

## 丙部（計劃詳情）

本計劃詳情資料，包括以下各項：

### 一. 目的及目標

#### 1. 計劃目的及理念

世界衛生組織於 1948 年就指出健康不僅是免於疾病或衰弱，更強調是生理、心理及社交上的一種全面安寧美好的狀態，而天主教教育極重視學生身心靈的培育，故小學階段要為兒童提供衛生、關愛、安全的學習環境，幫助學生建立健康的生活習慣，積極的人生觀，與人和諧共處的能力，抗拒誘惑的技巧，以培養出身心健全的學生。

本校成立「健康校園」專責小組，統籌、策劃及全體老師協力推行一系列全校參與模式的活動，讓學生、家長和老師正視「身、心、靈」健康的重要性。透過正規的課程，如德育課、成長課、宗教倫理課等，以及非正規課程，如校本輔導活動、德育與國民教育活動和健康校園政策等，加強推動生命教育，培養學生正確價值觀、人生觀，實踐關愛文化，締造健康校園。

按六大健康發展領域推動健康學校

- (一) 學校健康政策
- (二) 學校環境
- (三) 校風與人際關係
- (四) 健康生活技能與實踐
- (五) 家校與社區聯繫
- (六) 學校保健與健康促進服務

#### 2. 計劃目標

「締造健康校園」為學校發展的三年計劃，2011-2012 年度為計劃的第一年，於 2011 年度上學期開始構思、計劃及試行，於下學期約三、四月期間開始推行「怡雅彩虹健康校園計劃」，在七月時進行中期檢討成放，並於 2012 年度繼續推展，二月進行評估及總結性檢討，於三、四月施行第二學年的活動循環周期，如此類推，是項計劃推行三個學年。

##### A. 身體健康方面：

與香港紅十字會--「五星健康五星家」社區健康教育計劃共同策劃及推行健康校園政策，包括健康飲食、體重控制、急救常識；並藉著 Sports ACT 計劃，讓學生養成持續運動的習慣，提高健康生活的意識。

##### B. 心理健康方面：

透過校本輔導活動、德育與國民教育的一系列的講座和活動，向學生介紹及推廣「七色品格」，培養學生正確的價值觀和人生觀。

##### C. 心靈健康方面：

透過宗教倫理課在校內及校外舉辦的課程及活動，讓學生效法基督的刻苦、犧牲、愛主、愛人的精神。

### 二. 對計劃的需要及申請人的能力

#### 1. 背景

##### (1.1) 學校簡介

本校是一所政府資助的天主教小學，一九七七年由顯主女修會創辦，並於一九八七年由天主教香港教區接辦，成為香港教區屬校之一。

(I) 校風：本校辦學嚴謹，特別注重培養學生品德，發展多元化智能潛質，深受區內家長讚許。

- (II) 課程特色：本校著重兩文三語培育，中文科以「普教中」主導。各級逐步推行小班教學（現小一至小三），並以「合作學習」策略培養學生自發性積極參與全方位學習。
- (III) 功課輔導：本校設有「補底」輔導課，幫助學生解決學習上的困難。此外，亦為高年級同學舉辦中英數加強輔導課，與外籍教師協作教學及資優課程 Smart-kids，為學生升讀中學奠下穩固的基石。
- (IV) 學生成績及升中派位結果：本校極為重視學生的學業成就，銳意培育學生的自學精神。六年級畢業生的成績，多年來均有良好的表現，有不少學生入讀英文中學，包括林護中學、蕭明中學、安柱中學、善德中學、李兆基中學、保祿六世書院及保良局八三年總理中學，首三志願派位百分比均比全港整體性百分比為高。

### (1.2) 辦學宗旨

本校秉承天主教辦學的理想，以「以樂事主」為校訓。在「愛」的薰陶下，致力培育學生的全人發展，使他們成為有責任感，熱愛公益，關心社會的好公民。

### (1.3) 辦學目標

- (I) 宗教方面：培養學生實踐基督「愛主愛人」的精神。
- (II) 學校方面：用愛、用情、用心為學生創造關愛的學習環境，發展多元化活動，使他們成為動靜皆宜、品學俱優的學生。
- (III) 教師方面：全體教師上下一心，發揮團隊精神；能終生學習，以專業精神為社會培育未來棟樑。
- (IV) 學生方面：培養學生珍惜生命，積極進取，面對逆境能自強不息；主動學習，勇於表達，善用資訊科技，發揮潛能；對學校有歸屬感，並以入讀本校為榮。
- (V) 家長方面：讓家長與學校建立良好的伙伴關係，積極配合學校的發展，攜手合作，使學生達致全人教育。

## 2. 如屬學校，計劃如何成為學校策略的一部份

### (2.1) 落實學校發展關注事項

學校於本年度剛好開展 2011-2013 為期三年的學校發展計劃，其中第二項關注事項為：*推動生命教育，培養正確價值觀，實踐關愛文化，締造健康校園*；本年度的關注事項為：*推展「怡雅彩虹校園計劃」，培養正確價值觀，締造「身、心、靈」健康校園*。

學校在去年度以學校的英文名 Fr. Cucchiara Memorial School 的簡寫(FCMS)建立學生口號和老師目標，分別為：

學生口號：	<b>F for Friendly</b>	待人友善
	<b>C for Caring</b>	關愛別人
	<b>M for Mannerly</b>	大方得體
	<b>S for Smart-learning</b>	靈巧學習
	<b>We are FCMS Super Kids.</b>	

老師目標：高瞻遠矚、共同承擔 (Forward-looking Companions with Mutual Support)

學校於上一個三年計劃進行檢討與反思，經過校本發展計劃工作坊、學校發展計劃會議等，本校已

制訂預期目標，以發展學生、教職員和家長身心靈健康為目標的健康校園計劃，並以彩虹的七種顏色代表七種品格—盡責(Responsibility)、服從(Obedience)、朝氣(Youthfulness)、感恩(Gratefulness)、勇氣(Bravery)、誠信(Integrity)、敦品(Virtue)由四月份開始配合每月專題、月訓。

(2.2) 為校本德育及國民教育課提供藍本

日期	主題	小一課題	小二課題	小三課題	小四課題	小五課題	小六課題
09/2012		我的特徵	人生滿希望	我的強項	生之奇跡	我的性格	多元文化
10/2012	國情	我是中國人	民族感情	民族美德	兒童權利	我的祖國	作個地球村民
01/2013	抗逆、情緒	班本活動	班本活動	班本活動	班本活動	班本活動	班本活動
02/2013	抗逆、情緒	跟你做朋友	表達情緒	防止欺凌	脾氣來了	面對逆境	消除壓力
04/2012	責任感 (R)	新的一頁	作個守時人	責任和自律	堅守崗位	金錢管理	網絡世界
05/2012	服從 (O)	聆聽與專注	我欣賞你	有效學習	衝突處理	積極人生	生之潛能
06/2012	朝氣 (Y)	生日的喜悅	學會發問	活動多姿采	我的才能	生之延續	我的理想
11/2012	感恩 (G)	享受大自然	我愛校園	綠色生活	我的社區	培養互愛分享	感激爸媽
12/2012	勇氣 (B)	保護身體	我的才能	面對挫敗	面對限制	近朱者赤	培育生存勇氣
02/2013	誠信 (I)	表達心事	說誠實話	作個忠誠的人	分工合作	平等博愛	異性相處
03/2013	敦品 (V)	我聽你講	處理爭執	助人為樂	學習寬恕	學習接納	獨立自主

本年度重點促進教師與學生的身心健康，並減低老師因工作壓力而影響學與教表現，以愉快的心境進行教學工作，提高學與教效能，以配合學校未來的發展。本校期望藉著推動「怡雅彩虹健康校園計劃」，讓學生、老師明白保持身心健康的重要性。

3. 申請機構如何就推行計劃作好準備

(3.1) 建立和諧的生活環境

- (1) 制訂完善的德訓輔指引
- (2) 制訂健康校園政策
- (3) 班級經營：班目標、班口號推動班級秩序、清潔、交齊功課比賽
- (4) 優秀風紀選舉
- (5) 舉辦各級之家長會、講座、工作坊

- (6) 舉辦各類型綜合活動：English Fun Fun Day、中秋綵燈晚會、新春嘉年華、怡雅健康日、「活力澎湃·放眼世界」嘉年華、Happy Friday、午間繽紛 Show
- (7) 成立家長義工隊、學生義工隊
- (8) 服務學習活動
- (9) 推動每人一職協助老師工作
- (10) 舉行每月壽星
- (11) 每月專題月訓分享
- (12) 學生輔導員、教育心理學家協助訓導主任及學生支援主任處理學生問題

(3.2) 學校在推行有關計劃的經驗

本校在 2008 年度至今，連續三年獲得「關愛校園」殊榮。本校曾成功申請優質教育基金，並得到不少成就，經驗有利推行本計劃：

計劃名稱	計劃日期	計劃編號
1. 《自我成長計劃—自我挑戰、潛能盡顯》	1998-1999	1998/1096
2. 《飛越困難·活出真我》	1999-2000	1999/0640
3. 《「上下同心·寫我情真」一個全校性的寫作計劃》	1999-2000	1999/1096
4. 《資訊科技學習中心》	2000-2001	2000/2729

4. 申請機構所具備其他有利推行計劃的因素 / 設施

(4.1) 有利推行計劃的因素

本校為青衣區內一所天主教學校，已有 35 年歷史，我們相信每一個小朋友都是可以教育的，作為他們的師長，我們會盡力把最好的東西帶給他們。我們相信在愛的薰陶下，小朋友可以樂於學習，善於表達，勇於承擔，敢於創新。我們相信天父賦予每一個小朋友不同的才能，若能得到適當的培育，潛能是可以發揮出來的。我們相信家長是良好的伙伴，在共同合作的情況下，孩子會得到更多的益處，前景也會變得光明。我們相信郭怡雅神父紀念學校擁有一支優秀的教師團隊，我們都具有承擔教育工作的使命。

(4.2) 現有設施

- (1) 全校有中央廣播及放映系統
- (2) 全校設無線網絡系統
- (3) 設有校園電視台
- (4) 除標準課室外，設有英文閱讀室、輔導室、宗教室、電腦室、遊戲室、資源室、中央圖書館、乒乓球室
- (5) 室內操場設有「怡雅表演舞台」

三. 對象及預期受惠人數

- 1. 本校教師：23 人
- 2. 學生：290 人
- 3. 家長：約 500 人

四. 教師及校長參與程度

## 1. 校長直接策劃

從擬定本計劃開始，校長與「健康校園專責小組」進行會議詳細策劃，有關組員亦分別作相關討論，故各項活動的目標、內容及行事曆均有詳細的計劃內容，各參與協作單位也準備就緒。計劃由校長領導，課程主任、訓導主任及學生輔導員共同策劃，並經全體老師商議通過實行。全體老師均承擔計劃的執行，足以顯示學校對本計劃的重視程度，而計劃中各項的活動設計及學生評估工作均由本校老師負責。我們深信，透過「怡雅彩虹健康校園計劃」的推行，不但可以讓持份者提升對「身、心、靈」健康的重要性，更可提升教師之專業發展，為學生提供優質的教育。

## 2. 全校教師參與

由於計劃的範圍非常廣泛，成立「健康校園專責小組」，制訂「健康校園」政策，其他相關活動滲入各科課程之內，全體師生並同參與，亦為學校重點關注項目之一。老師透過全校性參與活動前的準備、活動的參與以及活動的統整，將學到更多有關「身、心、靈」健康的重要性，計劃亦藉此提升各老師間的合作及團隊精神，「身、心、靈」健康將成為本學年度教師專業發展日其中一項主題。

## 五. 推行方案及時間表

(i) 計劃構思、宣傳及試行期：2011年9月至2012年3月

(ii) 進行期：2012年4月至2013年3月

(iii) 過程及時間表

計劃構思、宣傳及試行期	2011年9月-2012年3月
第一階段：推展期一	2012年4月-5月
第二階段：推展期二	2012年5月-6月
中期檢討	7月
第三階段：推展期三	2012年9月-2013年3月
第四階段：評估及總結性檢討	2013年3月
延伸期（校本推行）	2013年4月-2014學年

## 推行方案：

每名學生均有「怡雅彩虹健康校園計劃」紀錄冊，並設「考章」（怡雅七色品格襟章）升級制度。學生由十二月份開始分七個階段紀錄，完成計劃中指定項目便可獲得「彩虹襟章」。襟章分七種，分別是 R. O. Y. G. B. I. V. 六月份統計能獲七色品格襟章人數，最佳表現的 50 名學生可免費參加「七色品格」嘉許日營活動。

範疇	目標	策略 / 工作項目	工作內容	施行日期	負責科組
A 德育 及 國民 教育	培養正確價值觀，締造身、心、靈健康校園	A1 每月壽星	透過每月壽星活動，培育互相關愛的行為。	09/2011   06/2012	德訓輔
		A2 德育及國民教育課	透過課程，培養學生正確價值觀，讓學生健康成長。	09/2011   06/2012 延伸期 09/2012   03/2013	德訓輔
		A3 禁毒課程	透過禁毒課程，培養學生正確價值觀，以及明白生命的可貴。	10/2011   06/2012	德訓輔 禁毒處協辦

		A4 抗逆/情緒處理的講座	透過講座/工作坊，學生學會正確地處理情緒/表達情緒/面對逆境。	11/2011	德訓輔 (外聘講者)
		A5「怡雅彩虹校園計劃」		04/2012	
		「R 盡責月」	透過活動，培育交齊功課、準時回校及清潔等良好表現。	04/2012	
		「O 服從月」	透過活動，培育服從等良好表現。	05/2012	
		「Y 朝氣月」	鼓勵學生進行才藝表演、一人負責一職，以及參加校內外比賽，培育學生勇於表達意見等良好表現。	06/2012	
		「G 感恩月」	透過活動及義工服務，培育學生積極服務等良好表現。學生可藉著各款心意咭/午間點唱，傳遞祝福，培育學生關心他人。	11/2012	
		「B 勇氣月」	透過活動，培育學生勇於表達意見、勸導別人改過或承認自己犯錯、主動與人溝通等良好表現。	12/2012	
		「I 誠信月」	透過活動，培育學生不說謊、有信用等良好表現。	02/2013	
		「V 敦品月」	透過活動，培育學生不說謊、有禮貌、勇於承認自己犯錯、寬恕他人等良好表現。	03/2013	
B 宗 教 及 倫 理	加強班級的凝聚力，建立關發校園	B1 班級經營	訂立班目標，班主任在開學首四天訂立班規、班目標和班口號。	09/2011   06/2012 延伸期 09/2012   03/2013	班主任
		B2 開學禮儀	在開學禮儀中，以「培養七色品格·活出健康人生」為題，共同作出承諾。	09/2011 & 09/2012	信仰培育組
		B3 簽署承諾	在開學禮儀上共同簽署承諾： 盡責守規、關愛校園 服從敬師、遠離惡習 積極進取、努力學習 感恩孝親、以樂事主 勇氣百倍、排除萬難 誠信自律、成功之本 敦品勵行、自我革新 實踐彩虹盟約，活出健康人生，做個怡雅七色好孩子。	09/2011 & 09/2012	信仰培育組 德訓輔組

C 課程 政策 組	提升學與教效能，提 升身、心、靈健康	C1 學生健康檢查	提供全校學生健康檢 查評估：BMI (量身 高、體重)及生命表徵 (血壓、心率、脈搏、 呼吸)	09/2011 & 09/2012	體育組
		C2 外聘體適能教練	於學生檢查評估後，體 重不理想的同學建議 參加體重控制班。 設計全校性體適能活 動。	04/2012	體育組
		C3 怡雅健康日	為全體學生、家長、老 師及區內人士提供有 益身心之講座、展板、 活動及攤位遊戲	01/2012	學校發展組 香港紅十字 會(展板及 攤位)
		C4 有關身、心、靈健 康講座	每年定期舉辦不同類 型之學生及家長講 座，讓他們認識身、 心、靈健康的重要性	09/2011   06/2012 延伸期 09/2012   03/2013	課程政策組 (外聘講 者)
		C5 暑期活動—活力澎 湃嘉年華	在暑期結束前一天，以 嘉年華方式讓學生、家 長及區內人士提供健 康資訊及以愉快心情 迎接暑假	13/07/2012	學校發展組
		C6 建立學生學習歷程 檔案	學生在不同的學習範 疇：如藝術、知識、宗 教、服務、體育及七色 品格記錄學習歷程，給 與學生反思	10/2011   06/2012	課程發展組
D 教師 專業 發展	提升學與教專業	D1 教師發展日	老師宗教培育日--加強 教師的宗教培育，藉此 舒展身、心、靈健康	01/02/2012 及 24/05/2012	信仰培育組 教師專業發 展組
E 關注 飲食 健康	提升飲食健康	E1 水果日		09/2011   06/2012 延伸期 09/2012   03/2013	
		E2 素食餐	午膳供應商每天給學 生選擇的餐單中，其中 一款為素食餐。	09/2011   06/2012 延伸期 09/2012   03/2013	膳食組

	E3 售賣健康小食	與小賣部協議售賣健康小食，如焗蛋、雞蛋三文治，低糖飲品等。	09/2011 ↓ 07/2012 延伸期 09/2012 ↓ 03/2013	膳食組
--	-----------	-------------------------------	---	-----

## 六. 預期產品及成果

### 1. 產品

設「怡雅彩虹健康校園計劃」活動紀錄冊，記錄學生在「彩虹七色品格」七個階段中「身、心、靈」三方面的表現；此外，學生在參與上述活動時，把活動的有關資料收集，整理成為「怡雅彩虹孩子」成長歷程檔案(Portfolio)，讓學生在學習過程中進行反思。校本德育及國民教育工作紙及有關教材將上載學校網頁。

### 2. 預期成果

學生透過課程及不同的活動，提升「身、心、靈」的健康成長，從而建立校園健康生活文化，推動生命教育。在各階段活動完結後，學生將個人經驗和體會與同學分享，提升自信心。

## 七. 預算 (詳列各項開支細目，如有等額資助或其他贊助，請列詳情)

開支分類	Items	Price (\$)	Number / Month	Sub-total (\$)
薪酬	教學助理 (\$9,500 月薪，另 5%強積金)	9975	12	119700
服務	體適能教練	250	12	3000
	講座	6000	1	6000
	教師專業發展	4000	1	4000
	日營(每位學生\$140, 50%津貼)	70	50	3500
一般開支	核數費(由優質教育基金支付)	5000		5000
	學生學習歷程檔案	30	300	9000
	印刷刊物費	20	300	6000
	車費(多項活動 50%津貼)	2000	1	2000
	清潔小掃把及其他清潔用品	20	15	300
	原子印	30	77	2310
	每月服飾(與德育主題相關)	100	8	800
	獎品(文具及其他雜項等等)	2000		2000
	怡雅表演舞台背景佈置	5000	1	5000
	身心靈健康橫額	500	8	4000
Total (\$):				172,610
→				\$ 172,700 (上調至百位)

職員薪酬 \$119,700

服務 \$16,500

一般開支 \$36,410

共計：\$172,610 → 172,700(上調至百位)



## 八. 資產運用計劃

類別	項目／說明	數量	總值	建議的調配計劃(註)
其他	怡雅表演舞台背境佈置	1	\$5,000	日後用作教學用途

註：供學校／團體／其他計劃使用(請提供在計劃結束後會接收被調配的資產的部門／中心的詳情，以及預計有關資產在活動中的使用情況)。

## 九. 計劃成效及延續

### 1. 評鑑參數及方法

老師方面：透過會議、面談和問卷收集意見，評估計劃的成效。

學生方面：透過學生的個人成長歷程檔案、問卷和表現紀錄冊作評估計劃的成效。

家長方面：透過家長教師會會議，問卷收集的意見，評估計劃的成效。

### 2. 計劃如何令教育界整體受惠

是次申請優質教育基金，期望在得到外界的支援下，能更有系統地整理、探討和發展健康校園政策，提升學生、家長及老師對身、心、靈健康的關注。當計劃完成後，本校會透過本校的網頁、校訊、學生報及公開場合分享有關課程的推行及實踐的經驗，希望能對教育界作出貢獻。藉著本校的經驗，老師的投入、持份者的參與，我們有信心能在「怡雅彩虹健康校園」得以進一步發展。

### 3. 計劃的成效如何在計劃完成後得以延續

(3.1) 學校對健康校園非常重視，除了正規課程提供學習機會外，「七色品格」更成為培育學生正確的價值觀和人生觀的指標，學校亦會利用優質教育基金撥出的資源繼續舉辦活動，有需要亦會由學校資助有關活動。

(3.2) 是年計劃後，健康校園小組每年均作工作檢討，以釐訂來年政策，為學生建構一個健康校園。

(3.3) 2012年9月至2013年3月為活動的延伸期，於學期結束(七月)時作中期檢討，反思成效，於2012年度作第二循環周期，如此類推，是項計劃推行三個學年。

## 十. 如何推介/ 宣傳計劃

1. 本校將透過校園電視台、家長會、校訊、學生報、家長教師會會訊、展板、通告、家長講座、學校網頁向校內人士宣傳此計劃。
2. 透過展覽、交流會、派人到學校主講、優質教育基金及其他教育機構向同工分享心得。

十一. 遞交報告時間表

本校承諾準時按以下日期遞交合規格的報告：

計劃管理		財政管理	
報告類別及涵蓋時間	報告到期日	報告類別及涵蓋時間	報告到期日
計劃總結報告 1/4/2012 - 30/3/2013	30/6/2013	財政總結報告 1/4/2012 - 30/3/2013	30/6/2013