

**優質教育基金**  
(適用於不超過 150,000 元的撥款申請)  
乙部 --- 計劃書

<b>計劃名稱</b>	<b>計劃編號</b>
好心情@學校計劃-震夏正向校園	2017/0074 (修訂版) (由「網上計劃管理系統」編配)

**基本資料**

學校／機構／個人名稱

**受惠對象**

- (a) 界別:  幼稚園  小學  中學  特殊教育 (請剔選)
- (b) 學生: \_\_\_\_\_ 360 \_\_\_\_\_ (人數)\* 及 \_\_\_\_\_ 中一至中三 \_\_\_\_\_ (級別／年齡)\*
- (c) 老師: \_\_\_\_\_ 10 \_\_\_\_\_ (人數)\*
- (d) 家長: \_\_\_\_\_ 720 \_\_\_\_\_ (人數)\*
- (e) 參與學校(不包括申請學校): \_\_\_\_\_ 0 \_\_\_\_\_ (數目及類型)\*

**計劃書**

**(I) 計劃需要**

- (a) 請簡要說明計劃的目標，並詳述建議計劃如何影響學校發展。  
學校未來的發展目標其中一項關注事項為「生命教育」，以加強學生身心的健康意識。近年年青人自殺個案持續增加，本校亦高度關注學生心理健康狀況，根據本校社工及輔導組表示，部分學生曾經嘗試以自我傷害行為以抒解壓力，更有學生表示曾有輕生的念頭。有見及此我們希望借助好心情計劃正式在校開展生命教育及成長課，加強對學生的生命及心靈教育，建立正向思維，培養正確的人生價值觀。並且期望促進教師就「守門人」角色的專業發展，及早識別高危學生，以便作出跟進。現計劃利用網絡平台及應用程式(APPS) 的技術，加強「生命教育」的學習效果，提升學生精神健康。以下為本計劃目標簡要：
1. 利用應用程式提升「與人分享」的效果；
  2. 利用網絡平台加強師生及生生的相互交流及溝通；
  3. 利用校園頻道鼓勵學生推廣正能量訊息，提升個人自信；
  4. 舉辦老師工作坊，提升教師有關生命教育的專業發展，及早洞悉有精神健康需要的學生
  5. 透過全校性歷奇活動，增強學生對精神健康的認識，強化正面思維。
  6. 透過的心靈體驗活動，校園電視台製作相關的心靈教學練習，讓同學學習與人分享和享受生命。
  7. 透過校園電視台的成長體驗活動，加強參與學生的解難能力  
建立同學的正面價值觀，亦促進同學之間的互助文化。
  8. 透過播放校園電視台的節目，讓本校學生接收相關正向思考訊息，藉不同節目的教案促進學生的精神健康。
- (b) (i) 請表明學校的需要及優先發展項目。

(請別選適當空格)

- 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(請列明) 建立學生正面思維

(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:

調查結果: 本校輔導組於本年度展開問卷調查，超過一半學生表示曾感到焦慮及無助，原因大多受學業及朋輩關係困擾。駐校社工表示現時學校大部分受情緒困擾學生不敢向老師或社工求助，需要社工主動介入。

文獻研究綜述: 但昭偉(2002)指出現時教育過於重視認知，忽略行動，需要讓學生認識和管理自己的情緒和意志。計劃以Parker Palmer的經驗式學習法，讓參加者在解難活動中學習，強調知識、經驗和轉化。

陳國邦、陳國榮(2002)的研究也指出這類體驗活動能增進同學的個人突破、友誼關係及團隊學習，特別是對『困擾型學生』成效更為顯著。

藉著這類活動的介入，讓同學發展正面思維，並體驗與人分享。

而觀看節目的同學也能透過David Kolb(1984)的體驗學習模式將以往生活經驗扣連，強化精神健康。

相關經驗: 本校輔導組曾舉辦義工活動，培育學生的責任感，亦曾實行伴你成長計劃，讓高年級學生協助中一新生適應校園生活，讓學生嘗試擔任「照顧者」。校方亦曾舉辦家長工作坊，與家長分享與子女的溝通心得。

本校推行價值教育多年，但以知識上為主，實質參與體驗的同學仍佔少數

學生表現評估: 義工活動及伴你成長計劃都得學生踴躍參與，學生的責任感及歸屬感都得以提升。學校在過去四年，已於課程和不同活動中推動生命教育，教師無論於課堂或活動中亦有價值教育的元素，這加強了將來教師在計劃中的投入程度和協作機會

其他(請列明)

(c) 請詳述如何以創新的意念或實踐方法來提升、調適、配合及/或補足學校現行的做法，以促進學校發展，滿足其獨特需要。

### 建立網絡平台加強師生及生生的溝通及交流

短短的生命教育課堂時段並不足夠讓老師及同學建立互信互賴的關係，我們希望將分享及教育延伸至課堂以外的時間。鑑於現時年青人活躍於網絡平台，如討論區，社交媒體等，在網路上，年青人可以運用通俗的語言配合多媒體以輕鬆的方式互相分享及交流。我們期望在校建立網絡平台，讓校長、老師與學生們打成一片，老師或學生都可以帶出主題，在網絡平台上盡情分享大小事，校園每一個成員都可給予評語，拉近師生及生生之間的距離，老師亦可藉此多了解學生內心世界，及早識別高危學生。

### 建立校園頻道，鼓勵學生創作，宣揚正能量

參考好心情@香港的理念，「享受生活」亦是其中一項主要的倡導。我們希望建立網絡頻道，讓學生利用拍照及錄影在頻道分享生活點滴，推廣正能量。我們藉此鼓勵學生發掘新嗜好，享受拍攝的樂趣，陶冶性情。此外我們亦會透過頻道舉辦攝影及微電影創作比賽，讓學生發揮潛能，盡展所長，建立自信心。由師生共同設計拍攝節目的題材和內容，提升學生的參與動機。以趣味的節目配以精神健康教學活動，加強教學的效度

### 分別舉辦老師工作坊

老師「以生命影響生命」，在正向教育上擔當最重要的角色。我們會邀請專業人士到校為老師就生命教育進行培訓包括 Circle Painting 活動體驗及 Debriefing 技巧，讓老師掌握正向教育的概念及教育方法，並學習如何洞悉有精神健康需要的學生，及早主動介入。設計各式各樣的體驗活動，並讓同學老師參與其中，

突破日常的教學常規。至於父母是孩子的模範，對青少年心理發展亦影響深遠，我們透過校園頻道計劃將生命教育推及至家長，讓家長學習在家推廣正向思維，感染家人，亦學習與子女溝通的方法，拉近親子關係。

## (II) 計劃可行性

(a) 請描述計劃的設計，包括：

(i) 方式／設計／活動

- ◆ 計劃以David Kolb(1984)的體驗學習模式為基礎，取材自學生身邊熟悉的人事物，以歷奇、探究的方法，以不同角度反思生活，讓學生學習正面思考，促進同學的精神健康。
- ◆ 學校首先以大型歷奇活動發放計劃的正面訊息，並識別和招募有需要的同學作深入體驗項目。
- ◆ 師生會共同討論拍攝的題材和活動，製作不同的校園電視台節目，提升同學的投入程度。
- ◆ 透過校內放映活動，建立校內學生的正面思維文化。

### 活動為本的生命教育課

以下為生命教育課的課題概要及應用工具：

學習範疇	活動名稱	工具
認識生命	我最叻	電子畫板
	認識同學	分組派卡
	生老病死	分組派卡
欣賞生命	生命大富翁	紙本
	拆彈專家	紙本
	我的畢業證書	電子畫板
尊重生命	綠色新一代	電子畫板
	我最喜愛表格	電子畫板
	樂於助人	分組派卡

拍攝以與逆飛翔之生命教育處境節目，課後也能接觸更多的生命教育課。學生亦在學校的環境應用相似的應對技巧。

### 在校園頻道推廣正能量

本校亦會購置校園頻道，鼓勵學生分享生活，推廣正能量，亦藉此舉辦攝影及微电影創作比賽，除了給予學生機會表現自己，亦促進學生的藝術修養，陶冶性情。我們會每兩個月在校園頻道舉行一次主題活動，活動內容如下：

節目類型(節目名稱與學生訂定)	內容	所需物資/人手
發亮的生命火(評論節目)	透過名人的生活分析,老師與學生談談生命的亮點。(4節)	校園電視台導師 2 名及活動物資
生命教育處境節目	由高年級學生與逆飛翔之生命教育處境節目的影片,給予小貼士幫助初中學如何應對學校園生活的壓力。	校園電視台導師 2 名及活動物資
生命鍛鍊活動: 1) 峽谷挑戰 2) 活動體驗日 如 kinball, 躲避盤, 棍網球	同學會分組於野外進行歷奇活動,並嘗試運用各種資源,於野外解決各種生活困難。從而讓人學習堅毅及創意。	校園電視台導師 野外求生課程(導師 2 名及活動物資)
圓圈繪畫(Circle Painting)	圓圈繪畫(Circle Painting) 由美籍藝術家 Hiep Nguyen 所創,希望透過圓圈繪畫能做到(1)包容(2)合作(3)創造.能不同人合作,一同畫出一幅美麗的畫,建立正面思維文化。Circle Painting 特點以最簡單的圓圈及綫性圖案組成的畫作,能符合任何年紀的人士參與,除了作為一套藝術介入技巧外,更能透過畫作高效的訓練及生命解說。	校園電視台導師 圓圈繪畫課程(導師 2 名及活動物資)
心靈教育(瑜珈)	家長、師生學習使人放鬆的瑜珈,讓人們於這歡愉的過程中分享面對壓力的方法和態度	校園電視台導師及瑜珈導師
2 個學生自選節目	開放節目的拍攝空間,讓校園電視台的學生製作與精神健康、互助文化、正向思維、成長或生活技能有關。	校園電視台導師 2 名及活動物資
1 個地區特輯	於北區拍攝不同的景點,讓同學學會解難外,亦分享於地區不同令人放鬆的地方。亦為學生對社區建立歸屬感。透過人物訪問,亦宣揚正向思維、有助學生成長及掌握生活技能。	校園電視台導師 2 名及活動物資

小組活動: 如園藝小組	加強參與學生的解難能力, 建立同學的正面價值觀。	輔導員/輔導組老師
家長講座	增加家長對子女情緒的認知及理解	家長教師會

(ii) 主要推行詳情

**計劃時期:(4/2018)至(7/2019)**

(b)

**時間表**

4月/2018	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ 網絡平台、校園頻道、應用程式的購置及安裝</li> <li>→ 前期工作小組會議及落實全年計劃流程</li> <li>→ 啟動活動: 歷奇及團隊活動 (1節, 2小時) <ul style="list-style-type: none"> <li>➢ 正向思維的理念</li> <li>➢ 解難的技巧</li> <li>➢ 計劃啟動及簡介</li> <li>➢ 招募最少 15-20 位計劃核心正向大使</li> </ul> </li> </ul>	歷奇導師 資訊科技組老師 輔導組老師 學校社工 核心計劃老師
5月/2018	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ 歷奇導師與輔導組為生命教育課 (主題: 認識生命/欣賞生命/尊重生命) 編寫教案</li> <li>→ 歷奇導師訪校最少 3 次協助討論</li> <li>→ 與核心成員討論體驗活動類型</li> <li>→ 校園電視台節目製作籌備及分工</li> </ul>	歷奇導師 校園電視台老師 輔導組老師 學校社工
6月-12月/2018	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ 校園電視台節目製作</li> <li>→ 心靈體驗活動及成長體驗活動 (認識正面思維、反思生活、學習解難提巧)</li> </ul>	正向大使及校員 電視台成員 校園電視台導師 資訊科技組老師 輔導組老師 學校社工
7月/2018	<ul style="list-style-type: none"> <li>開始校園頻道及開始網絡交流平台</li> <li>校園電視台節目製作</li> </ul>	全校師生
8月/2018	<ul style="list-style-type: none"> <li>中期小組會議及調適策略</li> <li>校園電視台節目製作</li> </ul>	歷奇導師 資訊科技組老師 輔導組老師 學校社工 核心計劃老師
9月/2018	<ul style="list-style-type: none"> <li>開始生命教育課及觀課並撰寫報告</li> <li>校園電視台節目製作</li> </ul>	歷奇導師 資訊科技組老師 輔導組老師 學校社工 核心計劃老師

10月-11月/2018	繼續執行教學方案及觀課並撰寫報告 教師工作坊:心靈體驗活動及成長體驗活動 校園電視台節目製作	
11月/2018	家長講座 校園電視台節目製作 (核心成員參與逆飛翔之生命教育處境節目 X2)	正向大使及校員 電視台成員 校園電視台導師 資訊科技組老師 輔導組老師 學校社工
12月/2018	問卷調查 統整數據 後期工作小組會議及檢討	歷奇導師 資訊科技組老師 輔導組老師 學校社工 核心計劃老師
1月/2019-6月/2019	校園電視台節目巡迴播放	全校師生
7/2019	計劃檢討	

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(時間、類別等):

校長:作為監察和顧問角色,並協調不同組別教師的工作,讓活動更順利。

全校教師:會參與啟動禮的大型歷奇活動,並協助識別有需要的同學和鼓勵參與。

於教學活動中應用教案促進學生精神健康,並為教案提供意見。

核心小組教師:與學生討論拍攝題材,聯繫不同訓練機構提供體驗活動,並鼓勵其他老師一同參與拍攝。於活動後編寫教材。

(ii) 老師在計劃中的角色: (請剔選適當空格)

領袖

協作者

開發者

服務受眾

(c) 請詳列計劃的預算和主要開支項目的理據。

申請撥款: 港幣 150,000 元

預算項目*	開支詳情		理據
	項目	款額(\$)	
i) 員工開支	兼職校園電視台 導師費用 \$130/hr X 400 小時	\$52,000	聘用期: 12/2018-10/2019 聘請具豐富多媒體經驗者為活動校園電視台導師,應徵者須提交作品。拍攝籌備工作及節目後期製作。
	活動助理及 (\$70/hr X 400 小時)	\$28,000	聘用期: 12/2018-10/2019 協助籌備活動及協調工作及活

			動的文書工作、
ii) 服務	網絡分享平台 \$20,000	\$20,000	購置網絡分享平台讓老師和同學在網絡上分享大小事，拉近關係。
	體驗活動 共 8 節	\$43000	(包括圓圈繪畫課程 /歷奇課程/瑜珈體驗課程等及 經驗導師及活動物資)
iii) 一般開支	審計費用	\$5,000	優質教育基金要求
	活動雜項開支	\$2,000	活動紙本材料、文具、運輸費 等
<b>申請撥款總額 (\$):</b>		<b>150,000</b>	

### (III) 計劃的預期成果

(i) 請說明評估計劃成效的方法，

- 觀察：觀察學生在課堂活動的參與度及反應，亦請輔導組及社工觀察學生的心理健康狀況。
- 活動前和活動後的問卷調查：對全校老師及受惠學生皆進行問卷調查，了解老師及學生對於是次計劃的看法的轉變。
- 學生表現在評估中的轉變：對受惠學生於計劃前後分別進行精神健康評估，比較計劃能否有效改善學生的精神健康狀況。

(ii) 請列明計劃的產品或成果。

(請剔選適當空格)

- 學與教資源(生命教育活動教案)會為節目編寫教材，於初中成長課使用
- 教材套，製作教材分發給不同學校使用
- 其他(請列明)學生網上頻道影片

### 資產運用計劃

類別	項目／說明	數量	總值	建議的調配計劃(註)
視聽器材				<b>現階段不適用</b>
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				

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)。

### 遞交報告時間表

本人/本校/本機構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 1/4/2018 - 30/9/2018	31/10/2018	中期財政報告 1/9/2018 - 30/9/2018	31/10/2018
計劃進度報告 1/10/2018 - 31/3/2019	30/4/2019	中期財政報告 1/10/2018 - 31/3/2019	30/4/2019
計劃總結報告 1/4/2018 - 31/7/2019	31/10/2019	財政總結報告 1/4/2019 - 31/7/2019	31/10/2019