優質教育基金
Quality Education Fund

M:FR/C

計劃總結報告	計劃編號 ：2014/0147

甲部

計劃名稱：____識飲惜食 _____

機構/學校名稱：__樂善堂劉德學校 _____

計劃進行時間：由 _____4/2015_____(月/年) 至 ____11/2015_____(月/年)

乙部

填寫此部份報告前，請先詳閱讀「優質教育基金計劃總結報告填寫指引」。

請另頁(A4 紙)書寫，就以下項目作出總結報告：

1. 達成目標
2. 計劃對學習成效、專業發展及學校發展的影響
3. 自我評鑑計劃的成本效益，需清楚列出有關指標及衡量準則
4. 成品及推廣模式，及外間對那些推廣活動的反應
5. 活動一覽表
6. 計劃實施時所遇到的困難及解決方法

計劃負責人姓名：_____ 受款人姓名*：_____

簽名：_____ 簽名：_____

日期：2015 . 11 . 27 日期：2015 11.27

**計劃總結報告須經「網上計劃管理系統」提交。一經提交，報告將被視爲已經由校監／機構主管或代表機構簽署優質教育基金撥款協議書的人士確認。*

此表格／指引可於優質教育基金網頁 http://qef.org.hk 下載。

優質教育基金
Quality Education Fund

優質教育基金總結報告填寫指引

在填寫計劃評鑑時，請詳述以下各點。以下指引提供參考，讓計劃負責人／小組反思計劃的成效。

1. 能否達成目標*（內容請參閱表格一）*

評鑑是否已達致計劃書內列明的各項目標時，須包括以下項目*(有關資料可按本附件內表一的格式，或以簡短段落形式書寫)*：

- 目標陳述
- 與目標相關的活動
- 目標達成程度
- 目標達成的證據或指標
- 如不能達成目標，須列出原因

2. 計劃影響

可從以下三個維度評鑑本計劃在學習成效、專業發展、學校發展等的成效：

一. 學生方面：

A. 發揮專長及潛能

在台灣交流學習團裡，負責老師和參與的學生需要在出發前自行搜尋和整理有關台灣環保方面的相關資料。其後，與當地機構和學生交流時，亦需要運用答問技巧。在活動之後，學生更需要利用資訊科技製作簡報。因此，學生在資料搜集的能力、答問技巧、與人溝通的能力，以及資訊科技能力的運用都有明顯的進步。

B. 適應社會發展的需求

資料收集、口頭匯報、簡報製作、團隊合作以及資訊科技運用，這些都是學生適應社會的必要能力。台灣交流學習團、攤位遊戲的設計及各項的比賽便是對學生這些能力的一次培養。例如：他們需要合作設計和製作攤位遊戲、用 WhatsApp 討論及完成交流小冊子，以及於海報設計比賽的投票上表現出來。

二. 在教師方面：

A. 促進教師的專業發展

從計劃的構思和設計到學生的培訓、學科的配合及至與家長的溝通老師們都付出了大量的時間策劃和資料搜尋，都是一次很好的經驗 。對於學校未來學習主題的拓展，會有實質性的幫助。

B. 促進團隊精神、提升學校形象

由於計劃涉及多元化的活動，老師們需要籌組不同的會議安排事務，透過緊密的會議和合作，促進了團隊精神。計劃推行期間，本校除了邀請相關不同的機構到校舉行講座，並以「識飲惜食」為題參與了英文造型朗誦的比賽，也邀請了家長參與活動，因此家長及外界對計劃都有一定的認知，這令到學校整體形象提升。

三. 整體方面：

A. 拓寬視野

旅程中，學生及老師能親身探索及體會當地的環保政策及設施，如：本校學生除了與當地學生的共同學習外，更有機會一起參與廚餘的處理，了解當地的「惜食」文化。過程中，學生的思維得到訓練，在設計問題與當地學生作交流的過程中擴寬了學生分析問題的視野。

B. 加強成功體驗

由於活動前加入了資料收集，學生需要提前準備及設計問題，同學們也積極投入和主動參與。在旅程中，同學們每天需要互相合作、討論，每位同學也有發揮能力的機會。例如：有一位學生在校成績一般，但是她的普通話很流利，在行程中她能幫助組員與當地人員交流，故此，在互動互助的合作學習下，大家能體會成功帶來的喜悅。

C. 改善學習氣氛

由於計劃涵蓋不同類型的活動，學生有較多的機會展示他們不同的潛能，因為學生能按自己的能力參與自己感興趣的活動，故此，對學習的興趣亦大大提升。

D. 促進與其他團體協作機會

本計劃不但促進了與台灣鄧公國小的關係，也促進了本校與中學的接觸。如優才書院和葵涌循道衛理中學也到校進行環保及綠色飲食的推廣，期望下年能在適當的主題繼續合作。

3. 自我評鑑計劃成本效益

受款人必須填寫本附件內表二的預算核對表，與報告一併遞交。關於預算項目的分類辦法，請參照計劃協議書附件二。

請就以下各方面評鑑計劃的成本效益：

- 資源的運用(例如器材、申請學校/參與學校的人力資源等)
  計劃得的撥款主要是用於台灣環保學習交流團，這筆資源對於整個計劃來說是十分重要的。因為大部分學生家境清貧很少有機會到海外進行學習，所以這次活動對他們來說意義很大。
- 按直接受惠人士數目計算的單位成本
  計劃的直接受惠者，以學生的得益最大，效果亦最明顯。按計劃的推算，學生能夠通過親身的體驗感受當地的環保政策和設施。並且對於自治、自學、自省的能力都能得以提升。
- 計劃所建構的學習課程及資料的延續性
  計劃中的教材會用於下年的成長課作計劃的延續。
- 當其他學校重做計劃時，不須另外注資的開支項目(包括計劃的開辦成本、備用成品等)
  本計劃所設計的教材和網站資源都可以繼續使用，而不需要重新建構。
- 以較低成本達致相同效益的其他辦法
  根據這次去台灣之行，我們探訪的機構基本上都有介紹光碟，如要再次舉辦本計劃可以與該機構聯絡購買，這樣便能大大降低成本。

4. 可推介的成果及推廣模式 *(內容請參閱表格三)*

在評鑑計劃的成品及推廣價值時應包括以下項目。*(有關資料可按本附件內表三的格式列出)*：

1. 成品說明 (例如種類、名稱、數量等)
2. 評鑑成品的質素及推廣價值
3. 已舉辦的推廣活動 (請列出日期、模式等) ，以及參加者／受眾對活動的反應。
4. 有關由優質教育基金加以推廣的成品的價值及其可行性，以及建議的推廣模式。

請同時扼要說明計劃的成功因素/經驗，以及延續計劃的可行性。

5. 活動一覽表 *(內容請參閱表格四)*

請列出計劃進行期間舉辦的活動詳情，例如活動種類、內容、參加人數及參加者的反應*(有關資料可按本附件內表四的格式，或以簡短段落形式書寫)*。

6. 困難及解決方法

如實際推行的計劃(包括預算、時間表及過程等)與原來計劃有出入，須在此部分解釋原因。

在台灣參觀青桐車站礦工食堂時，因天雨關係部分地方不能停留，只能匆匆忙忙地觀看一下，並沒有進行預期的活動，對於學生在學習上來說未必有所得著。

優質教育基金
Quality Education Fund

表一：目標是否達到

說明目標	與目標相關的活動	達標程度	達到目標的證據或指標	未能達到目標的理由
1. 透過親身體驗，令同學明白珍惜食物的重要，並身體力行地透過日常生活表現出來。	● 參觀香港的相關機構 ● 貧富宴活動 ● 健康飲食獎勵計劃	1. 活動舉辦前後廚餘量降至約3成 2. 過半數學生能經常吃完飯餸 3. 大部分學生對珍惜食物的意識提升了	1. 廚餘量由最高52.3%降至32.1% 2. 問卷調查及觀察： • 56.7%的學生都能經常於午膳不剩飯 • 14.3%的學生減少了小息進食零食 • 全年能吃完飯盒的簽名記錄數量達致3590 3. 80%學生同意貧富宴能幫助他們提升珍惜食物的意識	/
2. 培養學生健康的飲食習慣、懂得選擇有益而有營養的飲食方式。	● 播放相關主題影片 ● 健康飲食獎勵計劃 ● 早會老師健康生活心得分享 ● 戲劇表演 ● 親子標語創作比賽 ● 攤位遊戲 ● 海報設計比賽 ● 「識飲惜食」集會活動 ● 以健康食物為題作英文匯報 ● 中文詩詞分享	1. 過半數學生能完成學生健康資料手冊並能設計出健康餐單 2. 過半數學生小息時會吃健康小食 3. 大部分學生對於健康知識有提升 4. 過半數學生能減少浪費食物	1. 62%的學生能完成學生健康資料手冊；56%的學生能設計出健康餐單 2. 問卷調查：平均61.4%的學生自評會於小息時吃健康小食 3. 82.2%的學生能於問卷調查選擇正確答案 4. 75%學生參與午膳廚餘減少浪費活動	/
3. 提高學生「自治、自學、自省」的能力	● 台灣交流活動 ● 健康飲食獎勵計劃	1. 大部分學生增強了自治能力 2. 大部分學生提升了自省及自學的能力	問卷調查： • 90.5%學生同意交流團增強了自我管理及獨立的能力； • 80.9%學生同意是次學習經驗有助個人的反省及學習	/

表二：預算核對表

預算項目 *(根據協議書附表 II)*	核准預算 (甲)	實際支出 (乙)	變更 [(乙)-(甲)] / (甲) +/－ %
團費： *** 台灣交流團費每人$4,500 (包機票，住宿，門票，當地旅遊車，保險，導遊費) 1) 接受綜合社會保障援助(綜援)和全額學生資助計劃的學生12人 $4,500 X 12 = $54,000 2) 半額資助學生資助計劃的學生3人 $4,500 X 3 X 75% = $10,125 3) 一般學生10人 $4,500 X 10 X 50% = $22,500 4) 4位老師 $4,500 X 4 = $18,000	104,625 元	84,338.75 元	-19.4%
一般開支 紀念品： 陶藝品 ($750) Banner x1 ($500) 雜項（例如：禮物，活動物資等）($3,100) 審計費用 ($5,000)	9,350 元	6,134 元	-34.4%

表三：計劃成果的推廣價值

項目詳情 (例如 種類、名稱、數量等)	成果的質素 及推廣價值評鑑	舉辦的推廣活動 (例如 模式、日期等) 及反應	是否值得優質教育基金推介及可供推介的可行性？如值得，請建議推廣模式
「識飲惜食」健康手冊一本	一般	模式：獎勵計劃 於 2014 年 10 月分發給 155 名學生	否，有待改善。

一張學習主題的資源材料光碟（包括以下範本：健康冊子、台灣學習冊子、活動調查問卷、廚餘記錄表、攤位遊戲券、選舉票）	一般	模式：分享 1. 2015 年 11 月於香港中文大學教育文憑課程的課程評鑑課堂上分享活動的設計、評鑑的方法及活動成果 約 50 人參與 2. 於家長日及開放日播放光碟及相關活動情況	/
一本特刊及校訊	一般	記錄本計劃的活動及成效資料 1. 模式：探訪 向附近 3 間幼稚園推介 2. 印製撮要版派發予學生及家長並存放於學校圖書館及大堂供閱覽	/

表四：活動一覽表

活動性質 *(例如 座談會、表演等)*	概略說明 *(例如 日期、主題、地點等)*	參加人數				參加者的回應
		學校	教師	學生	其他 (請註明)	
戲劇表演	主題：We are little cooks 日期：4/12/2014 地點：有蓋操場 日期：13/5/2015 地點：本校禮堂	3	28	約 200	2 間幼兒園	家長及學生都認同學生的表現
校本活動	主題：貧富宴 日期：11/2/2015 地點：本校禮堂	1	16	153		1.80%學生同意貧富宴能幫助他們提升珍惜食物的意識 2.部分學生同意貧富宴是一次難忘的體驗
獎勵計劃	主題：「識飲惜食」健康飲食獎勵計劃 日期：7/10/2014-30/6/2015 地點：本校	1	16	153		1. 75%學生參與午膳廚餘紀錄，減少浪費食物 2. 部分學生同意較以往更為懂得「識飲惜食」

標語比賽	主題：親子標語創作比賽 日期：7-21/10/2014 地點：本校	1	16	153		一至三年級家長都踴躍參加
攤位遊戲	主題：「識飲惜食」攤位遊戲 日期：30/6/2015 地點：本校有蓋操場	1	16	153		設計攤位的學生表示十分有滿足感，因為參與者都很投入和高興
學生投票比賽	主題：「識飲惜食」海報設計比賽 日期：7/10-12/11/2015 地點：本校	1	16	153		部分學生認為是次活動很有趣，因為他們可以自己投票選出心目中的冠軍
參觀活動	日期：27/11/2014 參觀 APM 廚餘處理設施 日期：25/11/2014 參觀　麵包公司 日期：4/12/2014 參觀　飲食文化博物館 日期：20/10/2014 參觀將軍澳堆填區	1	4 4 4 4	31 23 49 49		大部分學生都認同參觀這些機構有助提升他們的環保知識

「識飲惜食」主題活動	地點：本校禮堂 日期：7/10/2014 集會主題：「識飲惜食」之啟動 日期：10/12/2014 集會主題：食物的浪費 日期：14/1/2015 集會主題：午膳情況 日期：4/2/2015 集會主題：小食方程式及如何閱讀營養標籤 日期：11/2/2015 集會主題：貧富宴 日期：11/3/2015 集會主題：貧富宴的反思	1	16	153		學生認為每次的集會活動都是根據他們的飲食情況特別安排的，所以很實用
英文雜報	主題：健康食物及習慣 日期：逢一、四早會 地點：本校有蓋操場	1	16	153		家長認為每天都能看見學生分享健康資料印象很深刻
對外交流	主題：台灣四天環保學習團 日期：20/5-23/5/2015 地點：台北	1	4	21		1. 90.5%的學生同意台灣交流團增強了自我管理及獨立的能力 2. 80.9%學生同意此次環保學習交流團有助個人的反省及學習

優質教育基金
Quality Education Fund

2015「識飲惜食」台灣環保學習交流之旅問卷調查結果
派出問卷 21 回答人數 21

	非常同意	同意	沒有意見	不同意	非常不同意
在出發前的講座：					
1. 有助我了解今次台灣環保學習交流之旅的行程。	33.3%	52.4%	9.5%	4.8%	0
2. 有助我作出活動前準備。	33.3%	52.4%	14.3%	0	0
在台灣的四日三夜活動：					
3. 增強了與別人的合作精神。	38.1%	57.1%	4.8%	0	0
4. 增強了與別人的溝通能力。	19%	81%	0	0	0
5. 培養個人守時的習慣。	28.6%	66.7%	4.8%	0	0
6. 學習到在團體內表達意見。	42.9%	57.1%	0	0	0
7. 增強了自我管理及獨立的能力。	52.4%	38.1%	9.5%	0	0
8. 學習到在團體內承擔責任。	33.3%	57.1%	9.5%	0	0
9. 學習冊子的自評及日記，有助了解個人的成長。	14.3%	52.4%	33.3%	0	0
10. 晚上的合作學習及討論，有助個人的反省及學習。	23.8%	57.1%	19%	0	0
11. 參觀不同的景點(包括：永續環境教育中心、北投地熱谷、北投圖書館、淡水老街、慈濟環保教育園地、防災科學教育館等)，有助我了解台灣的環保文化。	81%	19%	0	0	0
12. 我享受與台灣的朋友(鄧公國小)進行環保（廢物分類、蚯蚓環保概念）及惜食交流（午膳廚餘處理）。	76.2%	23.8%	0	0	0
13. 參觀北投焚化廠，有助我了解台灣的現代化環保設施。	57.1%	38.1%	0	4.8%	0
14. 我學會投入參與活動。	57.1%	38.1%	4.8%	0	0
15. 我學會與別人分享個人經驗和感受。	47.6%	47.6%	0	4.8%	0
16. 我學會接納別人的意見和批評。	38.1%	57.1%	4.8%	0	0
17. 我感到自己有所成長。	52.4%	38.1%	9.5%	0	0
18. 我願意與別人分享在台灣環保學習交流之旅的經驗。	61.9%	28.6%	9.5%	0	0

根據學生的自評及問卷調查，有 90.5%的參與者認爲增強了自我管理及獨立的能力。而 80.9%的參與者同意晚上的合作學習及討論，有助個人的反省及學習。因此，我們認爲大部分學生能於是次活動中提高「自治、自學、自省」的能力。

健康飲食習慣調查結果

參與問卷人數 137 人

你認爲以下食物健康嗎？

	炸雞髀	汽水	乾炒牛河	漢堡飽炸薯條	媽咪麵
較健康	6%	6%	25.4%	7.5%	6%
不健康	83.6%	86.6%	49.3%	85.8%	86.6%
不知道	10.4%	7.5%	25.4%	6.7%	7.5%

除了乾炒牛河外，8 成以上學生基本上明白甚麼是不健康食物。

你在過去一星期內平均每天進食以下食物的次數大約是:

	多過兩次	兩次	一次	少過一次	完全不吃	不知道
水果	50%(60%)	9% (13%)	19.4%(14%)	9.7%(1%)	1.5%(4%)	10.4%(8%)
蔬菜	56%(65%)	14.2%(14%)	12.7%(10%)	3.7% (3%)	3.7% (3%)	9.7%(5%)
奶品類	39.6%(34%)	13.4%(19%)	22.4%(24%)	7.5% (5%)	6.7% (7%)	10.4%(10%)
肉、魚、蛋及豆類	45.5%(60%)	19.4%(15%)	17.2%(18%)	4.5% (3%)	3.7% (2%)	9.7% (3%)
五穀類	64.2%(74%)	10.4% (9%)	9.7% (10%)	3.7% (1%)	3% (2%)	9% (3%)
煎炸食物	19.4%(20%)	5.2%(14%)	17.2%(32%)	24.6%(14%)	18.7%(15%)	14.9% (6%)
含有添加糖分的飲品	21.6%(28%)	7.5% (15%)	15.7%(26%)	27.6% (14%)	11.2% (12%)	16.4% (5%)
高鹽分的食物	18.7%(18%)	6%(13%)	19.4%(25%)	23.9%(21%)	15.7%(17%)	16.4%(7%)
高脂肪的食物	17.9%(23%)	6.7%(15%)	23.1% (25%)	23.1%(17%)	14.2% (15%)	14.9% (5%)

	每天	經常	間中	很少	從不
我午膳能夠吃完飯菜:	42.5% (30%)	14.2%(25%)	22% (31%)	15%(8%)	6.3% (5%)

	吃	不吃/其他
我小息會吃健康小食:	53.8% (69%)	46.3%(32%)

*括號內的數據是上學期末的飲食調查結果百分數。

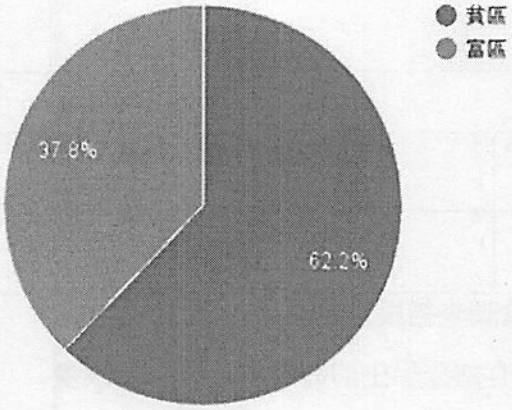
根據健康飲食習慣調查的結果，有部分學生的飲食習慣是有所改變。

以下是有明顯改變的習慣:

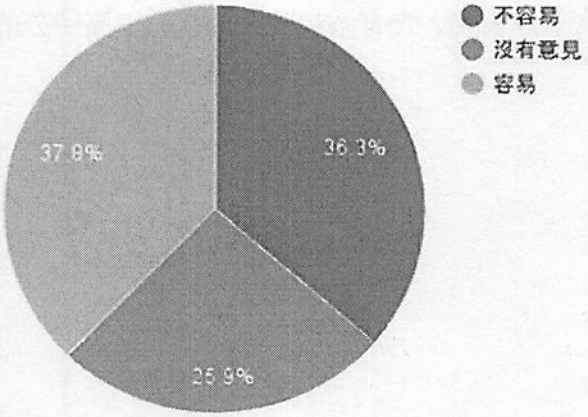
1. 每天午膳能夠吃完飯菜的同學提升了 12.5%。
2. 在一星期內平均每天進食煎炸食物、含有添加糖分的飲品、高鹽分的食物、高脂肪的食物的的學生明顯減少。

2014-15 貧富宴問卷調查結果
答卷人數 135

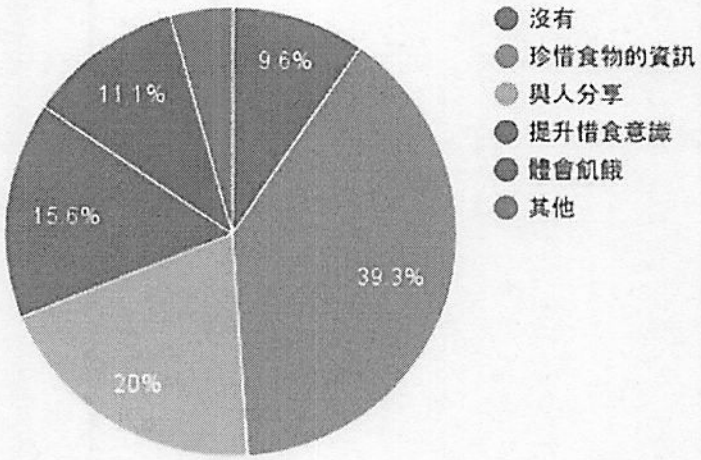
1.你於是次活動是：



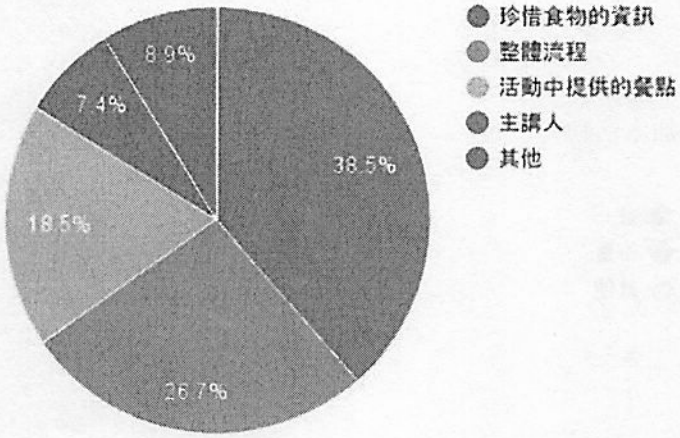
2.你認為是次活動的入場條件（完成午膳數量的記錄）容易達成嗎？



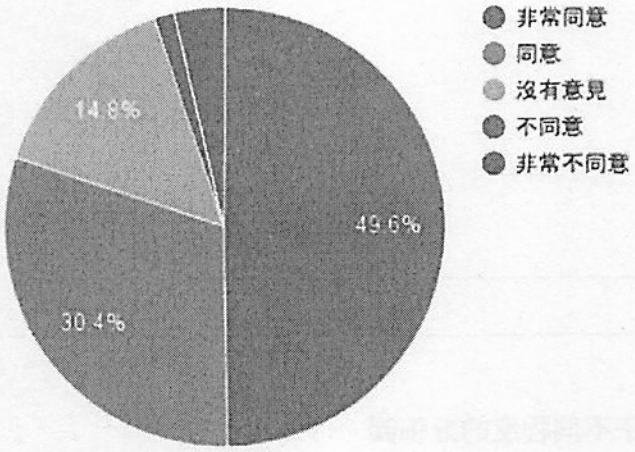
3.你最希望能於活動中學到甚麼呢？



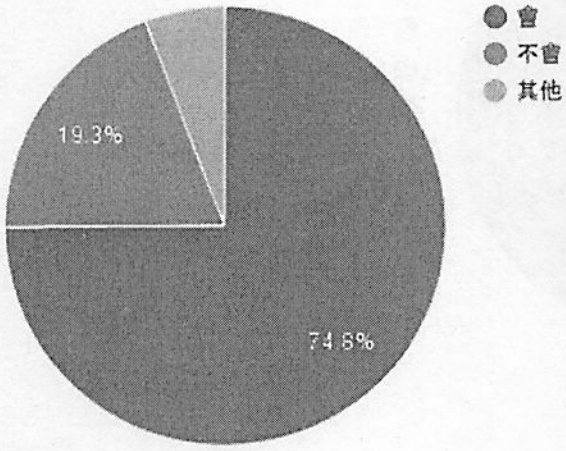
4.你最欣賞本活動的哪些方面？



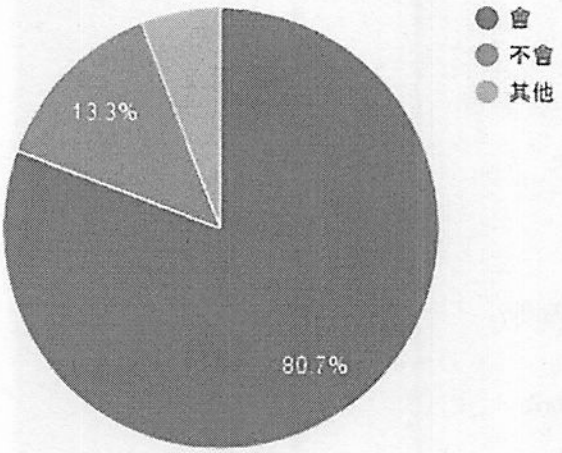
5.你同意本活動的資訊，有助你提升珍惜食物的意識嗎？



6.你會與朋友或家人分享貧富宴傳達的珍惜食物的訊息嗎？



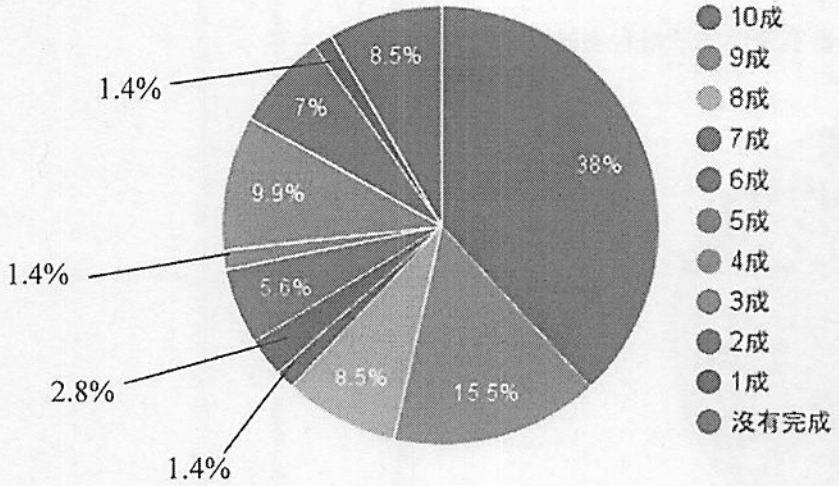
7. 如果校方再次舉辦相關活動，你會積極參加本活動嗎？



識飲惜食健康小冊子

	人數（百分比）
設計出健康餐單	56%

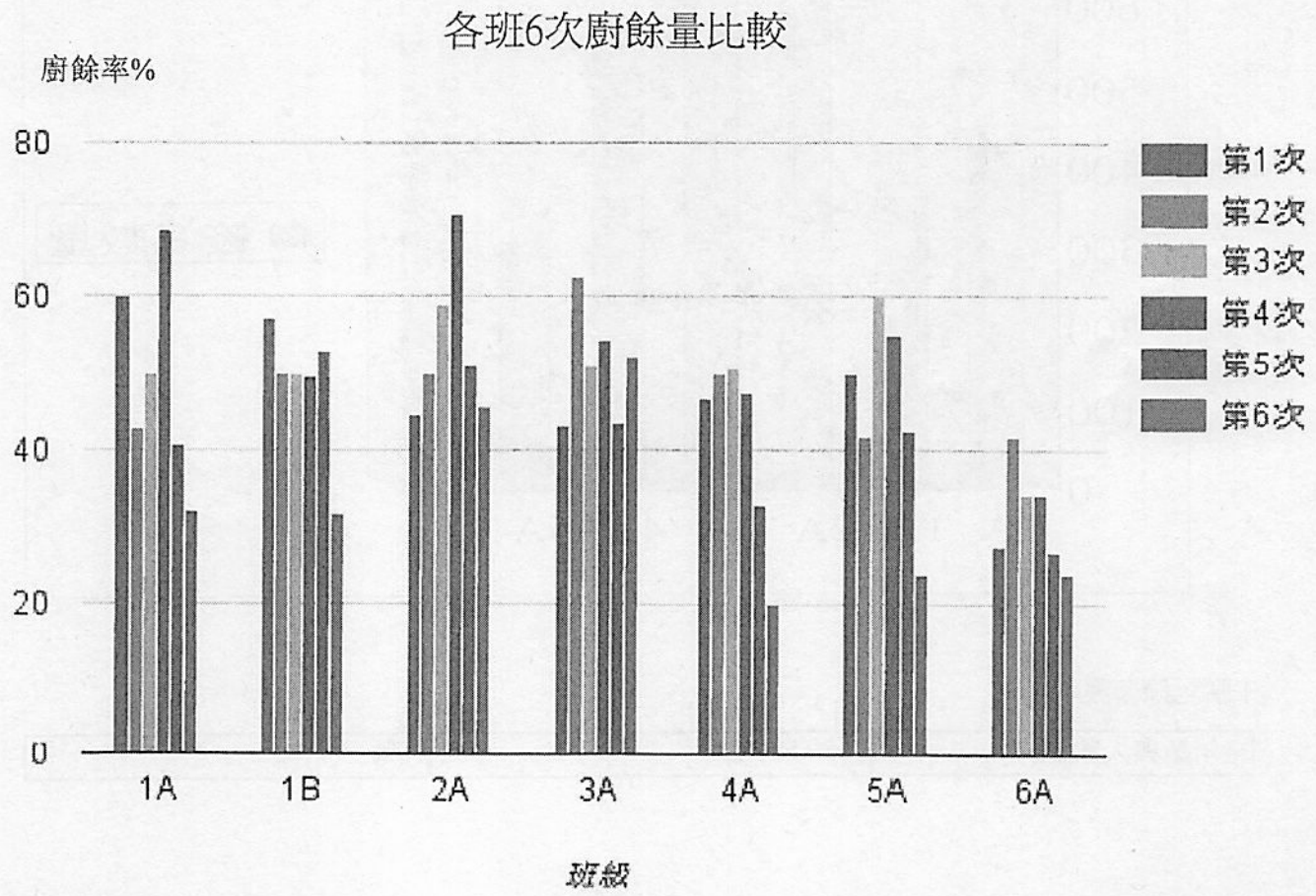
學生完成健康小冊子不同程度的分佈圖



班級	廚餘產生率（%）					
	第 1 次	第 2 次	第 3 次	第 4 次	第 5 次	第 6 次
1A	60.0	42.9	50.0	68.9	40.6	32.1
1B	57.1	50.0	50.0	49.6	53.1	31.5
2A	44.4	50.0	58.9	70.8	51.0	45.5
3A	43.3	62.5	50.8	54.5	43.5	52.3
4A	46.7	50.0	50.7	47.5	32.8	20
5A	50.0	41.7	60.0	55.1	42.5	23.8
6A	27.3	41.7	34.2	34.2	26.8	23.8

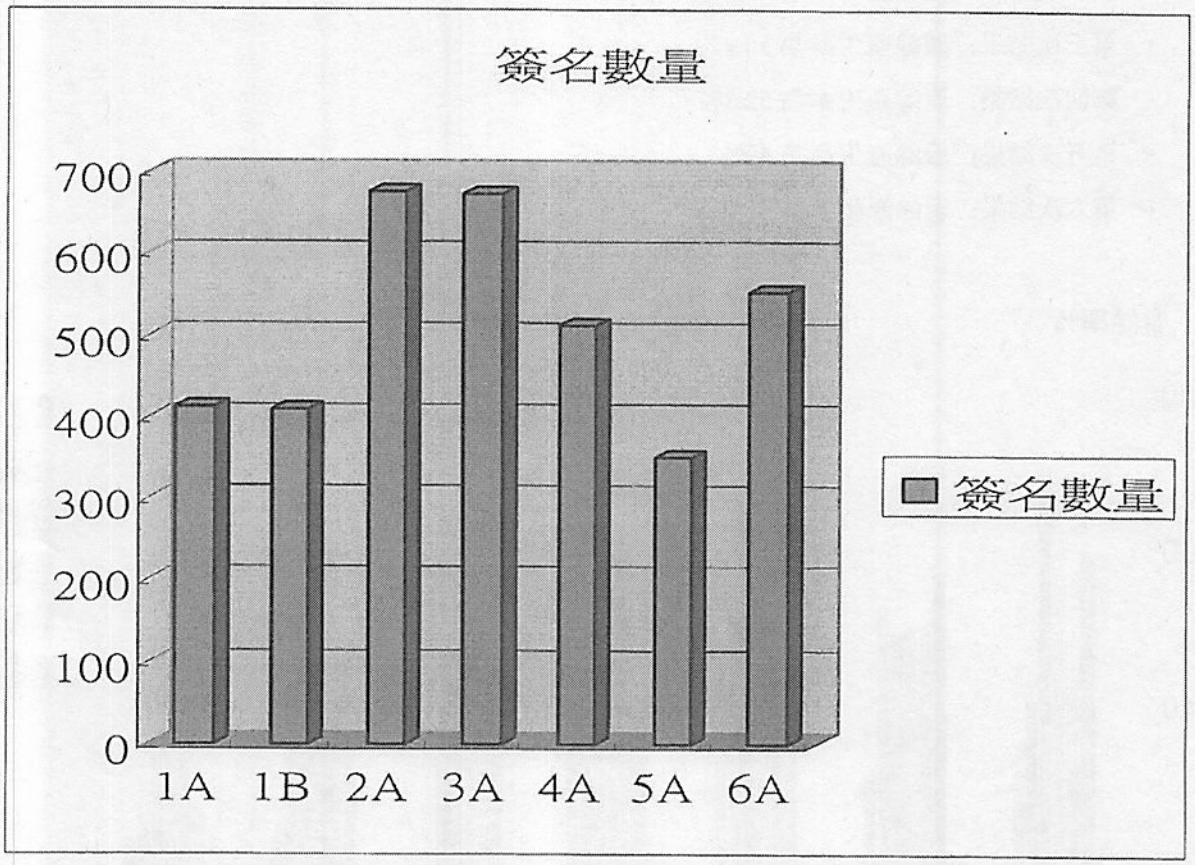
全校過去六次廚餘量度的平均結果：

- 第一次結果：廚餘產生率為 45%
- 第二次結果：廚餘產生率為 49.4%
- 第三次結果：廚餘產生率為 50.4%
- 第四次結果：廚餘產生率為 52.3%
- 第五次結果：廚餘產生率為 40%
- 第六次結果：廚餘產生率為 32.1%



每班全年午膳簽名記錄數量= 3590

班級	1A	1B	2A	3A	4A	5A	6A	總數
全年 簽名數量	412	409	676	674	514	352	553	3590



午膳記錄參與率

全年參與人數	115/152	75%

完