



計劃總結報告

計劃編號：2009/0288

甲部

計劃名稱：健康人生由校園開始

機構／學校名稱：青年會書院

計劃涵蓋時間：由 10/2010 (月／年) 至 9/2011 (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

本計劃目標是協助學生建立全面健康的生活方式，包括體格和精神的健康。當中，分為短期目標和長期目標，現詳述如下：

短期目標：

目標說明	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. 協助學生認識身心靈健康的整全性	健康週和水果日等推廣項目	全部達到	-於校內舉辦健康週(2010年9月27日至10月4日)，內容包括：早操(1015人)，升國旗(1015人)，公益金便服日(771人)，中一級健康檢查(135人)，午間活動(171人次)，初中水果日(416人)而高中水果日(436人)則為2011年3月11日。	--
	個人情緒支援服務	全部達到	-協助現有社工分擔現有學生個案，於2010年10月至2011年9月期間處理合共21個個案。	--
	青年抗逆訓練營	部份達到	-於2011年4月17至18日舉辦兩日一夜訓練營(16名)予中一至中二，通過歷奇訓練讓學生學習團體合作，建立自信和自律的生活。 -18.7%非常同意和81.3%同意學生表示訓練營可以提升我解難及抗逆的能力。	原定參與人數為30名學生，但因同期學校舉辦不同訓練營和復活節假期，學生需回鄉而影響參與人數

	舉辦電玩跟進小組，協助學生建立人生的生活模式	全部達到	<ul style="list-style-type: none"> -於2011年1月至3月期間舉辦為期6節的小組，予12名中一至中二級學生參與，建立健康生活模式，離開打機沉迷行為。 -學習建立健康生活模式則有30%非常同意和40%同意 -40%非常同意和30%同意的學生表示令他們思考如何面對上網誘惑的應對方法。 	--
2. 協助學生管理並舒緩壓力	校內舉辦"壓力"講座	全部達到	<ul style="list-style-type: none"> -分別為高中(249人)和初中(252人)分別舉辦講座，高中邀請醫管局兒童及青少年精神健康社區支援計劃社工主講 初中則邀請聖雅各福群會之『SUN Teens』青少年精神健康計劃社工主講。 -高中：25%十分同意和65%同意的學生表示是次講座，認識如何舒緩壓力的方法。 -初中：40.2%同意和13.1%十分同意的學生表示是次講座增加了應付問題/壓力的技巧及方法。 	--
3. 協助學生注意飲食均衡，特別提倡食水果的重要性	健康週和水果日等推廣項目	全部達到	<ul style="list-style-type: none"> -校內舉辦健康週(2010年9月27日至10月4日)，內容包括：早操(1015人)，升國旗(1015人)，公益金便服日(771人)，中一級健康檢查(135人)，午間活動(171人次)，初中水果日(416人)而高中水果日(436人)則為2011年3月11日。 	--
4. 支援受精神情緒困擾的學生接受個人輔導	個人情緒支援服務	全部達到	<ul style="list-style-type: none"> -協助現有社工分擔現有學生個案，於2010年10月至2011年9月期間處理合共21個個案，提供超過300個諮詢服務予校內師生。 	--

長期目標：

目標說明	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. 為學生創造一個健康的學校生活	校內“藥物”講座及午間活動	全部達到	<p>-於2010至2011年度內，為高中和初中各舉辦兩次講座，參與人數則上學期(962人)和下學期(944人)，內容以講座形式配以過來人分享和話劇表演讓學生認識濫用藥物的害處；同時，舉辦午間活動(470人次)再作教育。</p> <p>-分別由聖公會新念坊和香港中華基督教青年會之社工主講。</p> <p>-上學期講座問卷中，反映36.3%非常同意和53.1%同意的高中學生和36.8%非常同意和44%同意的初中學生表示了解毒品禍害。</p> <p>-下學期講座問卷中，反映40%非常同意和50%同意的高中學生和43%非常同意和45%同意的初中學生表示明白毒品禍害。</p>	--
2. 促進學生群體的凝聚建立關愛文化	校外義工服務計劃	全部達到	<p>-通過由部份中四和中五級學生(30人)帶領中一級學生於社區內進行義工服務，分別獨居長者清潔服務和救世軍復康人士探訪。</p> <p>-獨居長者清潔服務簡介會舉辦3次，服務日1次；救世軍復康人士探訪簡介會舉辦3次，服務日3次。</p> <p>-獨居長者家居清潔服務： 中一級學生有75.62%非常同意及40.33%同意，中四/五級學生則有29%非常同意及69%同意從活動中學習關愛及達至長幼共融的價值。</p> <p>-復康服務： 中一、中四及中五級學生分別為98%、95%、96%均表示同意及非常同意，藉活動達至學習關愛及傷健共融的價值取向。</p>	--

3. 學生建立飲食均衡和平日多運動的生活，並學習保持身心靈健康和個人成長的方法	成長新動力班主任課	全部達到	-由衛生署職員為中一和中二級學生舉辦此課程，內容包括：健康、自尊感、欣賞、人際關係、情緒技巧等不同課題以讓學生整全發展。	-
-----------------------------------------	-----------	------	--------------------------------------------------------------	---

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：

-與校外專業機構合作，拓寬學生和老師視野

為了配合計劃推行，與聖公會新念坊、醫管局、聖雅各福群會、救世軍、衛生署和香港中華基督教青年會合作不同項目，包括：禁毒講座、壓力講座、探訪復康人士、訓練營等，就著不同類型形式，如：以過來人分享和話劇帶出毒品的禍害、身體力行關心區內獨居長者和復康人士等，通過專業人員和老師的帶領、學生參與，讓師生共同學習不同層面的知識和體驗，從而開拓師生的視野。

- 加強學生的成功感

為獨居長者清潔的義工服務，有24%非常同意和76%同意的參與同學認為活動能貢獻自己，幫助別人，同時得到別人的認同。由此反映出學生從服務中感受到幫助別人令自己得到滿足和認同，而加強對自己的肯定。

於青年抗逆訓練營中，18.7%非常同意和81.3%同意的參與學生表示訓練營提升解難和抗逆能力，以及，25%非常同意和75%同意的參與學生認為訓練營讓其增強自信心。反映出學生通過一連串歷奇活動加強自信從而提昇成就感。

- 促進學生發揮專長及潛能

在校外義工服務的項目之中，部份中四和中五學生通過帶領中一學生協助獨居長者清潔，和探訪復康人士中活動帶領，由此發揮他們領袖才能和帶領活動的能力。

- 改善學習習慣，建立健康生活模式

從電玩跟進小組問卷之中，40%非常同意和 20%同意的學生表示讓其明白思考沉迷上網對自己的影響；而學習建立健康生活模式則有 30%非常同意和 40%同意。小組討論中，他們都會想一些減少打機的方法，如：參加運動(出外踢波、與朋友打籃球、留校參與活動等)，並且明白到長時間打機會影響與家人關係，如：少相處時間，多爭吵等情況。其後，再通過訓練營作出強化，從問卷中反映 62.5%非常同意和 37.5%同意訓練營使學生學習自律生活，由此可見，通過小組和訓練營之模式讓學生改善學習習慣，建立自律的健康生活。

- 在參與計劃過程中，為教師提供更多培訓機會，促進教師的專業發展

在校內舉辦週會，除了讓學生獲取資訊外，在旁聆聽的老師也可以明白有關訊息，包括：禁毒講座中過來人分享、毒品知識，以讓老師明白時下青少年吸食毒品的原因和帶來的禍害，以便對學生多加關注；壓力處理講座，除了讓學生獲得資訊外，老師亦從而認識壓力來源和學習自我舒壓的方法，藉此提供機會讓老師更了解現時學生的情況。

- 提升學校整體形象

在計劃內容上，社工需訓練中四和中五學生為義工領袖，以協助帶領中一學生於區內參與義工服務。服務對象為區內獨居長者清潔家居和探訪復康人士。從而讓區內的街坊認識本校學生為社區付出，藉此建立熱心服務社會的形象，提升學校於區內的整體形象。引發與其他學校/專業團體的協作機會

- 增聘社工人手以應付學校需要

為了配合計劃推行，除了固有駐校社工外，本校通過是次計劃聘請多一名學校社工，主要職責

為統籌計劃的推展，同時，亦分擔固有駐校社工的個案和提供諮詢服務。計劃推行期間，新社工處理 21 個個案和為師生和家長提供超過 300 次諮詢服務，以為全校師生提供全面的輔導服務。

- 增加學校舉辦活動的機會

本校配合計劃推行，本年度增加不少舉辦健康的活動，如：健康週活動、4 次禁毒講座、電玩小組、2 次校外義工服務、3 次午間活動、2 日 1 夜抗逆訓練營等，以讓學生得以多方面發展。

3. 自我評鑑計劃成本效益

現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)

在計劃下，本校聘請一名學校社工負責統籌各項目推展，以及，分擔固有社工的個案工作。除了計劃期限的一年提供服務外，為了使全體師生得以獲益，本校和母會香港中華基督教青年會於均通過撥款，以讓本校有兩名社工為全體師生提供全面的輔導支援服務。

- 按直接受惠人士數目計算的單位成本: $281130/1040=270.13$

- 計劃所建構的學習課程及資料的延續性

計劃內所建構出來的活動資料和協作機構的聯絡方法均予學校存檔，以為各老師提供有效的資源，讓學生得以裨益。

- 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)

其他學校可以通過本校的網頁了解計劃內容，活動花絮和參加者心聲，從而減省因重新組織計劃內容而造成的時間損耗。

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	275,820 元	275,760 元	-0.02%
講座	800 元	800 元	0 %
青年抗逆訓練營	5670 元	1800 元	+68.25%

本計劃推行和財政有所變動，現謹述如下：

健康週的時段提早了。因為 2010 年公益會便服日訂為 28/9/2010，所以，為了配合校本所需而推展的相關系列活動，故健康週由原先 10 月舉行提早為 27/9 至 4/10/2010 期間舉辦，其他計劃項目則如常推行。

青年抗逆訓練營，由原定參與人數為 30 名學生，但因同期學校舉辦不同訓練營和復活節假期學生需回鄉而影響參與人數。加上，本校很多學生來自低收入家庭，所以，基金資助當中 6 名來自綜援或全費書簿津貼學生，另外 10 名學生則收取部份費用，並由校方資助。

4. 可推介的成果及推廣模式

4.1 計劃成果的推廣價值

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
心聲集	心聲集內容包括：計 劃花絮、計劃負責人 所寫的短評、學生們 參與活動的感受	-計劃完結後，放於學 校網頁內供同業和公 眾人士細閱	是，以電子媒體作為介面，讓更多 的人士得悉此計劃推行。

5. 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)	
1. 健康週和水果日等推廣項目	健康週： 2010年9月27 日至2010年 10月4日 包括：早操、升 國旗、公益金 便服日、中一 級健康檢 查、水果日(初 中)、午間活動 水果日(高 中)： 2011年3月11 日 地點： 操場			健康週： -早操：1015 -升國旗：1015 -公益金便服 日：771 -中一級健康 檢查：135 -水果日 (初中)：416 -午間活動： 171人次 水果日 (高中)：436		-學生投入參與，而午間活動 過程中，學生參與積極， 部份學生也提問日後會 否再有此類型活動參 與，反映學生對此形式感 到滿意和開始加以留意 這方面的知識。

2. 校內“藥物”講座及午間活動	講座I: 28/10/2010 (高中)及 9/11/2010 (初中) 講座II: 16/3/2011 (高中)及 17/3/2011 (初中) 午間活動I: 2/11、4/11、 5/11/2010 午間活動II: 14/3-17/3/2011 地點: 操場、禮堂	80	講座I: 高中:497 初中:465 講座II: 高中:439 初中:505 午間活動I: 199人次 午間活動II: 271人次	-上學期講座問卷中,反映36.3%非常同意和53.1%同意的高中學生和36.8%非常同意和44%同意的初中學生表示了解毒品禍害。 -下學期講座問卷中,反映40%非常同意和50%同意的高中學生和43%非常同意和45%同意的初中學生表示明白毒品禍害。 -學生和老師回應表示過來人講者講解很好、很生動、令同學明白學懂珍惜、話劇很有趣、氣氛良好、對禁毒認識更多等 -午間活動方面則兩次合共470人次參與,反映出通過以這形式作為渠道能讓學生明白是次項目活動內容。
3. 青年抗逆訓練營	17-18/4/2011 地點: 青年協會營地 (與聖公會馬鞍山中心合辦)		16	-18.7%非常同意和81.3%同意的參與學生表示訓練營提升解難和抗逆能力,以及,25%非常同意和75%同意的參與學生認為訓練營讓其增強自信心
4. 成長新動力班主任課	中一級: 15/9, 24/9, 2/11, 18/11, 1/12/2010, 11/1, 25/1/2011 中二級: 5/1, 19/1, 3/3, 14/3, 30/3, 6/4, 3/6, 14/6/2011	18	325	-中一級整體回應:63%同意這課程使同學認識自己更多,68%同學認為這課程使他們學懂正面處理人際關係 中二級整體回應:62%同學認為這課程能使他們更了解自己的價值觀,59%同學認為這課程有助他們成長

<p>5. 校外義工服務計劃 (活動名稱：樂融融社區大使義工服務活動)</p>	<p>服務I: (長者服務) 中一級簡介會:12/1/2011 中四/五級簡介會:24/1及25/1 服務日: 26/1/2011</p> <p>地點: 校內、馬鞍山區內獨居長者</p> <p>服務II: (復康人士服務) 簡介會: 9/5, 29/6, 9/7/2011</p> <p>服務日: 9/5,29/6, 9/7/2011</p> <p>地點: 校內、救世軍恒安綜合復康服務</p>		15	<p>服務I: -中一級:80 -中四/五級:42</p> <p>服務II: -中一級:87 -中四/五級:42</p>		<p>服務I: 41%非常同意和57%同意的參與同學表示活動很有意義。</p> <p>服務II: 進行了三次的復康服務,問卷結果為83%、88%、89%的參與同學對是次活動感到非常滿意和滿意。</p>
<p>6. 舉辦電玩跟進小組,協助學生建立健康人生的生活模式</p>	<p>小組: 21/1, 28/1, 18/2, 25/2, 4/3, 11/3/2011</p> <p>地點:校內</p>			12		<p>-30%非常同意和40%同的學生小組令其學習建立健康生活模式。</p> <p>-40%非常同意和20%同意的學生小組讓其思考沉迷上網對自我的影響。</p>
<p>3. 個人情緒支援服務</p>	<p>2010年10月至2011年9月</p>	--	--	21		<p>-學生向社工表示自己所面對困難,並願意讓社工為其提供輔導服務。</p>
<p>4. 校內舉辦"壓力"講座</p>	<p>1/4/2011 (高中) 13/4/2011 (初中) 地點:禮堂</p>		52	501		<p>-高中講座,有25%十分同意和65%同意的學生,認識如何舒緩壓力的方法。</p> <p>-初中講座,13.1%十分同意和40.2%同意的學生,增加了應付問題/壓力的技巧及方法。</p>

6. 計劃實施時所遇到的困難及解決方法

困難	解決方法 / 經驗總結
- 青年抗逆訓練營的參與人數未如理想，原因是同時期亦有其他的訓練營供學生參加，加上，舉辦時段於復活節假期，學生都需要回鄉探親。	- 若再舉辦同類訓練營，先與校方各部門協調，舉行時段可選擇星期六和日，以減低學生因回鄉探親而未能參與的情況。

*第八輪以前申請的計劃總結報告應由校監/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簽署。

*第八輪及以後申請的計劃總結報告須經「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。