



計劃總結報告

計劃編號：2016/0569

甲部

計劃名稱：「尊重生命，逆境同行」（「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 ____10/2018_____(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：20-2-2019 日期：22 FEB 2019

*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。

計劃一覽表

活動性質 (例如座談會、表演等)	項目	日期	參加人數				參加者的回應
			教師	學生	社工	支援人員	
	生命教育講座	22/11/2017	16	360			能獲取正面訊息。
	美德與品格早會分享	10/2017-5/2018 (共 10 次)	全體	全校			學生留心聆聽，部份學生也會在分享會後與老師討論相關內容。
	中五減壓小組工作坊	18/4/2018	2	25			活動有趣，有助放鬆。
	「真心玩·大冒險」 午間級本挑戰活動	2/11/2017		60	1	1	活動簡單有趣，吸引同學參與。
		23/11/2017		49	1	1	
	開心快樂家長健康錦囊	3/3/2018	全體	全校	1	1	能獲取與精神健康相關的資訊。
	逆境同行挑戰計劃 啟動禮	16/01/2018	1	17	1	1	享受活動的過程。
小組活動	表達藝術小組活動	29/1,5/2,12/2,5/3, 12/3,19/3/2018		5			享受活動的過程及創作的時間，能夠有空間表達自己。
	紅啤啤攻略	10/3/2018		11	1	1	學生可親親大自然，擴闊心靈空間。
	重聚日	30/9/2018		10	1	1	可以與同學一同放鬆及玩樂。
戶外挑戰活動	行山	21/4/2018		6	1	1	可以參與平常較少較少參與的活動，能有新的體驗。
營會	日營	26/6/2018	1	15	1	2	從營地的歷奇活動中得到挑戰自己及學習互相合作的機會。

計劃目標

活動	目標	目標 1：促進學生的社交和情感發展	目標 2：提升學生抗逆力，增強正向生命能量	目標 3：配合學校之發展計劃，讓學生擁有正面的人生觀及品格，發揮他們的才能，培養堅毅不屈的精神
生命教育講座			✓	✓
美德與品格早會分享			✓	✓
中五減壓小組工作坊			✓	✓
「真心玩·大冒險」午間級本挑戰活動			✓	✓
開心快樂家長健康錦囊	✓		✓	
逆境同行挑戰計劃啟動禮	✓		✓	✓
小組活動—表達藝術小組活動	✓		✓	✓
小組活動—採摘士多啤梨	✓		✓	✓
小組活動—重聚日	✓		✓	✓
戶外挑戰活動—行山	✓		✓	✓
營會			✓	✓

於計劃期間，有十五位中一同學被選為逆境同行挑戰計劃的小組成員。透過不同的小組（包括表達藝術小組活動、採摘士多啤梨及重聚日）和戶外挑戰活動（行山），同學可以藉此與同級同學建立並鞏固人際網絡，讓他們之間能互相支持。計劃期間，組員都表現投入，熱衷於參與小組活動，組內氣氛亦不俗。因此，計劃能完全達到促進學生的社交和情感發展的目標。

除此之外，為了提升學生抗逆力，增強他們的正向生命能量，我校亦於計劃中安排不同的活動予不同級別的學生，希望能夠為同學帶出各種的正能量。老師透過早會或週會的主題式分享，讓同學學習以正面的態度面對困難。與此同時，午間級本挑戰活動及中五減壓小組工作坊能藉著簡單的攤位遊戲而使同學在繁重的學業中得到放鬆的機會，同時製造歡樂和諧的氣氛。而逆境同行挑戰計劃的小組成員則透過各小組、挑戰活動及營會中的歷奇活動，學習如何面對逆境，同時於過程中增強其自身正向生命能量。小組成員參與了各項的小組活動之後，他們及後於正面文化綜合匯演將正向生命能量進一步推廣至週遭的其他群體。

為貫徹我校之發展計劃（LIVE Student Profile），活動的內容均符合發展計劃中的四個範疇。計劃以生命教育講座、美德與品格早會分享、逆境同行挑戰計劃中的各項活動和正面文化綜合匯演教導同學正面的人生觀及並幫助他們培養良好品格；藉著減壓小組工作坊及午間級本挑戰活動發揮同學的才能，提供平台讓他們能加以運用；更於營會中安排歷奇活動培養小組成員堅毅不屈的精神，全面達致學校發展計劃的目標。

計劃影響

計劃的內容覆蓋面廣闊，當中涉獵到學生、家長及老師的部分，透過不同的活動或訊息的流通均能讓各群體了解更多有關精神健康及抗逆力的資訊，加深大家對這些概念的認識並引起他們的關注。同時，老師及家長對相關議題的認知亦能於日後支援同學的情感需要。

除了老師及家長，同學透過這一年的計劃，能夠得到各種不同的嘗試及體驗，有助他們身、心、靈的成長。活動能擴闊同學的眼界，提供讓他們表達自己的機會，並關顧他們的情感發展。此外，逆境同行挑戰計劃的小組成員之間的緊密關係亦是顯而易見的。從他們於小組的交流以致於日常的交往中，能看到他們融洽相處的情境，相信能為他們建立到互相支援的人際網絡。

此外，根據正向生命及提升抗逆力為主調而安排一整個學年活動，能夠令安排能更加有系統，亦可以容易於校內建立正面及樂觀的氛圍。計劃能成為推廣精神健康的起點，讓學校能就這備受關注的議題上作出不同的新嘗試，成為日後在此方面發展的藍圖。

自我評鑑計劃成本效益

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) +/- %
職員薪酬	142,128 元	142,128 元	0%
服務	35,000 元	21,442.1 元	-38.7%
一般開支	22,872 元	9,943.4 元	-56.5%

資源的運用(例如器材、申請學校/參與學校的人力資源等)

製作了相關的短片，可用作日後推廣。

直接受惠人士

教師、家長及學生均為直接受惠人士。老師及家長能透過不同的活動或訊息的流通均能讓各群體了解更多有關精神健康及抗逆力的資訊，加深大家對這些概念的認識並引起他們的關注。同時，對相關議題的認知亦能於日後支援同學的情感需要。而同學亦能夠得到各種不同的嘗試及體驗，有助他們身、心、靈的成長。活動能擴闊同學的眼界，提供讓他們表達自己的機會，並關顧他們的情感發展。

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）

技巧和策略等可供其他學校作參考之用，但因各校有不同的教育理念，而成品配合學校特色，當其他學校重做計劃時，或需按校本需要作一定程度的調整。

以較低成本達致相同效益的其他辦法

嘗試尋找更多外間的免費資源進行各種入校服務，以減低成本同時令同學能有更多不同範疇的體會。

困難

校內不同的團體均會舉辦活動予同學參與，於課餘及週末時間同學亦會安排各種課外活動，以致難以每次活動也能聚集所有的同學。因此，我們曾在各個時段（包括課後及週末）安排活動，以齊集最多成員為目標。有時候，已安排的活動亦會受學校的活動安排或實際情況而作出變動，如當初安排的營會則因為營地未能安排而改為日營。

另外，由於組內成員男女比例不一，以致同學的興趣會傾向某一方面，需要同學間互相遷就及協調。

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
「逆境同行挑戰計劃」活動花絮	紀錄了活動的實況及 成果	於校內播放	否