



計劃總結報告

計劃編號: 2016/1109

甲部

計劃名稱: 晴朗校園(「好心情@學校」微型計劃)

機構/學校名稱: \_\_\_\_\_

計劃進行時間: 由 11/2017 (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: \_\_\_\_\_

受款人姓名\*: \_\_\_\_\_

簽名: \_\_\_\_\_

簽名: \_\_\_\_\_

日期: 29/11/2018

日期: 29/11/2018

\*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士確認。

## 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

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
1. 透過運用繪本、桌上遊戲、體驗學習活動，裝備學生及家長擁有「與人分享」、「正面思維」、「享受生活」三大元素，推廣學生的心理健康	1. 體驗學習活動：長者體驗館	全部達到	1. 99.1%同學認為活動有助他們學會珍惜時間、身邊人和事，達到「享受生活」的目標。	/
	2. 體驗學習活動：沙田污水處理廠		2. 93.2%同學認為活動有助提高他們對環境及自然的認識，透過欣賞大自然而達到「享受生活」的目標。	
	3. 親子桌遊樂繽紛 FUN		3. 95%學生認為活動讓他們學習與父母一同合作完成事情；所有學生同意活動與父母更親近。 94%家長認為活動有助他們欣賞自己的子女；93.9%家長同意活動促進他們和家人的關係。 活動有助促進親子關係及增加親子間的正面交流，達到「與人分享」的目標。	
	4. 講座：「繪」出生命		4. 所有家長同意活動有助他們學習提升子女看故事的興趣，幫助家長以不同媒介建立子女的價值觀及促進親子關係，達到「正面思維」及「與人分享」的目標。	
	5. 午間桌遊鬆一鬆		5. 繪本於午休時間會供學生借用及讓老師於活動中使用，促進學生間的交流，達到「與人分享」的目標。	
	6. 午間故事鬆一鬆		6. 繪本除了供學生閱讀外，亦會供家長借閱，推廣親子共讀，達到「與人分享」的目標。	
2. 「初級預防」活動，針對所有學生作一般性預防，「次級介入」支援活動針對抗逆力較低學生	1. 有嘍大使訓練日營	達到75%	1. 是次計劃有3個全級活動及一個親子活動，再加上全校性的午間故事鬆一鬆，讓不同學生亦有機會接觸有關精神健康及抗逆力的信息。	是次計劃多為全年級「初級預防」活動；故較少機會就個別抗逆力較低學生提供訓練。 如於活動或講座中
	2. 體驗學習活動：長者體驗館			
	3. 體驗學習活動：沙田污水處理廠			

	4. 親子桌遊樂績 FUN 5. 午間桌遊鬆一鬆 6. 午間故事鬆一鬆			遇見有需要之學生或家長，社工會告知學校留意及跟進。
3. 提升學生抵抗及處理逆境能力（如解決問題、處理朋輩或家庭關係、適應環境、管理情緒等）及各種促進精神健康的保護因素	1. 有嘢大使訓練日營 2. 親子桌遊樂績 FUN	全部達到	1. 97%學生同意是次活動有助他們學習與人一起開心分享; 96%學生同意是次活動有助他們學習與人溝通合作; 93%同意活動有助他們讓我學習互相幫助、解決困難。以上元素有助鞏固學生的朋輩支援網絡、鼓勵他們於面對困難時向人傾訴、與人合作解決困難。 2. 如上所述，活動有助增進親子關係，鞏固學生的家庭支援網絡，有助學生面對逆境。	
4. 提高學生成長支援的相關人士(家長及老師)對學生建立抗逆力的認識，發展學生的長處及掌握支援學生及家長的技巧。	1. 講座：「繪」出生命 2. 講座：如何處理在家管教子女時產生的情緒 3. 講座：如何提升子女的抗逆力 4. 講座：如何與子女正面溝通 5. 講座：運用正向思維促進班級經營	全部達到	1. 如上所述，活動有助家長以不同媒介建立子女的價值觀及促進親子關係，提高家長的管教技巧。 2. 所有家長均同意講座有助他們了解自己管教的壓力; 97%家長認為講座有助他們認識情緒管理的技巧，反映活動幫助家長處理自己及子女的壓力。 3. 所有家長均同意講座有助他們認識抗逆力及正向管教，並提升家長在抗逆力方面施行管教的態度與方法。 4. 所有家長均同意講座有助他們認識了親子良好雙向溝通的重要性，並提升他們的聆聽及表達技巧。活動有助鞏固學生的親子關係，加強學生面對逆境時的保護因素。 5. 97.6%教師同意講座有助他們掌握讚賞的應用，及幫助他們應用正向心理學於教與學。活動有助老師於課堂及班級內建立正面氣氛，建立學生自信。	

	6. 講座：與非一般家長作有效溝通（基礎篇）		6. 95.3%教師認為講座有助他們提升溝通技巧和態度，反映活動有助他們了解家長需要，促進更好的家校合作。	
	7. 講座：與非一般家長作有效溝通（進階篇）			

## 2. 計劃影響

### 2.1 拓寬學生/教師的視野

是次計劃帶領學生進行不同體驗活動：沙田污水處理廠帶領學生走出課室，認識及學習欣賞大自然，鼓勵學生於困惱時不必自我封鎖，而是欣賞身邊美好的事物。而長者體驗館更帶領學生思想自己如何運用時間，活出有意義的人生。

不同的講座亦為家長及教師提供不同方法技巧栽培學生，例如運用繪本及桌遊於課堂或親子時間中，亦有助他們突破固有的相處或教導模式。

### 2.2 加強學生的成功感

於「有晴大使訓練日營」中，學生需要合作完成不同任務，在面對挑戰、構思解決辦法然後合作完成任務的過程中，增加了學生面對挑戰的勇氣和成功經驗。另外，親子桌遊樂竈 Fun 亦有助增加學生與家長相處的正面經驗。

### 2.3 為教師提供更多培訓機會

是次計劃舉行了三個教師講座，裝備老師與不同的家長溝通及建立正面的班級氣氛。

### 2.4 改善學習氣氛

於「午間故事鬆一鬆」、「午間桌遊鬆一鬆中」中，機構嘗試為學校引入有趣的元素，讓學生以趣味的方法學習正確價值觀及與人合作。即使計劃完結，校方反映老師仍會於課本或學生活動中使用繪本及桌遊，以增加學生學習趣味。

另外，「講座：運用正向思維促進班級經營」教導教師欣賞學生，亦有助於學校建立欣賞文化。

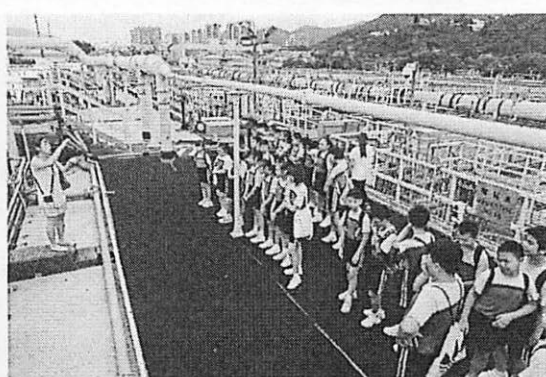
## 3. 自我評鑑計劃成本效益

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。

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) +/- %
一般開支	16,050 元	13,077.1 元	-18.5%
服務	158,450 元	140,897 元	-11.1%

是次計劃最主要的開支為導師費、繪本桌遊費及參觀活動費等服務費用，其餘所用到的一般開支則較少。計劃的資源運用得宜，在預算以內達到活動目標，且部份繪本、桌遊仍能繼續於校內使用，延展活動效果。

#### 4. 可推介的成果及推廣模式



因應活動，我們設計了不同活動程序及教材，如「親子桌遊樂緻 Fun」內使用過的桌遊、親子合作所需的變化等，有關程序資料仍可於其他學校使用。而為學校購置的繪本桌遊清單，按校方反映非常合用，日後亦可推介其他活動。

#### 5. 活動一覽表

項目	日期	時間/節數	地點	人數
講座：如何與子女正面溝通	8/11/2017	0900-1030/ 1 節	學校	64 人
親子桌遊樂緻 FUN	9/12/2017	0900-1100/ 1 節	學校	學生 37 人 家長 40 人
講座：運用正向思維促進班級經營	20/12/2017	0830-1100/ 1 節	學校	42 人
「有晴大使」訓練日營	6/1/2018	0815-1645/ 1 節	保良局大棠渡 假村	96 人
講座：「繪」出生命	13/1/2018	0900-1100/ 1 節	學校	15 人
講座：如何處理在家管教子女時產生的情緒	13/6/2018	0900-1030 1 節	學校	33 人
體驗學習活動：長者體驗館	27/6/2018, 29/6/2018	0800-1200 2 節	長者體驗館	105 人
體驗學習活動：沙田污水處理廠	27/6/2018, 29/6/2018	0830-1200 2 節	沙田污水處理 廠	114 人
講座：與非一般家長作有效溝通 (基礎篇)	26/6/2018	1330-1530 1 節	學校	21 人
講座：與非一般家長作有效溝通 (進階篇)	28/6/2018	1330-1530 1 節	學校	22 人

講座：如何提升子女的抗逆力	13/7/2018	0900-1030 1 節	學校	29 人
---------------	-----------	------------------	----	------

參加者反應：

### 5.1 講座：如何與子女正面溝通

問卷評估(共收回 63 份)

	十分同意	同意	一般	不同意	十分不同意
認識了親子良好雙向溝通的重要性	50(79.4%)	13(20.6%)			
認識積極聆聽技巧	46(73.0%)	17(27.0%)			
認識我的訊息表達技巧	48(76.2%)	15(23.8%)			
對整體內容感到滿意	49(79.4%)	14(22.2%)			

### 5.2 親子桌遊樂續 FUN

家長版：

我認為是次親子體驗活動能…	十分同意	同意	不同意
讓我認識桌上遊戲	14 (82%)	3 (18%)	
讓我學習與子女分享一起遊戲的樂趣	13 (76%)	4 (24%)	
讓我學習與子女一同合作完成事情	15 (88%)	2 (12%)	
讓我學習欣賞我的子女	14 (82%)	2 (12%)	
促進我和家人的關係	15 (88%)	1 (5.9%)	

學生版：

我認為是次親子體驗活動能…	十分同意	同意	不同意
讓我認識桌上遊戲	17 (74%)	6 (26%)	
讓我學習與父母一起玩遊戲	17 (74%)	6 (26%)	
讓我學習與父母一同合作完成事情	18 (78%)	4 (17%)	
讓我學習欣賞我的父母	15 (65%)	6 (26%)	2 (8.7%)
讓我與父母更親近	20 (87%)	3 (13%)	

### 5.3 講座：運用正向思維促進班級經營

	十分同意	同意	一般	不同意	十分不同意
學習班級經營的推行策略	15(35.7%)	26(61.9%)	1(2.4%)		
掌握讚賞的應用	21(50%)	20(47.6%)	1(2.4%)		

應用正向心理學於教與學	15(35.7%)	26(61.9%)	1(2.4%)		
-------------	-----------	-----------	---------	--	--

#### 5.4 有晴大使訓練日營

我認為是次訓練日營活動能…	十分同意	同意	不同意
讓我學習與人一起開心分享	60 (62%)	34(35%)	3(3%)
讓我學習與人溝通合作	54(56%)	42(43%)	1(1%)
讓我學習互相幫助，解決困難	59(62%)	34(35%)	3(3%)
讓我學習欣賞別人	53(55%)	38(39%)	6(6%)

#### 5.5 講座：繪出生命

	十分同意	同意	一般	不同意	十分不同意
認識和閱讀不同的繪本	13(86.7%)	2(13.3%)			
學習如何提升子女看故事的興趣	12(80%)	3(20%)			

#### 5.6 講座：如何處理在家管教子女時產生的情緒

	十分同意	同意	一般	不同意	十分不同意
A. 管教的壓力來源	22(67%)	11(33%)			
B. 認識情緒管理的技巧	18(56%)	13(41%)	1(3%)		
C. 對整體內容感到滿意	20(61%)	13(39%)			

#### 5.7 體驗學習活動：長者體驗館

27/6/2018

我認為是次活動能…	十分同意	同意	一般	不同意	十分不同意
1. 讓我更明白長者的感受	25 (51.0%)	23 (46.9%)	1 (2.0%)	/	/
2. 讓我學會尊重長者	29 (59.2%)	20 (40.8%)	/	/	/
3. 讓我更關心長者	32 (65.3%)	17 (35.7%)	/	/	/
4. 讓我學會珍惜時間、身邊人和事	37 (75.5%)	12 (24.5%)	/	/	/

29/6/2018

我認為是次活動能…	十分同意	同意	一般	不同意	十分不同意
1. 讓我更明白長者的感受	35 (62.5%)	20 (35.7%)	1 (1.8%)	/	/
2. 讓我學會尊重長者	35 (62.5%)	18 (32.1%)	3 (5.4%)	/	/

3. 讓我更關心長者	36 (64.3%)	15 (26.8%)	5 (8.9%)	/	/
4. 讓我學會珍惜時間、身邊人和事	40 (71.4%)	15 (26.8%)	1 (1.8%)	/	/

5.8 體驗學習活動：沙田污水處理廠  
27/6/2018

我認為是次活動能…	十分同意	同意	一般	不同意	十分不同意
1. 提高我對環境及自然的認識	20 (42.6%)	22 (46.8%)	4 (8.5%)	1 (2.1%)	/
2. 讓我學習愛護環境	23 (48.9%)	14 (29.8%)	9 (19.2%)	1 (2.1%)	/
3. 讓我享受與同學一起的時光	25 (53.1%)	11 (23.4%)	9 (19.2%)	2 (4.3%)	/

29/6/2018

我認為是次活動能…	十分同意	同意	一般	不同意	十分不同意
1. 提高我對環境及自然的認識	41 (61.2%)	24 (35.8%)	2 (3%)	/	/
2. 讓我學習愛護環境	38 (56.7%)	23 (34.3%)	6 (9%)	/	/
3. 讓我享受與同學一起的時光	37 (55.2%)	23 (34.3%)	6 (9%)	/	1 (1.5%)

5.9 講座：與非一般家長作有效溝通（基礎篇）

評估項目（經過這個工作坊後…）	十分同意	同意	一般	不同意	十分不同意
甲) 目標檢討:					
1. 我明白更多處理投訴的理論	11(52.4%)	10(47.6%)			
2. 我明白如何面對家長的投訴	11(52.4%)	8(38.1%)	2(9.5%)		
3. 我更有信心處理家長的投訴	9(42.9%)	9(42.9%)	3(14.3%)		
4. 我覺得我的溝通技巧和態度有所提升	8(38.1%)	12(57.1%)	1(4.8%)		
乙) 過程檢討:					
1. 我覺得講員很充分準備活動內容	17(81.0%)	4(19.0%)			
2. 我覺得我很投入活動和討論中	13(61.9%)	8(38.1%)			
3. 我覺得其他教師很投入活動和討論中	13(61.9%)	8(38.1%)			
4. 我認為這種形式很適合我學習	10(47.6%)	11(52.4%)			
5. 我覺得舉辦這個活動很有意義	11(52.4%)	10(47.6%)			
6. 講員的時間控制	10(47.6%)	9(42.9%)	2(9.5%)		
7. 講員表達清晰	12(57.1%)	9(42.9%)			
8. 講員可以解答即時的提問	11(52.4%)	10(47.6%)			



5.10 講座：與非一般家長作有效溝通（進階篇）

評估項目（經過這個工作坊後…）	十分同意	同意	一般	不同意	十分不同意
甲) 目標檢討:					
5. 我明白更多處理投訴的理論	4(18.2%)	18(81.8%)			
6. 我明白如何面對家長的投訴	5(22.7%)	16(72.7%)	1(4.5%)		
7. 我更有信心處理家長的投訴	2(9.1%)	18(81.8%)	2(9.1%)		
8. 我覺得我的溝通技巧和態度有所提升	4(18.2%)	17(77.3%)	1(4.5%)		
乙) 過程檢討:					
1. 我覺得講員很充分準備活動內容	8(36.4%)	14(63.6%)			
2. 我覺得我很投入活動和討論中	6(27.3%)	15(68.2%)	1(4.5%)		
3. 我覺得其他教師很投入活動和討論中	4(18.2%)	17(77.3%)	1(4.5%)		
4. 我認為這種形式很適合我學習	6(27.3%)	15(68.2%)	1(4.5%)		
5. 我覺得舉辦這個活動很有意義	5(22.7%)	17(77.3%)			
6. 講員的時間控制	8(36.4%)	14(63.6%)			
7. 講員表達清晰	7(31.8%)	15(68.2%)			
8. 講員可以解答即時的提問	6(27.3%)	16(72.7%)			

5.11 講座：如何提升子女抗逆力

	非常滿意 4	滿意 3	不滿意 2	非常不滿意 1
a. 內容有助認識抗逆力及正向管教。	15(52%)	14(48%)		
b. 內容能提升家長在抗逆力方面施行管教的態度與方法。	11(38%)	18(62%)		
c. 對整體內容感到滿意。	10(34%)	19(66%)		

6. 困難及解決方法

- 6.1 「體驗學習活動：沙田污水處理廠」原定為參觀 T-Park 源區，但因 T-Park 可提供參觀的日子與學校並不配合，故最終改為參觀沙田污水處理廠。