

優質教育基金
(適用於不超過 150,000 元的撥款申請)
申請表格 --- 第二部份 (計劃書)

計劃名稱 「正向聯盟」結伴同行計劃 (此計劃與好心情@學校計劃有關)	計劃編號 2016/0468 (由優質教育基金秘書處編配)
---	--

基本資料

學校名稱：大埔崇德貴建堂紀念學校

受惠對象

(a)	界別:	<input type="checkbox"/> 幼稚園	<input checked="" type="checkbox"/> 小學	<input type="checkbox"/> 中學	<input type="checkbox"/> 特殊教育 (請剔選)
(b)	學生:	740	(人數)*	及	一至六年級 / 6-11歲 (級別/年齡)*
(c)	老師:	47	(人數)*		
(d)	家長:	150	(人數)*		

計劃書**(I) 計劃需要**

- (a) 請簡要說明計劃的目標。
(例如: 透過講故事、唱歌和話劇, 增加幼稚園學童對閱讀的興趣。)

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。
(例如: 透過講故事、唱歌和話劇, 增加幼稚園學童對閱讀的興趣。)

1. 透過「正向思維」培訓及多元化的心理成長體驗活動(包括級本和班本學生教育活動)轉化學生成長經驗中的負面情緒與提升正面思維和自我肯定, 從而激發他們的內在的正向心理素質, 有助建構正向的人際關係, 發揮團結互助的精神, 建立正向校園文化;
2. 透過「逆境感恩故事徵文比賽及廣播劇創作」全校性活動讓「正向聯盟」的精神融入校園, 從而令全校師生及親子互相分享正能量, 發揮同心的力量;
3. 透過老師專業培訓工作坊, 提升老師運用「正向思維」技巧處理及轉化學生的情緒行為問題。老師學以致用, 回歸課堂教學, 協助學生投入學習活動及協調同學之間的相處。
4. 透過老師減壓工作坊及加油站, 全面讓他們紓緩壓力並掌握正面的減壓技巧及尋回平靜心境、享受教學工作與生活;
5. 透過家長講座及課程, 讓家長瞭解如何透過「正向思維」協助子女跨越壓力及促進親子身心健康及彼此心靈溝通。
6. 透過由專業團隊設計的共同解難培訓教材套, 由淺入深讓學生和家長掌握在家中的練習技巧, 讓訓練融入家中和日常生活。
7. 受訓的「正向聯盟」伙伴可作為學校推動身心健康教育資源。他們將持續支持學生跨過學習與生活的挑戰及傳達「正向人際關係」的訊息。

- (b) (i) 請表明學校的需要及優先發展項目。

(請剔選適當空格)

- 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): 促進學生、家長及老師的身心健康、從而享受當下生活及發揮同心的力量。

- (ii) 請提供相關的背景資料以論證(b)(i)中所提及的需要。

(請剔選適當空格)

- 學校發展計劃: 建立正向思維之「互相扶持 面對困難」為本校來年的關注事

項之一，與正向心理學其中「建立正面人際關係」的理念配合，運用「正向思維」策略，改善人際關係，這些正向關係使群體有足夠的能力共同解決困難和逆境。

- 調查結果：近年有研究顯示，香港有超過80%學生面對情緒問題及專注力缺乏問題，難以集中精神進行日常活動。
- 文獻研究綜述：Seligman (2000) 認為有良好的人際關係不僅能促進個體身心獲得健康與安適，更是影響生活適應的關鍵因素。Compton (2005) 認為真正的美好生活，不單著重個人方面，人際關係及社會環境都有著重要的影響。
- 學生表現評估：本年度的學生表現評估數據顯示學生的尋求協助技巧較全港常模為低，表示他們與人合作的技巧有待改善，需要協助學生提升「尋找協助」的能力。
- 相關經驗：學校會邀請具相關經驗之教育機構或教育大學之社工、或心理輔導學系之講師或研發人員承辦此計劃。此外，本校2000年開始推行「健康學校」，為學生身心靈方便灌輸健康人生打好基礎。

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。

(例如：話劇及音樂能有效刺激學生對閱讀的興趣，並有助他們的多元智能發展。)

1. 設級本活動課時間，透過級本活動增強同學間的合作關係及對班級的歸屬感，發揮團結力量大，並在服務中實踐助人及關愛，在愛中建立自己。
2. 透過班本以讚美為主題的活動，提升同學的自信，並透過讚美，互相鼓勵及分享，建立彼此能自我肯定的關係，成為同行守望者。
3. 延續學校發展抗逆的方向，本年加入共同解難的元素，增設學習伙伴小組，教導適當的社交技巧，建立良好互助互協關係。
4. 增設教師交流小組時間，使同工分享喜樂及憂慮，建立互相扶持的同路人關係。

(III) 計劃可行性

(a) 請描述計劃的設計，包括：

(i) 方式/設計/活動

(例如：計劃採用戲劇教育的策略，並利用受歡迎的歌曲，以有趣和互動的方式喚起學生對閱讀的興趣。)

計劃亦以著名科學家Ervin Laszlo的3C(連結connection、溝通communication、覺知consciousness) 概念為計劃的基本架構，在朋輩、教師、家庭及社會/世界四個範疇設計課程和活動。

因此，此計劃會全面提升學生的自我覺察與情緒轉化能力、專注力、幸福感、正面思維和同理心。同時，計劃會透過訓練一班掌握「正向專注」工具的正向聯盟伙伴助低年級學生紓緩日常生活和學習壓力及體驗互相扶持的力量。此計劃會著重運用「正向思維」讓學生、家長及老師覺察自己的身心狀態及掌握轉化負面經驗與情緒的技巧，從而不但令師生及家長建立樂觀積極的人生態度，更享受當下的生活及與人互通和互相支持的交往。

具體安排包括：

1. 外判社區專業機構舉辦教師發展工作坊，以建立有共同願景的團隊為主題，提升老師對學校的歸屬感。
2. 在校內開設課後教師分享小組，教師自由參與，彼此分享興趣及分擔喜與憂，建立互相扶持、友善的工作環境。
3. 外判社區專業機構舉辦學生小組，透過多種數據識別有需要的學童，訓練溝通技巧及共同解難能力，建立和諧的人際關係。
4. 外判社區專業機構舉辦家長培訓課程，讓家長掌握運用「正向思維」轉化負面情緒及發揮「當下」和「心」的力量，從而促進彼此關係。
5. 鼓勵家長和子女共同創作逆境感恩故事徵文比賽及廣播劇創作，促進親子彼此合作與心靈溝通。

(ii) 主要推行詳情

計劃時期: 10/2017 (月份/年份) 至 07/2018 (月份/年份)

月份/年份	內容/活動/節目	受惠對象 / 參與者
12/2017	1. 家長專題講座 — 「活在當下、享受生命」 讓家長了解此項計劃的目標和內容並瞭解「正向思維」如何有助紓緩壓力與跨越逆境。同時，鼓勵學生家長參與此項計劃。 時間: 2 小時 次數: 2	150名家長
10/2017 至 5/2018	2. 至「正」家長培訓課程 讓家長掌握轉化負面情緒為正能量及運用「正向思維」紓緩壓力的技巧，並促進親子關係與身心健康。 節數: 6 節 時間: 每節 1.5 小時，共 9 小時	35名家長
10/2017 至 1/2018	1. 至「正」老師減壓工作坊 讓老師在放學後體驗舒緩運動(例如瑜伽、跑步等)對促進身心健康及減壓的作用。 節數: 6 節 時間: 每節 1 小時，共 6 小時	1. 老師自由參加
11/2017 至 7/2018	2. 至「正」老師加油站 (由校內老師帶領) 逢星期五放學後進行，讓老師分享教學工作的感受、窩心及有趣等教學生活點滴事件及紓緩壓力的心得，從而促進交流與互相支持。 節數: 6 節 時間: 每節 45 分鐘，共 4.5 小時	2. 老師自由參加
1/2018 4/2018	3. 至「正」老師專業培訓工作坊 第一節: 轉化負面情緒為正能量 第二節: 如何運用「正向思維」及「讚美力」促進溝通及良好人際關係(包括老師、學生及與家長)，團結各方力量。 節數: 2 節 時間: 每節 3 小時，共 6 小時	3. 全體老師 (47位)
2/2018	1. 「走過方知路途美」逆境感恩故事徵文比賽及廣播劇創作 透過徵文比賽，讓學生分享個人逆境及熱愛生命的真實故事，感染學生、家長及老師關心個人身心健康。同時，也透過所徵選優秀作品作校園廣播，以擴大後續的擴散及宣導效益，傳揚熱愛生命及逆境感恩的精神。學生的逆境故事，可以 4 格漫畫表達，再以廣播劇方式在午膳時段分享。 對象: 小一至小六學生及家長	全校學生(740人)及家長
5/2108	分初小及高小兩組，每組設冠、亞、季軍及優異獎 3 名	
1/2018	2. 級本 - 「連結同心」學生教育活動 利用周會時段，透過互動、反思及體驗活動讓學生感受生命的奧妙及發揮關愛、團結互助精神。 對象: 初小: 小一至小三 高小: 小四至小六	全校學生(740人)

1/2018	<p>節數: 初小和高小各 2 節, 每節 40 分鐘, 共 160 分鐘</p> <p>2. 班本 - 「讚美力」活動 (生活教育課) 利用生活教育課時段, 透過互動、反思及體驗活動讓學生感受到發揮當下和心的威力的感覺。同時, 瞭解如何有效轉化負面情緒、發掘內在資源, 運用讚美力為自己和同學增加正能量, 增進合作及溝通的機會, 發揮共同解難能力。 對象: 小一至小六 每級 4 班 (每班 3 節, 每節 40 分鐘, 共 24 小時)</p>	<p>全校學生(740人)</p> <p>一至六年班主任(24人) 種子老師(6人)</p>
11/2017 1/2018 1/2018	<p>與一至六年班主任進行班本活動備課會 班本活動觀課及議課活動 班主任檢視班本活動</p>	
<p>訓練: 10/2107 至 1/2018</p> <p>實踐: 2/2018</p>	<p>3. 「正向聯盟」學習伙伴訓練計劃 透過小組訓練及實習活動訓練合適的同學成為由心而發, 有愛心又有覺察力的「正向聯盟」的學習伙伴。讓學生發掘個人內在資源與潛能並掌握提升身心健康的技巧及解難能力。同時, 更培育尊重他人及樂於助人的心理素質。完成訓練同學將作為學校的「正向聯盟」的學習伙伴, 並於午膳後時間與小一同學分享「正向專注」練習以激發小一生的專注力和自我覺察力, 發展學習潛能及解難能力。 訓練對象: 高小學生 20 名 形式: 8 節訓練活動及每組 2 節實踐活動 節數: 10 節, 訓練活動 8 節(每節 1.5 小時)共 12 小時; 實踐活動 2 節, 分 4 組, 每組 4 次, 每次 15 分鐘, 共 8 小時, 合共 20 小時</p>	<p>*高小學生 20 名 小一生 136 名</p> <p>*高小學生 20 名分別為 10 位能力較高的風紀及 10 位低抗逆力的學生, 在「成長的天空」計劃名單內辨識。</p>
6/2018	<p>「正向聯盟」攜手同行分享會 讓參與此計劃的學生、家長和老師分享得着與心得, (當中包括助人與及成長經驗), 從而傳揚身心健康及積極生命的訊息。 同時, 透過積極參與此項計劃的學生共同製作有關真實的抗逆經歷的校園廣播節目, 從而傳揚身心健康及積極生活態度, 更可將部份精選節目上載於學校網頁。 對象: 全校學生、家長和老師 節數: 1 節 時間: 1.5 小時, 共 1.5 小時 籌備會議(導師及學生成長活動小組成員): 2 小時</p>	<p>全校學生(740人)老師(47位)及家長</p>
7/2018	<p>延伸活動: 親子「祝福牆」設計 (用校本津貼) 目的: 將親子設計的藍圖合併成大型壁畫, 在校園展示, 代表連結不同持份者、社區、祖國及世界的象徵。</p>	<p>全校學生(740人)老師(47位)及家長</p>

(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 (時間、類別等):

1. 校長、學生成長活動小組統籌主任及成員作為核心團隊負責商討、監察計劃的進展。學習支援組老師協助學習伙伴計劃推行。
2. 全體老師透過老師專業培訓坊及老師減壓體驗坊與加油站等活動讓他們掌握「正向」培訓工具並助個人及學生跨越壓力及轉化負面情緒, 從而發揮當下和同心的力量。

(ii) 老師在計劃中的角色: (請別選適當空格)

- 領袖 協作者
- 開發者 服務受眾
- 其他 (請列明) _____

(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 \$165,400 元

預算項目*	開支詳情		理據
	項目	款額 (\$)	
i) 員工開支	兼職活動助理(見備註)	\$3,000/每月(包括MPF供款) 8個月共\$24,000 由12/2017-7/2018	兼職計劃助理具中學以上學歷及有教育機構工作經驗,負責安排、協助活動推行、問卷統計、整理資料及撰寫活動宣傳資料、通告及報告等工作。
ii) 服務			
家長專題講座—「活在當下、享受生命」	講師1名(\$1,000/小時)及副導師1名(\$500/小時)	\$1,500 x 2小時 x 2次 = \$6,000	導師是富親職教育及正念家長培訓經驗、具教育學碩士或以上學歷。
級本—「連結同心」學生教育活動	講師1名(\$800/小時)及副導師1名(每位\$500/小時)	\$1,300 x 1小時 x 2次 = \$2,600	導師是由社工/輔導員或具相關資歷或經驗之受訓學生活動導師帶領
班本—「讚美力」活動(示範課、備課、觀課及議課)	導師1名(每節\$800/小時)及副導師1名(每節\$400/小時)	\$1,200 x 24節 = \$28,800	
「正向聯盟」學習伙伴訓練計劃	課程: 導師1名\$800/小時 副導師1名\$400/小時 實習: 導師或副導師每組1名, 每小時\$500	\$1,200 x 12小時(課程) = \$14,400 + \$500 x 2小時(實習) x 4組 = \$4,000	
至「正」家長培訓課程(6節)	導師1名(\$1000/小時)及副導師1名(\$500/小時)	\$1,500 x 9小時 = \$13,500	導師是富親職教育及正念家長培訓經驗、具教育學碩士或以上學歷。
至「正」老師專業培訓	導師1名(\$1,000/小時)及副導師2名(\$500/小時)	\$2,000 x 2節 x 3小時 = \$12,000	導師是由具教育/心理碩士及富老師培訓經驗人士負責設計及帶領。
至「正」老師減壓工作坊(6節)	導師1名(\$1000/小時)及副導師1名(\$500/小時)	\$1,500 x 6小時 = \$9,000	導師是由合資格的瑜伽或其他運動導師負責帶領。
「正向聯盟」攜手同行分享會	籌備會議: 導師2名(每名\$400/小時) 典禮: 導師3名(每名	\$400 x 2名 x 2小時 = \$1,600 \$800 x 3名 x 2小	導師是由社工/輔導員或具相關資歷或經驗之受訓學生

	\$800/小時)	時=\$4,800 合共: \$6,400	活動導師帶領
	課程設計及編寫: 班本學生活動 \$4,000 家長培訓 \$3,000 老師培訓坊 \$2,000 正向聯盟學習伙伴訓練 \$4,000	共\$13,000	
iii) 一般開支	編印學與教資源 審計費用 教學物料及教具 比賽用品 「正向聯盟」成功錦囊(\$5×1000份)	\$500 \$5,000 \$2,000 \$2,000 \$5,000	
設備	班級經營(帆布信插及安裝組件\$300×24班) 團結合作的圖書約150本	\$7,200 \$10,000	設備用途目的是營造學校團結合作的氛圍，實踐關愛助人的好行為。
申請撥款總額 (\$):		\$165,400	

* 請刪除不適用者

資產運用計劃

類別	項目/說明	數量	總值	建議的調配計劃 (註)
團結合作的圖書	圖書	一批	\$10,000	留校繼續使用
班級經營(帆布信插及安裝組件)	(帆布信插及安裝組件)	一批	\$7,200	留校繼續使用

(III) 計劃的預期成果

(i) 請說明評估計劃成效的方法，
(請別選適當空格) 觀察:

- 導師會在訓練過程觀察學生表現及進展。
- 老師觀察訓練小組學員在日常課堂情緒行為表現的轉變。

 重點小組訪問:

- 以問卷或訪談方式調查參與計劃的學生、老師及家長對各項活動的意見
〔當中包括: 專責老師對計劃的整體意見及成效觀察發現等。〕
- 與校長、學生輔導及支援老師、教育心理學家進行訪談。

 活動前和活動後的問卷調查:

- 計劃前後成效評估量度參與培訓課程之家長、學生及老師的壓力指數與面對壓力的心理狀態的轉變。

 學生表現在評估中的轉變:

- 故事廣播與課堂活動的表現及在合作活動中能互相尊重及包容接納及聆

聽等能力亦有所提升。另外，小組訓練學員的自我覺察力表現的提升等。

- 其他 (請列明) 檢視學校近期的「學生情意及社交表現評估」數據，分析學生「尋找協助」的能力有否提升。

及 (ii) 請列明計劃的產品或成果。

(請勿選適當空格)

- 學與教資源— 整合本計劃的主題活動資料(尤其是逆境感恩故事文章與廣播劇)並連同學生之學習成果存檔，建立成校本的教與學資料，供教師日後參考之用。
- 教材套
- DVD
- 其他 (請列明) :「正向聯盟」成功錦囊

遞交報告時間表

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
計劃總結報告 01/10/2017 - 31/07/2018	30/10/2018	財政總結報告 01/10/2017 - 31/07/2018	30/10/2018

1. The first part of the document is a title page. It contains the title of the report, the author's name, and the date of completion. The title is "Report on the Project". The author is "John Doe". The date is "10/10/2023".

2. The second part is the abstract. It provides a brief summary of the project's objectives, methods, and findings. The abstract states that the project aimed to investigate the impact of climate change on the local economy and to propose sustainable solutions.

3. The third part is the introduction. It discusses the background of the project, the importance of the topic, and the research objectives. The introduction highlights the growing concern over climate change and its potential consequences on the environment and society.

4. The fourth part is the methodology. It describes the research methods used, including data collection, analysis, and interpretation. The methodology section details the use of surveys, interviews, and secondary data analysis to gather information on the project's impact.

5. The fifth part is the results and discussion. It presents the findings of the study and discusses their implications. The results show a significant negative impact of climate change on the local economy, particularly in the agricultural sector. The discussion explores the reasons behind these findings and the potential for sustainable development.

6. The sixth part is the conclusion. It summarizes the main findings and provides recommendations for future research and policy. The conclusion emphasizes the need for urgent action to address climate change and its effects on the economy.

7. The seventh part is the references. It lists the sources used in the report, including books, articles, and online resources. The references provide a comprehensive list of the literature consulted during the research process.

8. The eighth part is the appendix. It contains supplementary information, such as data tables, charts, and additional figures. The appendix provides a detailed look at the data used in the analysis and supports the conclusions drawn in the main text.

Project Details		Financial Summary		
Item	Description	Amount	Category	Status
1	Materials	1000	Construction	Completed
2	Labor	2000	Personnel	In Progress
3	Equipment	500	Capital	Planned
4	Travel	200	Operational	Completed
5	Other	100	Administrative	Completed
Total		4800		