

**優質教育基金**  
(適用於不超過200,000元的撥款申請)  
乙部 --- 計劃書(修訂版)

計劃名稱 One Fine Day 美好的日子 (與「好心情@學校」相關)	計劃編號 2016/1148 (由「網上計劃管理系統」編配)
---	--------------------------------------

**基本資料**

學校名稱：華英中學 Wa Ying College

**受惠對象**

- (a) 界別：幼稚園 小學 中學 特殊教育(請別選)
- (b) 學生：約800人及中一至中六/11歲至19歲
- (c) 老師：約70人
- (d) 家長：約1500人
- (e) 參與學校：--
- (f) 其他：本校校友、附近社會服務機構受惠人士，如耀能協會、黃祖棠社會服務中心

**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。
- i. 透過心理學學者的講解，讓老師、家長學懂如何指導學生構思及攝製個人短片，回憶或創造生命中「美好的日子」，從而培養「正面思維」及「享受生活」。
  - ii. 透過心理學學者的講解，讓老師、家長學懂如何透過學生的短片作品了解他們的情緒及精神健康。
  - iii. 透過構思及拍攝，讓學生能重溫美好的回憶。
  - iv. 鼓勵學生一起學回味及創造美好的回憶，培養學生對事物以至生活的感受及欣賞。
  - v. 透過欣賞其他人的作品，讓學生學會敏銳觀察及細心體會，包括生活、自己及其他人的心情，同時培養願意與人分享心情的態度和習慣，讓情緒得到宣洩。
  - vi. 配合現時中文科、生命教育及生涯規劃的課程整體規劃，加入短片構思及拍攝活動，提升同學的表達能力。
  - vii. 透過校園展示，讓學生的作品得到其他人士的認同，提升他們的自信心，同時讓其他同學觀賞優秀和正面的作品，增強心理健康。
  - viii. 透過在校園內外的拍攝，讓學生更熱愛生活與生命。
  - ix. 透過展示師生的作品，促進學生之間、師生之間，以及家長、子女之間的溝通與了解，令學生的生活更愉快，達到享受生活的效果。
  - x. 透過展示學生的作品，亦讓家長亦有機會了解學生的感受與潛質。
  - xi. 如有合適的作品，會考慮公開發布，讓學生與社會人士分享，進一步提升學生的自信。

- (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
- (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：
    - i. 本校為第一組別學校，學生著重學業成績，老師、家長對學生，以及學生對自己的要求也甚高，以致及學生壓力大，甚至有學生患上情緒病。因此「培養學生正向思維」，學懂如何處理壓力，積極樂觀面對困難，紓解壓力，也是學校另一發展重點。
    - ii. 「提升學與教，處理學生學習差異」也是本校學校發展重點，本校設有視覺藝術科、電腦科、設計與科技科，而語文能力更是學習能力的關鍵要素，是項計劃能將學生在上述各科融會貫通並應用實踐，結合生活，定能提升學生的學習興趣及動力。
    - iii. 透過欣賞其他人的作品，讓學生學會敏銳觀察及細心體會，包括生活、自己及其他人的心情。
  - ✓ 調查結果：
    - i. 本校每年學期末均會就來年舉辦興趣班蒐集學生的意見，而上學年中一、二級的首二位為錄像班及攝影班。
    - ii. 本校成立校園電視台兩年，每年報名成為工作人員者眾，向隅同學甚多。
    - iii. 本校校園電視台收視率甚高，節目口碑不錯，惟因資源所限，只能製作與學科或學校活動相關的節目。
    - iv. 本校APASO的問卷調查結果顯示，本校學生「我喜歡學校」、「我在學校感到快樂」、「我在學校得到樂趣」的得分較全港稍低，故希望藉此計劃提升學生對學校的歸屬感，以及對校園生活的滿意程度。
    - v. 輔導組老師支持以短片來辨識有情緒問題的學生，並為介入手段，協助學生表達、宣洩、紓解負面情緒，建立正向思維。
    - vi. 經教師會議討論，通過是次申請。
    - vii. 經法團校董會討論，通過是次申請。
  - ✓ 學生表現評估：

學生喜歡拍攝及欣賞短片，但缺乏以短片表達心情的概念，以及相應的技巧，同時缺乏分享的平台。
  - ✓ 相關經驗：
    - i. 本校曾邀請校友舉辦短片製作班，大受歡迎，名額不足。
    - ii. 本校校園電視台製作了不少與學科及學校活動相關的節目，頗受歡迎。
    - iii. 本校有不少喜歡拍片的同學，其中更有同學將短片上載社交平台，將來更希望成為youtuber為職業，故希望在構思及技巧上多學習，令短片更有意思。
    - iv. 輔導組曾舉辦短片拍攝比賽，主題為「和諧校園」，反應熱烈。
    - v. 本校幾年前，曾舉行「一人一故事」劇場，主要是供有特殊教育需要學生參加，成效相當良好，惟因資源問題，已未有再舉行，改為盡量吸納該些學生於話劇組內。
  - ✓ 本校有老師於本學年開始於香港大學修讀「表達藝術治療課程」，並與本校教育心理學家合作試行藝術治療，他們均認為「美好的日子」短片製作對協助學生對培養學生「正面思維」及「享受生活」有正面的作用，而成立「美好的日子」頻道更能達到「與人分享」的目的。

- (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。
- i. 本計劃理念是我們視學生為創作主體，讓他們構思並攝製個人短片，並與人分享作品，透過個人的故事和經歷說心情；也讓他們透過短片與老師、同學分享，找到共鳴；老師也可及早識別精神健康有需要的學生，並藉著欣賞及指導短片，培養學生正面思維。
  - ii. 鼓勵及協助學生在自己的生活中找到「美好的日子」的回憶，可提高學生「享受生活」的意識，將這些短片作品進行記錄存儲，可培養更多的正面思維。
  - iii. 透過協助學生構思短片，讓教師辨識有精神健康需要的學生，並嘗試以「美好的日子」這主題紓解他們的負面情緒，以及調整心情。若有嚴重個案，將轉介輔導組或社工跟進。
  - iv. 透過欣賞學生「美好的日子」的短片作品，讓教師、家長明白到什麼才是學生眼中「美好的日子」，並循這個方向，為學生製造更多美好的回憶，以調整學生心理狀態和達致健康成長，預防精神健康問題。

## (II) 計劃可行性

(a) 請描述計劃的設計，包括：

### (i) 方式/設計/活動

- i. 教師及家長先接受培訓，學習如何協助學生在日常生活中找到「美好的日子」一分鐘短片的素材。同時學習如何透過協助學生構思，觀察學生的精神健康狀況及需要。
- ii. 教師、家長透過與學生一起構思，甚至拍攝，帶領學生享受生活，紓緩壓力，並學懂欣賞生活及身邊事物，培養正面思維。
- iii. 由校園電視台教學助理到各班教授製作短片技巧，包括分鏡、燈光運用、剪接、配樂及字幕等，協同學製一分鐘以內的個人短片，主題為「美好的日子」。
- iv. 在校園電視台成立「美好的日子」頻道，上載同學的作品，以供分享。
- v. 會於學校大堂、梯間、網頁、網上教室、展覽，向教師、家長、學生，展示學生的短片作品，讓學生學會透過作品與人分享心情，並了解他人心情，同時透過拍攝美好的日子，培養正面思維和享受生活的信息。
- vi. 播放時間表：
  - 在「美好的日子」頻道上播放。
  - 不斷累積，並定期上載，短片由班主任或老師提供，由校園電視台教學助理負責安排播放。
- vii. 舉辦「美好的日子」一分鐘短片比賽。
- viii. 舉行「美好的日子」短片分享會，讓學生將從計劃所得著的正面思維和享受生活的信息，與教師、家長、同學、校友，甚至社區等訪校人士分享，加以宣揚，營造美好生活的氛圍。
- ix. 如何於計劃中的建議活動推廣「好心情@學校」的核心信息:

與人分享:	透過與人分享攝製短片樂趣，分享作品，讓學生願意向人傾訴，並藉短片與人溝通，建立人際關係網絡。
正面思維:	讓學生透過攝製短片，從而明白到生活中有很多美好的日子，培養感恩、欣賞、珍惜等正面思維，增強抗逆力。
享受生活:	透過發掘「美好的日子」素材，培養學生多參與活動，多與人相處，走出刻板的生活，享受生活，尋找樂趣，紓緩壓力。

x. 具體的支援措施：

- 透過教導及協助學生構思及攝製「美好的日子」短片，讓有精神健康需要的學生可以培養興趣，紓緩負面情緒，並藉此與朋輩、導師溝通，建立人際

- 關係，得到支援，同時學習如何享受生活及培養正面思維，改善精神健康：
- 透過家長、教師講座及工作坊，裝備家長、教師，為有精神健康需要的同學提供支援，協助他們紓緩負面情緒，同時建立正面思維，令精神健康。

xi. 培訓內容詳情：

	教師	所有家長	學生
目的	裝備教師相關的知識及技能，以幫助學生發展正向思維及情緒。同時分享正面思維及享受生活的信息，以預防學生出現精神健康問題。	裝備家長相關的知識及技能，以幫助子女發展正向思維及情緒。同時分享正面思維及享受生活的信息，以預防子女出現精神健康問題。	透過構思及製作短片，增強學生自我認識和覺察，發現生命力，以調整心理狀態和達致健康成長。 中一至中三主題：認識自己 中四至中六主題：我的價值
時數	2小時	2小時	2小時
學習內容	<ul style="list-style-type: none"> <li>如何透過教導及協助學生構思「美好的日子」內容，培養學生「正面思維」及「享受生活」的態度。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>不同精神健康的表現</li> <li>辨識子女精神健康情況的方法</li> <li>如何透過教導及協助子女構思「美好的日子」內容，培養學生「正面思維」及「享受生活」的態度。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>攝製短片技巧</li> <li>後期製作技巧</li> </ul>
培訓人員的資歷及經驗要求	持有本地認可輔導或心理學資歷，具備五年或以上青少年工作經驗，曾教授話劇課程。	持有本地認可輔導或心理學資歷，具備五年或以上青少年工作經驗，曾教授話劇課程。	修畢媒體製作證書/文憑/副學士/學士課程，具備教授青少年攝製短片經驗，有運作校園電視台經驗更佳。

(iii) 主要推行詳情(計劃時期：3/2018-2/2019)

月份/年份	內容/活動/節目	受惠對象/參與者
03/18-12/18	聘請教學助理，負責教授學生短片製作技巧訓練；協助教師、學生製作「美好的日子」短片；成立及管理「美好的日子」頻道；舉辦「美好的日子」短片分享會。	教師、家長、全校學生
03/18	舉辦教師、家長講座，裝備教師、家長協助學生構思、取材製作「美好的日子」個人一分鐘短片。	校長及全校教師、家長
03/18	班主任在班主任課教導及協助學生構思及取材「美好的日子」短片內容。	全校學生
03/18	教學助理於班主任課時段到各班及於課後教授學生短片製作技巧	全校學生
03/18-12/18	教學助理於放學後指導個別學生製作短片	全校學生
03/18-12/18	教學助理定期將學生作品上載至「美好的日子」頻道、網頁及網上教室。	全校教師、家長、學生
03/18-12/18	每月最少一節班主任課，由班主任教授或協助同學構思「美好的日子」，或邀請班上同學分享「美好的日子」	全校師生

	作品，以營造班上「正面思維」及「享受生活」的氣氛。	
待定	中一至中三工作坊：認識自己(包括符合中一學生需要的 主題，如校園適應) 中四至中六學生工作坊：我的價值 以加強學生的正面思維和抗逆力，以及促進高中和初中 學生的求助文化。	全校學生
05/18, 10/18	上、下學期各舉辦一次「美好的日子」短片製作比賽， 跟進活動：收集比賽作品後，設展示及分享會、嘉許禮。	全校學生
07/18, 12/18	跟進活動：上、下學期終結時舉辦各級及教師、家長短 片分享會，以幫助學生鞏固學習及持續實踐「正面思 維」、「享受生活」和「與人分享」。	全校教師、 家長、學生
03/18-12/18	在學校伺服器中開設「文件夾」，供老師上載學生作品， 以作公開展示。展示形式分兩種：電子屏幕及公開展 覽。公開展覽將配合學校大型活動，如畢業禮、校慶及 開放日。	全校師生及訪 校人士，如家 長、校友
08/18-2/19	計劃成效評估及檢討 繼續播放短片	校長及全校教 師

## (b) 播放時間表：

## (i)

大堂電視機	上學天	午膳時間	放學後
「美好的日子」頻道	上午7：30-7：55	下午1：15-1：45	下午3：45-5：30

## (ii) 校園電視台頻道，老師、家長、同學可隨時自行於網上選擇收看

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：

- i. 校長、計劃小組共同策劃活動及監察計劃的進度，引導教師合作和交流，收集教師在計劃期間的意見，促進教師間的專業交流。
- ii. 全校教師參加有關攝影觀察精神健康情況的教師培訓，並引導學生透過攝影表達心情，並就學生的作品了解學生。

## (ii) 老師在計劃中的角色：(請別選適當空格)

- |   |  |
|---|--|
| <input checked="" type="checkbox"/> 領袖  | <input checked="" type="checkbox"/> 協作者  |
| <input checked="" type="checkbox"/> 開發者 | <input checked="" type="checkbox"/> 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\$55,200

預算項目*	開支詳情		理據
	項目	款額 (\$)	
i) 員工	校園電視台教學助理	\$12,000X2months X1.05MPF=\$25,200	教授全校學生短片製作技巧；協助教師、學生製作「美好的日子」短片；成立及管理「美好的日子」頻道；舉辦「美好的日子」短片比賽及分享會。
ii) 服務	教師培訓：短片拍攝及精神健康工作坊講者費用：\$720x2小時	\$1,440	聘請專業講者，以給予正確的知識，有助推展延伸活動。裝備教師、家長相關的知識及技能，以幫助學生發展正向思維及情緒，同時分享正面思維及享受生活的信息，以預防學生出現精神健康問題。
	家長講座（對象為所有家長）： 短片拍攝及精神健康工作坊講者費用：\$720x2小時	\$1,440	
	中一至中三學生工作坊講者費用：\$720x2小時	\$1,440	
	中四至中六學生工作坊講者費用：\$720x2小時	\$1,440	
	跟進活動	\$3,040	
iii) 設備	攝錄機4部\$4300x4	\$17,200	供學生借用，以便同時剪接
	剪片短片軟件 \$1000x4	\$4,000	
申請撥款總額 (\$):		\$55,200	

## 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	攝錄機	4	\$17,200	繼續留校使用。由校園電視台負責管理及維修。
電腦軟件	剪片短片軟件	4	\$4,000	同上。

校方及計劃小組會確保所有服務的採購是以公開、公平及具競爭性的方式進行。

校方及計劃小組亦會以有效措施避免採購過程中的利益衝突。

### (III) 計劃的預期成果

#### (i) 評估方法

- 統計上載及播放的短片數量及瀏覽次數。
- 老師觀察，超過 70%學生的精神健康情況有改善。
- 活動前和活動後的問卷調查：70%學生的精神壓力減少，以及生活愉快程度
- 問卷調查：收集教師、家長、學生對本計劃各項活動的意見：講座、工作坊等的意見，超過 70%受訪者滿意。
- 重點小組訪問：社工、輔導組或老師留意有特別關顧需要的學生，為同學進行重點小組訪問
- 達到以下計劃目標：
  - 推廣學生的精神健康：超過 70%學生認同較之前重視個人精神健康
  - 培養學生的正向思維：超過 70%學生認同較之前具備正向思維
  - 提升學生對學校的歸屬感：超過 70%學生認同較之前對學校有歸屬感

#### (ii) 請列明計劃的產品或成果。

- 學與教資源
- 教材套
- ✓ DVD
- ✓ 其他：「美好的日子」校園電視台頻道。

#### 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 1/3/2018 - 28/2/2019	31/5/2019	財政總結報告 1/3/2018 - 28/2/2019	31/5/2019