

# 優質教育基金

(適用於不超過 150,000 元的撥款申請)

## 「好心情@學校」計劃書

計劃名稱 「好心情、美素質：源自全方位、實踐關愛校園」	計劃編號 (2016 / 0097) (修訂版)
--------------------------------	-----------------------------

### 基本資料

- 學校/機構名稱：新會商會陳白沙紀念中學
- 受惠對象：
  - (a)界別：中學
  - (b)全校學生人數：702 (中一至中六)
  - (c)老師人數：67
  - (d)家長人數：0
  - (e)社工及教育心理學家人數：3
  - (f)參與學校：1

### 計劃書內容

#### (I)計劃需要

- (a) 請簡要說明計劃的目標。

本計劃以「關愛校園」為主題，希望透過班級經營、領袖訓練、生命教育、師友計劃等校內校外活動，幫助學生了解「與人分享」、「正面思維」和「享受生活」是促進精神健康的三大元素，從而有效提升自我形象，減少負面情緒，建立自信，培育出自我管理、自我實現的能力和良善美好的品格素質。

- (b) (i)請表明學校的需要及優先發展項目。

	提升學與教，以促進學生在科目/學習範圍/共通能力發展上的知識
✓	促進學生的社交和情感發展
	促進學校管理/領導，以及老師的專業發展/健康
✓	其他：建立學生良好品德發展及校園關愛文化

- (ii)請提供相關的背景資料以論證(b)(i)中所提及的需要

✓	學校發展計劃	本校學生大多來自低收入家庭，受教肯學，在活動經費方面極需要獲得資助。一直以來，學校的辦學理念是鼓勵學生終生學習，以脫離三貧：知識、經濟及心靈貧窮。在學校 2016-2019 三年發展計劃中，建構「關愛校園」、「正面思維」是具體而明確的目標，希望讓學生在充滿關愛的環境之中培養創意，發揮潛能，生命閃耀，突破自己，達致全面及豐盛的成長。而全方位、踏實地推行「好心情、美素質：校本關愛計劃」是未來有效的發展方向，希望在有限的資源下，設立全力跟進的隊工，商討及製訂出可行的方案，透過校內校外不同類型的活動去建構孩子的正向思維，讓每個學生都能感受到別人的愛護尊重，明白自己是獨特可教，並且確信能在生命中
---	--------	--

		閃耀成功。
✓	調查結果	透過與學校校長、主任、老師及家長的多次面談及會議商討，彼此認同以「全方位、實踐關愛校園」作為主體出發點，較易讓學生感受到「愛與關懷」，從而消除負面情緒，建立積極健康的人生觀。
✓	文獻研究綜述	據馬喜亨在《高校學生心理危機預防與干預：回顧與瞻望》一文中指出，心理健康關係每個人、每個家庭的幸福。研究表明，如果能為危機當事人提供良好的生活及學習環境，堅持預防為主的原則，採取多種形式及時控制危險因素，有效預防自殺定必能夠實現。另外，孟萬金的「積極心理學」亦強調學校應從正向的積極角度出發，重視人自身成長的積極因素和有效開發潛能，讓每個人學會自己創造幸福，分享快樂，保持生命生活的最佳狀態，從而提升心理的免疫力和抵抗力。
✓	學生表現評估	學校每年都需要學生填寫對學習及學校生活適應及感受的評估問卷 APASO。
✓	相關經驗	2015-2016 年，本校也曾舉辦「師友計劃」、「工商實習」及「全校衝出香港」、「再生勇士講座」等活動，師生反應積極正面，也的確能有效提升整體學習氣氛及改善朋輩相處的關係，達到「全人關懷、優質學術」的良好效果。

(c) 請詳述如何以創新的意念或實踐方法來提升、調升、配合及補足學校現行的做法。

- 以香港十大傑青、政協、名人、行政總裁等定期聚會的「師友計劃」；以及與各大專院校協作成為學習夥伴，發展多元升學階梯；協作不同的工商夥伴，發展本土及國內國營企業「工商實習」，讓中學生有機會體驗大學生活、學懂與人分享，確立正面人生價值觀和理想。
- 以生命勇士的分享激勵學生，以名人、藝人、體壇健將的到校探訪，幫助學生建立正向思維，學會逆境自強，並且希望為他們的成長樹立典範楷模。
- 以高中雙班主任、初中三班主任及夥伴 12 間教會的「生命教育」來開拓學生對積極生命的反思，通過領袖培訓及輔導計劃、生命反思營會等活動讓學生能機會發揮領袖才能，並且有系統地學習待人處事的技巧，從而建立關愛、積極、健康的校園文化。

## (II) 計劃可行性

(a) 請描述計劃的設計，包括：

### (i) 方式/設計/活動

活動內容既採用全方位策略，又具備實用性及實踐性，希望能有效喚起學生參與活動的興趣，以積極投入的態度處事待人，達到全人關懷，全人防止積累負面情緒的正面效果，在享受學習生活之餘懂得與人分享，並且健康茁壯地成長。基本上，本計劃已累積一定實踐經驗及建構了一定人脈網絡。

### (ii) 主要推行詳情

計劃時間：2017 年 4 月至 2018 年 4 月

月份/年份	內容/活動/節目	受惠對象/參與者
2017 年 3 月、9 月、10 月、11 月及 2018 年 2 月	設計配合主題的學習內容(2017 年 3 月) 甲.全人關懷，生命教育(全年推行) (1)透過參與營會、早會及週會向學生傳遞正面信息，營造關愛氣氛，學習適當紓緩壓力的方法，教導處理問題的正確態度，疏導負面情緒。	➤ 校長、活動導師、社工及全校師生。

	<p>中三級學生將於 9 月份參加「領袖培訓及生命反思營」。</p> <p>(2)逢星期三由 12 間教會導師負責主領生命教育課，了解生命中的困難，認識上帝，學習禱告，規劃有意義的人生。</p> <p>(3)逢星期六透過由教會在校內舉辦打球、補習、聊天等活動，讓同學有紓緩壓力的機會，並透過認識基督教信仰學習正向人生價值觀。</p> <p><u>乙.關注精神健康問題(全年推行)</u></p> <p>(4)通過小組形式，以藝術手法(戲劇減壓班，9 月至 11 月)學習抒發負面情緒，培養包容和接納的素質。</p> <p>(5)透過攤位活動和展覽(去年及今年共有 4 次攤位展覽)認識壓力對精神健康的影響，以及學習不同的減壓方法。</p> <p>(6)通過小組活動及生命教育(每年有 20 多次生命教育課節，每節由 45 分鐘至 1 小時)了解焦慮與抑鬱的原因和徵狀，認識精神健康急救的概念和適當的處理方法，培養正向生命素質。</p> <p>➤ <u>全校實行雙班主任/三班主任制(全年推行)</u> 有效關顧學生，及早識別高危個案，並能有助凝聚同學對班級的歸屬感。</p> <p>➤ <u>班級經營活動(2017 年 9 月)</u> 於開學第一星期舉行，透過全級及全班一起進行活動，例如一起午膳、一起遊戲、一起參加宿營建立良好友誼。(中一至中六 6 日下午，共 36 小時)。</p> <p>➤ <u>舉辦午間音樂會(2017 年 10 月及 2018 年 2 月)</u> 有效維繫同學之間的感情，也有機會學習藝術欣賞。全年舉辦兩次校內音樂會，並且與內地到訪學校進行音樂交流。</p>	<p>➤ 營會：中三學生 120 人。</p> <p>➤ 對象：中一至中三學生 360 人。(每星期 1 節課，每節由 45 分鐘至 1 小時)</p> <p>➤ 對象：全校學生，每年約有 500 人次星期六回校參與活動。</p> <p>➤ 對象：全校學生，其中 50 人次參加戲劇減壓班。</p> <p>➤ 對象：全校學生。</p> <p>➤ 對象：初中學生。</p> <p>➤ 高中雙班主任 12 班。 初中三班主任 12 班。</p> <p>➤ 中一至中六各級學生及老師。已實施三年，反應甚佳。</p> <p>➤ 校內：全校師生。 接待校外團體：初中 12 班。</p>
<p>2017 年 4 月至 2018 年 4 月</p>	<p><u>領袖培訓及輔導計劃</u></p> <p>● 由社工、教育心理學家及學校輔導組負責策劃活動(3 月)，跟進精神高危個案，並舉辦減壓及情緒健康講座(9 月)，及早作出預防。</p>	<p>➤ 全校學生。</p> <p>➤ 教會額外提供三名社工協助推動計劃。</p>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 於9月份由輔導組與生命教育組為中三同學舉辦「領袖培訓及生命反思營」，從歷奇活動中學習領導才能及溝通技巧，透過戰勝各種挑戰及障礙，發掘潛能，超越自我，建立正確價值觀及團隊精神。</li> <li>● 透過輔導組的「領袖培訓計劃」—「多元領導能力測試及評講」(5月份，3小時) 及「破冰遊戲及活動」(7月份，3小時)讓學生了解自己的潛能，學習由參加者逐步提升至活動策劃者，從中發揮統籌、協作及分析能力。</li> <li>● 優化現存的「學兄學姊計劃」，營造良好朋輩的校園關愛氣氛，讓高年級領袖生帶領初中學生適應中學生活。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ 營會：中三學生 120 人。</li> <li>➢ 中二領袖生 30 人。</li> <li>➢ 全校學生。</li> </ul>
2017 年 4 月至 2018 年 4 月	<u>生命見證交流及分享</u> 邀請體壇名將 (球)；本地政界人物，；藝人；生命勇士；到校分享，以生命見證與學生交流，灌輸積極人生態度，培養正向思維，增強對抗逆境的能力。	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ 全校師生。</li> <li>➢ 友校中小學</li> <li>✓</li> <li>✓</li> <li>✓</li> <li>➢ 學生家長。</li> </ul>
2017 年 4 月至 2018 年 4 月	<u>師友計劃</u> 由校長、醫生、香港十大傑青、名人、行政總裁、議員等 50 多人擔任導師，定期聚會(4 月、7 月、9 月、12 月)，內容包括學習餐桌禮儀、情緒輔導、減壓方法、生涯規劃、領袖訓練、升學指導等，導師們會與學生建立亦師亦友的關係，並為他們提供豐富人生經驗，成為生命中模仿學習的楷模，透過鼓勵他們逆境自強，幫助建立積極向上的人生觀。	<ul style="list-style-type: none"> <li>➢ 對象：高中學生約 100 人。</li> </ul>
2018 年 4 月	利用簡單量表及評鑑方法，包括參與程度、教職員及導師的回應數據，評估成效。	校長、全校師生、社工及活動導師。

(b) 請說明教師及校長在計劃中的參與程度及其角色。

(i) 參與的教師人數及投入程度

全體教師參與「好心情、美素質：校本全方位、實踐關愛校園」計劃，由校長帶領，在學校行政會議中協商和分工，擬定執行日期，再由不同部門各司其職，負責策劃活動的具體細節安排，全年推行，並在年終檢討會議中評估成效。有關教育局〈戶外活動指引〉及安全指引方面，本校教師定會遵從並採取適當措施確保所有活動參與者的安全。

(ii)教師在計劃中的角色

- 協作者
- 開發者
- 出外活動帶領者
- 服務受眾
- 教師培訓

(c) 請詳列計劃的預算和主要開支項目的理據。

預算項目	開支詳情		理據
	項目	款額 (\$)	
i)員工開支	0.25 文員 ● 連強積金 ● \$4,500 x 12 個月	<u>54,000</u>	協助整理整個計劃的全部文件，包括會議紀錄、活動須知、營刊製作、各項檢討報告及財政報告等。同時，透過會議與各負責組別協商，發揮協調整項計劃的角色，收集單據，統計活動參與人數、製作展覽壁報及協助攤位遊戲，並按日程跟進各項工作的進展。
ii)服務/ 活動開支	● 中三領袖培訓及生命反思營 \$6,000 ● 資助學生舉辦班級經營活動 \$7,000 ● 資助學生參加「師友計劃」活動 \$11,000	<u>24,000</u>	包括來回交通費、兩日一夜住宿、活動經費及雜項開支。  包括中一、中二、中四、中五、中六級康樂遊戲配套及活動開支。  包括交通費\$2000、開幕典禮及全年各次活動經費共\$8000及雜項開支\$1000。
iii)一般開支	● 小組活動物資 \$3,000 ● 講員交通費 \$8,000 ● 租車及運輸費 \$2,000 ● 學生獎品 \$3,000	<u>16,000</u>	包括教材、筆記、影印、釘裝、壁報製作、文具等雜費。 全年約 20 次，每次\$400。
	批核總額：	<u>94,000</u>	所有支出不包括食物費用

(iii)計劃的預期成果

(i)說明評估計劃成效的方法。

✓	觀察	學校老師及導師觀察同學在活動中是否投入和積極參與，同時也觀察他們在學習過程中的反應。
✓	重點小組訪問	向校長，老師及家長進行抽樣訪問，了解學生參與活動後的表現和反應，

		收集意見並改善其中不足之處。
✓	活動前後的問卷調查	利用簡單量表及評鑑方法，包括參與程度、教職員及導師評鑑，評估計劃的成效。
✓	學生表現在評估中的轉變	透過校長、學校老師及導師在課堂及活動中的觀察，評估學生在日常學習生活中的態度是否有正面轉變，以達「全人關懷」、「精神健康」的良好指標。
✓	數據分析	透過學校社工、教育心理學家及輔導組老師的資料，比較高危個案數字以及同學在參與活動後的反應。

#### (IV) 資產運用計劃

類別	項目／說明	數量	總值	建議的調配計劃)
視聽器材				現階段不適用
書籍及視像光碟				
電腦硬件				
電腦軟件				
樂器				
辦公室器材				
辦公室家具				
體育器材				
其他				

計劃中沒有超過單價 \$1,000 以上的資產，現階段不適用。

#### 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
計劃進度報告 1/4/2017 - 31/3/2018	30/4/2018	中期財政報告 1/4/2017 - 31/3/2018	30/4/2018
計劃總結報告 1/4/2017 - 30/4/2018	31/7/2018	財政總結報告 1/4/2018 - 30/4/2018	31/7/2018