



計劃總結報告

計劃編號：2017/0516

甲部

計劃名稱：生命彩虹。關愛守望「好心情@學校」微型計劃

機構/學校名稱：香港基督少年軍臻訓中心 (協作學校：元朗朗屏邨東莞學校)

計劃進行時間：由 10/2018 (月/年) 至 9/2019 (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：_____

日期：_____

*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。



1. 能否達成目標

表一：目標是否達到

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. 通過堅毅力培訓，轉化學生成長中的負面經驗及情緒，以至提升學生的自我效能感，從而建立學生的正面思維。	正向心理問卷調查	全部達到	<p>於正向心理問卷當中，共有72位參與了本計劃之同學（實驗組）交回前測及後測問卷。另有129位非參加者（對照組）交回前測及後測問卷。</p> <p>根據問卷結果，在情緒效能方面，實驗組同學的平均分由3.52上升至3.56；在好心情@學校理念認識方面，同學平均分亦由3.70上升至3.71；而在抗逆力方面，實驗組同學平均分由3.89下降至3.82；同時相對於對照組同學平均分則由3.65下降至3.51，跌幅比實驗組同學為高，反映了同學的抗逆力在參加活動後都有幫助。總的而言，同學在情緒效能、好心情@學校理念認識及抗逆力方面上亦有所提升。</p> <p>由以上結果可見，通過堅毅力培訓，有效轉化學生成長中的負面經驗及情緒，以至提升學生的情緒效能，從而建立學生的正面思維。</p>	N.A
	關愛彩虹課	全部達到	<p>根據計劃統籌員及導師的觀察所得，學生們於參與不同的體驗活動時，如摺紙手工活動、魔術活動及流動歷奇等，皆以健康方式舒壓及積極投入於活動當中，有效提升學生的自信心。</p>	N.A
	堅毅彩虹訓練	全部達到	<p>透過歷奇及團隊活動、協作策劃遠足路線及實踐，成功增強參加者的抗逆力及提升解決問題的能力，促進學生建立正面思維。根據問卷調查結果：近</p>	N.A



			九成的學生明白面對逆境時，應如何處理問題；同時，近九成的學生更明白堅持的重要性及提升了他們的解難能力。總的而言，活動有效達到預期之目標。	
	關愛彩虹日營	全部達到	透過歷奇及團隊活動，成功增強參加者的抗逆力及提升解決問題的能力，促進學生建立正面思維。根據問卷調查結果：超過八成的參加者表示活動對他有實際的幫助並認為活動能鼓勵他成為一個更積極主動的人。總的而言，活動有效達到原定「提升學生的自我效能感，從而建立學生的正面思維」之目標。	N.A
	「好心情★關愛日」	全部達到	透過在學校擺放展板及攤位，同學們更了解好心情主要的三大元素，同時，同學們在當天活動中都表現投入，並積極參與。	N.A
2. 通過對老師的專業支援，提升老師認識自己和其他具不同性格特質的師生，以及相處之道，從而建立老師之間的分享互助的團隊精神。	老師好心「晴」講座	全部達到	透過Kin-Ball等團隊體驗活動，有效增進教師彼此之間關係，以推動學校建立正面、健康和有活力的校園氣氛。根據問卷調查結果：八成參加者表示更懂得與學生相處、九成的參加者認為活動促進了老師間的團體合作精神及加深了對其他教職員的認識。總的而言，活動有效達到預期之目標。	N.A
3. 通過對家長的專業支援，提升家長對子女關愛及與學校協作的的能力，從而建立家庭成為學生全人成長的正向能量。	親子日營	全部達到	透過促進家長和學童的互動，鼓勵父母找出其行為與管教模式，發揮父母的正面影響。根據問卷調查結果：九成的參加者滿意是次活動內容、八成的參加者認同活動加深了對子女的認識及更懂得正面地與子女相處。總的而言，活動有效達到預期之目標。	N.A

2. 計劃影響

跟據正向心理問卷調查的結果、學校老師及計劃社工的觀察、以及活動後的問卷調查結果等資料，本計劃成功透過關愛彩虹課、堅毅彩虹訓練、關愛彩虹日營、好心情★關愛日、老師好心此表格／指引可於優質教育基金網頁 <http://qef.org.hk> 下載。



「晴」講座、親子日營等多元化的活動手法，拓寬了學生、其家長及教師的視野，加強了學生及教師的成功感，有效促進學生發揮專長及潛能；活動能達到預期 1.通過堅毅力培訓，轉化學生成長中的負面經驗及情緒，以至提升學生的自我效能感，從而建立學生的正面思維；2.通過對老師的專業支援，提升老師認識自己和其他具不同性格特質的師生，以及相處之道，從而建立老師之間的分享互助的團隊精神及 3.通過對家長的專業支援，提升家長對子女關愛及與學校協作的的能力，從而建立家庭成為學生全人成長的正向能量之目標。

3. 自我評鑑計劃成本效益

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) +/- %
薪金(staff cost)	\$88,200	\$81,900	-7.2%
服務(services)	\$88,000	\$88,000	0%
一般開支(general expenses)	\$23,800	\$23,976.3	+0.7%

4. 活動一覽表

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
		學校	教師	學生	其他 (請註明)	
關愛彩虹課	透過體驗活動及解難 增強自信心及抗逆能力，同時藉健康方式舒壓。 8,15/10 5,12,19/11(一) 2:30-3:30pm 校內進行	1	1	79	/	學生在「運動」、「興趣」、「人際」和「大自然」四大範疇的課程中，接觸到摺紙手工活動、魔術活動及流動歷奇等，參與的學生都表示提升了他們的好奇心與自主學習。



親子日營	促進家長和學童的互動，鼓勵父母找出其行為與管教模式，發揮父母的正面影響。 19/1(六) 10:00-4:30pm 校外進行	1	1	29	14 家長	九成家長於問卷調查中表示滿意是次活動內容，同時亦明白與子女相處的重要性，以及多與子女進行互動，亦有助加強親子關係。
堅毅彩虹訓練	增強參加者的抗逆力及提升解決問題的能力。 15/2(五) 事前訓練 2:00-3:30pm, 校內進行 23/2(六) 日營 10:00am-4:30pm, 校外進行 2/3(六) 遠足 9:30am-4:00pm, 校外進行	1	1	18	/	根據問卷調查所得，近九成的學生表示滿意是次活動內容，學生們經過一次事前訓練、一次日營及一次全日遠足後，都明白到不要輕易放棄的精神以及從中體會了遠足的樂趣。
老師好心「晴」講座	推動學校建立正面、健康和有活力的校園氣氛 10/1 (四) 2:30-5:00pm 校內進行	1	46	/	/	老師表示透過 Kin-Ball 的團隊體驗活動，有效增進了教師彼此之間的關係以及團體合作精神，認為凡事只要盡力而為，即使結果未如理想，也至少無悔！老師最欣賞本活動的地方是能帶出信息：應付生活的同時，亦要懂得享受生活。



關愛彩虹日營	提升參加者堅毅力及正向思維。 30/3 (六) 10:00am-4:30pm 校外進行	1	1	19	/	超過八成的學生於問卷調查中表示滿意是次活動內容，並從中學會了合作精神和堅持的重要性。
「好心情★關愛日」	提升學生與人分享、正面思維及享受生活的概念，以及提倡關愛文化及個人責任。 6/6 (四) 10:00am-12:00pm 校內進行	1	1	234	/	同學們更了解好心情主要的三大元素，包括與人分享、正面思維及享受生活。

5. 困難及解決方法

與校方整體合作順利，活動皆能順利舉行，效果理想。以下活動因應校本情況作出修訂：

5.1 親子露營

與校方商討後，認為以露營的手法較難招募合適的家庭參與；同時，以日營的手法亦有助參加者更聚焦於原定的活動目標。因此，原定親子露營轉變為親子日營。

5.2 「好心情★關愛日」

為配合校本需要及學校日程，「好心情★關愛日」由原定 2018 年 10 至 12 舉行，順延於 2019 年 6 月 6 日(四)舉行。