

「支援有注意力不足/過度活躍症的小學生」分享會



19.6.2025
教育局 特殊教育分部
教育心理服務（香港）組



為有注意力不足 / 過度活躍症的學生

第一層支援的方向和策略



內容

- 一、注意力不足/過度活躍症（AD/HD）的特徵
- 二、在課堂內提升學生執行技巧的考慮
- 三、如何在課堂內提升學生的執行技巧

一、注意力不足/過度活躍症（AD/HD）的特徵

小B與大B 的心情日記



19-6-2025

今天中文老師請大家輪流答題時，我有很多內容想說，但同學說得很慢，我忍不住打斷同學，結果被同學責怪。其實我也知道要等別人說完才輪到我，但我很難忍耐。下午，我心情很差，不能集中上課。其實我發現自己有時控制不到自己的行為。



小B
三年級



他們有甚麼目標？

為甚麼他們未能
如願達成目標？

他們遇到了甚麼
障礙？

19-6-2025

今日科學展覽，我原本設計了一架很強的「無人機」，我一直在腦內想，我知道有很好東西要準備。但有很多其他事情打亂了我，所以一直準備不到物資，拖延到最後才趕急完成，過程很不順利。我很氣憤，因為明明可以做得更好！



大B
五年級



心情差

不專心

衝口而出

行為表徵

反映

表現為

隱藏困難: 執行功能不足

影響

調節思想和行為的能力

規劃/優次排定

堅持達標

後設認知

組織

時間管理

反應抑制

持久專注

工作記憶

情緒調控

任務展開

靈活變通



無時間觀念

大意、忽略細節

行為表徵

反映

表現為

隱藏困難: 執行功能不足

影響

調節思想和行為的能力

規劃/優次排定

堅持達標

後設認知

組織

時間管理

反應抑制

持久專注

工作記憶

情緒調控

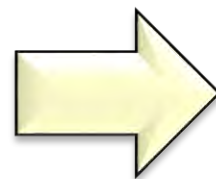
任務展開

靈活變通

有注意力不足/過度活躍症的學生 所面對的執行功能困難

- 透過學習執行技巧（ executive skills ），有注意力不足/過度活躍症的學生可以學習**覺察**和**調節**自己的**思維**、**情緒**和**行為**，更有效率和效能地工作以達到目標。

(Barkley, 2014; Dawson, 2021)



執行功能的神經科學基礎

背外側前額葉皮質

(Dorsolateral prefrontal cortex)

- 規劃優次
- 時間管理
- 持久專注
- 工作記憶
- 靈活變通
- 後設認知

眼窩前額葉皮質

(Orbital prefrontal cortex)

- 反應抑制
- 情緒控制

Kaufman (2010)

有AD/HD的學生執行功能較弱，與腦神經因素有關，
並非故意做出非期望行為

二、在課堂內提升學生執行技巧的考慮



Sense
融情 特教



1. 提升執行技巧，對學生有甚麼幫助？

學習

情緒

社交

自理

1. 提升執行技巧，對學生有甚麼幫助？

學習方面

- 建立持續專注、抑制衝動等執行技巧有助學生持續專注，在課堂中有效學習
- 同時，掌握組織、後設認知、工作記憶等技巧也能提升學生的學習效能



節期	內容	星期一、二、四、五
-	早會	08:05-08:20
-	班主任課	08:20-08:40
1	中文	08:40-09:15
2	英文	09:15-09:50
3	數學	09:50-10:25
-	小息	10:25-10:45
4	課堂教學 (3節)	10:45-11:20
5		11:20-11:55
6		11:55-12:30
-	午膳	12:30-12:55
-	午會	12:55-13:25
7	課堂教學 (3節)	13:25-14:00
8		14:00-14:35
9		14:35-15:15
-	課後活動	



1.提升執行技巧，對學生有甚麼幫助？

「規劃策略」(Planning Facilitation)

- 在數學科課堂上由老師教授後設認知的方法
- 每周大約 2 到 3 次，每次約半小時

Psychology in the Schools / Volume 45, Issue 9 / p. 859-874

Research Article

The school neuropsychology of ADHD: Theory, assessment, and intervention†

Sam Goldstein ✉ Jack A. Naglieri

First published: 14 October 2008

<https://doi.org/10.1002/nits.20331>

1. 你的目標是什麼？
2. 您從工作紙哪部分開始工作？
3. 你使用了什麼策略？
4. 該策略如何幫助您實現目標？
5. 下次你還會做什麼？
6. 下次您還會使用哪些其他策略？

Iseman, J. S., & Naglieri, J. A. (2011). A Cognitive Strategy Instruction to Improve Math Calculation for Children With ADHD and LD: A Randomized Controlled Study. *Journal of Learning Disabilities*, 44(2), 184-195. <https://doi.org/10.1177/0022219410391190> (Original work published 2011)

1.提升執行技巧，對學生有甚麼幫助？

「對比組」接受一般教學(Normal Instruction)

「實驗組」接受規劃策略教學(Planning Facilitation)

在**前****後**測中，「實驗組」相對「對比組」，在以下範疇有顯著進步：

- 數字運算 (Numerical Operation)
- 數學快速運算 (Math Fluency)

1.提升執行技巧，對學生有甚麼幫助？

情緒方面

- 建立情緒控制、後設認知等技巧，能讓學下提醒自己覺察的能力，調整個人情緒及狀態



1.提升執行技巧，對學生有甚麼幫助？

社交方面

- 當學生掌握**抑制衝動**的技巧後，較少機會呈現衝動行為，日常朋輩間的互動更正面
- 掌握**規劃與優次排定**的技巧後，學生懂得安排自己的日程，能實踐對他人的承諾，得到同學的信任



1.提升執行技巧，對學生有甚麼幫助？

自理方面

建立**組織**、**時間管理**等技巧有助學生提升自理能力





1.提升執行技巧，對學生有甚麼幫助？

執行技巧
不足

提升執行
技巧

目標

規劃/優次排定

堅持達標

後設認知

組織

時間管理

反應抑制

持久專注

工作記憶

情緒調控

任務展開

靈活變通

學習

情緒

社交

自理

2.執行技巧繁多，
該怎選擇才能對學生有幫助？

基礎技巧

反應抑制

工作記憶

情緒控制

持久專注

任務展開

靈活變通

高階技巧

規劃與優次排定

組織

時間管理

堅持達標

後設認知

基礎技巧是發展高階技巧的基石

較高階的執行技巧在中學時期持續發展

基礎技巧

反應抑制
工作記憶
情緒控制
持久專注
任務展開
靈活變通

高階技巧

規劃與優次排定
組織
時間管理
堅持達標
後設認知

你會選擇集中提升哪一(幾)項執行技巧？

學生表現:

- 小二男同學
- 上課時經常無故騷擾同學



學生表現:

- 小五女同學
- 在課堂作文時經常發呆，未能在限時內完成

2.執行技巧繁多， 該怎選擇才能對學生有幫助？



- 執行功能的發展有不同的階段，較早發展的執行技巧，是發展高階技巧的基石
- 觀察學生的具體情況和需要，參考執行技巧的發展時段，按部就班地建立同學的執行技巧

3. 課程既深又廣，教學時間十分寶貴。

教師擔心難以有足夠課時教授執行技巧。

- 長遠來說，培養學生的執行技巧**有助提升學與教的效能**，學習過程更有效率及省時
- 在我們的支援經驗中，不少教師也成功地在課堂內運用提升學生執行技巧的策略，同時兼顧課程內容
- 在支援前，教學內容本來已包括提升執行技巧的元素，教師們只需作出一些調節或增潤，便能有系統地在課堂內有效地提升學生的執行技巧

三、如何在課堂內提升學生的執行技巧

如何透過第一層支援提升有注意力不足/過度活躍症的學生的執行技巧

為甚麼學生會有行為困難？

我們如何有效地在日常課堂支援他們呢？

學習環境、任務或指示方式為
會否為學生帶來障礙？

學生欠缺相關的執行技巧？

學生缺乏動機展現執行技巧？

.....

環境中的障礙?

提 欠缺技巧? 巧

缺乏動機?

「三個支援方向，九項實踐策略」

調適環境



教授技巧



提升動機



三管齊下?

環境中的障礙?

提升執行技巧

「三個支援方向，九項實踐策略」

調適環境



教授技巧



提升動機



調適環境：環境設置



課室設置有序
座位安排合適

環境設置（例子）

教師可運用以下清單檢視目前課室的環境設置，以提升有注意力不足/過度活躍症的學生的學習效能。

(1) 課室環境

- ☐ 安排合適的課室燈光和亮度
- ☐ 拉上課室內靠近走廊的窗簾
- ☐ 保持課室環境整潔，包括壁報板、教師桌、書櫃、窗檯等
- ☐ 把課室用品擺放在固定位置，並貼上標籤
- ☐ 保持走道暢通
- ☐ 定期更新壁報板(特別是黑板兩旁的壁報板)上的資料，避免壁報板上資訊過多或壁報板過於混亂
- ☐ 在壁報板上張貼學生的作品和/或好行為記錄，展示他們的進步或成就
- ☐ 移除課室內阻礙教師視線的物品

環境設置（例子）

教師可運用以下清單檢視目前課室的環境設置，以提升有注意力不足/過度活躍症的學生的學習效能。

(2) 座位安排

- ☐ 確保書桌沒有破損並整齊排列
- ☐ 根據不同的教學活動安排課室座位
- ☐ 安排有注意力不足/過度活躍症的學生坐在靠近教師桌的座位或能專注工作的學生附近
- ☐ 安排有注意力不足/過度活躍症的學生坐在較少干擾的座位，例如避免坐近通道、書櫃或儲物櫃
- ☐ 按需要運用擋板為有注意力不足/過度活躍症的學生製作獨立的工作空間，減低外界干擾
- ☐ 安排有注意力不足/過度活躍症的學生有較多的活動或工作空間以進行不同工作
- ☐ 按需要安排朋輩支援予有注意力不足/過度活躍症的學生

環境設置（例子）

教師可運用以下清單檢視目前課室的環境設置，以提升有注意力不足/過度活躍症的學生的學習效能。

(3) 視覺提示

- ☐ 把視覺提示（如良好行為提示、班規等）張貼於當眼位置、黑板兩旁或教師容易運用的地方，方便教師提示學生
- ☐ 進行有時限的學習任務時，展示圖像化的倒數計時器
- ☐ 按需要在地板上標記排隊路線或工作及活動範圍

調適環境：班規建立

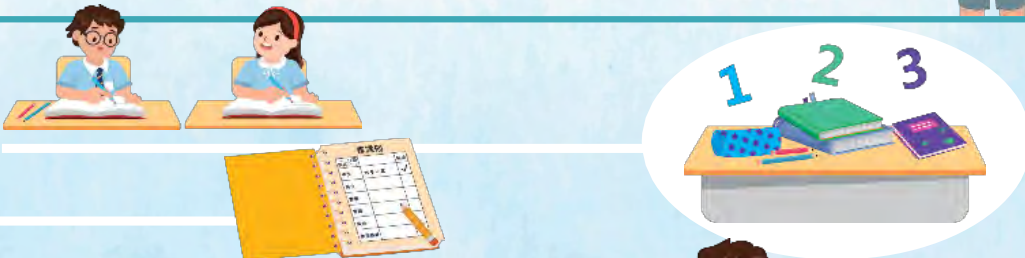
班 規

1. _____ 
2. _____ 
3. _____ 

訂立清晰期望
運用正面語言

班規建立（例子）

班 班 規

 地點 班本期望	課堂 
尊重 Respect	1. 別人向我說話時，我要眼望別人和專心聆聽。 2. 我會用友善的說話回應別人。 3. 如果我有不同意見，我會先聆聽別人的說話，才說出我的意見。 
負責 Responsible	1. 我會準時完成課業。 2. 我會帶齊課本和文具。 3. 我會抄齊家課冊。 
關懷 Caring	1. 同學詢問我有關學習的問題時，我會嘗試解答。 2. 我會在同學氣餒時鼓勵同學。 

班規建立（例子）

 地點 班本期望	班 班 規 操場 
尊重 Respect	1. 使用設施時，我會排隊輪候。 2. 我會得到別人同意才加入遊戲。 3. 我會在遊戲時有禮貌地表達感受。  
負責 Responsible	1. 我會愛護遊樂設施。 2. 我會在操場安全地行走。 3. 跳繩後，我會收拾好繩子。  
關懷 Caring	1. 我會幫助低年級學生收拾物品。 2. 遊戲時，我會為同學打氣。 

班規建立（例子）

試運用正面和具體的語句來改寫以下的班規。

5A班 班本期望	班規
尊重 	- 上課時，同學不要東張西望或玩弄文具 - 想發言時，不要在座位中大叫出來
負責 	- 做堂課時不准拖延 不可遲交功課
安全 	不准奔跑 不准將雜物和書包放在走廊通道上

班規建立（例子）

參考答案

5A班 班本期望	班規
尊重 	• 上課時，要眼望老師及細心聆聽 • 想說話時，要先舉手，安靜等待老師邀請才發言
負責 	• 按老師指示開始做堂課並按時完成 • 按時完成和繳交功課
安全 	• 如果需要離開座位，要慢步行走 • 把書包放在書桌旁的掛勾上

吉祥物設計

為加深學生對班本期望的記憶，學校可設計具學校特色的吉祥物作為視覺提示。

例子：右圖的學校吉祥物「小水牛」

一對牛角代表

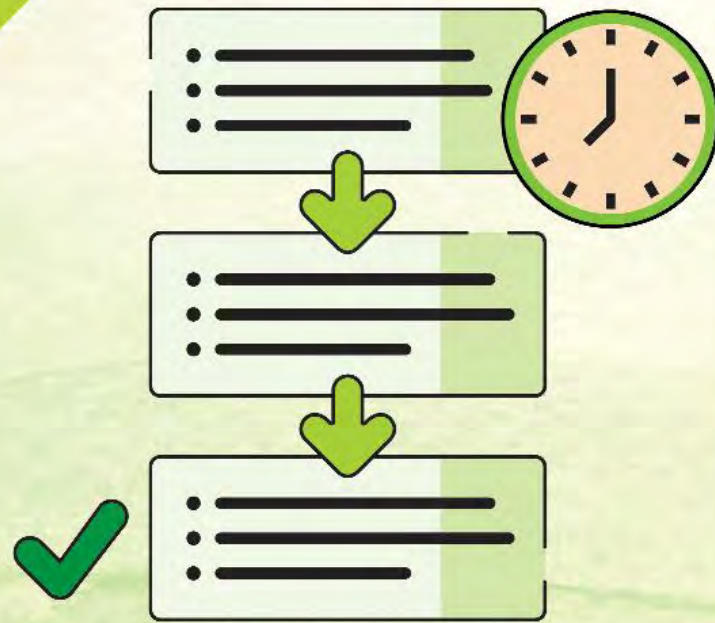
Respect (尊重) 和 **R**esponsible (負責)



鼻環代表

Caring

調適環境：課堂常規



訂立常規步驟
展示工作流程

課堂常規（例子）

小息流程

1. 收拾座位



2. 準備下一堂課本



3. 有秩序地前往操場



4. 進食後清理環境



5. 去洗手間



6. 安靜排隊上課室



課堂常規（例子）

加入玩具兵團

其他玩具想加入玩具兵團，都要有特別的技能，而且必須聽首領的指令。

南瓜頭首領最重視的，就是不能讓主人謝西嘉知道他們的秘密。

同學們，還記得他們的秘密嗎？



提 欠缺技巧? 巧

「三個支援方向，九項實踐策略」

調適環境



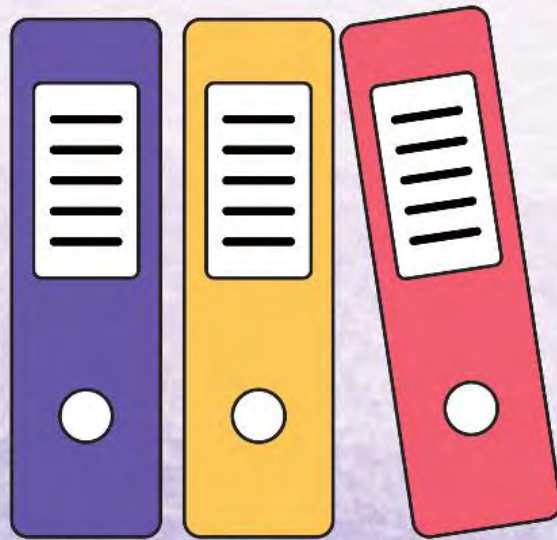
教授技巧



提升動機



教授技巧：物品組織



有效管理空間
善於組織物品

物品組織（例子）

收拾書包



整理座位



物品組織（例子）



透過互動工具教授學生
物品組織技巧

教授技巧：學習策略



善用學習策略
加強提取應用

學習策略（例子）

請在以下各題找出錯處：

1

$$\begin{array}{r} 91 + (64 - 45) \\ = 91 + 29 \\ = 110 \end{array} \quad \begin{array}{r} 64 \\ - 45 \\ 29 \\ + 91 \\ 110 \end{array}$$



3

$$\begin{array}{r} (72 + 27) - 9 \\ = 99 - 9 \\ = 9 \end{array} \quad \begin{array}{r} 72 \\ + 27 \\ 99 \\ - 9 \\ 09 \end{array}$$



2

$$\begin{array}{r} 89 - (14 + 46) \\ = 75 + 46 \\ = 121 \end{array} \quad \begin{array}{r} 89 \\ - 14 \\ 75 \\ + 46 \\ 121 \end{array}$$



4

$$\begin{array}{r} (41 - 12) + 27 \\ = 29 - 27 \\ = 2 \end{array} \quad \begin{array}{r} 41 \\ - 12 \\ 29 \\ - 27 \\ 2 \end{array}$$



學習策略（例子）

查查達人清單



☐ 明白題目重點



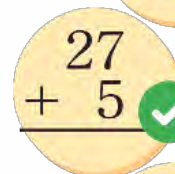
☐ 算式對應題目



☐ 抄對數字/符號



☐ 做對計算步驟



☐ 注意題目單位

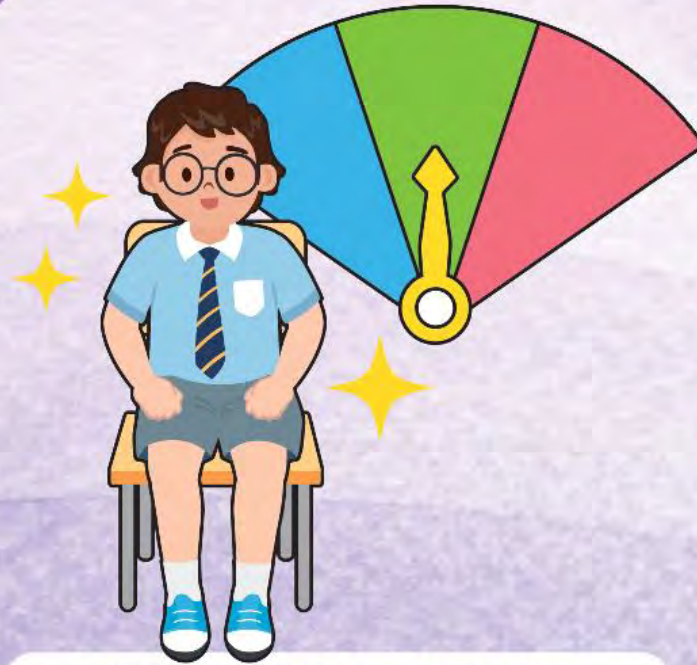


學習策略（教師培訓活動）

英文科例子
(詞語學習)

Habitat (A place in which animals or plants live)	Meaning	Memory Helper (Let you remember it easily !)
grassland	A large land covered with <u>grass</u> .	
rainforest	A forest that has a lot of _____.	

教授技巧：狀態調控



覺察學習狀態
善用調節技巧

狀態調控（例子）

學習狀態咪錶



檢視和調節自己的狀態

狀態調控（例子）



分心怪



專心小精靈



衝動怪



冷靜小精靈

提升執行技巧

缺乏動機?

「三個支援方向，九項實踐策略」

調適環境



教授技巧



提升動機



提升動機：課堂參與



設計多元活動
運用有效提問

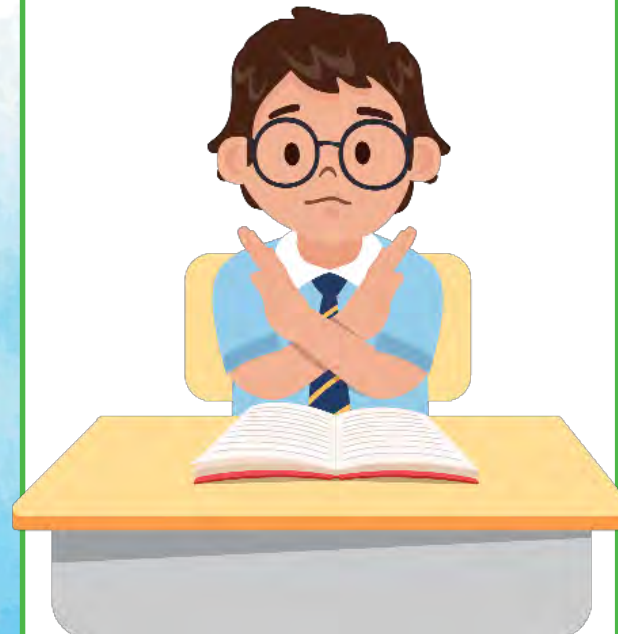
課堂參與（例子）

身體語言回應錦囊

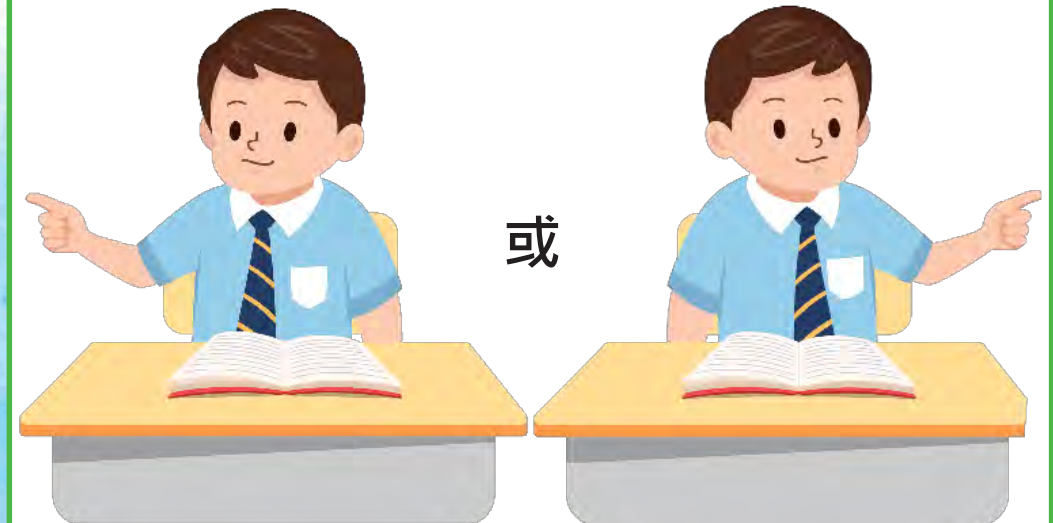
是 / 同意 / 正確
Yes/ Agree / Correct



不是 / 不同意 / 錯誤
No/ Disagree / Wrong



某個選項
Specific Option



提升動機：行為回饋



具體描述行為
及時讚賞回饋

行為回饋（例子）



行為：學生積極舉手作答，先舉手、後發言。

回饋方法	Ⓐ 將行為與班本期望連結，重申期望行為。	Ⓑ 強調行為所帶來的自然後果，重申因展現好行為而得到的獎勵。	Ⓒ 私下提醒學生，給予合理後果，讓學生執行補救行動。
參考語句	我見到同學們舉手回答我的問題，令我感到被尊重！	欣賞你們積極舉手回答，讓課堂可以有秩序地進行。	（不適用）



行為回饋（例子）

行為：進行課堂活動時，同學互相指責。



回饋方法	Ⓐ 將行為與班本期望連結，重申期望行為。	Ⓑ 強調行為所帶來的自然後果，重申因展現好行為而得到的獎勵。	Ⓒ 私下提醒學生，給予合理後果，讓學生執行補救行動。
參考語句	我留意到你們剛才用了不當的言詞互相指責。請尊重大家，友善地表達，我相信你們能做到的。	互相指責不能解決問題，更會破壞彼此關係。請有禮貌地表達自己，別人才更願意明白和接受。	小明、小柔，你們互相對罵會影響學習。請你們冷靜一下，專心完成堂課。否則，你們便要在小息時完成未做好的堂課，並學習如何友愛共處。



行為回饋（例子）

情境：

小強的座位凌亂，隨處擺放物品。



回饋方法
①

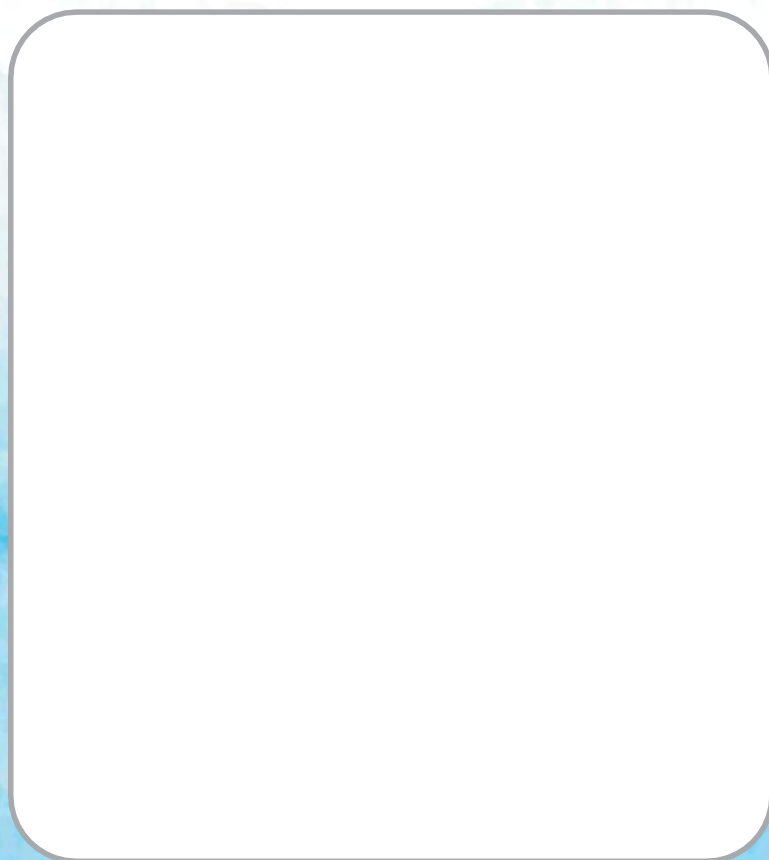
1. 將行為與班本期望連結
2. 重申恰當行為

參考語句

1. 我見到你將文具和書本隨地擺放，這是不負責任的行為。
2. 請你管理好個人物品，保持座位的整潔。

行為回饋（教師培訓活動）

情境：_____



回饋方法	☐ A. 將行為與班本期望連結，重申恰當行為。 ☐ B. 強調行為所帶來的自然後果，重申因展現好行為而所得到的獎勵。 ☐ C. 私下提醒學生，給予合理後果，讓學生執行補救行動。
語句	

提升動機：獎勵系統

獎勵記錄表

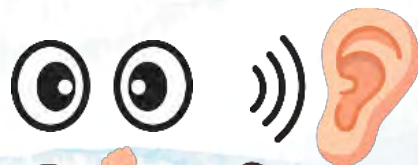


活用合適獎勵
強化目標行爲

獎勵系統（例子）

目標行為：

一、眼望教師，細心聆聽



二、踴躍舉手回答問題



分數

第一組



第二組



第三組



第四組



一次

第三層

為有持續嚴重
學習或適應困
難的學生提供
**個別化的加強
支援**



第二層:

安排**額外支援**予有
持續學習或適應困
難的學生



第一層

及早識別，並透過**優化課
堂教學**，及早照顧所有學
生的不同需要及適應需要，
包括有輕微或短暫學習或
適應困難的學生

P.2A



.....

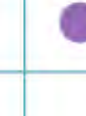
總結

- 執行功能較弱與腦神經因素有關，有注意力不足/過度活躍症的學生並非故意作出違抗行為
- 大腦是可塑的，具實證為本的介入策略能提升有注意力不足/過度活躍症的學生的執行技巧
- 基礎技巧(如：反應抑制、工作記憶等)是發展高階技巧(如：規劃、決策、組織、持久追求目標等)的基石，教師和家長宜對學生有合理期望
- 參考Dawson 及Gaure (2018) 所提出的課堂支援策略，教師可透過「調適環境」、「教授技巧」及「提升動機」三個支援方向，提升學生的執行技巧

資源分享



實例	目標 年級	「三個支援方向，九項實踐策略」								
		調適環境			教授技巧			提升動機		
		環境 設置	班規 建立	課堂 常規	物品 組織	學習 策略	狀態 調控	課堂 參與	行為 回饋	獎勵 系統
實例一	五年級									
實例二	一年級									
實例三	二年級									
實例四	三年級									
實例五	二年級									
實例六	三年級									
實例七	四年級									
實例八	三年級									
實例九	三年級									
實例十	二年級									
實例十一	四年級									
實例十二	五年級									

實例	目標 年級	「三個支援方向，九項實踐策略」								
		調適環境			教授技巧			提升動機		
		環境 設置	班規 建立	課堂 常規	物品 組織	學習 策略	狀態 調控	課堂 參與	行為 回饋	獎勵 系統
實例十三	二年級									
實例十四	五年級									
實例十五	三年級									
實例十六	一年級									
實例十七	三年級									
實例十八	四年級									
實例十九	二年級									
實例二十	二年級									
實例二十一	五年級									
實例二十二	五年級									
實例二十三	四年級									

參考資料

- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.).
<https://doi.org/10.1176/appi.books.9780890425596>
- Anderson, P. (2002). Assessment and development of executive function (EF) during childhood. *Child neuropsychology*, 8(2), 71-82.
- Baric, V. B., Hellberg, K., Kjellberg, A., & Hemmingsson, H. (2015). Support for learning goes beyond academic support: Voices of students with Asperger's disorder and attention deficit hyperactivity disorder. *Autism*, 20(2), 183–195. <https://doi.org/10.1177/1362361315574582>
- Barkley, R. A. (2014). *Attention-deficit hyperactivity disorder: A handbook for diagnosis and treatment* (4th ed.). Guilford Press.
- Barkley, R. A. (2016). *Managing ADHD in school: The best evidence-based methods for teachers*. PESI Publishing & Media.
- Center on PBIS. (2022). *Supporting and responding to student's social, emotional, and behavioral needs: Evidence-based practices for educators* (Version 2). Center on PBIS, University of Oregon.
- Dawson, P. (2021). Helping children and teens strengthen executive skills to reach their full potential. *Archives of Clinical Neuropsychology*, 36(7), 1279–1282. <https://doi.org/10.1093/arclin/acab057>
- Dawson, P., & Guare, R. (2018). *Executive skills in children and adolescents: A practical guide to assessment and intervention* (3rd ed.). Guilford Press.
- Faith, L., Bush, C-A., & Dawson P. (2022). *Executive function skills in the classroom: Overcoming barriers, building strategies*. Guilford Press.
- Goldstein, S., & Naglieri, J. A. (2008). The school neuropsychology of ADHD: Theory, assessment, an intervention. *Psychology in the Schools*, 45(9), 859–874. <https://doi.org/10.1002/pits.20331>
- Goldstein, S., & Naglieri, J. A. (2014). *Handbook of executive functioning*. Springer.

參考資料

Iseman, J. S., & Naglieri, J. A. (2011). A cognitive strategy instruction to improve math calculation for children with ADHD and LD: A randomized controlled study. *Journal of Learning Disabilities*, 44(2), 184-195.
<https://doi.org/10.1177/0022219410391190> (Original work published 2011)

Kaufman, C. (2010). *Executive function in the classroom: Practical strategies for improving performance and enhancing skills for all Students*. Brookes Publishing Company.

Limp, T., & Olive, T. (2021). *Executive functions and writing*. Oxford University Press.

Meltzer, L. (2010). *Promoting executive function in the classroom*. Guilford Press.

Nichols, P. D., Chipman, S. F., & Brennan, R. L. (2012). Cognitively diagnostic assessment. In *Routledge eBooks*. <https://doi.org/10.4324/9780203052969>

Rief, S. F. (2016). *How to reach and teach children and teens with ADD/ADHD*. Wiley.

Simonsen, B., & Myers, D. (2015). *Classwide positive behavior interventions and supports: A guide to proactive class-room management*. Guilford Publications.

施淑如 (2006)。特殊學生工具箱：300個融合教育的策略。香港中文大學教育學院。

翁偉傑、張明麗、黎婉儀與張詩詠 (2011)。青蔥教室系列之躍動成長路專注力不足過度活躍症學童全方位校本支援計劃教師手冊。協康會。

「支援有注意力不足 /過度活躍症的小學 生」分享會

課堂支援策略
保良局雨川小學
2025年6月19日



分享流程：

1. 學校背景資料
2. 「提升執行技巧：課堂支援模式」
校本支援計劃
3. 執行實踐策略成功要素
4. 面對的困難及解決困難的方法
5. 計劃延伸
6. 總結

2. 「提升執行技巧：課堂支援模式」校本支援計劃

A. 前期工作

B. 目的

C. 參與班別

D. 目標對象

E. 主要參與人員

F. 現行策略

G. 內容

2. 「提升執行技巧：課堂支援模式」校本支援計劃

A. 前期工作：

- 挑選對象
- 初步擬定實踐策略
- 聯絡負責班主任、科任老師
- 敲定計劃聯絡人
- 聯絡教育心理學家

2. 「提升執行技巧：課堂支援模式」校本支援計劃(續)

B. 目的：優化第一層課堂支援策略，及提升有注意力不足/過度活躍症(ADHD)學生的執行技巧，以提升學生在學習及行為方面的表現。

2. 「提升執行技巧：課堂支援模式」校本支援計劃(續)

C. 參與班別： 2A （第一層課堂支援）

D. 目標對象：兩位有注意力不足/過度活躍症（ADHD）的學生

2. 「提升執行技巧：課堂支援模式」校本支援計劃(續)

F. 現行策略：

- 環境設置：視覺提示
- 課堂常規：口號
- 課堂參與：小白板
- 獎勵系統：分組給分制

2. 「提升執行技巧：課堂支援模式」校本支援計劃(續)

F. 現行策略：

- 環境設置：視覺提示



2. 「提升執行技巧：課堂支援模式」校本支援計劃(續)

F. 現行策略：
課堂常規：口號

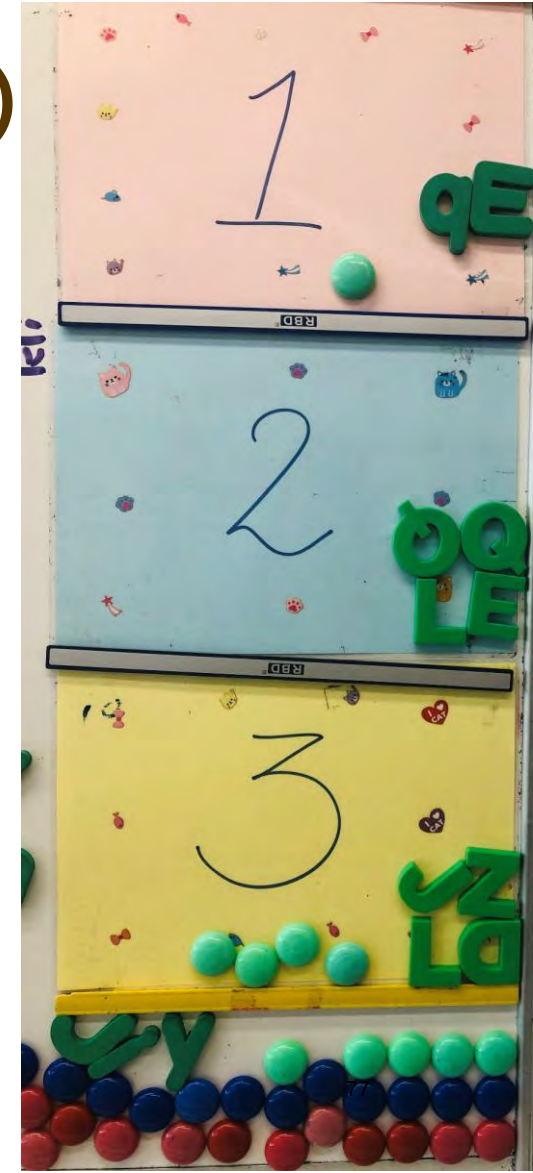
「常規小提示」

內容	老師[做]或「說出」	學生回應[做]或「說出」
安靜手號	[拍三下，舉起兩手食指(一隻在嘴前，一隻舉起過頭)]	[學生立即放下手上的工作，做相同動作回應，並保持安靜]
安靜口號	「小嘴巴」	回應：「要合上」
小花貓	「小花貓」	[安靜伏在桌上]
小白兔	「小白兔」	[端正坐好，保持安靜]
專心看着老師	「眼睛眼睛」	回應：「望老師」及[看着老師]
掛好書包	「書包要」	回應：「掛好同拉拉鍊」及[檢視及做好]

2. 「提升執行技巧：課堂支援模式」校本支援計劃(續)

F. 現行策略：

- 課堂參與：小白板
- 獎勵系統：分組給分制



2. 「提升執行技巧：課堂支援模式」校本支援計劃(續)

G. 內容：



2. 「提升執行技巧：課堂支援模式」 校本支援計劃(續)

G. 內容：

I. 物品組織策略推行

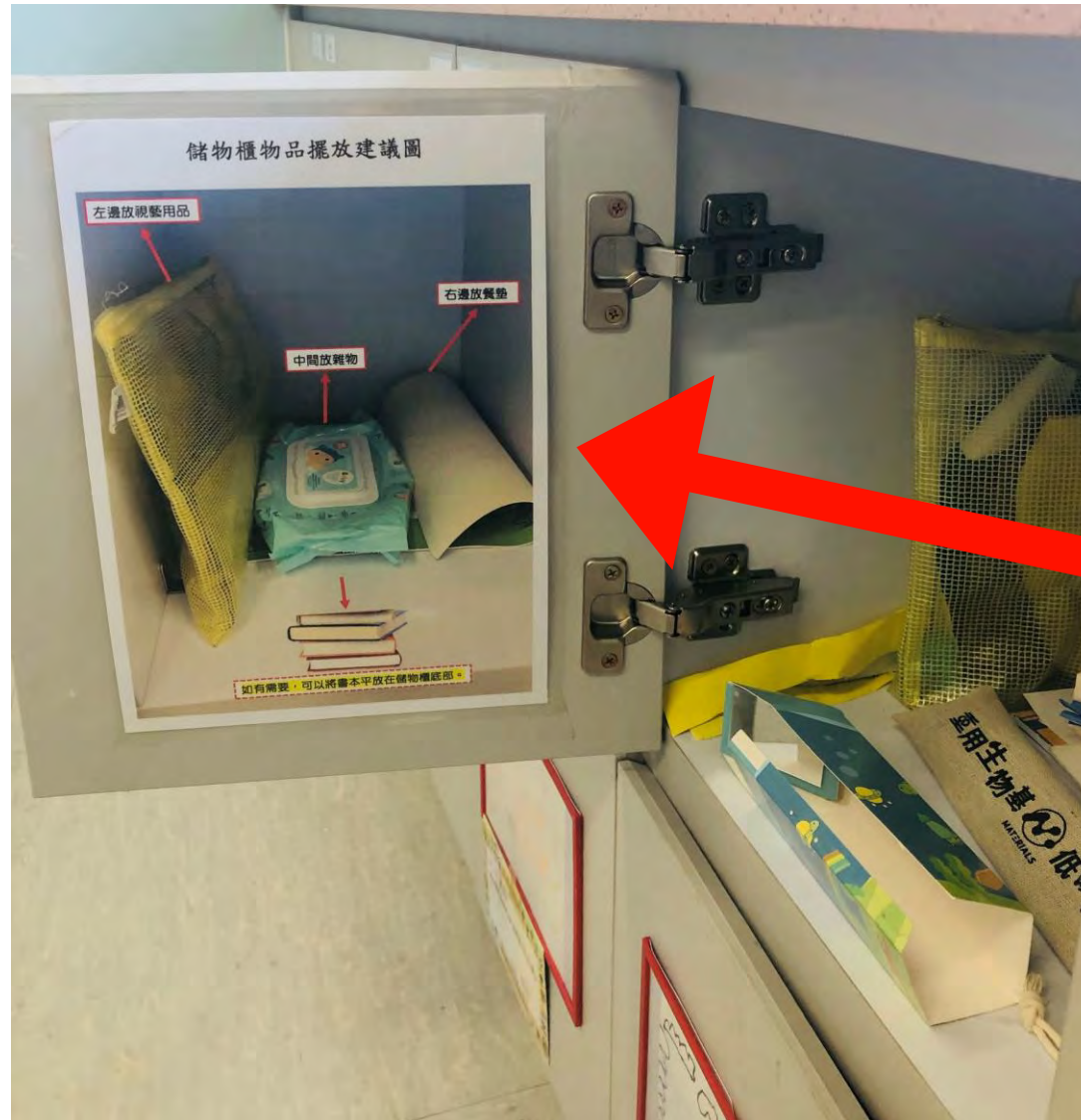
a. 善用結構化環境與工具

提供適切的視覺提示與標籤：

使用圖片、顏色標籤或文字標示
物品位置



a. 善用結構化環境與工具(續)



視覺提示與標籤:
標示物品位置

a. 善用結構化環境與工具(續)

提供專屬收納空間：

分配個人儲物櫃、桌上收納盒，減少雜物干擾，有助學生組織管理自己的物品。

a. 善用結構化環境與工具(續)

提供專屬收納空間：

個人儲物櫃



桌上收納盒



b. 運用「小口號」幫助學生將物件組織起來

三個「一」、三個「好」：

- 每次轉堂「老師提問三個一」→「學生口號回應」→「物件擺放好」。
- 讓學生逐步養成習慣。

b. 運用「小口號」幫助學生將物件組織起來(續)

「一本書	一枝筆	一塊橡皮」
「好整齊	好乾淨	好遵守」

C. 使用合適的輔助工具

- 計時器：設定整理時間。
- 檢查表：每日需整理的項目，完成後打勾。

	2A 班	
2024-25 年度 上學期 盡責表		(日期：)
班主任：陳佩珊		

[illegible]

c. 使用合適的輔助工具(續)

- 視覺提示卡：透過視覺感官刺激，加強對物件的組織記憶。

c. 使用合適的輔助工具(續)



視覺提示卡



儲物櫃物品擺放建議圖



2. 「提升執行技巧：課堂支援模式」 校本支援計劃(續)

G. 內容：

II. 行為回饋策略推行

a. 即時且一致的回饋

即時性：

- 對衝動型學生而言，延遲回饋容易失效。
- 教師需在行為發生後3-5秒內給予回饋。



a. 即時且一致的回饋(續)

一致性：

- 在計劃開初，各科任老師有不同的回饋標準，對物品組織也有不同的要求，學生難以掌握。

a. 即時且一致的回饋(續)

一致性：

- 所有科任老師對同一行為採用相同回饋標準，避免學生混淆。

a. 即時且一致的回饋(續)- 一致性:

行為回饋 	
物品組織	當學生沒有保持桌子或儲物櫃整齊的時候，老師可以說... 我留意到部份同學的桌子不是太整潔，請你們現在根據「三個一」及「三個好」收拾物品，保持課室整潔。
積極參與課堂	如果學生上課時不專注，老師可以說... 「眼睛眼睛望老師」或「坐定定」
	如果*目標學生*未能專心上課，老師可以說... 剛剛你未能專心上課，請你上課時要專心，否則你需要在午息學習上課時學習過的東西（按需要派發「午息重新學習卡」）。
行為回饋 	
物品組織	如果學生能夠執拾好桌子或儲物櫃物品，老師可以說... 我見到同學們的桌子非常整潔，大大提升學習效率，請給自己大力掌聲！
積極參與課堂	如果學生能主動舉手回答問題，老師可以說... 某同學表現（主動舉手答問題）有進步，請大家拍手表揚他/她，準備123。（之後學生會拍三次手及把手指公指向受表揚的同學，並說出「做得好」。）

針對 2A 目標學生行為回饋

- 非言語提示：
走近學生的座位，用眼神示意他回復上課狀態（可考慮運用視覺提示卡「上課時要專心」）
- 讚揚其他表現良好的組別：
「我見到其他組別的同學表現很專心，做得非常好，可以獲得加分。」
- 強調行為所帶來的自然後果及因好行為而得到的獎勵：
「如果你在上課時非常專心，相信能幫助你在考試中取得高分，而且能在星期五得到老師的獎勵（飛機模型部份）。」
- 私下提醒學生，給予合理後果：
科任老師同意如果學生在課堂上屢勸不聽，最後警告無效後，老師會請他小息時到7樓，要承擔小息時不可吃零食的後果。

修訂版

第一版

3. 執行實踐策略成功要素

A. 按需要評估訂立精準明確的目標

B. 家校合作

C. 運用強化動機的多元化獎勵方式

D. 專業支援介入

E. 其他因素

3. 執行實踐策略成功要素

A. 按需要評估訂立精準明確的目標

透過教育局人員觀課及與學校人員的討論，進行需要評估，了解班中情況、現行策略及學生在物品組織上的具體困難。

A. 按需要評估訂立精準明確的目標

I. 需要評估結果

- 學生們都十分合作、遵從教師指令。
- 學生的抽屜較亂，需要很多時間取出所需物品。
- 有ADHD的學生常跌物品及取出物品需時較長。

A. 按需要評估訂立精準明確的目標(續)

II. 釐清目標

- 綜合教育局人員的觀察、學生的情況及學校與教師的期望，設定具體、可達成的目標。

A. 按需要評估訂立精準明確的目標(續)

III. 清晰目標

- 「整理抽屜」
- 「整理儲物櫃」
- 「保持桌面整潔」

3. 執行實踐策略成功要素(續)

B. 家校合作

I. 一致性

- 與個別學生的家長溝通，確保家中也提供類似學校的組織系統，例如：桌面的佈置，幫助學生建立有規律的物品管理方式。

B. 家校合作(續)

學校

家



B. 家校合作(續)

II. 定期檢討與調整

觀察學生執行成效，跟家長
定時反映學生的情況。

3. 執行實踐策略成功要素（續）

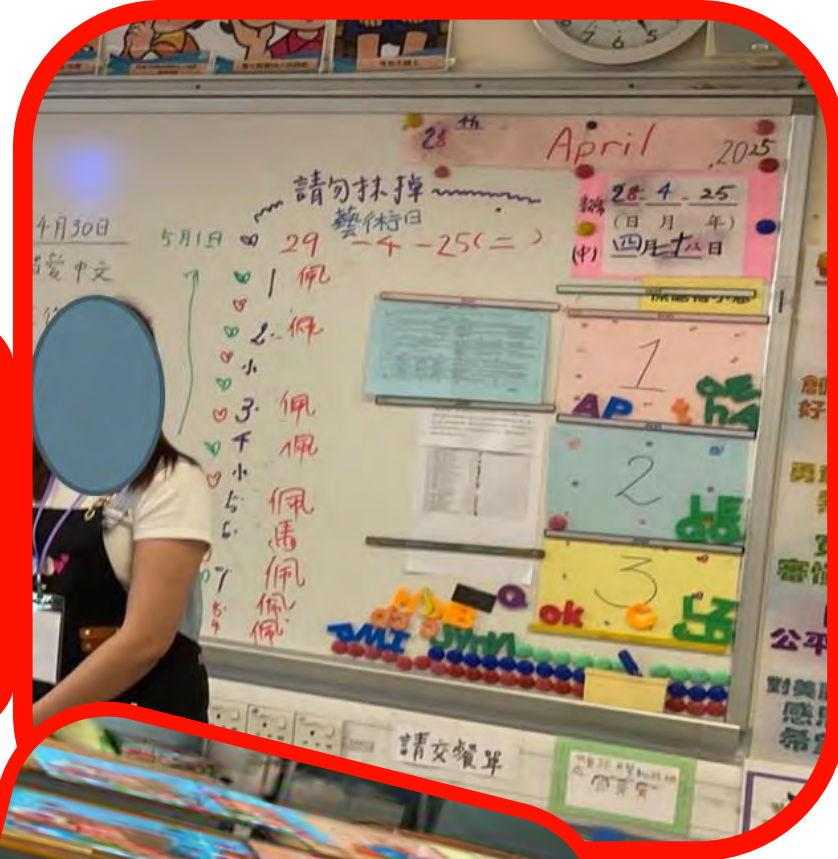
C. 運用強化動機的多元化獎勵方式

I. 正向增強：

- 即時獎勵（如口頭讚賞、計分制度、小水滴、Actopus獎勵冊）

C. 運用強化動機的多元化獎勵方式(續)

計分表



小水滴



獎品



C. 運用強化動機的 多元化獎勵方式(續)

☆☆☆☆☆

81	82	83	84	85	86	87	88
				美	美	美	佩
89	90	91	92	93	94	95	96
佩	佩	佩	佩	佩	佩	佩	佩
97	98	99	100	101	102	103	104
佩	琪	琪	琪	琪	琪	琪	琪
105	106	107	108	109	110	111	112
琪	琪	善	坊	坊	坊	坊	坊
113	114	115	116	117	118	119	120
坊	坊	坊	坊	坊			


 保良局雨川小學
 PLK RIVERAIN PRIMARY SCHOOL
ACTOPUS



姓名: 林金宇
 班別: 2A 102 (120)

C. 運用強化動機的 多元化獎勵方式(續)

獎勵原則

《Actopus》用作記錄獲取獎勵印章數目，老師會因應以下情況為學生蓋上獎勵印章：

- ★學生在各科的學習活動中，積極參與，多回答問題、多提出問題及多作出回應。
- ★學生能依時並切實執行個人的溫習時間表。
- ★學生在「等我考考你」及「Act for Fun」中有出色的表現。

獎勵

獲得指定數目的獎勵印章，可以獲得禮物一份，其中包括校本書簽設計比賽得獎作品。

有效的學習策略

1. 訂立 SMART 目標

- ✓ S (Specific 明確) : 希望達到的目標，愈具體愈好
- ✓ M (Measurable 可量度) : 為目標設定可衡量的指標
- ✓ A (Achievable 可達成) : 目標為能力範圍之內
- ✓ R (Realistic 實際) : 訂立可行的目標
- ✓ T (Time-bound 有時限) : 設時限，積極向目標進發

2. 善用溫習策略

- ✓ 訂立溫習時間表
- ✓ 養成每天溫習各科學習重點的習慣
- ✓ 自己動手做筆記(例如：利用腦圖記下課堂重點)

正向增值榜

當收到老師派發的正向增值卡後，請為「正向電池」充電，在空格內填上顏色。

紅星至「正」雨川人

黃星正向雨川人

藍星正向雨川人

綠星正向雨川人

恭喜你！你已是紅星至「正」雨川人，發出璀璨的正向光芒！性格強項能幫助你解決問題，擁有更美好的生活！

恭喜你！你已是黃星正向雨川人，你成功運用和發揮性格強項，努力向「紅星至「正」雨川人」進發吧！加油！

恭喜你！你已是藍星正向雨川人，運用你溫暖的正向光芒，與身邊人建立正向關係吧！

恭喜你！你已是綠星正向雨川人，你開始發現自己有某些性格強項，散發正面能量，要努力運用啊！

C. 運用強化動機的多元化獎勵方式(續)

II. 避免懲罰：

- 當學生未能做到要求時避免懲罰，改以「後果」取代。

C. 運用強化動機的多元化獎勵方式 (續)

III. 根據學生的興趣投其所好

學生喜歡模型飛機，以此作獎勵，也會定時更換獎勵，以提高學生參與的動機。

C. 運用強化動機的多元化獎勵方式 (續)

III. 根據學生的興趣投其所好



3. 執行實踐策略成功要素(續)

D. 其他因素

- 座位安排
- 同儕的幫助
- 老師與學生建立良好的關係

4. 面對的困難及解決困難的方法

- A. 學生易分心
- B. 學生執行功能較弱
- C. 學生小手肌運用能力較弱
- D. 學生注意力不足
- E. 英文科課堂語言的限制

4. 面對的困難及解決困難的方法

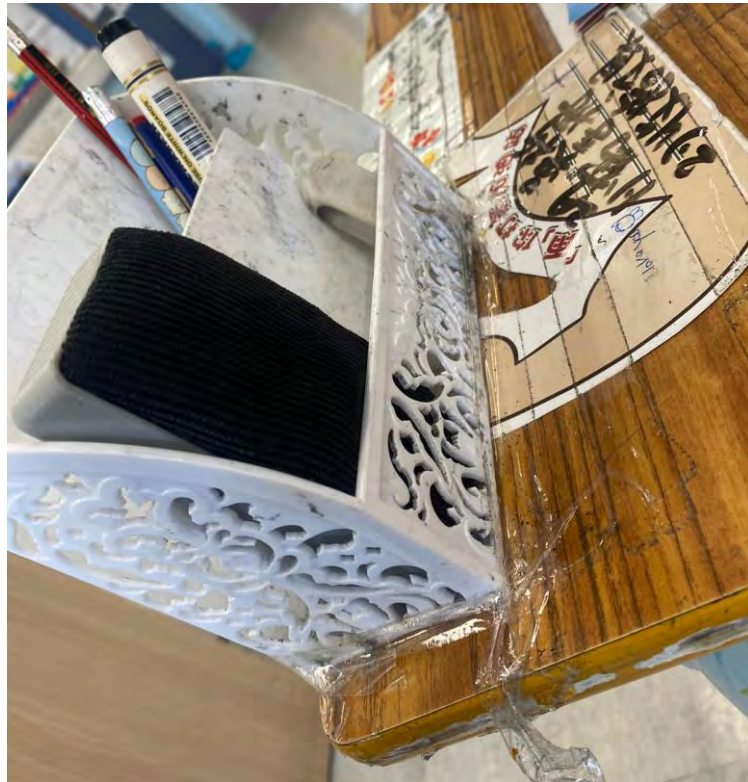
A. 學生易分心

- 整理過程中被其他事物吸引，難以完成任務。例如：整理桌面時開始玩眼鏡，導致遺漏物品。
- 解決方法：
 - 視覺化收納，使用筆座配合「視覺提示卡」，設定文具固定位置。

4. 面對的困難及解決困難的方法

A. 學生易分心

- 設定文具固定位置



4. 面對的困難及解決困難的方法(續)

B. 學生執行功能較弱

- 學生難以建立系統，並維持整理習慣，例如：文具用完必須放回筆座。
- 解決方法：
 - 善用同儕協助提醒學生整理物品。
 - 在家中的書桌也擺放筆座。

4. 面對的困難及解決困難的方法(續)

C. 學生小手肌運用能力較弱

- 學生小手肌較弱，例如：執筆時沒有力，容易跌筆，甚至遺失文具。
- 解決方法：
 - 為學生安排職業治療訓練，幫助學生提升小手肌的控制能力。

4. 面對的困難及解決困難的方法(續)

D. 學生注意力不足

- 學生在課堂難以集中學習，例如：
午膳前後，學生的注意力最薄弱，容易出現行為問題，包括：打瞌睡、不願意執筆寫字及玩玩具等。
- 解決方法：
 - 安排小任務給學生（如到白板加分及聆聽同學的答案等）
 - 改變抄寫工具（用小磁板取代紙筆）

4. 面對的困難及解決困難的方法(續)

E. 英文科課堂語言的限制

- 因與語境有衝突，英文科科任較難全面實行「物品組織」及「行為回饋」方面的指示。
- 解決方法：
 - 用手指向課室中「三個一」及「三個好」的視覺提示卡。
 - 走近目標學生，並私下提醒。

5. 計劃延伸(個別)

A. 個別的延伸

- 根據目標對象在「物品組織」及「行為回饋」的支援情況做了一個簡單的報告，讓來年的班主任作參考及跟進，以便繼續延伸。

5. 計劃延伸(個別↔全班)

B. 二年級班級經營活動

- 二年級的班級經營活動為培養學生「盡責」的品德，於是嘗試把「物品管理組織」當中的整理及收拾儲物櫃相關策略延伸至全級進行，效果理想。

5. 計劃延伸(續)

2A 班

2024-25 年度 上學期 盡責表

（日期：1/11 - 15/11）

班主任：凌佩珊

姓名	寫畫手冊	交畫功課	完成小組學習	整理及收拾儲物櫃
1. CH	✓	✓	✓	✓
2. C	✓	✓	✓	✓
3. C	✓	✓	✓	✓
4. C	✓	✓	✓	✓
5. C	✓	✓	✓	✓
6. C	✓	✓	✓	✓
7. FUN	✓	✓	✓	✓
8. L	✓	✓	✓	✓
9. L	✓	✓	✓	✓
10. L	✓	✓	✓	✓
11. L	✓	✓	✓	✓
12. L	✓	✓	✓	✓
13. L	✓	✓	✓	✓
14. L	✓	✓	✓	✓
15. L	✓	✓	✓	✓
16. L	✓	✓	✓	✓
17. L	✓	✓	✓	✓
18. L	✓	✓	✓	✓
19. L	✓	✓	✓	✓
20. L	✓	✓	✓	✓
21. L	✓	✓	✓	✓
22. L	✓	✓	✓	✓
23. L	✓	✓	✓	✓
24. L	✓	✓	✓	✓
25. L	✓	✓	✓	✓

2A 班

2024-25 年度 上學期 盡責表

（日期：1/11 - 15/11）

班主任：凌佩珊

姓名	NAME	寫畫手冊	交畫功課	完成小組學習	整理及收拾儲物櫃
1. CH	HIN	✓	✓	✓	✓
2. C	IN	✓	✓	✓	✓
3. C	ING	✓	✓	✓	✓
4. C	ING	✓	✓	✓	✓
5. F	AI	✓	✓	✓	✓
6. F	UM	✓	✓	✓	✓
7. FUN	VENCA	✓	✓	✓	✓
8. I	IO	✓	✓	✓	✓
9. L	TUNG	✓	✓	✓	✓
10. L	K VU	✓	✓	✓	✓
11. L	I	✓	✓	✓	✓
12. L	NG	✓	✓	✓	✓
13. L	NG	✓	✓	✓	✓
14. L	HAN	✓	✓	✓	✓
15. L	ISA	✓	✓	✓	✓
16. L	NI	✓	✓	✓	✓
17. L	PO	✓	✓	✓	✓
18. L	IN	✓	✓	✓	✓
19. L	NI	✓	✓	✓	✓
20. L	DAI	✓	✓	✓	✓
21. L	DAI	✓	✓	✓	✓



物品組織管理目標
之一：
整理收拾儲物櫃

二年級班級經營
「盡責表」

5. 計劃延伸(續)

C. 來年一年級班級經營活動

- 建議來年一年級推行「物品管理組織」計劃
(如整理書包、整理儲物櫃、執拾書桌等)
，期望對學生的個人發展、學習效能，甚至
心理健康都帶來正面的影響。

6. 總結

- 目標對象：個別（第三層）
 - 物品組織
 - 行為回饋
- 個別（第三層） $\longleftrightarrow$ 全班（第一層）
- 學習有效的學習和調控技巧



保良局雨川小學

PO LEUNG KUK RIVERAIN PRIMARY SCHOOL

Thank
you!

東莞工商總會張煌偉小學

「提升執行技巧：課堂支援模式」
校本支援計劃

蔣慧中主任 余振東老師 李芷君老師

分享內容

- 學校背景
- 支援內容
- 團隊反思

2023/24 支援內容

小三其中一班

調適環境：課堂常規



訂立常規步驟
展示工作流程

提升動機：課堂參與



設計多元活動
運用有效提問

提升動機：行為回饋



具體描述行為
及時讚賞回饋

課堂常規

- 運用「收拾桌面及抽屜視覺提示」提醒學生在預備課堂時如何準備物品



課堂常規

- 訂定及執行「轉堂任務表」及「預備課堂流程表」

轉堂小任務

1. 寫手冊



2. 做功課



限時：_____ 分鐘

預備課堂流程表

1. 收拾上一節的物品



2. 預備本節物品



3. 安靜等待



4. 向老師敬禮



課堂參與

- 讓學生運用身體語言作出集體回應
- 運用不同的提問方式，例如一問多答、安排補答等，促進學生的課堂參與



行為回饋

當學生做到目標行為時

- 即時給予口頭及具體回饋
- 在現行計分表上給予即時獎勵

小眼睛，望老師



小耳朵，留心聽



小嘴巴，會安靜



小背脊，要坐直



2023/24 支援成效

在計劃實施兩至三週後

- 大部分學生都能主動在轉堂時完成任務，並在下一節的教師進入課室後約一分鐘內準備好物品及調整好情緒預備上課。
- 學生忘記攜帶物品的情況有顯著改善
- 學生持續專注的時間也明顯增加：在其他學生回答問題時，大部分學生都能專心聆聽，並有心理準備隨時會被邀請回答同一問題或進行補答。
- 學生都清楚了解課堂內的行為要求：當教師稍作提醒，例如說出口號的前半部分，學生便能自動自覺接上下半句，並做出相應行為。

心路歷程

2023/24 - 三年級其中一班

參與計劃前：

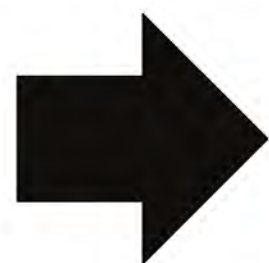
工作記憶、情緒控制、持久專注能力較弱

參與計劃後：

學生的工作記憶、情緒控制、持久專注能力有明顯的進步

檢討：

適用於幼小銜接



2024/25 一年級全級

2024/25 支援對象

小一全級(2班)

- 學生能力差異大
- 懷疑/患有AD/HD的學生在課堂初期能控制注意力，在課堂中後期容易分心、未能持續專注、及出現多言出位等情況

支援過程

9月27日

需要評估

11月4日

檢視進度
展開第二階段支援策略

11月25日

檢視進度

2月14日

檢視進度
終期檢討

第一階段支援



第二階段支援



2024/25 支援內容

小一全級(2班)



建立常規，適合幼小銜接



與校本口號掛勾
易於理解及推行



課堂常規

教導學生按視覺提示預備課堂



視覺提示指示學生
如何準備桌面及收
拾抽屜



計時並在學生
熟練後逐步縮
短時限

行為回饋

運用獎勵系統及行為回饋強化學生專心上課及跟從指示的能力

小眼睛，望老師



小耳朵，留心聽



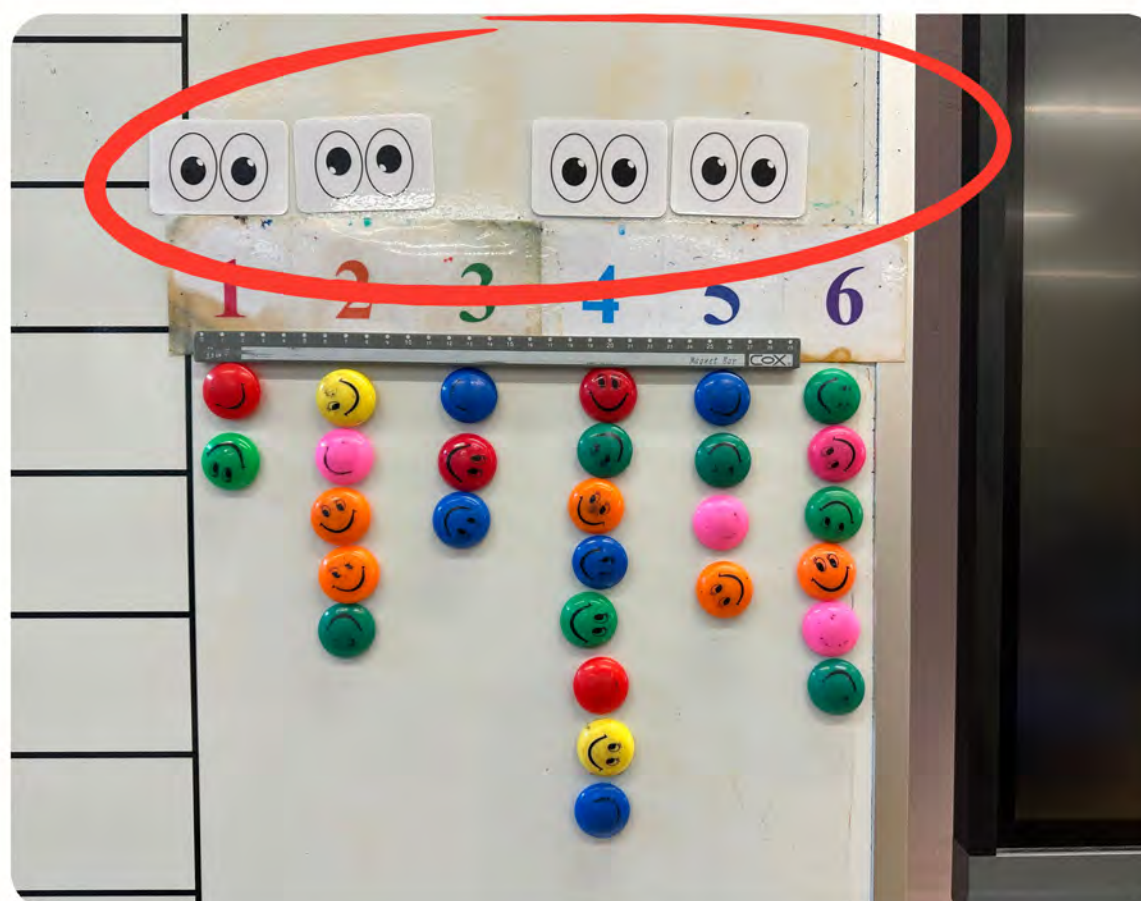
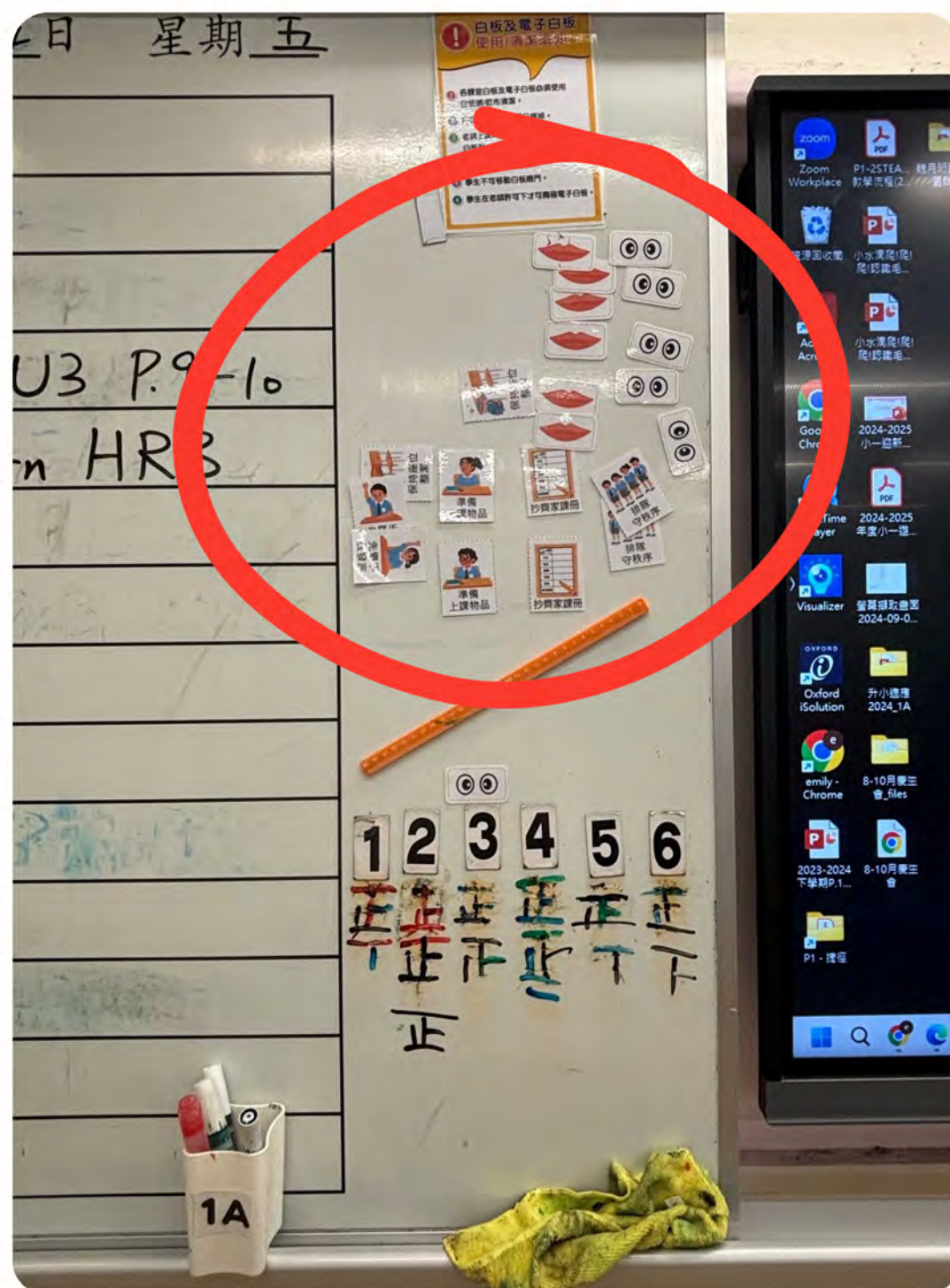
小嘴巴，會安靜



小背脊，要坐直



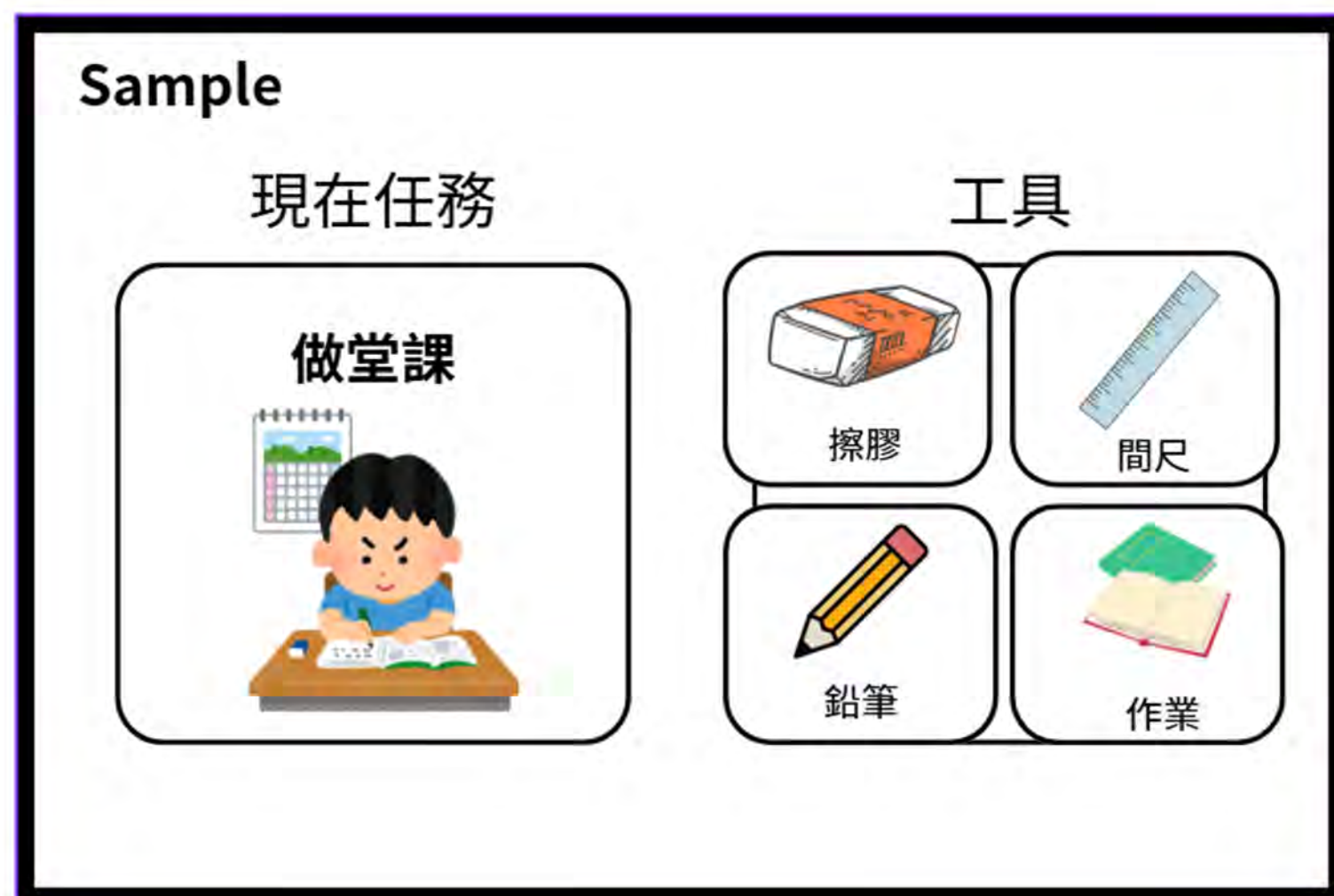
行為回饋



全組做到指定行為，全組可得到相關貼紙(每個計5分)

環境設置

教導學生按視覺提示(課堂任務海報)整理物品



狀態調控

教導學生運用狀態調控活動調節學習狀態

狀態咪錶

在進行不同活動時，我們會有不同的狀態。

醒目小熊

A

疲倦

B

醒神

C

興奮

醒神活動

活動一：椅上動一動

1. 坐定定，背挺直
2. 雙手放在椅上，準備起飛
3. 雙手撐起身體，伸直雙腳
4. 重複做20次
5. 慢慢坐好

National Council for Special Education (2020)

醒神活動

活動五：屈曲手肘

1. 左右輪流屈曲手肘 x 30 次

(翁偉傑等，2011)

平復五步

第一步：點點點，嚟嚟嚟

1. 大拇指嚟嚟手掌邊，數十秒
2. 大拇指嚟嚟手心，數十秒
3. 大拇指嚟嚟手指，數十秒
4. 同樣地按壓另外一隻手

School Moves (n.d.)

平復活動

活動二：合手掌

1. 用力合手掌 x 10 次 (每次維持五秒)

(翁偉傑等，2011)



教師選取了四個較易實行及學生容易掌握的調控策略



狀態調控

教導學生運用狀態調控活動調節學習狀態

- 運用班主任課教授學生狀態調控的概念及相關四個狀態調控活動
- 在班中張貼狀態調控咪表及調控活動卡片
- 各科教師定時與學生回顧概念及活動

因小一學生的自我覺察能力尚在發展中（例如學生多難以掌握如何評估自己的狀態），在推行策略時教師需提供較多指導及提示

困難及解決方法

- 有不同的教師參與，在初期各教師的要求不一
 - 透過籌備及檢視會議讓每一位科任老師明白理念，共同執行
 - 鼓勵不同教師分享困難，按情況調整策略及對學生的要求
- 學生學習差異大，掌握執行技巧的進度有所不同
 - 根據不同班別的程度，訂立目標及適時調整進度及要求
 - 安排能力較強的學生作為小幫手，善用朋輩支援
 - 有時候ADHD 的學生也可擔任小幫手，在協助朋輩的過程中鞏固技巧及提升運用執行技巧的信心

重要因素

- 在設計策略時考慮與學校現有支援策略融合(例如現行計分表及口號)
- 由具相關經驗老師參與持續發展校本策略，並善用23/24年度已有物資，開學初期已開始運用部分策略
- 支援團隊針對不同班級，甚至個別學生的需要設計及調整支援策略
- 各參與人員分工合作，積極參與，各司其職

分工合作

- 參與觀課及會議: 科任教師、校本EP、SENCO、SENST、教育局人員
 - 預備教材: SENST、TA、校本EP、教育局人員
 - 課堂實踐: 科任教師
 - 協調時間及人手: SENST、SENCO
-
- 校本EP積極參與，在訪校期間協助觀課及調整支援策略，並就個別學生需要與教師商討，支援橫跨不同層級，提升支援效能

學校得著

- 不同的策略讓學生有規可循，能掌握課堂常規，逐漸內化行為要求及掌握學校適應相關的執行技巧
- 透過會議及課堂實踐，各科任教師教能認識執行功能的訓練技巧，有助於教師培訓

THANK YOU!

「賽馬會喜躍悅動計劃」 自我覺察模式 - 學習與日程

香港大學心理學系

職業治療師

蘇曉紅姑娘

大綱

- 有ADHD 學生在感覺統合方面的需要
- 自我覺察模式
- 給有ADHD 學生在學習與日程上的建議

有ADHD 學生在感覺統合方面的需要

➤ 感覺處理方面的困難：有ADHD 的兒童 > 發展中兒童

(Rani et al., 2022)

➤ ADHD 特徵 ↑ 感覺處理問題 ↑

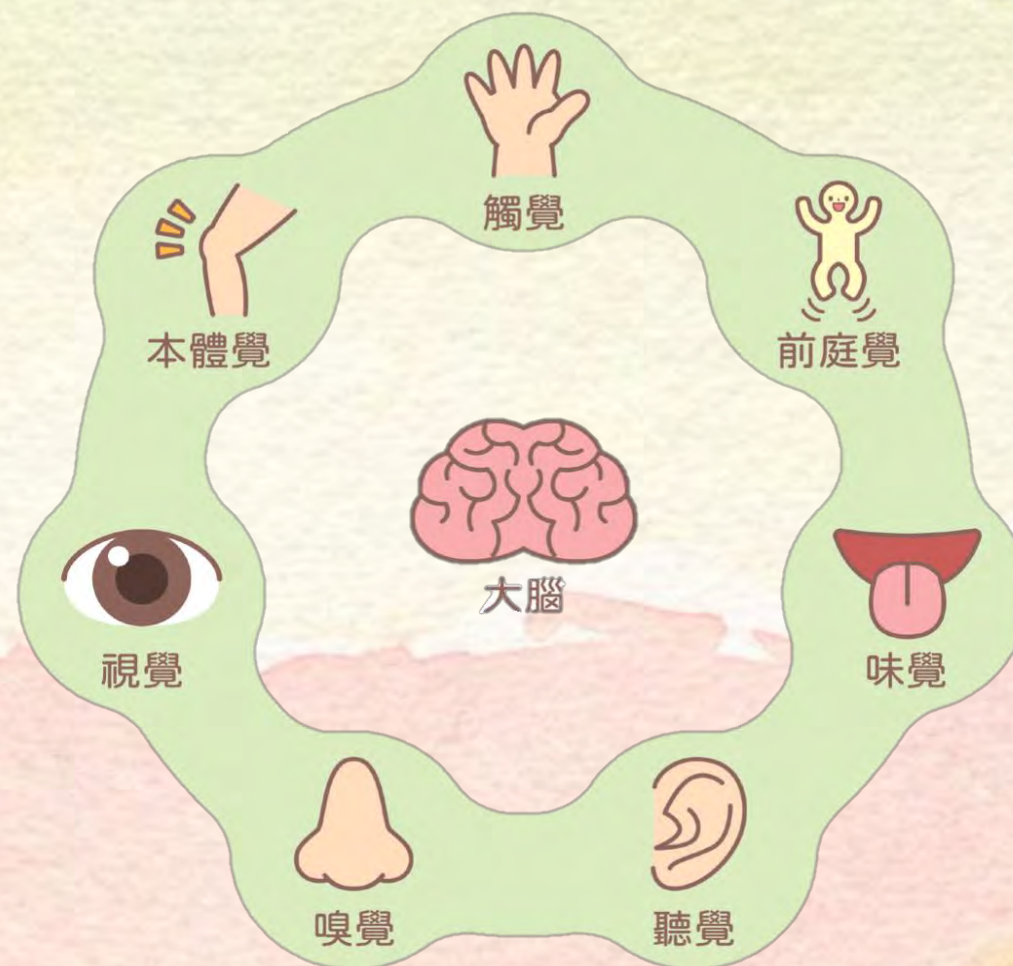
(Panagiotidi, Overton & Stafford, 2018)

➤ 狀態調節是ADHD的核心及基礎挑戰

(Isaac, Lopez, & Escobar, 2024; Bellato et al., 2020)

有ADHD 學生在感覺統合方面的需要

感覺系統



有ADHD 學生在感覺統合方面的需要



感覺過弱

感覺尋求



感覺處理
特質

感覺逃避



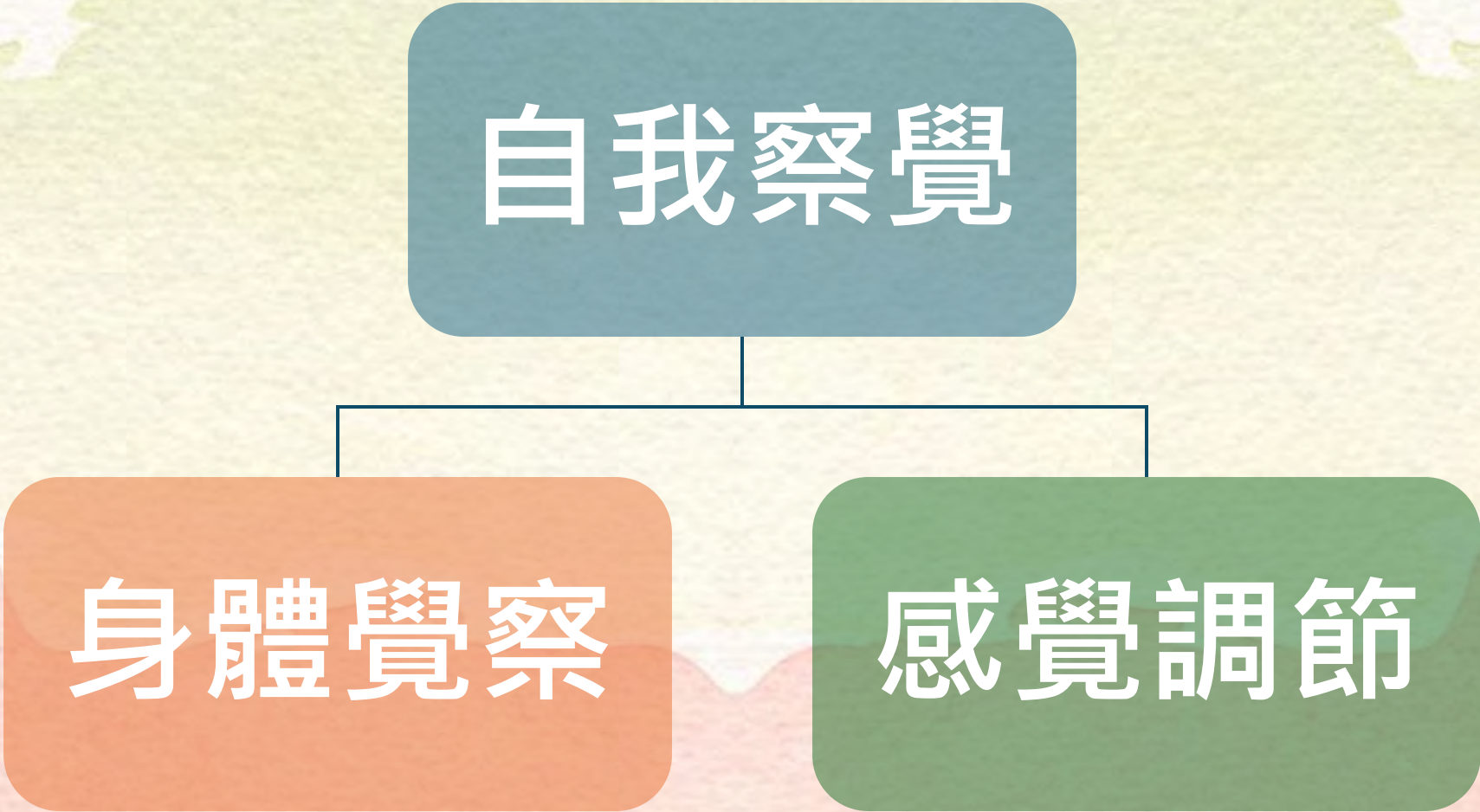
白醒咪錶



幫助學生檢視自己的自醒狀態是否配合境要求



自我察覺



```
graph TD; A[自我察覺] --> B[身體覺察]; A --> C[感覺調節];
```

身體覺察

感覺調節

大腦遙控器



感覺調節

自醒活動

提神活動

平復活動

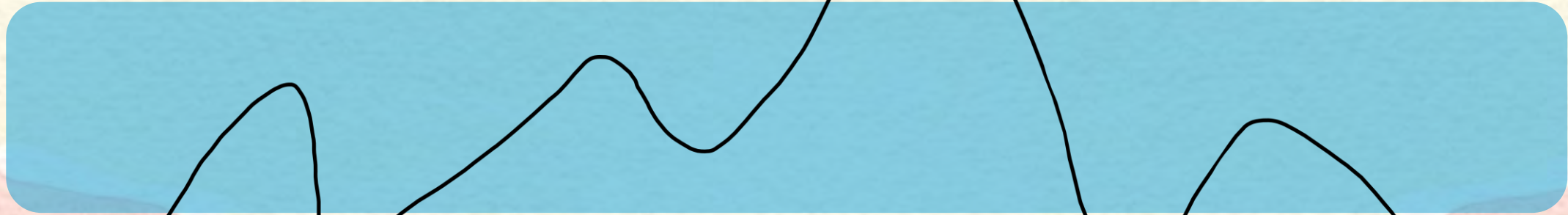


給有ADHD 學生在學習與日程上的建議

• 個人

- ✓ 滿足感覺需求
- ✓ 日程安排
- ✓ 學習動機





提神活動

例如：吃脆口、味覺濃烈及
喝冰凍的飲品

平復活動

例如：咬或咀嚼有質感或韌性的食物，
如口香糖、橡皮糖、乾果
吸吮的活動，如吸啜飲品

給有ADHD 學生在學習與日程上的建議

•活動

✓要求學生安坐之前先與他們進行可滿足其感覺需要的活動

例如：學動物跳、推牆、搬重物、搬簿、推椅子等

✓透過感覺策略增強學生於課堂上的專注

例如：跳飛機、尋寶、大型棋盤或積木、沙池、攀爬、球類或競技活動等



給有ADHD 學生在學習與日程上的建議

• 環境

✓ 留意課室環境的刺激

例如：光暗、街外嘈雜聲、室內溫度、街外傳來的氣味等

✓ 透過有系統及視覺提示的學習環境，幫助學生尋找而需要集中注意力的目標及明白課堂內容，

例如：用不同的桌椅劃分小組或活動角、安排學生坐於前排等

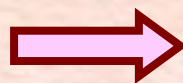
給有ADHD 學生在學習與日程上的建議

- ✓ 讓學童選擇以不同方式坐著上課
例如：運用小咕啞、豆袋椅、搖擺椅、搖擺腳踏、觸覺物等
- ✓ 在不影響其他同學的情況下，可讓學生於課堂中進行一些感覺活動，讓他們的神經系統可維持在最佳狀態
例如：拿著觸覺物、雙手按著椅子、輕輕擺動身體等

短片分享

總結

- 了解ADHD 學生在感覺統合方面的需要
- 活用自我覺察模式之身體覺察及感覺調節的技巧
- 為有ADHD 學生的學習與日程於個人、活動及環境層面上作出調適





THANK YOU!

References

- Amazon. (n.d.). Rules to play Hopscotch. Retrieved from <https://www.amazon.com.au/Maneesh-Rules-to-play-Hopscotch/dp/B00TS7ZTBQ>
- Bellato, A., Arora, I., Hollis, C., & Groom, M. J. (2020). Is autonomic nervous system function atypical in attention deficit hyperactivity disorder (ADHD)? A systematic review of the evidence. *Neuroscience and Biobehavioral Reviews*, 108, 182–206. <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2019.11.001>
- Bright Day Big Blocks. (n.d.). Bright Day Big Block. Retrieved from <https://brightdaybigblocks.com/photo-gallery-1/>
- Integrated Learning. (2024, June 28). *What Chair Fidget Supports are doing in the Classroom to Improve Kids' Concentration*. Integrated Learning Strategies. <https://ilslearningcorner.com/chair-fidget-supports-for-improved-focus-and-concentration/>
- Isaac, V., Lopez, V., & Escobar, M. J. (2024). Arousal dysregulation and executive dysfunction in attention deficit hyperactivity disorder (ADHD). *Frontiers in psychiatry*, 14, 1336040. <https://doi-org.eproxy.lib.hku.hk/10.3389/fpsyt.2023.1336040>
- Kookaburra Educational Resources. (n.d.). HART Jumping Bag Set Small 60cm long. Retrieved from <https://www.kookaburra.com.au/hart-jumping-bag-set-small-60cm-long>
- Mulligan, S. (1996). An analysis of score patterns of children with attention disorders on the Sensory Integration and Praxis Tests. *American Journal of Occupational Therapy*, 50 (8), 647-654.
- Panagiotidi, M., Overton, P. G., & Stafford, T. (2018). The relationship between ADHD traits and sensory sensitivity in the general population. *Comprehensive psychiatry*, 80, 179–185. <https://doi-org.eproxy.lib.hku.hk/10.1016/j.comppsy.2017.10.008>
- Rani, I., Agarwal, V., Arya, A., & Mahour, P. (2022). Sensory Processing in Children and Adolescents with Attention Deficit Hyperactivity Disorder. *Journal of Attention Disorders*, 27(2), 145-151.
- Sanders, A. F. (1983). Towards a model of stress and human performance. *Acta Psychologica*, 53(1), 61–97.
- Villaneda, A. (2016, September 21). *Fidget Tools for Better Attention and Focus in the Classroom - Integrated Learning Strategies*. Integrated Learning Strategies. <https://ilslearningcorner.com/2016-09-fidget-toys-for-better-attention-and-focus-in-the-classroom/>



賽馬會喜躍悅動計劃

Jockey Club Keen and Active Kids Project



賽馬

Jockey Club Keen and Active Kids Project

香港大學心理學系
研究團隊

非政府機構
專業團隊

結合科學研究和前線服務

額外資源

專業支援

賽馬會慈善
信託基金捐助

教育局
支持



有ADHD的學生
及其家長和老師

School-based Service Model
以學校為本的服務模式

3-Tier Intervention Model
三層支援模式

3000+ 學生

1500+ 家長

4000+ 教學及專業人員

5000+ 服務時數



賽馬會喜躍悅動計劃

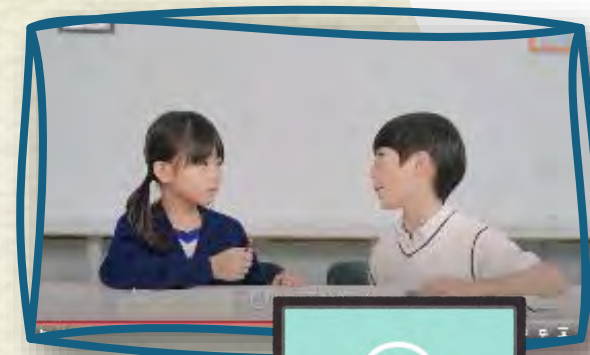
Jockey Club Keen and Active Kids Project



賽馬

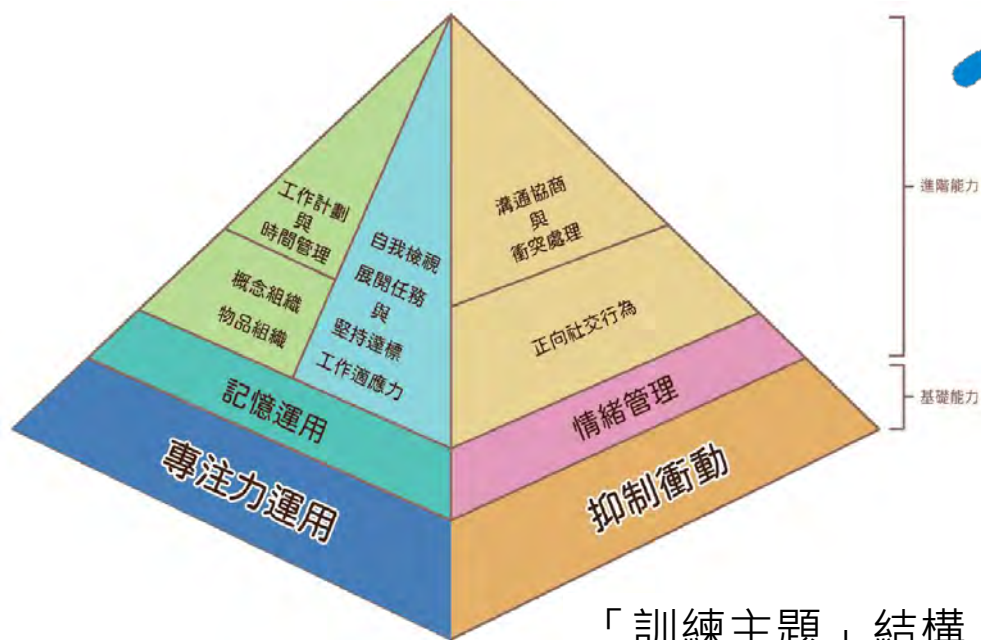
Jockey Club Keen and Active Kids Project

訓練資源套 Resource Package 已派發到主流中、小學





專業同工/學校人員 工作坊



「訓練主題」結構

工作坊主題概覽

- | | |
|-------------|-------------|
| ✓ 專注力運用 | ✓ 展開任務與堅持達標 |
| ✓ 抑制衝動 | ✓ 自我檢視 |
| ✓ 記憶運用 | ✓ 工作適應力 |
| ✓ 情緒管理 | ✓ 正向社交行為 |
| ✓ 物品組織 | ✓ 溝通協商與衝突處理 |
| ✓ 概念組織 | ✓ 自我覺察 |
| ✓ 工作計劃與時間管理 | |

「FOLLOW」和「LIKE」我們的專頁，
以獲取工作坊的最新消息！



誠邀參加「賽馬會喜躍悅動計劃」能力篩查研究

• 目的

- 1/探討本港**整體中、小學生**在認知、社交情緒和執行功能範的表現
- 2/調查本港中、小學生患有**注意力不足/過度活躍症 (ADHD)** 的比率

• 研究內容

- 1/**隨機抽選**參與學校的**12名學生** (即各級2名學生)
- 2/邀請選定學生的**家長和班主任**各完成**線上問卷調查** (約10-15 分鐘)
- 3/如有需要，將會邀請該名學生進行**費用全免的專業臨床評估**，以作診斷。

• 參加方法

- 1/致電：3917 5870 (研究人員陳先生或李先生)
- 2/電郵：psycadhd@hku.hk