

「賽馬會美荷樓香港精神學習計劃」
教材經驗分享

香港培正中學
鮑潔

學校背景

- 學生學習能力屬中上
- 通識教育科：
 - 按班別／組別
 - 訂定教學語言／校本課程

教材套的高中單元三

生活素質：物質與精神

學與教計劃及活動示例

背景資料

科目：新高中通識教育科

對象：中四級

教節：兩教節（80分鐘）

教學計劃及目標

讓學生掌握及了解：

- 生活素質...What?
- 生活素質... How?
- 生活素質 vs 生活水平
- 石硤尾居民的態度
- 快樂來自物質？

培養學生以下能力：

- 理解
- 討論
- 分析
- 綜合
- 表達

培養學生以下價值觀和態度：

- 尊重素質及卓越
- 可持續性
- 理性
- 敏感
- 關懷

學習重點

- 生活素質與生活水平
- 物質生活與非物質生活

教學流程

教節：共兩節，每節40分鐘

第一教節

項目	課時	課堂內容	教學活動	教學材料
課前預備	/	1. 教師派發 <u>工作紙一（腦圖）</u> 。 2. 吩咐學生事先在工作紙的腦圖上填寫他們的答案，於第一節課時帶回。	/	工作紙
簡介、分組討論	5分鐘	1. 安排學生四人一組，讓學生與 <u>同組同學的答案</u> 互作比較。 2. 學生以小組形式完成一個 <u>完整的腦圖</u> ，從而找出影響生活素質的因素。	聆聽、 小組討論、 分析、 回應問題	工作紙、 課本
提問	5分鐘	1. 教師以抽問形式讓學生回答討論結果。 2. 學生需要同時將其他組別的報告內容摘要紀錄在課堂活動工作紙。	抽樣提問、 匯報、 紀錄	/
小結	10分鐘	1. 教師回應學生的匯報內容。 2. 利用教學簡報作 <u>延伸解說</u> ，從而 <u>界定物質生活及非物質生活的定義、說明不同年代的人對「生活素質」的要求</u> 。	回饋、 延伸解說	教師參考 資料一

教學流程

項目	課時	課堂內容	教學活動	教學材料
分組 討論	5分鐘	<ol style="list-style-type: none"> 繼續安排學生四人一組，以小組形式<u>觀看短片</u>及分析有關美荷樓的資料。 學生須完成<u>課堂活動工作紙二</u>的問題。 	觀看、閱讀、小組討論、分析、回應問題	工作紙
提問	5分鐘	<ol style="list-style-type: none"> 教師以抽問形式讓學生回答<u>討論結果</u>。 學生需同時將其他同學的報告內容摘要紀錄在課堂活動工作紙。 	抽樣提問、匯報、紀錄	/
小結	5分鐘	<ol style="list-style-type: none"> 教師回應學生的匯報內容。 利用教學簡報作<u>延伸解說</u>。 	回饋、延伸解說	/
總結	5分鐘	<ol style="list-style-type: none"> 生活素質的定義、分類。 影響生活素質的因素。 相關概念，例如：生活素質、生活水平、物質生活、非物質生活。 派發<u>學生閱讀資料一至三</u>，吩咐學生於課後閱讀。 	/	學生閱讀資料一至三

課堂活動一：熱身活動

賽馬會美荷樓香港精神學習計劃

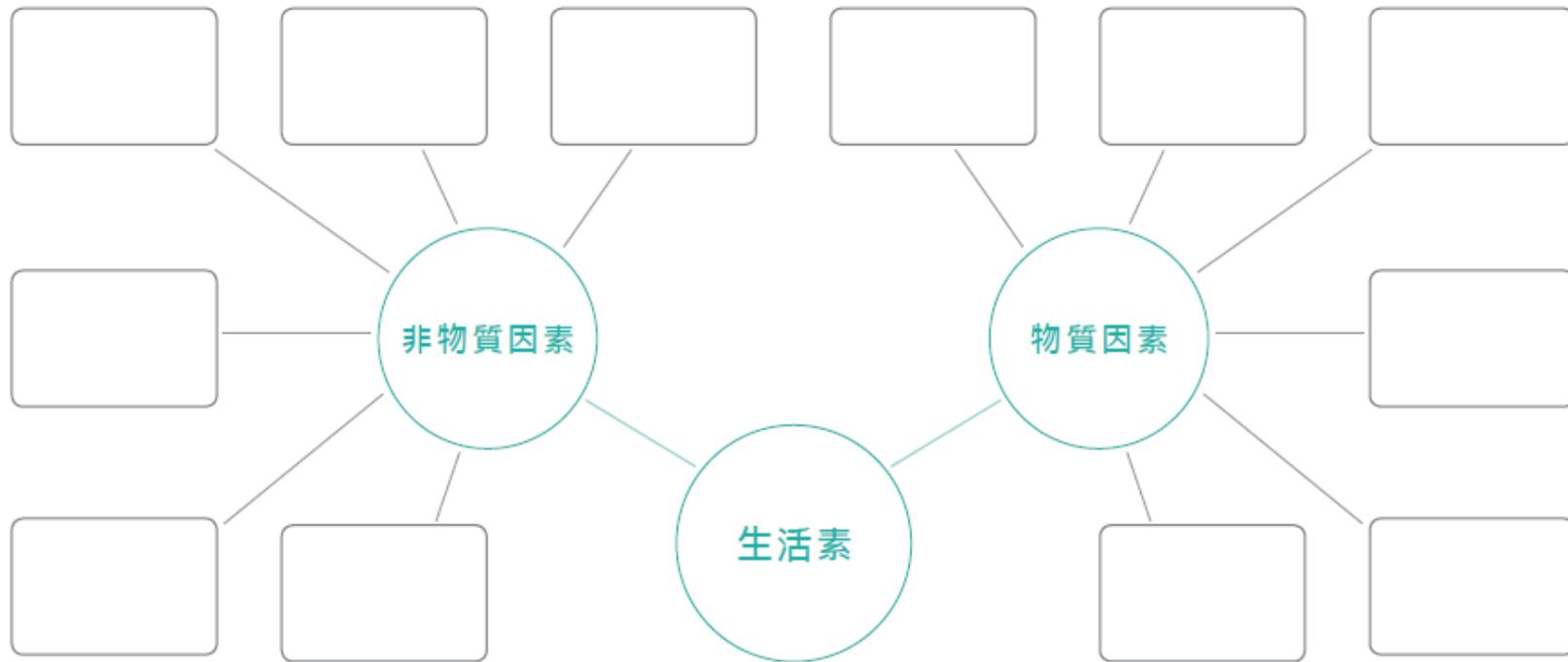
姓名 _____ 班別 _____

高中單元三 – 生活素質：物質與精神



一、熱身活動

根據閱讀材料，跟同學討論以下的問題。



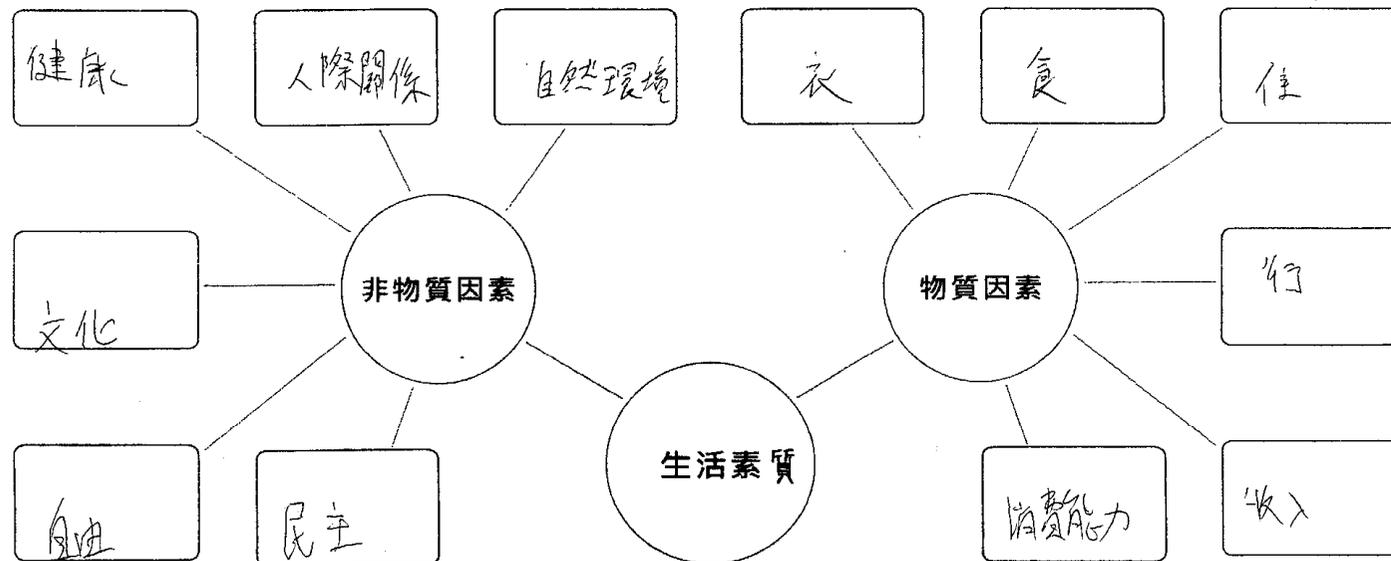
工作紙一：學生個人樣本一

Student 1

高中單元三 - 生活素質：物質與精神



一、熱身活動



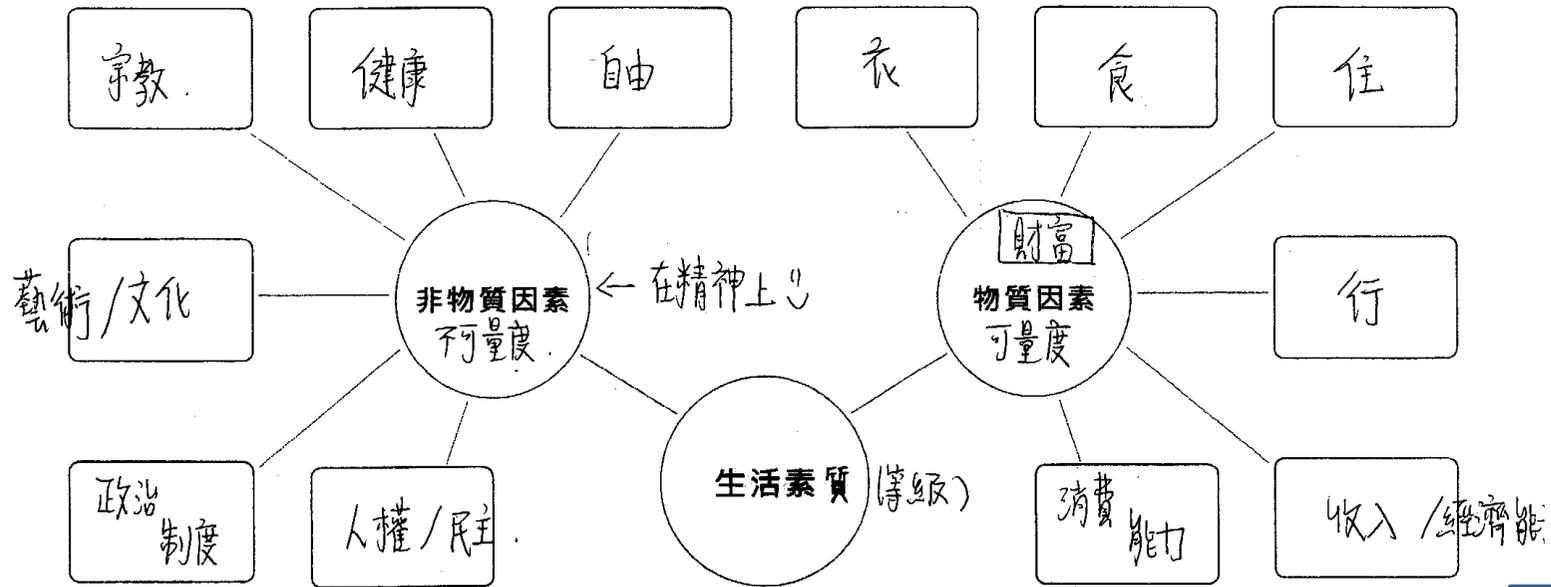
工作紙一：學生個人樣本二

Student 2

高中單元三 - 生活素質：物質與精神



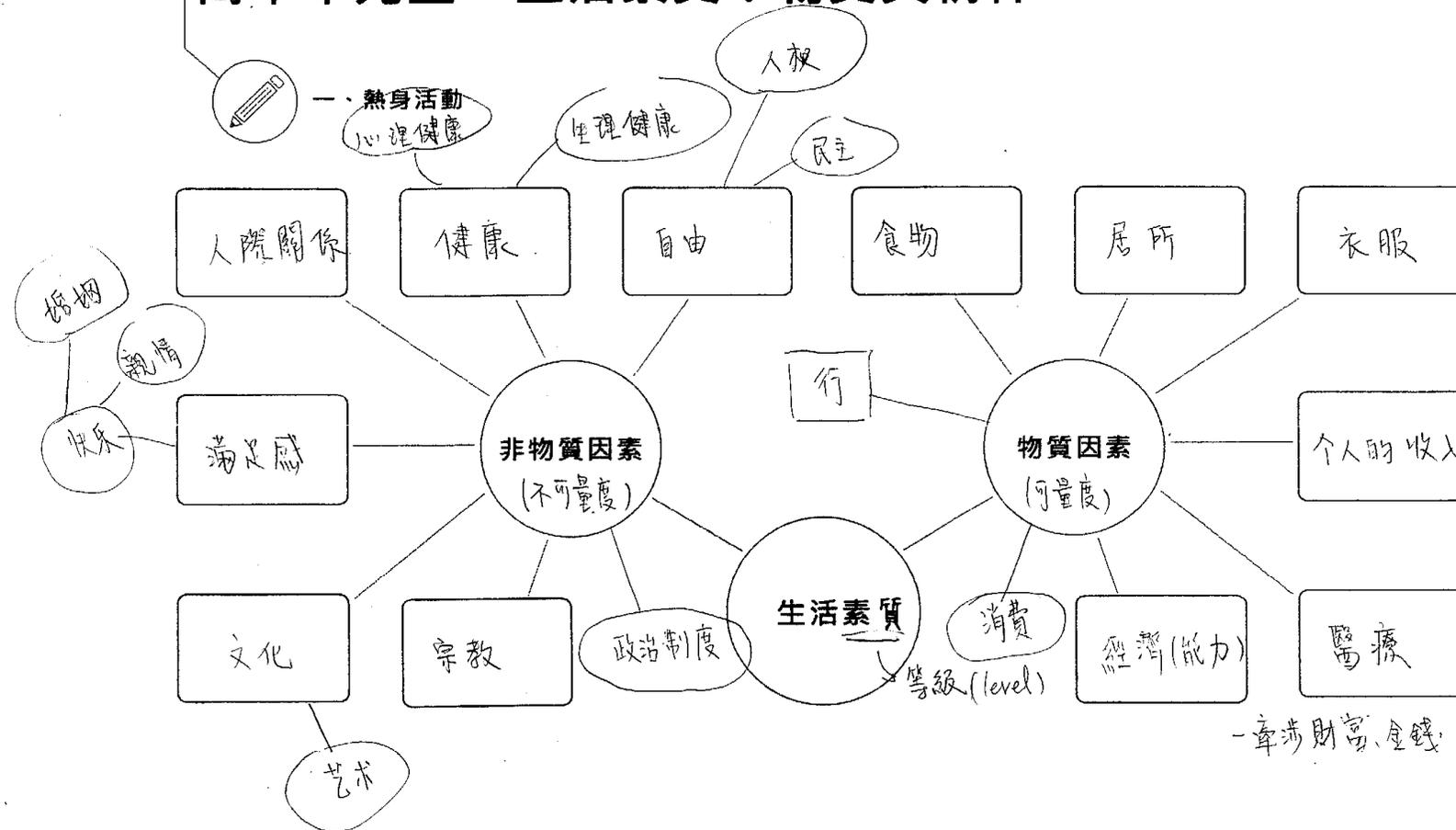
一、熱身活動



工作紙一：學生小組樣本

Group A

高中單元三 - 生活素質：物質與精神



教師參考資料



二、通識概念

生活素質

一般而言，生活素質是指人民對其生活中各種範疇的滿意程度，藉此反映一個國家或地區的財富和人民的福祉。「生活」的概念涵蓋了個人生活需要的各個方面，包括物質生活和非物質生活。「素質」指等級，其改善或提升受政治、社會、經濟狀況等客觀條件和個人的主觀感受所影響。

物質生活 VS 非物質生活

「生活素質」包括人們在「物質生活」和「非物質生活」兩方面的滿足程度：

- 物質生活泛指通過財富而建構的生活，包括：衣、食、住、行、經濟、收入、消費能力等等
- 非物質生活泛指並非通過財富所建構的生活，包括：政治制度、人權、文化、藝術、婚姻、快樂、自由、親情、環境等等

富裕的物質生活在一定程度上有助改善生活素質及增加快樂的感覺。可是幸福與否主要是建基於個人的主觀感受，與人們的文化背景、價值觀和個人期望有關，並不一定跟客觀生活素質成正比。

不同組織及地區對生活素質的理解也有不同，例如北歐地區以社會平等、政治自由、生態平衡等為衡量生活素質的準則；不丹從文化承傳、環境保護及自給程度等角度理解生活素質。



課堂活動二：觀看短片



資料一：觀看短片（04:07-06:36、17:05-19:40）

香港電台：《香港故事》第9集：〈我們在石硤尾長大〉

<https://www.youtube.com/watch?v=C8PwqCid15g>



工作紙二：紀錄影片重點



三、分組討論 - 美荷樓裡的快樂

觀看香港電台《香港故事》第9集 - 〈我們在石硤尾長大〉的片段後，與你的組員討論以下問題：

- 三位受訪者的物質生活和非物質生活的情況如何？
- 吳宇森在美荷樓的生活經驗如何影響他的價值觀？
- 黃端貞說：「冇得食都一樣咁開心。」究竟她的快樂從何而來？
- 你的快樂又是從何而來？你認為甚麼才是快樂的最主要因素？

你們可以把重點記下，方便匯報。

短片探討問題

- 受訪者的物質生活和非物質生活的情況如何？
- 吳宇森在美荷樓的生活經驗如何影響他的價值觀？
- 黃端貞說：「冇得食都一樣咁開心。」究竟她的快樂從何而來？
- 你的快樂又是從何而來？你認為甚麼才是快樂的最主要因素？



工作紙二：學生小組樣本

你們可以把重點記下，方便匯報。

睡帆作序...

- 吳宇森：物質生活 缺乏 非物質生活 富足
 - 以前生活沒有安全感，很喜歡看電影
 - 不會羨慕別人 知足 快樂 - <獅子山下> 理想一起追
 - 鄰理關係和睦 (fd)
 - 價值觀 (富足) (快樂可以十分簡單，因為以前生活貧困)
 - 蔡淑芬：物質生活 缺乏 非物質生活 富足
 - 教育程度低 被人看不起
 - 媽媽堅持送其讀書 ← ☺
 - 相信努力脫貧 ← ☺
 - 要發奮不被別人看不起
 - 曾嘗過過壞人
 - 媽媽用全部金錢 (\$150) 將個人經驗寫入電影
 - 買衣服給其做功課
 - 雖窮 但媽媽全力支持
 - 黃端貞：物質生活 缺乏 非物質生活 富足
 - 心靈富足
 - 安貧樂道
 - 因為女兒快樂 努力讀書 → 安慰
- 我的快樂 = 足夠的休息 (睡眠) 家人
 做自己喜歡的事 朋友
 物質 (非) 健康



小結

- 石硤尾居民生活環境不理想、日子窮困
- 以知足常樂的心態去面對
- 從非物質的元素裡尋到快樂
- 現今社會，物質生活富裕，但心靈不快樂
- 物質能令人感到快樂，但並不是必然因素
- 親情、友愛、個人的價值觀才是關鍵



學生閱讀資料一

資料一、口述歷史

那時（1960年代）娛樂少，物資短缺，男孩子，一條仔煙通，一件短袖底衫，就是所有衣物，新鞋、新衣物，只能等到農曆新年才買，平時穿爛了就修修補補，一直穿到新年為止。

小時候物質玩意極少，即使要用錢，也只用極少錢，大部份都是不用付錢的玩意。例如捉水甲由、豹虎、蜻蜓，又有養蠶、捉回來的石燕及相思、養豬仔魚……如何捉、如何養，全是學問。說起這些童年回憶，歷歷在目。

我們左鄰右里的生活都好艱苦，但每個人都是這樣長大的。我們那個年代，我拚命讀書，因為要取得獎學金，否則家人無錢供你讀書。如果讀書不好，可以做其他行業，做製衣，做車房，一樣可以走自己的路。沒有人會歧視讀書不好的人，這個世界，不會完全沒有出路。

雖然那時物質生活並不豐盛，甚至十分缺乏，但回想起來，生活還是十分愉快，而且過得十分充實。

（謝建華，石硤尾徙置區L座）

學生閱讀資料二

資料二、嶺南大學「香港快樂指數調查2013」

香港人快樂指數較去年輕微上升 公共政策及居住環境滿意度顯著下跌

2013年12月12日

嶺南大學2013年香港快樂指數調查結果顯示，香港人的快樂指數較去年的70.3輕微上升至70.5（以0至100分計算）。儘管升幅並不顯著，但觀乎香港目前社會及政治上的矛盾，結果仍使人感到意外。

受訪者對公共政策質素的滿意度由去年的4.77跌至今年的4.14（以0至10分計算），對居住環境的滿意度則由去年的6.03跌至今年的5.75。縱觀各項結果，只有公共醫療獲得6分或以上，即尚算滿意的分數。市民對媒體評價亦低，以0至10分計算，僅得5.10，與去年相若。

工作壓力、長工時及財政壓力持續為導致香港人不快樂的主要因素。今年的調查發現，低收入家庭的快樂程度低於收入較高的家庭。報稱月入1元至9,999元的家庭，其快樂指數最低，只有65.31。月入4萬元以上的家庭，受訪者的平均快樂指數為73.3，在所有收入組別中最高。家庭主婦和退休人士比全職工作人士和學生都更快樂。長工時的人士、尤其是每週工作逾60小時者，其快樂指數較低，平均只有6.66。像去年一樣，超過四成的受訪者每週工作50小時以上。

（嶺南大學公共政策研究中心 http://www.ln.edu.hk/cht/news/20131212/happiness%20index_2013）

學生閱讀資料三

資料三、中大香港生活質素指標數據

中大香港生活質素指標2011年研究報告

	2006	2007	2008	2009	2010	2011
社會分類指數						
醫療公共開支佔本地生產總值的百分比	2.10	2.20	2.00	2.30	2.20	2.30
壓力指數	74.42	72.91	80.36	80.00	75.53	77.45
生活滿意程度指數	112.47	110.22	107.57	111.66	111.46	109.01
新聞自由指數	101.55	103.92	103.64	103.54	102.30	101.95
報紙批評指數	77.25	81.86	83.65	79.15	83.10	86.29
政府表現指數	176.29	183.48	130.48	145.10	138.62	118.03
整體罪案率（按一千名人口計算）	11.83	11.67	11.25	11.08	10.76	10.68
經濟分類指數						
負擔能力比率	5.88	6.82	7.67	8.20	10.22	11.44
租金指數	96.68	105.27	114.54	98.99	115.38	122.68
失業率	4.69	3.92	3.68	5.17	4.20	3.39
經濟現況指數	109.48	116.70	81.55	83.40	96.22	88.50

資料來源：香港中文大學香港亞太研究所生活質素研究中心

<http://www.cuhk.edu.hk/ssc/qol/chi/hkqol.html>

教學流程

教節：共兩節，每節40分鐘
第二教節

項目	課時	課堂內容	教學活動	教學材料
簡介、分組討論	10分鐘	<ol style="list-style-type: none">1. 安排學生四人一組，以小組形式討論及分析有關<u>今昔生活對比的資料</u>。2. 學生須完成<u>課堂活動三工作紙</u>的問題。	觀看、聆聽、小組討論、分析、回應問題	工作紙、學生閱讀資料一至三
提問	5分鐘	<ol style="list-style-type: none">1. 教師以抽問形式讓學生回答討論結果。2. 學生需同時將其他組別的報告內容摘要紀錄在課堂活動工作紙。	抽樣提問、匯報、紀錄	/
小結	5分鐘	<ol style="list-style-type: none">1. 教師回應學生的匯報內容。2. 利用教學簡報作<u>延伸解說</u>。	回饋、延伸解說	/

教學流程（補充）

項目	課時	課堂內容	教學活動	教學材料
分組 討論	8分鐘	<ol style="list-style-type: none"> 繼續安排學生小組形式進行<u>個案分析</u> 學生須完成<u>課堂活動工作紙四</u>的問題 	閱讀、 小組討論、 分析、 回應問題	工作紙
提問	3分鐘	<ol style="list-style-type: none"> 教師以抽問形式讓學生回答討論結果 學生需同時將其他同學的報告內容摘要紀錄在課堂活動工作紙。 	抽樣提問、 匯報、 紀錄	/
小結	4分鐘	<ol style="list-style-type: none"> 教師回應學生的匯報內容。 並利用教學簡報作<u>延伸解說</u>。 	回饋、 延伸解說	/
總結	5分鐘	<ol style="list-style-type: none"> 生活素質的定義、類別。 影響生活素質的因素。 相關概念，例如：生活素質、生活水平、物質生活、非物質生活。 	/	/

閱讀資料一：學生樣本

資料一、口述歷史

那時（1960年代）娛樂少，物資短缺，男孩子，一條仔煙通，一件短袖底衫，就是所有衣物，新鞋、新衣物，只能等到農曆新年才買，平時穿爛了就修修補補，一直穿到新年為止。

小時候物質玩意極少，即使要用錢，也只用極少錢，大部份都是不用付錢的玩意，例如捉水甲由、豹虎、蜻蜓，又有養蠶，捉回來的石燕及相思、養豬仔魚……如何捉、如何養，全是學問，說起這些童年回憶，歷歷在目。

我們左鄰右里的生活都好艱苦，但每個人都是這樣長大的。我們那個年代，我拼命讀書，因為要取得獎學金，否則家人無錢供你讀書，如果讀書不好，可以做其他行業，做製衣，做車房，一樣可以走自己的路，沒有人會歧視讀書不好的人，這個世界，不會完全沒有出路。

雖然那時物質生活並不豐盛，甚至十分缺乏，但回想起來，生活還是十分愉快，而且過得十分充實。

（謝建華，石碇尾徙置區L座）

閱讀資料二：學生樣本

資料二、嶺南大學「香港快樂指數調查2013」

香港人快樂指數較去年輕微上升 公共政策及居住環境滿意度顯著下跌

2013年12月12日

嶺南大學2013年香港快樂指數調查結果顯示，香港人的快樂指數較去年的70.3輕微上升至70.5（以0至100分計算），儘管升幅並不顯著，但觀乎香港目前社會及政治上的矛盾，結果仍使人感到意外。

受訪者對公共政策質素的滿意度由去年的4.77跌至今年的4.14（以0至10分計算），對居住環境的滿意度則由去年的6.03跌至今年的5.75，縱觀各項結果，只有公共醫療獲得6分或以上，即尚算滿意的分數，市民對媒體評價亦低，以0至10分計算，僅得5.10，與去年相若。

工作壓力、長工時及財政壓力持續為導致香港人不快樂的主要因素，今年的調查發現，**低收入家庭的快樂程度低於收入較高的家庭**，報稱月入1元至9,999元的家庭，其快樂指數最低，只有65.31，**月入4萬元以上的家庭**，受訪者的平均快樂指數為73.3，在所有收入組別中最高，**家庭主婦和退休人士比全職工作人士和學生都更快樂**，長工時的人士，尤其是每週工作逾60小時者，其快樂指數較低，平均只有6.66，像去年一樣，超過四成的受訪者每週工作50小時以上。

（嶺南大學公共政策研究中心 http://www.ln.edu.hk/cht/news/20131212/happiness%20index_2013）

閱讀資料三：學生樣本

資料三、中大香港生活質素指標數據

中大香港生活質素指標2011年研究報告

	2006	2007	2008	2009	2010	2011
社會分類指數						
醫療公共開支佔本地生產總值的百分比 (GPD) 的	2.10	2.20	2.00	2.30	2.20	2.30
壓力指數	74.42	72.91	80.36	80.00	75.53	77.45
生活滿意程度指數	112.47	110.22	107.57	111.66	111.46	109.01
新聞自由指數	101.35	103.92	103.64	103.54	102.30	101.95
報紙批評指數	77.25	81.86	83.65	79.15	83.10	86.29
政府表現指數	176.29	183.48	150.48	145.10	138.62	118.03
整體犯罪率 (按一千名人口計算)	11.83	11.67	11.25	11.08	10.76	10.68
經濟分類指數						
負擔能力比率	5.88	6.82	7.67	8.20	10.22	11.44
租金指數	96.68	105.27	114.54	98.99	115.38	122.68
失業率	4.69	3.92	3.68	5.17	4.20	3.39
經濟情況指數	109.48	116.70	115.55	83.40	96.22	88.50

資料來源：香港中文大學香港亞太研究所生活質素研究中心

<http://www.cuhk.edu.hk/ssc/qol/chi/hkqol.html>

- ① 醫療公共開支 = 2.30 (2009, 2011) 2.00 (2008)
- ② 壓力指數 = 80.36 (2008) 72.91 (2007)
- ③ 生活滿意程度 = 112.47 (2006) 107.57 (2008)
- ④ 新聞自由 = 103.92 (2007) 101.55 (2006)
- ⑤ 報紙批評 = 81.86 (2007) 77.25 (2006)
- ⑥ 政府表現 = 183.48 (2007) 118.03 (2011)
- ⑦ 犯罪率 = 11.83 (2006) 10.68 (2011)

工作紙三：學生樣本

1

試舉出一些可能成立的因素，解釋為何資料一的受訪者謝建華在物資短缺的環境下，仍然感到快樂。

→能從大自然中找到快樂
→給予輔導提高物
的樂趣
→這些樂
當時的人
們並沒有歧
視大家的生
活質素

在六十年代，由於物質生活比現代社會較貧乏，因此當時的小孩會利用自己的智慧去製造小玩意，因此童年過得較現代社會的小孩充實；現代社會的小孩，很容易就能買到新的玩意，由於太容易得到，因此並不會快樂。並且，當時的社會並不太注重學業的成就，因此家庭所給予的壓力較現代社會的學生小，因此會快樂。對物質生活並不太注重。

工作紙三：學生樣本

2

資料二反映出現時香港人的「快樂」主要建基於哪些方面？

資料二反映了香港人的「快樂」是建基於非物質^{質生活}上。低收入的家庭一般都會較高收入的家庭不快樂，大部份的低收入家庭由於要幫補家計因此要打長工^{打工}，而家庭主婦和退休人士則是較快樂的一群，由於他們並沒有工作壓力，因此快樂指數比一般的高。

→ 經濟收入越高，快樂指數亦越高；金錢和快樂是因果關係。

→ 工作時間越長，快樂指數亦會越低。

→ 社會環境（市民對醫療、傳媒和政策）的氣氛

工作紙三：學生樣本

3

資料三顯示2011年的「生活滿意指數」有明顯下降，試綜合以上各項資料，結合已有知識，解釋這個現象。

明

2011年的「生活滿意指數」下降，可以由幾部份來說。第一，由於醫療的開支是六年來最高，第二，新聞自由亦是較低的一年，而報紙的批評卻是最高的一年，同時政府的民望亦是最低的一年。

和租金

外在 → 社會環境 → 2006年的生活素質每況愈下，生活滿意指數下降。

內在 → 香港人對社會快樂的定義 → 60年代人們對物質的條件並不在意
→ 2006年人們對生活越來越重視

工作紙三：學生樣本

4

「快樂指數」和「中大香港生活質素指標」分別從哪些方面幫助我們了解香港的生活質素？

主觀指標

反映人們對生活的感覺

客觀指標

「快樂指數」讓我們了解香港人的非物質生活，「中大香港生活質素指標」讓我們了解香港的生活質素。

「快樂指數」是透過訪問，透過收集全港的數據讓我們了解香港的生活質素。

→ 綜合兩方面的調查 (例如：租金指數，失業率)



小結

- 分析現今社會快樂指數的數據和生活質素指標的研究報告→反思社會現時生活狀態
- 資源富足，卻往往忽略了心靈上的培訓，從而建立正確的價值觀

給老師的建議：

學生能夠學會搜集和分析數據的方法，有助他們在獨立專題研究上運用數據來論證自己的觀點。



深層次思考：富裕=幸福？（補充）

- 「全球快樂資料庫」針對95個國家進行快樂程度調查，研究發現，財富增加與快樂程度不成正比。以美國為例，當地人民目前的財富比1950年高出了三倍，然而，他們並沒有因為變得更富有而感到較快樂，在過去10年裏，快樂指數卻沒有提高。在其他的研究中也發現了類似的現象。
- 倫敦政治經濟學院教授萊亞德在《快樂經濟學》中指出，人類對物質富裕的適應力很快，當人們更富有，額外收入所能增加的快樂就會越來越少，因為一旦「適應」了，物質帶來的快樂感便大幅消退。

個案討論：不丹（補充）

不丹，位於中國及印度之間，國土有三萬八千平方公里（約有三十多個香港那般大），但人口只有約七十萬人，逾七成面積為森林。不丹以國民快樂指數代替國內生產總值GDP來衡量國力，強調心靈富足的重要，不丹既要現代化，同時亦要保護傳統與大自然，他們關心的是減低污染，保護傳統、提供國民讀書和就醫的機會；全國禁煙，禁用膠袋，禁止非法捕魚和伐木；2008年不丹舉行歷史上首次民主選舉，直接選舉國民議會議員，產生首個民選政府。不丹的國民人均所得只得6112美元(2012)，全球排名106，卻在英國萊斯特大學公布的「快樂國家榜」上排行第8，是亞洲地區第一。

然而，隨着私人市場發展萎縮，當地高學歷人士未能找到白領工作，加上發展迅速的建造業勞動工作，亦被鄰國印度大量湧入的工人佔去。不丹國家統計局去年發表報告指，當地年輕人的濫藥問題日趨嚴重，而酗酒引致的肝病，更成為當地頭號殺手之一。官方數字顯示，不丹的青年失業率已由09年的百分之十二點九，回落至去年百分之七點三，但這些數字卻受到外界質疑。不丹上世紀開始推行國民幸福指數，考慮政策時將國民快樂置於經濟效益之上，有民眾狠批政府只顧追求快樂，無視社會問題，做法本末倒置。



工作紙四：思考問題（補充）

「追求非物質生活較追求物資生活對我們的生活素質更為重要。」參考以上資料，你在多大程度上同意此說法？

答題指引：觀點兩面看

同意	不同意



小結（補充）

- 雖然物質生活有助改善生活素質及增加幸福感，但到某一水平，滿足感會下降甚至有負面影響。
- 然而，不少非物質生活都必須以金錢為先決條件。

總結

- 從石硤尾居民的個案中，學生能夠體會他們雖然物質缺乏，但心靈及精神面貌富足
- 生活素質的高低與物質生活並無正比的關係
- 有時非物質的條件更加難能可貴，更為重要，然而，不少非物質生活都必須以金錢為先決條件

曾經使用過的學與教策略

- **課前預備**：讓學生對教授內容作初步了解
- **熱身活動**：引發學生學習動機
- **小組討論**：朋輩協作學習
- **觀看短片、閱讀資料及數據圖表、個案分析**：透過多元化學習材料，提升學生學習動機及分析能力
- **學生匯報**：培養學生表達能力
- **教師提問及作延伸解說**：檢查學生對知識的掌握程度，並給予學生適當的回饋

期望學生的課堂表現及學習成果

知識層面	技巧層面	態度層面
<ul style="list-style-type: none">➤ 掌握生活素質的定義及衡量標準➤ 辨別生活素質與生活水平的不同之處	<ul style="list-style-type: none">➤ 學習從不同途徑閱讀或蒐集資料、自主學習及鞏固知識，從而建構知識➤ 懂得從多角度去考慮事件，從而作出判斷及提供建議➤ 能清楚表達自己的論據	<ul style="list-style-type: none">➤ 懂得自我反思➤ 識別對個人和社會議題的不同意見背後的價值取向➤ 尊重證據、持開放和寬容的態度來看待他人的意見和價值觀

有關本教案設計的反思

從學生角度

- 腦圖：引起學生學習動機
- 朋輩學習：有助照顧不同學生的學習差異

從教師角度

- 學生預習：可課堂教學時間更具彈性
- 多元化的資源，如：文章、圖表、短片等，讓學生產生視覺、聽覺效果
- 提供高階思考題目：培養學生多角度或批判性思考能力

完

謝 謝！