

優質教育基金
「我的行動承諾—感恩珍惜·積極樂觀」(2019)撥款計劃

計劃書

計劃名稱： 「我的行動承諾—感恩珍惜·積極樂觀」(2019) _____ 佛教孔仙洲紀念中學
(學校名稱)

學校類別： 幼稚園 小學 中學 特殊學校

資助類別： 官立 資助 直接資助

按額津貼 幼稚園教育計劃

申請撥款推行計劃時期： 由 _____ 1/2020 _____ 至 _____ 9/2020 _____
(計劃須在2019/20學年開始， (月/年) (月/年)
並為期約一年。)

(一) 計劃需要 (請在適當的方格內加上“✓”號。)

<p>計劃目標 透過舉辦「我的行動承諾—感恩珍惜·積極樂觀」(2019)相關學習活動，培養學生正面價值觀和積極態度。</p>	
<p>創新元素 <input checked="" type="checkbox"/> 本校於2019/20學年首次推行「我的行動承諾」及舉辦相關活動。</p>	
<p>計劃配合學校需要 <input checked="" type="checkbox"/> 學校發展需要：本校將與計劃目標相關的支援措施納入2019/20學校三年發展計劃 / 周年計劃 / 學生支援科組計劃。</p>	

(二) 計劃可行性 (請在適當的方格內加上“✓”號，並提供相關資料。)

計劃活動					
活動種類 課堂以外學習活動 / 專業培訓	活動 總次數 <small>以整個計劃 推行期間計算</small>	參與學生 級別	預計 參與學生 總人數	參與 教師人數	活動涉及聘用 外間機構 提供服務 (是 / 否)
<input checked="" type="checkbox"/> 集體承諾日	1	F1	125	4	否
<input checked="" type="checkbox"/> 班主任課	4	F1-2	240	10	否
<input checked="" type="checkbox"/> 文化、藝術、體育活動	8	全校	約500人 次	4	是
<input checked="" type="checkbox"/> 服務學習活動	2	S4-5	12	2	是
<input checked="" type="checkbox"/> 主題式體驗活動	4	S4-5	12	2	是
<input checked="" type="checkbox"/> 教師專業培訓	1	/	/	70	是
<input checked="" type="checkbox"/> 其他：試後活動	半日	S1-5	約500人	6人	是
<input checked="" type="checkbox"/> 其他：教師正向教育進修課程	3	S1-2	約200人	4	是
<input checked="" type="checkbox"/> 其他：覺醒心靈課程	6	S1-S5	約30人	4人	是

(三) 開支預算¹

服務開支

開支項目 (例如：導師、講者、教師培訓、 歷奇訓練、宿營活動、租用場地、租用器 材、交流活動)	服務總時數 / 活動總日數	金額 (\$)	申請學校會負責計劃參與者的安全，採取安全措施，以及遵守教育局〈戶外活動指引〉和其他相關的安全指引。 申請學校選擇服務供應商時，會遵照優質教育基金〈人事管理及採購指引〉進行報價或投標，確保採購程序是以公開、公平及具競爭性的方式進行。 申請學校需以採購服務形式聘用導師／教練／顧問協助推行部分計劃活動，會在進行有關採購程序時清楚列明這些人員的資歷和經驗要求，確保所提供的服務符合學校的需要。
講者(教師專業培訓)	3-4小時/半天	\$4,800	
正向教育專業支援	45小時/10天	\$45,000	
IPEER計劃*	40小時/9天	\$20,000	
教師正向教育進修課程	24小時/3天	\$16,000	
「體藝行」表演及分享嘉賓*	約5小時/8日	\$1,000	
試後活動日導師及分享嘉賓*	約5小時/半天	\$35,000	
覺醒心靈課程*	約10小時/5日	\$8,000	
小計：		\$129,800	

*內容+細項：詳見附件

設備開支

開支項目 (例如：電腦、攝錄器材、樂器)	數量	金額 (\$)	申請學校會遵守相關的安全指引，制訂及採取安全措施以確保學生使用相關設備的安全。
器材：健身架	1	\$2,500	
小計：		\$2,500	

一般開支

開支項目 (例如：印刷刊物、活動交通、 購置書刊、活動物資、審計費用 ²)	數量	金額 (\$)	
印刷刊物、文具(如:文件夾)、 購置書刊	800, 2000 10	\$15,000 \$1,000	
活動物資	600份/6次	\$11,000	
活動交通	/	\$500	
審計費用	/	\$5,000	
小計：		\$32,500	
申請撥款總額：		\$164,800	

計劃活動應建基於全校參與的模式，並由學校教職員直接策劃和推行，協助學生培養感恩珍惜、積極樂觀的價值觀和態度。如有需要，負責的教職員可徵詢校內輔導人員（如學校輔導團隊、學校社工及／或教育心理學家）的意見，共同設計及推展各項活動。

¹ 在訂定預算時，學校應參考最新的市場價格，以及參閱基金網站(<http://qef.org.hk>)內建議的價格標準。

² 獲撥款超逾10萬元的計劃，受款人須於計劃完結時，向基金提交經審計的帳目。申請人可將不超過5,000元的審計費用納入計劃的一般開支範疇。

(四) 預期成果及成效

計劃的評鑑 (請選擇適當的評鑑方法，在相關方格內加上“✓”號，並扼要描述相關成功準則。)

評鑑方法	成功準則	
<input checked="" type="checkbox"/> 課堂 / 活動觀察	70%班主任觀察同學上課認真投入 「體藝行」：於全年進行八次的午間藝術活動，參與人數最少為50人以上。能邀請家長及老師到場欣賞支持。	
<input checked="" type="checkbox"/> 問卷調查	70%同學對活動感到滿意	
<input checked="" type="checkbox"/> 其他：學生出席率	80%學生出席率	

計劃的預期成果 (請選擇適當的預期成果，在相關方格內加上“✓”號，並提供相關成果的簡單描述。)

<input checked="" type="checkbox"/> 展覽	把學生活動照片於校內張貼 「體藝行」：展示學生的感恩卡創作	
<input checked="" type="checkbox"/> 學生作品	建立活動群組，展示學生作品及活動感想 「體藝行」：感恩卡創作	
<input checked="" type="checkbox"/> 電子成品(請註明)	把學生活動花絮及學生活動感想，製作電子短片，在校網發放	
<input checked="" type="checkbox"/> 其他：	學校各刊物分享圖片	

注意事項

申請如獲基金撥款，受款人須與基金簽訂一份載列協議書後，才可開始計劃。

受款人必須嚴格遵守協議書的撥款條件，包括妥善保存與計劃有關的帳目及相關記錄，此等帳目及記錄應能反映計劃的每項開支的詳情。

各項計劃補充資料：

一.課外活動組 試後活動（19~20）

日期：6月26日(五)

時間：上午 8:30-下午 12:30

對象：中一至中五級

主題：配合本校關注事項主題，「正念正向、思恩感恩」，透過正向元素(PERMA + H) 相關學習活動，培養學生正面價值觀和積極態度，學會互相欣賞，心存感恩，並配合行動，祝福他人。

活動形式：分班分級做小組活動、講座、音樂會等

費用：約 3 萬 5 千

導師人數：每班一位導師中一至中三級(12 人)中四至中五級(8 人)

項目	內容	費用
正念感恩活動-初中導師費	初中：中一至中三級(12 班) 每班同一節要一位導師(1 小時) 共兩節	每位導師費用約為\$750 一小時 (12 班 X\$750)X2 節=\$18,000
正念感恩活動-高中導師費	高中：中四至中五級(8 班) 每班同一節要一位導師(1 小時) 共兩節	每位導師費用約為\$750 一小時 (8 班 X\$750)X2 節=\$12,000
活動所需物資	活動材料(消耗性物資)	約\$125 一節活動 20 班合共 40 節=\$5,000
		合共=\$35,000

活動	時間	中一至中五級	
一.	上午 9:00~10:00 (1 小時)	音樂會	
	上午 10:00~10:15 (15 分鐘)	小 息	
二.		中一至中三級	中四至中五級
	上午 10:15~11:15 (1 小時)	第一節正念感恩活動(一)	第一節正念感恩活動(一)
	上午 11:15~11:30 (15 分鐘)	小 息	小 息
	上午 11:30~12:30 (1 小時)	第二節正念感恩活動(二) 及 活動反思及總結	第二節正念感恩活動(二) 及 活動反思及總結

二.宗教組：「正念覺醒心靈計劃」

宗教部	「正念覺醒心靈計劃」
舉辦活動總次數	約 10 小時/5 日
參與學生級別	中一至中五
學生總人數	家長：25 人 學生：50 人
參與教師人數	10 人
活動目的	透過生活中的藝術和，正念專注訓練，協助家長和學生舒緩突發性的情緒困擾，並學習提升個人專注力。 透過體驗活動，了解個人特質，建立正覺人生觀，珍惜

	生命，珍視和關顧親友。
聘用外間機構提供服務	\$7,500 有藝術元素(如正念中心曼陀羅、生命歷情等) 生命教育材料(教學工具，如顏料)
其他	教具/物資：\$500

三.課外活動組：「體藝行」計劃

時間：(逢星期四) 午膳時間 1:30-2:00

地點：B 操場 / D 操場 / 禮堂

對象：中一至中六級學生

配合本年度學年關注事項「正念正向、思恩感恩」，本年度課外活動組在午膳時間舉辦了「體藝行」活動，目的是結合藝術、音樂、體育活動，全方位推動學生體藝發展，其中包括藝術創作工作坊、藝術欣賞、藝術展覽、感恩午間音樂會、音樂欣賞會、當代舞、街頭健身/徒手健身……

透過一系列的藝術及體育活動，並期望能達致以下目標：

1. 建立校園藝術、體育文化，提供平台讓學生發揮藝術、表演、體育才能
2. 增加學生的體藝知識，紓緩學生學習壓力，培養學生感恩的心
3. 營造正念感恩的校園環境及提升校園藝術和運動氛圍

四.輔導組：「互助互勵計劃 - iPEER」計劃

日期：2020年3月至7月中旬

	日期	活動	預算開支	負責老師
1.	19/9/2019	「趣味藝術」放映會	**已舉行	CHOW
2.	17/10/2019	「感恩謝意卡」工作坊		CHOW
3.	5/12/2019	當代舞		FKK
4.	12/12/2019	感恩午間音樂會(I)		CYL
5.	20/2/2020	感恩午間音樂會(II)	活動物資\$1,000	CYL
6.	5/3/2020	「學生藝術作品展」導賞攤位活動	活動物資\$1,000	CHOW
7.	2/4/2020	街頭健身/徒手健身	物料(健身架)\$2,500 分享嘉賓\$1,000	FKK
8.	28/5/2020	午間音樂欣賞會	活動物資\$1,000	CYL
合計：			\$6,500	

時間：午膳及課後時間

地點：學校及合辦機構指定歷奇場地

對象：6位中五級互助互勵輔導員領袖及6-8位中四級表現優異的互助互勵進階輔導員

計劃目標

iPEER 計劃乃原有的互助互勵朋輩計劃的延伸部份，目的是為表現出色的輔導員領袖及進階輔導員提供更多元化的輔導活動機會實踐所學技巧。iPEER 計劃讓通過甄選的輔導員作主導，協助校內不同性質的輔導組活動，例如伴讀計劃、午間減壓攤位、課餘桌遊活動。iPEER 輔導員在每次輔導活動完結後都會完成活動紀錄冊，透過小組形式的回饋及反思讓他們建立成功感。計劃終

期，達標學生可參加輔導工作相關工作坊或證書課程，擴闊相關學習經歷，最終能培養學生正面價值觀和積極態度。

計劃預算

	日期	活動	預算開支	負責老師
1.	2020年2月	iPEER 活動紀錄冊	\$200	WWH
2.	2020年6月	三天歷奇課程	\$14,400	WWH
3.	2020年6月至7月	考核及工作體驗	\$5,400	WWH
合計：			\$20,000	

五. 正向教育專業支援

計劃目標

結合正向心理學的理論，融入正規課程。全體老師本學年所有課任老師都以個人或二人小組形式，為本科設計融合正向教育元素的課程單元，合共近四十個項目，將在本學年各級常規課堂中實踐。

正向教育專業支援內容項目		
1. 聘請正向教育專業導師支援計劃推行，包括課程設計, 教材製作, 觀課及評估工作 2. 教師培訓日設計及教材製作	45 小時/10 天	\$45,000

六. PERMA+H 正向教育課

計劃目標

通過班主任課「正向教育課題」，學生能了解六大正向元素，並透過多元活動，例如體驗式、互動學習，培養及發展學生的品格強項、成長性思維及學會感恩。

	活動	預算開支
1.	課程導師費用及教材物資	\$11,000
2.	印刷刊物、計劃物資(如:文件夾)	\$15,000
3.	購置書刊	\$1,000
合計：		\$27,000

遞交報告時間表

本校承諾準時按以下日期遞交合規格的報告：

計劃管理		財政管理	
報告類別及涵蓋時間	報告到期日	報告類別及涵蓋時間	報告到期日
計劃總結報告 01/01/2020 – 30/09/2020	31/12/2020	財政總結報告 01/01/2020 – 30/09/2020	31/12/2020

資產運用計劃

類別	項目／說明	數量	總值	建議的調配計劃
體育器材	器材：健身架	1	\$2500	活動後供學校使用