

天主教聖母聖心小學
有關「減輕學童書包重量」政策

過重的書包可令小學生因負荷過量而身體疲勞，根據衛生署建議，學童不應長時間背負重量超過該生體重15%的書包。本校爲了幫助學生解決書包過重問題，作出以下策劃：

1. 教導學生

校方會在課堂、班主任課或集會，向學生講解書包過重可引致身體負荷過量及疲勞。爲了幫助學生，校方會：

(a) 培養學生每天收拾書包的習慣，務使學生只攜帶確實需用的課本、練習簿和文具回校，藉以訓練學生的自理能力。教師會在學期初對小學低年級學生給予個別幫助及教導。

(b) 教師會在下課前清楚說明下一課要用哪本書籍，避免學生攜帶不必要的課本、練習簿和文具回校。

(c) 鼓勵學生選用質輕而耐用的書包、筆盒和其他文具。

(d) 向學生示範背負書包的正確方法和姿勢，並講解書包過重的弊病。

2. 取得家長的合作

學校與家庭的合作是非常重要的。校方會發通告向家長講解他們怎樣協助解決書包過重的問題。家長須選用質輕的書包和其他物品；提醒及幫助子女每天按照時間表收拾書包，並勸阻他們攜帶雜誌、玩具及其他不需用的物品回校。

3. 檢討時間表

學校已因應情況，減少每天上課節數，使學生不用在同一天攜帶大量課本、練習簿或較重的物品，例如地圖、圖畫紙、卡紙等回校。另外，學校已作出配合，儘量將體育、美術和音樂科安排在不同的上課天上課，藉以減少學生攜帶物品的數量。

4. 選擇適合的課本

學校已儘量選用一些可分拆爲二的課本，藉以減輕學生書包的重量。學校亦減少選用過多補充作業或額外練習。學校已留意個別科目加多一本額外作業簿似乎對書包的重量影響不大，但各科作業簿的總重量，可能會引致書包過重的情況出現。

5. 設計不同形式的家課

教師已減少要求學生使用家課簿或練習簿來完成家課，有時更會以工作紙的形式給予學生家課，因爲逐次派發，可使學生便於攜帶，教師亦易於收集及批改。教師會設計及採用不同方式和類型的家課，如從互聯網搜尋資料、實驗、作口頭報告等。另外，教師會爲學生保存未使用的練習簿，到有需要時才派發給學生。

6. 避免懲罰學生

如果學生偶然忘記攜帶課本或練習簿，教師會加以體諒，並採用較積極和有效的引導方法，例如在事前向學生清楚說明每節課所需應用的物品等。

7. 抽樣檢查

實施抽樣檢查，若發現學生書包過重，會立即通知有關學童的家長。