安全的重要基石。 	<p>培養珍惜自然資源、保護生態環境的意識，建立對國家資源安全的初步責任感</p>	<p>總體國家安全觀</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 強調中藥資源的保護與可持續利用，連結生態安全與生物安全 2. 理解中藥資源戰略性地位，認同「資源自主可控」對國家安全的重要性 	<p>【活動:中草藥的前世今生】</p> <p>中草藥從何而來? 展示藥材實物，例如:海馬、海星、珍珠粉、朱砂、薑黃、靈芝、杞子、人參等。</p> <p>請學生把中草藥分類(動物、植物、礦物)</p> <p>教師提問: 中草藥會否有用盡的一天?</p> <p>閱讀分享:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 麝香的危機 • 冬蟲草過度採伐 • 人們瘋狂採礦 <p>學生分享閱讀材料的內容及看法(過度採集會引致荒漠化,物種滅絕的危機。)</p> <p>學生解釋保護中藥資源的重要性</p> <ul style="list-style-type: none"> • 生態安全：防止水土流失、維護生態平衡。 • 生物安全：保護物種與基因多樣性，防範未知風險。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 評估對中藥來源（動、植、礦物）的辨識能力。 2. 評估對資源枯竭問題的理解及口頭表達能力。

實施周次及課節	學科領域	學習重點/活動/資源	國民/價值觀教育元素	國安教育元素	課堂內容	評估方式
					<ul style="list-style-type: none"> 國家安全：保障國民健康、維護社會穩定、實現「資源自主可控」。 	
	中文	<p>【智慧的先見——「治未病」與國民健康長城】</p> <p>學習重點:</p> <ol style="list-style-type: none"> 說出中醫「上工治未病」思想的核心內涵（未病先防、既病防變、瘥後防複） 通過分析張仲景、孫思邈等古代名醫的生平事蹟，歸納並舉例說明「醫者仁心」與「為國為民」擔當的具體表現。 運用「治未病」思想與現代健康知識，為自身與家庭制定一份具體、可行的健康行動計畫。 	學習古代名醫的事蹟，感悟其愛國擔當與濟世情懷	國家概要 4. 認識和欣賞中華優秀傳統文化和傳統智慧，建立文化自信和傳承意識，並以身為中國人自豪	<p>預習: AI 生成人物傳記篇章</p> <p>討論:</p> <ul style="list-style-type: none"> 李時珍的性格特徵: 他為何要冒生命危險試藥? (擔當) 他和神農氏有甚麼不同? (理性分析、態度嚴謹) 為何他放棄做官，選擇從醫? 他的行為展現了甚麼精神? (擔當、守護民族) <p>寫作: 1. 以“治未病”思想結合現代健康知識，為自身與家庭制定一份具體、可行的健康行動計畫書。</p>	<ol style="list-style-type: none"> 評估資訊梳理及歸納人物特質的能力。 綜合評估對「治未病」思想的理解、應用能力及寫作技巧。

實施周次及課節	學科領域	學習重點/活動/資源	國民/價值觀教育元素	國安教育元素	課堂內容	評估方式
藥食同源 藥補不如食補、是藥三分毒	生命教育	<p>【我的健康我作主——築起「藥食同源」的健康防線】</p> <p>學習重點:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 認識許多天然食材兼具營養與預防、調理身體的功用。 2. 明白健康的關鍵在於「治未病」，即透過日常保養防止疾病發生，而非等到生病才治療。 3. 理解「國民健康防線」是由每一個公民的個人健康所築成。個人的健康就是這道防線最堅實的「磚石」。 4. 將個人健康的價值，從「利己」提升到「利他」和「利國」的層面，激發學生的社會責任感和使命感。 	建立個人健康管理意識	<p>總體國家安全觀</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 降低醫療負擔，維護社會穩定與公共衛生安全 	<p>[預習]</p> <p>學生收集家傳秘方/食療湯水</p> <p>抉擇題引入： 如果你感冒初起會以甚麼方法治療？(尋求專業醫療、飲食調理、調整作息.....)</p> <p>帶出中西藥互補的概念</p> <p>介紹有藥用價值的食材 生薑：發散風寒； 紅棗、紅糖：補氣養血 梨子：性涼，潤肺清燥 冰糖：補中益氣，和胃潤肺 冬蟲夏草：滋補腎臟，提升精力 陳皮：化痰 豆腐：性涼</p> <p>學生分享家傳秘方/食療湯水</p> <p>分享藥膳料理：</p> <ul style="list-style-type: none"> • 肉骨茶 • 八寶粥 • 土筍凍 (土筍凍的起源，一說是鄭成功發明土筍凍，二是與抗倭英雄戚繼光有關。) 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 評估對「藥食同源」概念的掌握。

實施周次及課節	學科領域	學習重點/活動/資源	國民/價值觀教育元素	國安教育元素	課堂內容	評估方式
					<p>(相傳在鄭成功收復台灣時常有糧草緊缺的問題。當時駐軍之地與海灘相距甚近，將士們到海邊挖出大量的土筍，而鄭成功每天僅食用以土筍熬成的湯。一天，鄭成功忙於軍務，忘記用餐，土筍湯已放涼凝固，他不願麻煩將士翻熱湯，就直接食用凝成凍的土筍湯，卻意外發現味道比原本鮮美。於是，土筍凍就是鄭成功無心插柳下誕生的食品，後來又流傳至民間，再經後人改良，成為了如今廣為人知的福建小吃。)</p> <p>(至於戚繼光一說，明朝嘉靖年間，戚繼光率兵在東南沿海抵抗倭寇。其時糧食短缺，他下令士兵捉灘塗上的小魚小蝦一起煮湯，卻發現了一種海蚯蚓。士兵本來將之單獨煮食，但到戚繼光用餐時，只剩下冷卻成塊的海蚯蚓，他只好如常食用，卻發現其味鮮美，自此土筍凍便流傳開來。)</p>	

實施周次及課節	學科領域	學習重點/活動/資源	國民/價值觀教育元素	國安教育元素	課堂內容	評估方式
					<p>「藥食同源」的知識進行日常保健和早期干預，但在症狀嚴重或持續不退時，必須尋求專業的治療。</p> <p>這道健康防線是由自己親手築起。當我們建立了個人健康管理意識，就能降低國家的醫療負擔。</p> <p>反思/討論： 如果一個國家為治療可預防的疾病花費了巨額資金，那麼這些錢可以用在哪些地方？ (科技研發、教育投資、基礎設施建設、環境保護、國防安全、文化發展等方面)。</p> <p>所以關注個人健康，就是為國家可用於更長遠發展的寶貴資源。這樣國家就有更多資源發展科技、經濟、教育，令社會更穩定。</p>	

實施周次及課節	學科領域	學習重點/活動/資源	國民/價值觀教育元素	國安教育元素	課堂內容	評估方式
	生命教育 數學	<p>【中醫藥走向世界：我的文化自豪與使命】</p> <p>學習重點:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 從屠呦呦團隊從中藥典籍《肘後備急方》發現青蒿素的故事，理解這是中醫藥給世界的第一份大禮。 2. 認識「中醫針灸」被聯合國教科文組織列入「人類非物質文化遺產代表作名錄」。 3. 學習基本的中醫藥常識（穴位保健），親身感受其價值。 4. 積極行動，成為校園文化傳播者。 	感受中醫藥作為中華文明瑰寶的世界影響力，建立強烈的民族自豪感和文化自信，激發傳承使命感	國家概要 1. 瞭解中醫藥在當代全球健康領域（如抗疫、運動康復）的具體貢獻，理解“國家軟實力”的概念	<p>[引入]</p> <p>展示相片： 運動員身上的東方魔法印記(拔罐)</p>  <p>討論： 為甚麼世界頂級的運動員會選擇中醫藥治療？</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 評估對中醫藥全球影響力的理解。 2. 評估創意思維及傳承使命感。 3. 評估穴位定位準確度及手法是否正確。

實施周次及課節	學科領域	學習重點/活動/資源	國民/價值觀教育元素	國安教育元素	課堂內容	評估方式
					 <p data-bbox="1377 582 1870 662"> https://hk.epochtimes.com/news/2016-08-12/%E5%A5%A7%E9%81%B%E5%90%8D%E5%B0%87%E6%84%9B%E6%8B%94%E7%BD%9D-%E5%B5%A8%E7%90%83%E7%86%B1%E8%A9%B1%E5%82%B3%E7%B5%B1%E4%B8%AD%E9%86%AB-31116833#google_vignette </p> <p data-bbox="1377 726 1624 805"> 提問： 你怎樣看中醫藥？ </p> <p data-bbox="1377 853 1870 1045"> 「中國的傳家寶」變成「世界的共用財富」，傳統中醫藥目前不僅在100多個國家獲廣泛接受，更是首個被納入世衛《全球醫學綱要》章節的傳統醫學。 </p> <p data-bbox="1377 1093 1870 1220"> 「中醫針灸」被聯合國教科文組織列入「人類非物質文化遺產代表作名錄」。 </p> <p data-bbox="1377 1268 1870 1422"> 中醫藥是中華文明瑰寶 春秋戰國時期，扁鵲總結前人經驗，提出「望、聞、問、切」四診合參的方法，奠定了中醫臨床診斷 </p>	

實施周次及課節	學科領域	學習重點/活動/資源	國民/價值觀教育元素	國安教育元素	課堂內容	評估方式
					<p>和治療的基礎。戰國至秦漢時期，產生了以《黃帝內經》、《神農本草經》等為代表的經典醫籍，中醫藥理法方藥體系逐漸形成。</p> <p>屠呦呦發現青蒿素都是受《肘後備急方》記載「青蒿一握，以水二升漬，絞取汁，盡服之」所啟發。</p> <p>在內地，2017年制定的《中醫藥法》明確中醫藥在國家醫療衛生體系中的地位。</p> <p>香港政府正與中醫藥界共同制定《中醫藥發展藍圖》，這項藍圖的目標是推動中醫藥的發展。</p> <p>香港政府首間中醫醫院於2025年12月投入營運。</p> <p>提問： 你會用甚麼方法把中醫藥傳承下去？ (通過短視頻、漫畫、個人學習.....)</p> <p>學習基本中醫保健方法： 按摩、刮痧、拔罐、艾灸</p>	

實施周次及課節	學科領域	學習重點/活動/資源	國民/價值觀教育元素	國安教育元素	課堂內容	評估方式
					<p>穴位保健是中醫學的一種外治法，透過按摩特定的穴位來達到疏通經絡、調節氣血、預防和改善疾病的目的。</p> <p>實踐活動： 透過影片學習按摩 合谷穴：位於虎口處，主治頭部疾病、腸胃不適，有鎮痛作用。 足三穴：位於膝蓋下方約四指處，是增強體質、健脾益氣的重要穴位。</p>	

全方位學習活動:

參觀中醫藥博物館、雷生春

醫師訪談

小醫師認證計劃(理論與實踐)

低程度	中程度	高程度
<ul style="list-style-type: none">• 辨別中草藥• 拍打法	<ul style="list-style-type: none">• 辨析中草藥及說出它的功效• 準確找到「兩大保健要穴」，並掌握按揉法（輕柔、持久、有滲透力）及說出每個穴位的主要保健用途。<ul style="list-style-type: none">✧ 足三裡（健脾和胃，補中益氣）：位於膝眼下四橫指，脛骨外一橫指。堪稱「長壽穴」。✧ 合谷穴（鎮靜止痛，清熱解表）：位於手背虎口處，第一、二掌骨之間。堪稱「萬能止痛穴」。	<ul style="list-style-type: none">• 設計藥膳食譜• 準確找到「兩大保健要穴」，並掌握按揉法（輕柔、持久、有滲透力）及說出每個穴位的主要保健用途。<ul style="list-style-type: none">✧ 內關穴（寧心安神，理氣止痛）：位於腕橫紋上三橫指，兩筋之間。堪稱「心臟守護穴」。✧ 湧泉穴（滋補腎陰，引火下行）：位於足底前部凹陷處。堪稱「補腎安神穴」。