

M:FR/C

計劃總結報告

計劃編號:2016/0302

甲部

計劃名稱:「你想理想 FAMILY 家庭身心靈培育計劃 機構/學校名稱:香港國際社會服務社

計劃進行時間:由___9/2017___(月/年)至 8/2018 (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:		200	受款人姓名*:	1206	1
簽名:			簽名: _		
日期:	30/11/2018		日期:	30/11/2018	

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



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

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(*有關資料可接本附件內表一的格式,或以前短股*常形式書寫):

- 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

按照証據為本的方法,從以下角度評鑑計劃對學習成效/專業發展/學校發展的影響:

- 拓寬學生/教師的視野
- 加強學生/教師的成功感
- 促進學生發揮專長及潛能
- 訓練學生適應社會發展的需求
- 為教師提供更多培訓機會,促進教師的專業發展
- 改善學習氣氛
- 促進學校團隊精神及提升學校整體形象
- 引發與其他學校/專業團體的協作機會

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)
- 按直接受惠人士數目計算的單位成本
- 計劃所建構的學習課程及資料的延續性
- 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)
- 以較低成本達致相同效益的其他辦法

4. 可推介的成果及推廣模式

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):

- 成品說明 (例如種類·名稱、數量等)
- 評鑑成品的質素及推廣價值
- 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。
- 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

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(有關資料可接本附件內表四的格式,或以商和段落形式書寫)。

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)與原來計劃有出人,須在此部分解釋原因。



1. 能否達成目標

表一:目標是否達到

說明目標	的活動的證據或指標					
透過多元化的身份。 透過多元化的, 認體 發展 對 對 對 對 對 對 對 對 對 對 對 對 對 對 對 對 對 對	1.「如何培養幼童 良好的生活習慣」 家長講座 2.「身心靈大發現」 独位活動 3.「身心靈大發現」 班本新數 4.「歡樂廚房、細味午餐」活動	全部達到	 「如何培養幼童良好的生活習慣」家長講座:99% 參加者認為講座讓他們能夠了解幼童身體發展所需。當好與實達與實質。 口頭訪問:「身心靈大發現」攤位、活動,透過攤位「細味身體的實質。 一回動物。 一個數學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學學			
改善家長與幼童溝 通模式,讓家長能 協助孩子有效地表 達情緒,從而提升 子女的正面情緒。			1. 「身心靈大發現」班本活動:在面談時,家長及老師反映透過此活動幫助幼童學習正面表達情緒的方式。 2. 靜觀教養平衡小組:100%家長參加者認為小組能協助子女有效表達情緒及提昇正面情緒。家長於小組內學習靜觀教育及靜觀聆廳,不加批評地聆聽孩子的心聲,亦透過小組的親子功課幫助家長與孩子建立溝通模式。95%的幼童參與小組後,都表達會向父母/老師/朋友傾訴自己的情緒。當憤怒時,你會用呼吸法	不適用		



			冷靜自己。 3. 親子個別面談前測:社工了解各個家庭的個別需要並給予建議以幫助提升孩子的正面情緒。 4. 班主任小組面談:社工與班主任分享幼童的進度及如何幫助其表達情緒。 5. 「我的家庭日誌」小冊子:小冊子內的靜觀重點及練習能幫助家長於家中教導孩子相關的靜觀內容。親子功課亦有助孩子向父母表達情緒。
讓家長懂得到主義,不可以不可以不可以不可以不可以不可以不可以不可以不可以不可以不可以不可以不可以不	10. 靜觀教養平衡小組 11.親子個別面談後 測 12.「歡樂廚動 13.「餐」親子們,一個別面,一個別一個別一個別一個別一個別一個別一個別一個別一個別一個別一個別一個別一個別一	全部達到	 靜觀教養平衡小組:100% 家長導配,經歷人數學的學別,與一個人子女心理想的學別,與一個人子女心會不可以與一個人學的學別,與一個人學的學別,與一個人學的學別,與一個人學的學說,不可以與一個人學的學說,不可以與一個人學的學說,不可以與一個人學的學說,不可以與一個人學的學說,不可以與一個人學的學說,不可以與一個人學的學說,不可以與一個人學的學說,不可以與一個人學的學說,不可以與一個人學的學說,不可以與一個人學的學說,不可以與一個人學的學說,不可以與一個人學的學說,不可以與一個人學的學說,不可以與一個人學的學說,不可以與一個人學的學說,不可以與一個人學的學說,不可以與一個人學的學說,不可以與一個人學的學說,可以與一個人學的學說,可以與一個人學的學說,可以與一個人學的學說,可以與一個人學的學說,可以與一個人學的學說,可以與一個人學的學說,可以與一個人學的學說,可以與一個人學的學的學的學說,可以與一個人學的學的學的學的學的學的學的學的學的學的學的學的學的學的學的學的學的學的學的



				子內的靜觀重點及練習有助家 長用ABC思考模式以調節自己 在管教孩子方面的心態及方式。	
教師於計劃後,能 夠理解「身心靈」 的概念及運用於校 本活動當中。	16. 計劃前交流會 17.「身心靈大發 現」班本活動教材 工作坊 18. 計劃檢討及校 本課程發展方向會議 19.「身心靈」家庭 培育教材套別的幼稚園) 20. 「身心靈」家庭 培育教材套教的 達克教材等的分享會(全港幼稚園)	全部達到	 2. 3. 4. 	計劃前交流會:100% 參加者認為是次交流會能提升他們理解「身心靈」的概念。「身心靈大發現」班本活動教材工作坊:100% 參加者認為是次工作坊讓老師明白在班本活動中的角色。計劃檢討及校本課程發展方向會議:社工個別與校長及老師人變」的運用有更具體的建議。「身心靈」家庭培育教材套及分享會讓他們能夠理解「身心靈」的概念及運用於校本活動中。	不適用

2. 計劃影響

1) 拓寬學生/教師的視野

- 學生、家長及教師在整個計劃都學習到身心靈及靜觀概念。 他們明白到在一位幼童的生活中,身體、心理及靈性的發展及建立同等重要,缺一不可,拓寬了學生/教師的視野。
- 另外,親親大自然的活動中帶領幼童到戶外耕種及接觸大自然,讓幼童體現農夫的生活, 讓幼童知道食物得來不易,體驗一下農夫的生活,同時在農場中體驗不同的活動,如製作 T-shirt及相架,拓寬學生的視野。
- 另外,計劃中的工作坊及教材套簡介會有助老師認識新的教材方式,並且我們為參與計劃 及其他學校舉辦身心靈靜觀教育分享會,拓寬老師的視野。

2) 加強學生/教師的成功感

- 於親親大自然的活動中讓幼童與父母一起製作屬於自己的家庭T-Shirt;於歡樂廚房中, 幼童與家庭一同合作創作新菜,又可以親自準備食材及煮食,最後一起與父母品嚐食物, 在過程中得到很大的成功感。
- 於拍攝當下(Family Studio)暨計劃心聲分享會,我們分享計劃活動片段幼童在片段中看到自己與父母的各個開心時刻及一同拍攝家庭照,有助與父母建立更親密及溫馨的關係,因此加強學生的成功感。
- 另外,老師會協助本計劃在學校推行,老師會陪伴家長學生參與活動,見到家長及學生的 進步及成長,老師也得到一些成功感。



3) 促進學生發揮專長及潛能

- 整年的計劃實踐,如靜觀平衡小組,都是強調家長需要靜觀孩子的優點,因此鼓勵家長於 日常生活及活動中多發掘學生的潛能及發揮學生專長,整個計劃也強調學生的能力是無 限,家長要給予學生機會信任學生,讓學生嘗試新的工作。
- 於歡樂廚房的活動中,家長需要給予幼童不同的小任務以協助完成菜式,根據工作員的觀察及家長的回應,幼童非常積極投入活動並與其他幼童一同合作準備食材,如洗菜、砌菜、打蛋等任務,展現不同的潛能,得到父母的讚賞及肯定。

4) 訓練學生適應社會發展的需求

- 參加者在完成計劃後,能把所學到有關身心靈的元素,持續地在日常生活中鞏固其成效。 參與的幼童繼續保持良好的生活習慣,及掌握正面的社交生活和情緒管理技巧,並維持與 家長良好的溝通。而參與的家長能繼續運用有關幼童身心健康的資訊,於培育子女的成長 上,並能與子女間維持正面的溝通模式。幼童在成長的歷程需要面對不同的挑戰及壓力, 他們需要學習表達情緒及舒緩情緒,找信任的人傾訴,同時加強幼童與家長及老師之間的 溝通,以加強幼童的抗逆力,適應社會發展的需求。

5) 為教師提供更多培訓機會,促進教師的專業發展

- 在計劃推行期間,工作員與班主任進行小組面談,讓老師認識小組帶領技巧,交流家長與幼童於小組的表現,以幫助老師更理解家長與幼童的需要及進展。此外,透過計劃前交流會、「身心靈大發現」班本活動教材工作坊、「身心靈」家庭培育教材套教師分享會、及計劃檢討及校本課程發展方向會議會,協助參與的幼稚園教師更能明白及掌握計劃的內容,以運用教材套的教案,用作設計日後恆常的相關課題及活動,將計劃內容融入於日常的教學當中。老師們更可於計劃完結後繼續學以致用,在往後的學年推行有關活動,使校內更多就讀的幼童及家長受惠。因此,此計劃為教師提供更多培訓機會,促進教師的專業發展。對於其他幼稚園的學習及專業發展,我們為他們提供全港幼稚園教材套分享會及教材網上下載等服務。

6) 改善學習氣氛

- 整個計劃以不同形式帶出主題,例如:家長講座、親子日營、校內攤位活動、學生班本活動、 親子平衡小組活動等,加強多元學習氣氛。

7) 促進學校團隊精神及提升學校整體形象

- 幼稚園的校長、老師、家長、幼兒也一起參與計劃,加強彼此的交流,互相對主題的關注, 有助促進學校團隊精神及提升學校重視幼兒成長、支援家長教育的形象。



8) 引發與其他學校/專業團體的協作機會

- 本計劃有4間幼稚園參與,一起合作。此外,計劃中安排了2次聯活動,引發4間學校一起 參與農耕活動及拍攝當下暨計劃分享會。另外,社工在教材套分享會,曾參與的學校與未 參與的學校分享參與計劃的經驗。計劃也與新生精神復康會及專業攝影公司合作,提供活 動予學生及其家庭,加強彼此交流。

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:

- 1) 資源的運用(例如器材、申請學校/參與學校的人力資源等)
- 由於計劃由兩名半職社工推行,兩人的時間可於同一日推行活動,更能夠迎合參與學校的不同時間表,以便推行活動。 兩名半職社工亦不時討論活動的進行的方式和技巧,以提高計劃成效。

2) 按直接受惠人士數目計算的單位成本

- HK\$455,773.9 總支出 / 1013 名受惠人數 (包括: 486 名學生,41 名老師及 486 名家長)
- = 約HK\$449.9

3) 計劃所建構的學習課程及資料的延續性

- 就本計劃的理念及內容,本計劃已經預備了教材套,亦會將教材套上載到網上供全港幼稚園、老師、教育工作員者瀏覽及下載,故此,不單本機構服務之學校能夠延續計劃,不同的社區團體亦能參能課程內容,延續靜觀教養的概念。
- 4) 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)
- 由於本計劃已備有教材套,故若其他學校重做計劃的時候,設計小組活動內容之成本可省卻。

5) 以較低成本達致相同效益的其他辦法

- 本計劃在計算薪酬、活動支出等已計算得十分保守,故很難以較低成本達致相同效益。

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) +/- %
(1)職員薪酬	371,133 元	338,940 元	-8.7%
(2)服務開支	120,790 元	109,804.2 元	-9%
(3)其他開支	10,977 元	7029.7 元	-36%



4. 可推介的成果及推廣模式

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):

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
「身心靈培育計劃 教材套」電子版	向全港幼稚園及社福機 構的老師及社工提倡 「家庭身心靈」的概 念,推動他們在教學上 推廣有關概念。	於2018年8月分發給 全港所有學校並歡迎 全港有與趣人士瀏覽 機構網頁。	上載機構網頁分享,可供免費下載教材套,內容包括:「家庭身心靈」的概念、「身心靈大發現」班本活動教材及工作紙、親子靜觀平衡小組活動內容及家認資料,可建議幼稚園閱讀有關課程。
派發 650 本「我的 家庭日誌」小冊子	協助家長了解「家庭身心靈」概念、靜觀身心靈」概念、靜觀教育及親子身心靈互動活動,如:細味體驗活動、活在當下活動等,以發掘、強化家庭的優點及宣揚身心靈理想家庭概念。	於 2018 年 8 月, 分發 給 4 間參與計劃的幼 稚園的老師及家長	「我的家庭日誌」小冊子內容包括: 「家庭身心靈」概念、身心靈小故事、 親子身心靈互動活動、靜觀教養等, 派發予幼稚園所有家長及幼童,從而 推動家長及幼童積極在日常生活中建 立身心靈理想的家庭生活模式,建議 幼稚園老師宣傳其小冊子,供家長參 考。
教材套分享會(參與計劃幼稚園)	協助參與計劃的幼稚園教師更自信能掌握「家庭身心靈」的概念,以靈活運作「身心靈」於校本課程或日後的學校活動中。		
教材套分享會(全 港幼稚園)	向全港的幼稚園教師 更自信能掌握「家庭 身心靈」的概念,以 靈活運作「身心靈」 於校本課程或學校活 動中。		vikir-artises



5. 活動一覽表

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)。

表四: 活動一覽表

活動名稱	學校	日期	時間	地點	内容		參與	人數		節	人	參加者的回應
	你往過 你会可以有了 竟然死更 条息的拒稅			2 To		學校	教師	學生	其他 (例: 家 長)	數	次	
計劃前交	深。 室幼稚園	17/10/2017	下午	學校課	讓教師初步了解	1	5			1	5	老師回應:
流會		(二)	12:30-1:30	室	計劃理念、認識							1. 100% 參加者認為
6	(d) Partings	13/10/2017	下午	學校課	身心靈與全人發	1	12			1	12	是次交流會能提升
	表 国	(五)	5:00-6:00	室	展關係,內容亦 加入靜觀體驗,							他們理解「身心靈」 的概念。
	3 1 1	6/10/2017 (五)	上午 9:30-10:30	學校課 室	讓教師先經驗靜 觀對身心靈的好	1	11			1	11	2. 100% 参加者滿意 交流會的安排。
H	保良局莊啟涅	3/11/2017 (五)	下午 3:45-4:45	學校課室	處。	1	13			1	13	3. 老師們表示最喜歡 「靜觀」體驗的環 節,有助放鬆身心。



「身心靈 大發現」 班本活動 教材工作 坊	深信堂幼稚園 / This mayor	23/10/2017 (—)	下午 12:30-1:30	學校課 室	讓教師認識教材 背後的理論基 礎、仔細地學習 如何推行班本活 動教材,並一起	1	5		1	5	老師回應: 1. 100% 參加者認為 是次工作坊讓老師 明白在班本活動中 的角色。
		÷	1 A ST 10 (43)	F STATE OF THE STA	製作其他身心靈 為題的教材,, 有助於日後教師 如何自行修訂或 設計相關內容。						 100% 参加者滿意工作坊的安排。 老師認為透過工作坊學會如何協助學生學習及實踐身心
	是少灣街坊福 利曾林譚燕華 坊稚園 ———	13/10/2017 (五)	下午 5:00-6:00	學校課 室		1	12		1	12	鬉活動。
	鄰舍輔導會粉 嶺幼兒園	6/10/2017 (五)	上午 9:30-10:30	學校課 室		1	11		1	11	
	保良局莊啟程 幼稚園幼兒園	3/11/2017 (五)	下午 3:45-4:45	學校課 室		1	13		1	13	
「身心靈 大發現」 班本活動	。	23/10/2017 (—)	上午 9:00-11:30	學校 K1-3 課 室		1		48	4	48	學生回應: 1. 學生在班本中積極參 與,學習如何表達自
	長沙灣街坊福 利會林譚燕華	25/10/2017 (三)	上午 9:00-11:30	學校 K2-3 課		1		58	4	58	己情緒及向人傾訴及 深呼吸,以舒緩個人



	4			室							情緒。
	;一百無導會對 衛幼兒園	19/10/2017	下午 3:00- 4:30	學校 K2-3 課 室		1	61		4	61	
	保良局(1) 敬程 幼稚園幼兒園	10/11/2017 (五)	上午 9:00-下 午 4:30	學校 K2-3 禮 堂		1	121		7	121	
「如何培 養良好的	,「信堂幼稚園	3/11/2017 (五)	上午 10:30-12:00	學校禮 堂	由營養師及社工 主講,讓家長認	1		15	1	15	家長回應: 1. 100% 參加者認為
生活習 償」家長 講座	長沙湾(85/13) 利曾林下六下 初推團	22/11/2017	下午 4:45-6:15	學校禮 堂	識及掌握如何建 立幼童健康生活 及良好的飲食習	1		30	1	30	講座讓他們初步認 識「身心靈」概念與 其健康家庭生活的
	那舍爾基會將 養幼兒園	16/11/2017	下午 2:30-4:00	青少年 中心	慣,以培養幼童 身心靈之發展。	1		26	1	26	關係。 2. 99% 參加者認為講
	保良局莊啟程幼稚園幼兒園	23/11/2017 (四)	上午 9:15-10:45 下午 1:15-2:45	學校禮堂		1		21	2	21	座讓他們能夠了解 幼童身體發展所 需,掌握幼童均衡營 養及健康飲食之 道,培養幼童良好習 慣。
											3. 100% 參加者認為 講座讓他們能夠掌 握培養幼童身心健



											康的資訊 4. 不少家庭於講座後 繼續向營養師詢問 兒童營養的資訊。
「身心靈 大發現」	汇言堂幼稚園	18/12/2017	上午 9:30-12:30	學校有 蓋操場	透過攤位體驗活動,例如:身體	1	48	48	3	96	家長及學生回應: 1. 因應不同學校的需
推位活動	長沙灣街坊福 利會林禪燕華 幼稚園	20/12/2017 (三)	上午 9:30-12:30	學校大堂	素描、正念飲食、細味生活、靜觀、健腦操	1	111		4	111	要而提供各種具「身心靈」元素的攤位遊戲,包括身體拼圖
	郷舍輔導會粉 嶺幼兒園	21/12/2017 (四)	上午 9:30-12:30	學校禮 堂	等,讓家長及幼童認識身心靈的	1	100	100	4	200	(身)、健腦操(身)、 正念相投(心)、水中
	保良局莊啟程幼稚園幼兒園	2/3/2018 (五)	上午 10:00-下 午 4:00	學校禮堂	基本概念、對全人發展的好處,以及學習保持身心健康的方法,從而建立健康家庭的重要價值元	1	227	227	12	454	釣魚(靈)、甜酸苦辣 (細味)。 學生及家長均非常 投入活動,有不少幼 童玩完一次後再次 排隊參與攤位遊戲。
					素。						2. 工作員於活動進行 期間進行隨機訪問 以收集家長的意 見,家長表示攤位遊 戲非常好玩及有創 意,而且能夠帶出當 中身心靈的概念,有



											部份家長更是第一 次與孩子一同參與 攤位遊戲,非常開 心。
親子個別面談(小組前)	en H	29/11/2017 (三) 1/12/、 4/12/2017 (一)	上午 11:30-01:00	學校禮 堂	社工提供小組前 個別面談予所有 參與小組的家長 及幼童,以了解	1	16	15	15	31	家長回應: 1. 家長表示對此計劃感 興趣。 2. 家長分享面對不同的
	是是要待妨害 (1) (1) (1) (2) (2) (2) (4) (4) (4) (4) (4) (4) (4) (4) (4) (4	13/12/2017 (三)	下午 2:00-6:00	學校禮 堂	家長參與計劃的 期望及面對的管 教困難。	1	16	15	15	31	管教困難。 3. 家長認為他們的親子 關係可以有進一步的
	别舍輔導 等 粉 實幼兒園	7/12、 21/12/2017 (四)	下午 2:00-5:30	學校課 室		1	19	19	19	38	改善空間。
	保良局莊啟程 幼稚園幼兒園	13/12/2017 (三)、 21/12/2017 (四)	上午 8:30-10:00 及 下午 4:00-6:00	學校課 室		1	15	15	15	30	
靜觀教養 平衡小組	深信堂幼稚園	3/1/2018、 10/1/2018、 17/1/2018、 24/1/2018 (逢星期三)	上午 11:00-12:30	學校課 室	家長組:教授家 長身心靈全人健 康概念、靜觀教 養概念、情緒 ABC 理論、身體	1	16	15	8	107	家長回應: 1. 94% 參加者認為小組能提升自我情緒 覺察、穩定情緒、安頓心神。



	十二2,周田野福	3/1/2018、	下午	學校課	素描、靜觀練	1	16	15	8	112	2.	100% 參加者認為
	puri plane i	10/1/2018 >	3:00-4:30	室	習、靜觀聆聽表							小組能更覺察對家
	外推關	17/1/2018 •			達等,讓家長可							庭及教導子女時的
		24/1/2018			學習全情投入、							個人身心反應,從而
100		(逢星期三)	1-15-1-2		不加批判的接							更善待自己及子
	"新 人士" ()	4 · 11 · 18 ·	上午	學校課	納、情緒覺察、	1	15	15	8	114		女,建立親密關係。
	新が見聞	25/1/2018	10:30-12:00	室	自我調節及關顧						3.	100% 參加者認為
		(逢星期四)			之心,從而調整							小組能協助子女有
	保良局莊啟程	4 . 8 . 15 .	下午	學校禮	家中的角色和態	1	15	15	8	85		效表達情緒及提昇
	/加.题幼白雪	31/1/2018	3:00-4:30	堂、語	度,塑造心中理							正面情緒。
				文資源	想的家庭						4.	95%的幼童參與小
	- 01 E		Transaction in	室								組後,都表達會向父
	MARKET CO.		1.00		學生組:幫助幼					200		母/老師/朋友傾訴自
	CIPS I				童體會身體素							己的情緒。會做一
	NAME OF TAXABLE PARTY.				描、靜觀練習、							些令自己或別人開
	The second				聆聽感受及學習				ш			心的事情,當憤怒
					知足感恩等,建							時,你會用呼吸法冷
					立正面樂觀的思							靜自己。 同時,幼
					維、欣賞自己和							童都很感謝父母及
				100	家人的美德及掌							家人的付出。
					握有效管理情緒							
					的方法。							



親子個別 面談	長沙湾街坊福	5/2/2018(—)	上午 9:00-下	學校課	社工提供小組後	1	16	14	14	30	家長及學生回應:
山政 (小組後)	1月2日本課業等		午 6:00	室	個別面談予所有參與小組的家長						根據「親子關係自我評量表」前測及後測的結果,
	N L MARKES	28/2/2018 \	下午	學校課	及幼童,與家長	1	16	15	15	31	超過一半之家長在分數
		2/3/2018、	12:30-1:30	室	重温小組所學,						上有提升,超過85%之家
		7/3/2018 •			並因應個別家庭						長於個別面談時表示其
		12/3/2018 •			的需要而作情緒						親子關係有明顯的改
		16/3/2018			支援、意見提供						善,以下是家長們口述的
	斯吉爾導會粉	8/3/2018 -	上午 9:30-下	學校課	及建議社區資	1	15	15	15	30	分享:
	2004年度	23/3/2018	午 5:20	室	源。						1. 媽媽覺得孩子更懂表
	良局社政程	7/2/2018 `	上午 9:00-下	學校課		1	14	14	14	28	達自己及舒緩自己的
	幼稚園幼兒園	28/2/2018 \	午 4:45	室						7	負面情緒,以前起床
		1/3/2018 \									一星期 3-4 次會扭
		2/3/2018	4-1-1-1-1		DOMESTIC STATE				13.		計,現在減少至1至2
			1 1 1 1		444-10.		7 =			76	次。
											2. 媽媽學會冷靜地與孩
											子溝通。
										0.1	3. 孩子更懂得關心媽媽
	-										及孩子更明白父母的
					a care a		13		12	- 1	愛。
										-	4. 媽媽也明白自己與丈
											夫的關係總是影響她
											管教孩子的情绪。
								1-1-1			5. 孩子比之前說話有禮



												拍攝家庭合照,留下 歡樂時光,而且欣賞 大會安排影片回顧 及遊戲重溫靜觀重 點。 5. 校長及部份老師被 獲邀成為分享嘉 賓,對計劃表示非常 欣賞,並對參與計劃 之家庭表達支持及 肯定。
「身心	采信堂/稚園	9/7/2018	下午 1:00-2:00	學校課 室	向參與計劃的幼 稚園教師匯報計	1	4		LA T	1	4	老師回應: 1. 100% 參加者認為
培育教材 套教師分 享會(參與	長沙灣街坊福 利會林壽華 幼稚園	17/7/2018	下午 2:00-3:00	學校課 室	劃的成效,鞏固 參 與 老 師 的 得 著,加强老師運	1	14	1 -10		1	14	是次分享會讓他們 能夠理解「身心靈」 的概念及運用於校
幼稚園)	鄉舍輔導會粉 續幼兒園 保良局莊啟程 幼稚園幼兒園	那会輔導會份 5/7/2018 (四) 下 資幼兒園 2: R良局莊啟程 16/7/2018 (一) 上	下午 2:00-2:30	學校課 室 學校課 室	用「身心靈」家 庭培育教材套的 方法,以協助他 們更自信於教學	1	10			1	10	本活動中。 2. 100% 參加者認為
u = to /to			上午 9:30-10:00			1	17				17	是次分享會讓他們 能掌握「身心靈」對
					上延續推動「家 庭身心靈」的概 念。				om non-all'A y d			家庭培育的重要及成效。 3. 老師覺得最大得著是青蛙呼吸法、多關



						心幼兒的情緒、如何 處理自己情緒,減少 責罵小朋友,了解自 己情緒及學習放鬆 自己。 4. 親子戶外活動日,看 到家長與小朋友有 更多交流、家長應 現與兒童的關係, 等 说與兒童的關係, 等 。 認該子情緒,呼吸方 法。認識不同的情 緒,共引導幼兒表達
SANKE.	Paramaga P		32/12	BULL HALLE		自己當下的情緒。
		nesk-place				接納不同的情緒支援, 疏導負面的情緒, 要學懂感恩。
		Tree Lines				6. 明白可以在活動中 有所成長及改變,在 功課中加人親子活
是沙湖南江市	Localist .	engiron in a				動之素,讓小朋友多 點找出並表達父母 對自己的愛所做之 事。



計劃檢討及校本課程發展方向會議	河信堂幼稚園	9/7/2018 (—)	下午 2:00-3:00	校長室	於檢討會議,與校長及主任共同	1	3	1	3	1. 幼稚園校長回應: 認 為是次計劃很成功,		
	力量術坊福 利會性譚燕華 幼稚園	17/7/2018 (二)	下午 3:00-4:00	校長室	檢討計劃成效, 收集參與幼稚園 的校長及各老師 對計劃的意見及	收集參與幼稚園 的校長及各老師	收集參與幼稚園 的校長及各老師	收集參與幼稚園 1 3 的校長及各老師		3	1 3	
		19/7/2018 (四)	上午 10:00-11:00	校長室	商討校方可如何 融入校本課程以	1	4	1	4	長及幼童的需要及如 何跟進一些有需要的		
	保良局莊啟程 幼稚園幼兒園	16/7/2018 ()	上午 10:00-11:00	校長室	一 延續計劃的方 「 一 向 。	1	6	1	6	家庭。 3. 校長明白如何運用教 材套於校本中。		
「身心 靈」 写教材 套會(全港 幼稚園)	全港幼稚園	14/7/2018 (六)	上午 10:00-11:30	香際服南庭中的	郵份 在	7	10		10	参加者回應: 1. 100% 能夠理解「身心靈」的概念 2. 100% 能夠運用於校本課程或學校活動中 3. 老師覺得最大的得著是明白「停一停,想一想」之靜觀方法及靜觀教養。 4. 透過活動能幫助老師、幼兒及家長重視小朋友的情緒表達及家長聆聽小朋友情緒的重要、幫助幼童認		



						Coordinate Control of the Control of				識及處理自己情緒、 活動內容(到校)、各方 面都能得到支援
「身心	全港幼稚園	不適用	不適用	不適用	上載機構網頁分享,可供免費下載教材套,內供免費不包括:「家庭身心靈」的概念、「身心靈大發現」班本活動教材及工作紙、親子靜觀	1007		不適用	不適用	/
		S			平衡小組活動内容及家課資料、「我的家庭日誌」小冊子資料等。郵寄計劃資料及幼稚園教師可免費下載教材套方法。					
「我的家	深信量人租崮	不適用	不適用	不適用	「我的家庭日	4	650	不	650	1



庭日誌」	星少是自坊福	誌」小冊子內容	適	
小冊子	知會就跟燕華	包括:「家庭身心	用用	
	A THE	靈」概念、身心		
		蘆小故事、親子	The second second	
	郑舍輔鄉會粉	身心靈互動活		
	看幼兒園	動、靜觀教養		
		等,派發 650 本		
	(5) 武局莊啟程	給參與幼稚園的		
	幼稚感幼兒園	家庭,從而推動		
	- Salar I northeast of the Control o	家長及幼童積極		
		在日常生活中建		
		立身心靈理想的		
		家庭生活模式。		

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。

- 1) 突然變更參與幼稚園: 原定參與計劃的聖巴拿巴堂幼稚園於 2017 年 9 月商討活動細節時表示有意退出計劃,於是本會隨即邀請另一間幼稚園保良局莊啟程幼稚園幼兒園參與本計劃,並於 2017 年 10 月 13 日向其幼稚園介紹本計劃及活動內容,保良局莊啟程幼稚園幼兒園於當日同意參與本計劃。
- 2) 增加活動計劃成效
- 拍攝當下暨計劃心聲分享有一間幼稚園的老師要進行教師培訓日,未有老師出席分享會,但該學校老師有錄影片段,在分享會分享支持及心聲。
- 「身心靈」家庭培育教材套教師分享會(全港約 1000 間幼稚園)已各全港幼稚園發出邀請信,並安排在星期六上午進行分享會,報名幼此表格/指引可於優質教育基金網頁 http://qef.org.hk 下載。



稚園數量共有11間,人數為17人,但最終只有10位老師出席,然而,我們當天邀請東方日報的教育版記者到場採訪分享會及與工作員及家長進行個別訪問,並在分享會的兩天後,在東方日報發佈分享會內容及短片,讓全港人士認識身心靈培育的重要性及靜觀教養的方式。

3) 預算變更: 2018 年 6 月 9 日之拍攝當下(family studio) 暨計劃心聲分享會為聯校活動,希望可增加活動效果,因此安排深信堂幼稚園向小學借用小學禮堂及操場進行,但仍需新加車費項目(經 QEF 同意下),以便其他幼稚園的家庭能參與活動。