



計劃總結報告

計劃編號： 2017/0992

甲部

計劃名稱： 生命彩虹：堅毅自強「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：坪石天主教小學)

計劃進行時間：由 12/2018 (月/年) 至 11/2019 (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

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(有關資料可按本附件內表一的格式，或以簡短段落形式書寫)：

- 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：

- 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(有關資料可按本附件內表四的格式，或以簡短段落形式書寫)。

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)與原來計劃有出入，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	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
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	完全達到	於正向心理問卷當中，共有326位參與了本計劃之小二、小四及小六同學（實驗組）交回前測及後測問卷。另有188位非參加者（對照組）交回前測及後測問卷。 根據問卷結果，在一般精神健康狀況方面上，實驗組的同學平均分由3.41下跌至3.30；對照組的同學平均分則由3.49下跌至3.19。 根據以上問卷結果，實驗組的跌幅比對照組為低，反映了本計劃於維持精神健康有一定的幫助。 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，以至提升學生的自我效能感，從而建立學生的正面思維。	N.A.
	彩虹日營	完全達到	根據活動後問卷調查數據所得，是次活動參加者全部滿意活動，參加者表示參與是此活動，能讓他更願意關心和幫助身邊的人。	N.A.
	開心彩虹課	完全達到	由計劃統籌活動員觀察其行為表現，及學校老師和授課導師的評價，參與計劃的學生於自我效能感、正面思維及正面分享文化均有顯著提升。	N.A.
	彩虹學生小組	完全達到	根據劃統籌活動員觀察及學校老師和小組導師的評價，參與小組的學生參與小組的學生能夠透過義工服務發揮個人長處，學習到解決困難的技巧。	N.A.
通過對老師的專業支援，提升老師對「經驗學習法」的瞭解和掌握，從而強化他們支援學生主動學習的能力和信心	教師培訓工作坊	完全達到	根據活動後問卷調查數據所得，是次活動參加者全部滿意活動，當中有近九成參加者表示參與是此活動，能有助提升老師之間正面關係及加強解決困難的能力。	N.A.



通過對家長的講解和支援，協助家長應對自身所受的壓力，同時加強與學校協作和溝通，從而加強全面回應子女情緒需要的能力。	家長講座	完全達到	根據活動後問卷調查數據所得，是次活動參加者全部滿意活動，參加者表示參與是此活動，能讓他更了解子女的行為風格及了解自己的管教模式。	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，本計劃成功透過教師培訓工作坊、彩虹日營、開心彩虹課、家長講座、彩虹學生小組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，提升老師對「經驗學習法」的瞭解和掌握，從而強化他們支援學生主動學習的能力和信心及 3. 過對家長的講解和支援，協助家長應對自身所受的壓力，同時加強與學校協作和溝通，從而加強全面回應子女情緒需要的能力之目標。

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)	53,760	39,585	-26.4%
服務(services)	107,325	107,325	0%
一般開支(general expenses)	38,615	38,777	+0.42%

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)	



教師培訓工作坊	透過團隊體驗活動增進教師彼此之間關係，加強教師面對挑戰的能力，以應對學生需要。 26/1/2019 9:30-15:30 校內	1	45	/	/	根據活動後問卷調查結果，教師表示滿意是次工作坊，工作坊有助加強教師面對挑戰及解決困難的能力。
彩虹日營	以關愛和互助為目標，透過歷奇及團隊體驗活動，幫助同學一同建立友愛的關係，學懂與他人分享自己更多。並提升他們的精神健康及建立求助文化。 14/12/2018 8:30-15:30 校外	1	6	125	/	根據活動後問卷調查結果，學生表示參與日營後，更願意關人及幫助身邊的人，有助促進同學間建立友愛關係。
開心彩虹課	透過四大主題的體驗學習活動，包括：興趣、人際、運動及大自然，提升參加者情緒/壓力管理技巧、應對逆境的能力、解難能力、自我效能感、對自己正面的看法、溝通表達的技巧、與人相處/人際關係/建立個人支援網絡的技巧等 25/1、22/2、15/3、12/4、10/5、24/5 14:30-15:30 校內	1	15	336	/	學生在課堂中都表示滿意活動和投入參與其中，並透過回顧及反思，學會「自我學習」、「欣賞別人」及「與人分享」，有助建立正面思維。



家長講座	<p>以行為風格作引旨，鼓勵家長學習不同管教模式，加強正面管教思維，理解子女的狀況；並使用合適的管教方式，提升子女建立良好關係，提升他們對精神健康及回應子女精神健康需要的方法和知識。</p> <p>28/3/2019 9:00-11:00 校內</p>	1	2	/	35 人 (家長)	參與家長表示講座有助了解子女的性格及發掘到與子女溝通的方式，有助與子女建立良好關係。
彩虹學生小組	<p>學生小組主要由兩部分形成： （一）從「自我認識」開始，對自己認識更深和有「我是誰」的概念；（二）學習有關「人際關係」的課題，從而對自己的情緒認識更多和建立同理心，以至學會尋找解決面對衝突的方法；長遠而言，提升他們的抗逆力及精神健康。</p> <p>19/11/2018、 26/11/2018、 3/12/2018、 10/12/2018、 7/1/2019、 14/1/2019、 21/1/2019、 28/1/2019 15:30-17:00 校內 19/1/2019(義工活動) 9:00-12:00 校外</p>	1	1	8	/	學生表示對活動回應正面並認同活動對他有實際的幫助，透過小組能夠提升學生對自我認識、學會與他人合作及面對困難的方法。



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 彩虹學生小組

小組由原定2019年1月至6月進行，提前在2018年11月至1日期間進行。

5.2 彩虹日營

日營由原定2019年1月至5月舉行，提前至2018年12月14日進行