

封面故事

有間學校，學生在教室一邊踩單車，一邊聽書，聽起來是否好吸引？這種好玩的事，是炮台山循道衛理中學（下稱「炮循」）的教學常態。該校是全港唯一一間照顧100%特殊學習需要學生（包括ADHD等SEN學童）的基督教主流中學，全校約270名學生。

校長沈立平接受《教育佳》專訪時表示，SEN學童常被誤認為是懶惰或抗壓性差，但其實是他們大腦的運作方式不同。學校的教學模式亦與傳統教學有所不同，引入一套全新的教學思維，透過拆解步驟、邊說邊做、感統（感覺統合）運動及歷奇輔導，回應ADHD學童的學習需要。

教育佳記者 樹霖（文）麥潤田（圖）

炮台山循道衛理中學 上堂踩單車機



▲沈立平（右二）帶領教師團隊，為學校引入一套全新教學模式。

就讀炮循2C班的韋柏溢同學，入學一年多已擔任學校領袖生。對於兒子的轉變，韋媽媽亦感到非常欣慰。韋媽媽說，當初是從小學社工得知炮循這間中學，自兒子小學四年級起，每年開放日都到訪參觀。兒子起初因學校位於斜坡而抗拒，

直至看見「鐵路教室」後產生強烈入讀意願。韋媽媽說自己童年成績不理想，懷疑曾有未被診斷的ADHD，因此對這所專門照顧SEN學生的學校深感認同。韋媽媽表示，兒子入學一年後，能感受到其在社交自信、學習主動性與情緒管理三方面，均出現顯著正向轉變。

沈立平表示，學校不同於傳統學校，在設計教學有三個核心差異：理解特性、調整方法、轉變心態。

學生有Say

獲得接納 建立自信

四位同學向記者分享學習經歷、興趣探索和理想職業。他們表示，老師與校長「超好、很細心、很有耐心」。這種良好的師生關係，讓他們在學習與探索中感到被接納，從而建立自信。



蔣家妍

希望成為舞蹈員，現正於香港演藝學院學習爵士舞與嘻哈舞。



何嘉耀

正修讀應用學習課程（APL）的鐵路維修方向，畢業後計劃投身相關工作。



洪寅

以飛行員為第一志願，已參與校方生涯規劃，計劃暑假考取學員駕駛執照（SPL）。



陳卓麟

在校內修讀多個資歷架構課程，望從事電腦程式、氣槍教練及婚禮攝影等工作。



▲韋媽媽對兒子的轉變感欣慰。

第一，任務分段與動態休息。

學校不會一次給完整份作業，而是將閱讀或練習題拆解成小步驟，學生完成一小段就會獲得回饋。同時允許「合法放電」，學生達成指定進度後可以起身活動，例如寫完五題就能喝水或拉筋一分鐘。

第二，視覺提示與多感官學習，教師將指令視覺化，用計時器、沙漏呈現時間，以圖像或條列方式寫下流程。讓學生動手做中學，例如用積木學數學、用肢體記單字，或在校內二十多個情境教室進行體驗式學習。

第三，預告與過渡緩衝，在活動轉換前五分鐘明確提示（如「再過五分鐘就要換課題」），避免學生因突變而情緒當機。

第四，正面反饋。老師會即時給予具體的讚美，例如「你剛剛這十分鐘非常專心」，比空洞的「很好」更有效。同時採用正面引導，不說「不要扭來扭去」，而是說「請把雙腳平放在地板上坐好」。



◀中三級同學在數學堂，一邊運動一邊運算。



▲韋柏溢入學一年多已擔任領袖生。

行為控制轉向「能力賦予」

香港中文大學教育心理學系專業顧問劉善宜指出，針對ADHD學童的教學正從傳統的行為控制轉向「能力賦予」，協助學童發展生活所需的適應技能。

核心理念轉變傳統方法側重獎懲促進行為表現，藥物則調節大腦活動；新教學方式旨在讓學童「具備良好表現的能力」，提升日常生活功能。全球創新方法包括認知負荷調控、神經回饋等，雖成效研究參差，但具輔助潛力，有助減少對藥物的過度依賴。劉善宜建

議，學校導入新方法前應建立學生行為基線資料，評估對學習與社交影響最大的問題，並與家長充分溝通。不同類型ADHD均可嘗試，但方案須按年齡與發展需要調整。

劉善宜又指出，學校最易忽略家校持續合作及充足資源培訓。專業人員應扮演傾聽者與共同探索者，與教師、治療師等持份者協同，持續調整策略。劉博士並強調，無單一方法可取代藥物，需設定合理目標。若效果不如預期，可運用「G&G」（Glow & Growth）原則：肯定學習成果（Glow），找出改進方向（Growth），建立支持性學習文化。展望未來五年，最值得投入的方向是結合人工智能，整合個別化教育計劃（IEP）、行為追蹤與持份者回饋等數據，協助制定更具實證基礎的個人化教學策略。



▲劉善宜指出，ADHD學童的教學策略日後將結合AI而制定。



▲感覺統合與健身區讓同學調節過剩精力，提升自控力。

話你知

注意力不足過動症三大特徵

ADHD的全名是「注意力不足過動症」（Attention Deficit Hyperactivity Disorder），是一種神經發展障礙，多見於兒童。

特徵

注意力不集中

過度活躍

衝動行為(例如難以專心、坐立不安、打斷別人說話)



▲學校推行校本資歷架構課程。

教學趨勢

回應SEN學童需要 聽書更入腦

35分鐘課堂拆成三四段

針對ADHD學童注意力不集中、情緒易波動、自控力弱等特點，沈校長表示，在課堂環節方面，學校採用微課結構，將35分鐘拆成三至四個模塊，例如5分鐘趣味導入、10分鐘核心講解、10分鐘動手操作、10分鐘小組競賽，頻繁切換形式以重新激活大腦。同時設置合法「放電」座位，允許使用充氣坐墊、彈力帶，或設置站立學習區，甚至課堂上可以踩單車機，讓學生用微小晃動維持大腦清醒及專注力。教師亦提供實物指令物，例如靜音壓膠玩具如捏捏樂、指尖魔方，規定只能用手摸、眼睛看老師，滿足多動需求的同時反而有助專注聽講。

在節奏把控方面，學校建立預期感與情緒緩衝。沈校長又說，老師使用視覺化時間倒計時，讓學生看見時間流失，減少因突然被中斷而產生的焦慮，並在收拾書包或轉換科目時播放特定音樂、拍打節奏或進行30秒深呼吸，用儀式幫助大腦切換任務。更重要的是在教室角落放置豆袋沙發、繪本或沙漏，當學生情緒即將爆發前，引導其暫停五分鐘調整情緒，避免引發課堂衝突。

倡增聘駐校教育心理學家

在家校合作方面，沈校長強調家長的配合是成功的關鍵。學校透過家長晚會、講座與工作坊，向家長普及ADHD新教學理念，指導在家中延續規律的行為訓練。學校亦舉辦親子活動，讓家長與孩子在真實情境中練習正面溝通，同時鼓勵家長及時申報孩子狀況及用藥情況，減少因資訊不透明造成的誤解與壓力。沈校長表示，期望未來能建立跨專業醫療網絡對接，與兒科醫生、精神科醫生及社區社工形成順暢的轉介機制。

展望未來，學校將持續優化軟硬體與教育理念，於各科全面推行情境及體驗式教學。沈校長建議增聘駐校教育心理學家與專業輔導人員，並增設教學助理分擔課堂

管理事務，減輕前線教師負擔，讓教師專心落實教學規劃。沈校長表示，在校的每位同學，經過六年的培訓與教育，每位同學都有一定的行業技能，學校會為其推薦合適的實習及工作，達至學以致用貢獻社群。

