



計劃總結報告

計劃編號：2016/0414

甲部

計劃名稱：「We are family@好心情伍少梅Joyful NSM」

機構/學校名稱：天主教慈幼會伍少梅中學

計劃進行時間：由 10/2017 (月/年) 至 9/2018 (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：戴淑茵

簽名：_____

日期：2018年12月12日

受款人姓名*：天主教慈幼會伍少梅中學

簽名：_____

日期：2018年12月12日

*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士確認。

優質教育基金總結報告

1. 達成目標

本計劃的目標：

- a. 透過「We are family@好心情伍少梅」中的「與人分享」、「正面思維」和「享受生活」三大元素，以短片或微電影的形式宣揚及推廣精神健康；
- b. 及早識別抗逆能力較低學生，為學生提供介入服務及工作坊；
- c. 透過講座、課程及活動，加強家長、老師、學生對精神健康的認識；
- d. 組織學生健康大使，在校內建立關愛文化，培養學生的自信，建立正面人生態度。

表一：本計劃的目標

說明目標	與目標相關的活動	達標程度	達到目標的證據或指標	未能達到目標的理由
透過「與人分享」、「正面思維」和「享受生活」三大元素，宣揚及推廣精神健康	活動一：講座 活動二：音樂會 活動三：課室活動 活動四：短片及微電影	全部達到	1. 大部分交回問卷對各項活動的回應正面 2. 拍攝成品參與了兩個公開比賽	
及早識別抗逆能力較低學生	活動一：一生一導師計畫 活動二：「好精神」校園計劃工作坊 活動三：供介入服務	全部達到	1. 大部分交回問卷對各項活動的回應正面 2. 老師口頭回饋	
加強家長、老師、學生對精神健康的認識	活動一：講座 活動二：家長義工主持的課室活動 活動三：工作坊	全部達到	1. 大部分交回問卷對各項活動的回應正面 2. 家長積極參與及口頭回饋	
在校內組織學生健康大使，建立關愛文化，培養學生的自信，建立正面人生態度。	活動一：學生健康大使 活動二：講座 活動三：工作坊	全部達到	1. 大部分交回問卷對各項活動的回應正面 2. 學生享用有營早餐，表現積極	

2. 計劃對學習成效、專業發展及學校發展的影響

本計劃透過「We are family@好心情伍少梅」中的「與人分享」、「正面思維」和「享受生活」三大元素，以短片或微電影的形式宣揚及推廣精神健康，課程的詳細學習內容主要參考 <https://www.joyfulathk.hk/>；

本計劃透過一生一導師計畫，讓個別學生得到適切的照顧及輔導，以約1:6的導師制，由一位老師全年帶領6位學生，讓同學得到適切的照顧，從而提升學生的歸屬感。每位老師請跟進學生的遲到缺席，學習情況，以及了解其家庭背景，作簡單紀錄，並在有需要時作出轉介；

本計劃透過一系列講座、課程及活動，加強家長、老師、學生對精神健康的認識，並為核心學生提供介入服務及工作坊。在識別抗逆能力較低學生時，主要透過一生一導師計畫的老師、科任老師、訓輔主任、社工、家長及過往的情況作為工具，而介入的工作坊將招聘社工、輔導員、NGO等專業人士進行，約8節，每節2小時。

按照證據為本的方法，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：

2.1 拓寬學生/教師的視野

提升學生對壓力的認識，並知道有何不同的方法可以面對及有效的消除。從講座，音樂會及工作坊中，讓學生及教師認知精神健康的內涵，以及不同形式的問題與解決的可能性。

2.2 加強學生/教師的成功感

學生能完成課堂工作紙，檢驗其學習所得。課堂的靜態呈現活動，給予學生溝通、合作的機會，互相激盪思考、創作，完成指定的工作。學生能藉呈現結果，肯定自己的創造成果，從而獲得成功感。

2.3 促進學生發揮專長及潛能

參與微電影創作比賽讓學生於劇本創作及拍攝過程中互相合作、補足，各展所長。活動包含主題分析、內容設計、表情捕捉、鏡頭運用，對學生的思維和行動均有所要求，促進並肯定學生多元化的專長及潛能。

2.5 改善學習氣氛

課堂上除了講授部分外，以影片觀賞和小組活動為主，同學反應不俗，禮堂活動也異常投入。學懂進食有營早餐之後，學生也提高了課堂集中力。

2.6 促進學校團隊精神及提升學校整體形象

課堂活動，給予學生溝通、合作的機會，合作過程中除言語溝通外，還包括手腦的互相協調及非言語的訊息傳遞與交流，促進學校的團隊精神。

2.7 引發與其他學校/專業團體的協作機會

本計劃讓學校接受了很多不同機構與團隊的服務及協作，例如

- 「營·智」快樂學習成長計劃 及有「營」運動工作坊
- 『減少壓力』講座的 天水圍綜合家庭服務中心
- 「第十三屆影藝新秀金葵獎」短片比賽工作坊的 葵芳青年空間

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

自我評鑑計劃成本效益詳見下表二。

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) +/- %
i) 職員薪酬	計劃助理 (半職老師)	\$10,600*1.1*12 個月 =\$139,920元	\$138,600元	-1%
ii) 服務	講座	\$5,000 (\$1000/小時 x 5)	\$5,000元	0
	工作坊及活動費用	\$32,000 1. 抗逆能力較低小組工作坊：每小時 \$1,000*8節*每次兩小時 =\$16,000 2. 學生健康大使工作坊：每小時 \$1,000*8節*每次兩小時 =\$16,000	\$32,000元	0
iii) 設備	校園電視台軟件或器材	\$10,080 1. 實時數碼影像剪接軟件 \$4,000 2. Handheld Microphone (with stand) \$2,000 3. Full HD DV Recording \$4,000	\$10,140	+0.06%

iii) 一般開支	審計費用	5,000元	5,000元	0
-----------	------	--------	--------	---

3.1 資源的運用(例如器材、申請學校/參與學校的人力資源等)

已經購買的資產將存放於學校，供優質教育基金的項目優先使用，而學校的持分者都可以享用。

3.2 按直接受惠人士數目計算的單位成本

是項計劃獲批 200,000 元，共有 296 位學生、296 位家長及 44 位教育受惠，單位成本為 314 元正。

3.3 計劃所建構的學習課程及資料的延續性

是次計劃根據「與人分享」、「正面思維」和「享受生活」三大元素，分別設計了 10 節的課程，以短片或微電影的形式宣揚及推廣精神健康，課程的詳細學習內容見第 4 項。

3.4 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)

正確。

4. 成品及推廣模式，及外間對那些推廣活動的反應

成立校園電視台，透過「We are family@好心情伍少梅」中的「與人分享」、「正面思維」和「享受生活」三大元素，以短片或微電影的形式宣揚及推廣精神健康，10節課程的詳細學習內容主要參考<https://www.joyfulathk.hk/>。

內容包括：

透過10節銜接課程，讓老師在班主任課或周會時以短片或微電影的形式促進學生的精神健康，另一方面讓老師與學生知悉精神健康的重要性，及帶出正面人生的態度。¹

日期 Date	主題 Theme	內容 Content
第一學段 First Term		
4/10/2017 週會 Assemble	正面思維 Mind	Agape Musica 主音符音樂會
25/10/2017週會 Assemble	正面思維 Mind	精神壓力管理工作坊 Mental Health and Stress Management Workshop
11/2017	享受生活 Enjoyment	進入 圖書館的寶庫 Go to library
22/11/2017週會 Assemble	享受生活 Enjoyment	禁毒資訊工作坊 Anti-drug Workshop
12/2017	與人分享 Sharing	和家人分享生活中的點滴Share the bits and pieces in your daily life with others
第二學段 Second Term		
28/2/2018	正面思維 Mind	人生路，怎麼走? Life, how to go?
21/3/2018週會 Assemble	與人分享 Sharing	融情布偶劇 Puppet drama
25/4/2018週會 Assemble	享受生活 Enjoyment	有『營』健康運動工作坊 Health and sport workshop

¹ 參考 <https://www.joyfulathk.hk/>

24/5/2018 Assemble	與人分享Sharing	與人分享Sharing
30/5/2018	享受生活 Enjoyment	

在評鑑計劃的成品及推廣價值時包括以下項目，詳見表三。

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
「營·智」快樂學習成長計劃	注意飲食健康, 及注重運動, 以建立強健的體魄, 好去應付生活中之各式各樣的壓力。	有份參與的學校可以聯合在一起, 於戶外搞一個活力嘉年華, 活動可以有千人操, 及攤位遊戲等。	可行, 例如在科學園舉行。同時, 要有一些慈善商業贊助。

5. 活動一覽表

計劃的活動可詳見表四。

表四：活動一覽表

活動性質 (例如 座談會、表演等)	概略說明 (例如 日期、主題、地點等)	參加人數				參加者的回應
		學生	教師	家長	其他 (請註明)	
音樂會	2017/10/04 享受生活 學校禮堂	296	44	296		正面
講座	2017/10/25 壓力處理 學校禮堂	296	44	296		正面
錄像製作工作坊	2017/10/13, 2017/10/20, 2017/11/3 「第十三屆影藝新秀 金葵獎」短片比賽 青年空間 (葵涌邨葵正樓地下)	10	2	0		正面
動人心弦分享會	2017/11/22 與人分享 學校禮堂	296	44	296	1B 班外出不在校	正面
融情布偶劇	2018/4/25 與人分享 學校禮堂	296	44	296		正面
營養早餐	2018/4/16 「營·智」快樂學習成長計劃	37	4			正面
好精神 校園計劃工作坊	2018/4/16, 2018/5/3, 2018/5/10 朋輩支援訓練 各中一班課室	37	4			正面
有「營」運動工作坊	2018/5/30 正面思維 學校禮堂	296	44	296		正面

絕大部份活動於舉辦之後都會發問卷與學生，搜集意見及回饋。

6. 計劃實施時所遇到的困難及解決方法

是項計劃進展理想，並無遇到巨大困難。而計劃負責人及半職教師完成所有活動、行政及教材編撰工作。

困難	解決方法

附件一

學生對健康講座活動的一些回應:

其他意見 Other Comments

這次自修活動令我學了如何練木頭比肌, 和而力爆
作力令我明白身體會如何和吃什麼會有什麼能量
和吸入了什麼

有創意, 有想法, 有想像力。

有創意, 有想法

希望以後還有這些活動(福利想)

其他意見 Other Comments

They give us a good advice about
fitness so thanks to them for telling
us about fitness.

I enjoy it very much.

學生對布偶劇活動的一些回應:

I enjoy it and it is joyful

Nice performance, and nice acting.
puppet

~~No, I like this show. This show is very~~
~~funny. Thank you very much to invite~~
~~us.~~

好好有趣

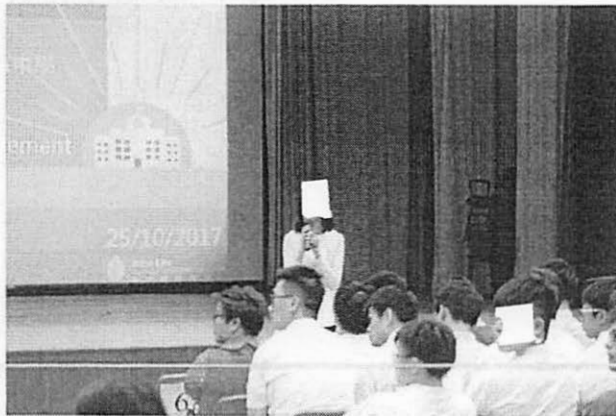
附件二

各項活動的照片：

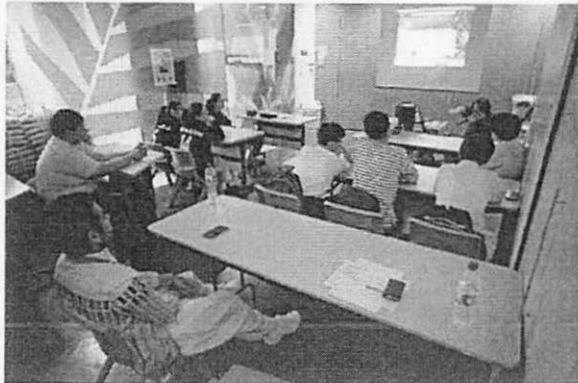
Agape Musica 主音符音樂會：



精神壓力管理工作坊



錄像製作工作坊：



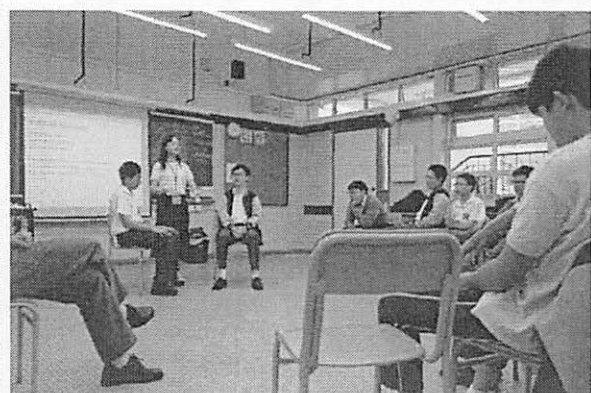
動人心弦分享會:



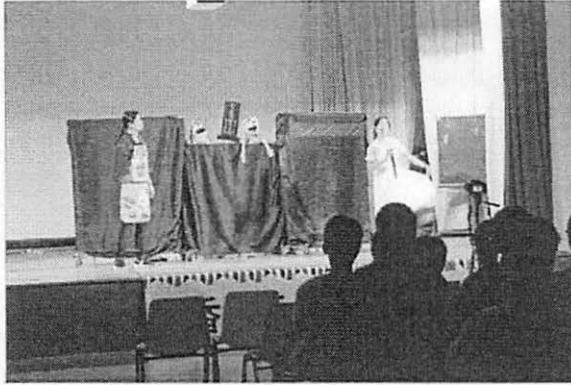
「營·智」快樂學習成長計劃:



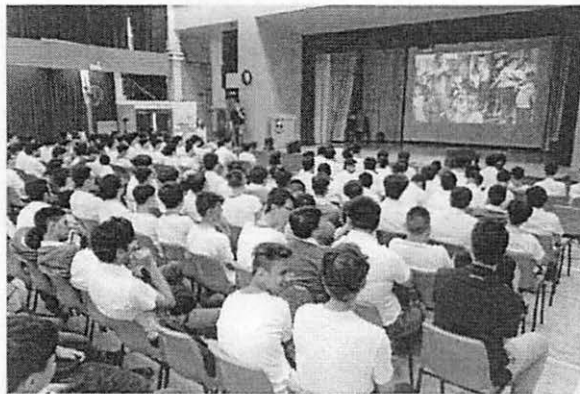
好精神 校園計劃工作坊:



融情布偶劇:



有「營」運動工作坊:



營智快樂學習成長計劃 及 有營運動工作坊 之延伸活動:



附件三

精神壓力講座意見調查分析

本校於 2017 年 10 月 25 日舉辦了精神壓力講座，全校中一至中六約 250 名學生參加，分析如下：

1. 主題清晰：有超過六成的學生同意主題清晰。唯 5C 及 6C 的意見較為負面，分別有 21%及 37%的學生不認為主題清晰。
2. 內容充實：有接近六成的學生同意內容充實。唯仍是 5C 及 6C 的意見較為負面，分別有 21%及 37%的學生認為內容不充實。
3. 講者表現理想：有超過六成的學生同意講者表現理想。唯仍是 5C 及 6C 的意見較為負面，分別有 14%及 25%的學生認為講者表現不理想。
4. 我在今次周會中有所得益：有接近五成的學生同意講者表現理想。唯仍是 5C 及 6C 的意見較為負面，分別有 21%及 37%的學生不認為我在今次周會中有所得益。

改善：非華語學生可能因為語言方面，對內容不太理解，建議下次講座分別以中、英文分享。

動人心弦分享會意見調查分析

本校於 2017 年 11 月 22 日舉辦了動人心弦分享會，除了 1B 全校中一至中六約 220 名學生參加，分析如下：

1. 主題清晰：有超過六成的學生同意主題清晰。
2. 內容充實：有接近六成的學生同意內容充實。
3. 講者表現理想：有超過六成五的學生同意講者表現理想。
4. 我在今次周會中有所得益：有接近五成的學生同意在今次周會中有所得益。