

丙部 計劃詳情

計劃編號：2008/0678 (修訂版)

1. 學校背景及現況

1.1 學校簡介及辦學宗旨

本校創辦於 2001 年，是保良局屬下之第十三間中學，原名為慈雲山中學。由於當時校舍仍未建成，於 2001-02 年度暫借官立嘉道理爵士中學(西九龍)作為校舍。至 2002 年 8 月校舍落成才遷到黃大仙蒲崗村道學校村。本校秉承保良局一貫的辦學宗旨，著重學生德、智、體、群、美五育的全人發展，培育學生高雅的情操和正確的人生觀。教學方針以引導、啟發為主，提高學生的學習興趣及發掘學生的潛能。本校校訓乃「愛敬勤誠」，期望學生能學習互相尊重，積極向上。同時，本校亦會經常與家長保持聯繫，務求使學生快樂地成長。本校的教學目標為著重提昇學生兩文三語的能力及培訓高層次的邏輯思維，使其成為表達力強及具獨立思考能力的學生。

1.2 如何就推行計劃作好準備

為訓練學生建立健康生活模式，除了日常的體育課及課外活動鍛鍊體格外，還須培養學生的精神健康發展。故此本校於創校開始至 2007 年期間開設生活教育科，主要是培養初中學生的學習能力、創造力、意志力、分析能力、情緒智能、溝通能力及社交能力，課堂以活動教學模式進行，並於學期終進行專題研習，以鞏固學生在學年中所學到的生活技能；此外，家長的參與亦是生活教育科的重點之一，家長會於學生的個人檔案中給予回應，以評估學生在個人成長中是否達標及進步。家長亦表示生活教育科能令學生對人生觀加強認識，令其子女有更明確的人生目標。而學生的個人檔案是紀錄初中三年內在各方面的成長表現，當中亦包括老師評語、學生回應及家長回應部分，故此本校已具備評核學生成長表現，追蹤研究及與家長合作的經驗，對此申請計劃有一定的幫助。

為配合教育改革精神及強化學生的德育發展，本校於 2008 年由中一開始以德育科取代生活教育科，並推行「禮棠計劃」，目的是培育學生正面價值觀和積極態度，幫助學生在成長的不同階段(個人、家庭、社會、國家及世界)，作出理性及負責任的判斷；此計劃著重培養學生七種價值觀：「堅毅」、「尊重他人」、「關愛」、「誠信」、「責任感」、「國民身分認同」及「承擔精神」，並透過品德教育促進師生關係等。各中一級學生會獲派發一本禮棠手冊，學生必須將初中三年內所學到的價值觀、人生哲理、名人典故、活動後的反思及家長的回應等收集於手冊內，並結集成學生個人學習檔案，作為日後的反思及參考，以推動學生的德育發展。此計劃亦已於中一級運作了一年，成效顯著，在來年將推展至中二級，各家長亦十分積極參與其中，給予寶貴意見，對學生的成長有一定的幫助。

1.3 其他有利推行計劃的因素

由生活教育科發展至德育科，主要對象都是以初中學生為主，但對高中學生的照顧相對較少，加上現今社會熱烈討論青少年的德育問題，如濫用危險藥物、網上

責任及操守、網上援交、盜版、網上交友問題等，這些都是學校必須正視及採取積極預防措施。有見及此，本校於2008-2009年度成立一特別小組，主要針對學生濫用藥物、網上德育操守及性教育三大關注範疇，並由副校長統籌，成員包括德育及公民教育組主任、輔導組主任、資訊科技組主任、學生事務組主任及訓導組主任，透過一連串活動環繞以上三個範疇，形式包括早讀、專題週會、工作坊、講座及綜合問答比賽等，以灌輸正確價值觀予全校學生。本年初次以專題形式推行，各行政組能互相配合，效果亦相當理想。

為建立學生全面健康生活模式，隨了體格鍛鍊外(體育訓練及課外活動)，更須促進學生的精神健康，透過以往推行生活教育科的經驗(學生個人生活技能發展歷程檔案)，融合「禮崇計劃」的特質(學生德育操守的訓練及家長參與)，以及上年度推行的三大關注範疇的專題模式，本校計劃推行更全面及科學化的「學生健康成長個人檔案」，計劃內容將分為初中及高中，以照顧全校學生的需要及協助學生建立強健的體魄及灌輸正確的人生觀。

2. 目的及目標

2.1 目的

建立學生全面健康生活模式，除體格訓練外，更須促進學生的精神發展，讓學生自我鼓勵而成為身心健康的青年人。

2.2 目標

2.2.1 短期目標

- 讓學生建立健康生活習慣；
- 灌輸學生正確價值觀；
- 提升學生自尊及自信；
- 建立學生正確的公民意識；
- 訓練學生的抗逆能力，提升情緒商數及逆境商數；
- 訓練學生的協作、創意及有效的溝通能力；
- 建立「學生健康成長個人檔案」紀錄冊，檢視學生各項能力的進展。

2.2.2 長期目標

- 計劃第一年是試行階段，各級學生都會參與其中，預期計劃能以延續性質推行，分為初中及高中級別，以追蹤形式進行評估，初中會追蹤由中一至中三的個人成長；而高中會追蹤由中四至中六的個人成長(配合新高中學制)，從而建立學生的個人成長歷程檔案。
- 分析「學生健康成長個人檔案」的數據，檢討活動成效，從而制定更有效的活動，以協助學生建立更健康的生活模式。

3. 對象及預期受惠人數

計劃對象：中一至中七級

預期受惠人數：1,120 人

教職員：78 人

4. 校長、教師及家長參與計劃的程度

計劃參與人仕	計劃參與程度
校長	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 擔當策劃者及諮詢者的角色，由於校長的教學資歷豐富，他能對於如何量度學生個人成長表現給予意見。 ➢ 協調校內相關行政組別的人力資源。 ➢ 計劃的總監察者，監察計劃推展的進程、基金的運作。 ➢ 與合作機構“香港遊樂場協會”協商合作事宜。
副校長	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 定期監察計劃推展進程，並向校長匯報計劃進度及成效。 ➢ 協調各行政組別的活動及工作。 ➢ 輔助校長協調校內相關行政組別的人力資源。 ➢ 監察「學生健康成長個人檔案」紀錄冊的運用情況 ➢ 定期與各負責項目的行政組主任進行檢討會議，評定活動成效及發展方向。
德育及公民教育組主任	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 撰寫基金計劃書。 ➢ 與學校社工商討合作項目及學生健康成長的各項量表設計及數據處理。 ➢ 設計學生健康成長報告形式。 ➢ 協調校內及校外義工服務及時數紀錄。 ➢ 設計公民教育活動。 ➢ 定期檢討計劃進度及成效，並撰寫計劃報告書。
輔導組主任	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 負責性教育活動。 ➢ 籌辦學生歷奇訓練活動。 ➢ 定期檢討學生成長問題，包括自尊、自信心、朋輩間之影響、與家人或朋友溝通問題等。
訓導組主任	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 負責藥物教育活動。 ➢ 籌辦有關危險藥物的講座、工作坊及參觀活動。 ➢ 檢視學生的行為偏差，立即作出跟進行動。
資訊科技組主任	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 負責網上責任及操守教育活動。 ➢ 籌辦相關工作坊、講座(學生及家長)。
學生事務組主任	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 負責籌辦建立學生健康生活習慣的活動。 ➢ 記錄各學生的身體狀況數據及運動時數。 ➢ 協助設計學生健康成長報告形式。
課外活動組主任	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 負責籌辦各項學生課外活動形式。 ➢ 推動其他學習經歷活動，舒展學生身心健康。

學校社工及其所屬 香港遊樂場協會	<ul style="list-style-type: none"> ➤ 協助計劃活動之推行，包括籌辦活動工作坊，講座、學生歷奇訓練活動、學生輔導等。 ➤ 與各負責行政組合作推動相關活動項目。 ➤ 在設計學生健康成長報告及收集數據上提供專業意見。 ➤ 分析學生在健康成長報告中的數據。 ➤ 除駐校社工外，該協會亦會就各主題活動的推行而提供人手支援，如額外的社工及導師，從而提升活動質素。
計劃助理	<ul style="list-style-type: none"> ➤ 協助購置「學生個人健康成長資料分析系統」及硬件設備。 ➤ 預備各項主題活動評估表及學生成長量表。 ➤ 協調各主題活動的推行，包括策劃、推行及評估。 ➤ 協助分析各項學生評估數據。
數據小組委員	<ul style="list-style-type: none"> ➤ 負責「學生健康成長報告」中各項成長項目數據分析及製作成長圖表。
班主任及其他老師	<ul style="list-style-type: none"> ➤ 負責推動各行政組舉辦的活動。 ➤ 聯絡家長及了解學生在校及在家的行為表現，紀錄學生問題，並按學生問題類型而交予不同的行政組老師跟進，以求盡早發現學生問題，給予適當的輔導，使學生重回健康的生活模式。 ➤ 主動就學生的表現而於學生的「健康成長個人檔案」紀錄冊中記錄分數，以便於學期終結報告中反映學生的成長表現。
家長	<ul style="list-style-type: none"> ➤ 定期於學生的「健康成長個人檔案」紀錄冊中給予回應，不單是家長的回應，亦可以是各家庭成員之回應。 ➤ 積極參與各組舉辦的家長工作坊或講座，以達至家校合作，共同為學生建立健康的生活模式。

5. 計劃及理念架構

5.1 計劃理念

由於新一代青少年的身心成長過程受很多環境因素所影響，如學習環境的改變、教育改革的影響、互聯網的資訊世界、傳統與現代社會個人價值及道德觀念的不同等，這些因素與上一代比較，已有很明顯的變化。學生在自我形象、社交、溝通及情緒方面都受到很多衝擊，如他們在成長階段中遇到心理上的問題而不能適應、自我解決或舒緩，將會直接影響他們個人及群體生活，亦會造就他們養成不良的習慣，甚至做出越軌行為，參與危害自我身心健康及社會的行徑，如濫用藥物、行為偏差、網上犯罪、違背道德操守行為、網上援交，甚至自毀等。

為確保學生能發展更全面的健康生活模式，本校除透過體育科及課外活動，讓學生進行體格訓練外，更進一步推行「學生健康成長個人檔案」計劃，每位學生獲派發一本紀錄冊，當中結集學生在各項活動的表現、老師給予的分數、自我評估及回應，家長回應、進行活動的前測及後測、義工服務類型及時數、各項個人成

長範疇的量表等，讓學生及家長都能了解到自己或子女在個人自尊、自信心、社交表現、情感表達及個人健康方面的進展，並於學期終派發個人成長報告，以顯示學生在身心發展的情況。

5.2 計劃詳情

5.2.1 設立「學生健康成長個人檔案」紀錄冊、設計「學生個人健康成長資料分析系統」及製作「學生健康成長報告」

- ◆ 計劃將分為初中及高中級別，每位學生會獲派發一本「學生健康成長個人檔案」紀錄冊，此紀錄冊會結集學生在初中三年及高中三年(配合新高中學制)參與各項有關促進健康生活模式的活動資料(詳情請參閱 5.2.2 及 5.2.3 部分)，以供學生及家長日後參考自己或子女的成長表現。
- ◆ 紀錄冊中內容包括：
 - ✓ 自我訂定健康生活的個人目標(包括運動計劃及時數、學習計劃、參與義工服務及公民教育活動計劃、朋輩合作期望等)。
 - ✓ 記錄運動計劃時數、義工服務時數、不同專題活動的學習資料、進行活動前及後的評估問卷等。
 - ✓ 學生及家長的回應、老師就學生的表現給予分數，以便學期終結時計算總分，表揚在身心發展有傑出表現的學生並給予獎狀以示鼓勵。
 - ✓ 各項對心智發展的量表(前測及後測)，包括：自尊量表、普通健康量表、社交行為調查量表、平衡式情感量表、情緒及逆境商數量表等。
 - ✓ 各項心智發展的評估報告(透過設計「學生個人健康成長資料分析系統」，就學生所填寫的各項量表數據作出對比分析及建立「學生健康成長報告」)。
- ◆ 「學生健康成長報告」內包括以下各項：
 1. 義工服務時數
 2. 其他學習經歷資料及時數
 3. 與工作有關的經驗項目
 4. 體格及藝術發展評估
 5. 學生出勤紀錄及訓育評估
 6. 各項心智發展(包括自尊、自信心、普通健康狀況、社交行為、情感、情緒及抗逆能力)的分析圖表
 7. 各項成長項目分數註釋及評估

5.2.2 活動層次安排

為確保學生在身體及心理有更全面的健康發展，計劃必須有層次地由個人健康生活習慣開始訓練，然後推展至個人價值觀灌輸及操守培養，及後發展至群體/社會實踐層面。

- ◆ 個人生活習慣層面 – 運動與飲食健康教育
- ◆ 個人價值觀灌輸及操守培養層面 – 藥物教育、性教育、網上德育操守教育
- ◆ 群體/社會實踐層面 – 義工服務及公民教育活動

5.2.3 活動主題及內容

活動主題將分為以下五項：

- (1) 運動與飲食健康教育、(2) 藥物教育、(3) 性教育、(4) 網上德育操守教育、
- (5) 義工服務及公民教育

主題一：運動與飲食健康教育

背景：

根據世界衛生組織的定義，健康是指生理上、心理上及社會上的完全安寧美好狀態，而不僅祇是免於疾病或虛弱。據資料顯示，健康是影響人們學習能力的主要因素。一九八六年，世界衛生組織於有關健康推廣的渥太華憲章中率先提出健康促進學校的概念。在一所健康促進學校裏，所有成員都須通力合作，致力讓學生享受愉快的經歷，而且學校的架構亦可協助推動及保障學生的健康狀況。學校以全面及全校性的政策去推廣個人、家庭及社區健康，而健康教育課程則與學校的健康服務、環境及校風互相配合。學生進行適量的體育活動，除了可以紓緩學習壓力及提升學習效率，還可以改善個人的體適能水平。同時向學生提倡健康飲食習慣，以助公眾預防各種與生活習慣有密切關係的疾病。

建議活動時段：

全年性：

- 1) 全校學生參加由康樂及文化事務署主辦的「sportACT 獎勵計劃」是一項新設的獎勵計劃，目的是鼓勵學生按年訂立參與運動的計劃，如學生能在建議的期限內，定時定量地進行體育活動或運動訓練，而有關的運動紀錄經家長、教練或老師核實，便可申請獎狀。這項獎勵計劃著重鼓勵學生恆常參與運動，使之成為生活習慣。學生透過參與運動，可以從中得益，提升其整體心理和身體質素。有關計劃的學生資料亦會顯示於「學生個人健康成長」報告中。
- 2) 讓學生與家長配合，每月記錄吃零食紀錄，如學生能限定少量零食數量，有關紀錄經家長核實，便可申請獎狀。此舉亦可鼓勵學生注意飲食，減少吃垃圾食物的份量。

擬舉辦活動：

對象	層次	主題	形式	內容
全校	個人價值觀灌輸	運動與疾病的關係	定期早會、班主任節時間及早讀課分享	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 預備一系列常見的青少年健康問題及有關飲食壞習慣的影響。 ➢ 教導學生如何建立良好的飲食和運動習慣，以改善身體素質，以應付繁重的學業和學習如何透過運動舒緩功課壓力，提升學習效能。
全校	個人操守	運動與日常生活的關係	週會形式	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 為了幫助同學們更加明白運動與日常生活的關係，以及了解健康人生的重要。

				<ul style="list-style-type: none"> ➤ 參加「學校體育推廣計劃」特別安排一系列專題講座供同學參加。
全校	個人操守	運動與健康展覽	<ul style="list-style-type: none"> ➤ 展覽 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ 為了幫助同學們更明白運動與日常生活的關係，以及了解健康人生的重要。
高中	個人操守	運動重要	<ul style="list-style-type: none"> ➤ 德育論壇 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ 透過德育論壇加強學生的知識。
初中	生活習慣及技能訓練	健康飲食	<ul style="list-style-type: none"> ➤ 烹飪比賽 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ 為提倡健康飲食，進行烹飪比賽、設計餐單中，提升學生對健康飲食的認識。
全校	生活習慣及技能訓練	運動與健康	<ul style="list-style-type: none"> ➤ 廣告設計比賽 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ 透過廣告設計比賽，利用學生製作短片。 ➤ 期後可以播放學生製作的短片，以宣傳有關資訊。
全校	生活習慣及技能訓練	運動與健康	<ul style="list-style-type: none"> ➤ 邀請不同運動項目教練到校示範及教授技術有關運動技巧。 ➤ 參加校外體育專題講座 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ 透過邀請不同運動項目的教練到校講解技巧及安排學生參與坊間機構舉辦的運動體育專題講座，讓學生認識不同運動類型的特色，增加學生對運動的興趣。 ➤ 透過體驗學習，讓學生親身感受運動對身體健康的重要性。
全校	社會及實踐層面	全港學界「開心果日」	<ul style="list-style-type: none"> ➤ 午膳 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ 鼓勵及支持學生於當日舉行校園「水果派對」，讓全校師生帶備水果或安排供應商提供水果慶祝。 ➤ 本活動的目的是鼓勵全港中學生於當日一起進食水果，藉以宣示恒常吃水果的決心，並透過他們主導的創作和關懷活動，使吃水果變得更容易和更有樂趣。

主題二：藥物教育

背景：

全球濫用藥物的人數估計超過二十億人，青少年濫藥亦成為了全球的趨勢(United Nations, 2007)。數據顯示，21歲以下的青少年佔整體濫藥人數之比例，由2003年的14%增至2006年的19.3%。於2005至06年期間，16歲以下青少年佔整體濫藥人數之增幅更高達18%(保安局禁毒處，2007)。例如在2006年一名年僅13歲的少女便因濫用多種藥物斷送生命(明報，2006)，充份反映了濫藥年輕化之嚴重性，已成為社會關注的問題。多份文獻指出大部份吸食精神科毒品者都是於初中階段開始接觸毒品或認識吸食的朋友圈子，而當中很多也是因朋友的影響及好奇心驅使下，嘗試第一口毒品，有鑑於此，提供預防教育工作予初中學生是極為重

要。然而高中的同學亦不可忽視，可幸本校學生暫未出現濫藥情況，以使防範於未然更為重要，透過不同形式的預防教育活動，藉此增強同學對精神科毒品的認識及澄清朋輩中的誤解，提高同學抵抗毒品及朋友的各種引誘，以及在校園內推廣健康生活的訊息。

擬舉辦活動：

對象	層次	主題	形式	內容
全校	個人價值觀灌輸	「理的抉擇」	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 定期早會、班主任節時間及早讀課分享 	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 行用早會及早讀文章分享，讓學生了解濫用藥物的各種後遺症。 ➢ 剪輯各種媒體有關宣揚禁毒的資訊及廣告，於早會時段在校園電視台播放，並由學生主持介紹，讓全校學生在耳濡目染的環境下建立正確的人生觀，時刻提醒自己珍惜生命，作出明智的抉擇，遠離毒品，建立健康的生活模式。
初中 全校	個人操守	吸毒的禍害	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 專題講座形式 ➢ 週會舉行 	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 邀請吸毒過來人分享吸毒的禍害。 ➢ 現場彈奏和歌唱表達吸毒的心路歷程。
全校	個人操守	認識毒品	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 午間播片 	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 播放認識毒品及禍害的教育影片。
全校	生活習慣及技能訓練	抗拒引誘	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 以團體遊戲形式 	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 以遊戲形式進行，主要向學生透過模擬情境，學習如何運用拒絕技巧去抗拒危險藥物的引誘。 ➢ 初中學生與高中學生不同的活動。
全校	生活習慣及技能訓練	建立正確的價值觀	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 以班主任活動形式 ➢ 高中及初中不同的活動 	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 幫助學生建立正確的價值觀和態度。 ➢ 實習如何處理朋輩的壓力和抗拒引誘。 ➢ 實習如何表明立場。
全校	生活習慣及技能訓練	吸食危害精神毒品對自己身體及前途的影響	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 以班主任活動形式 ➢ 高中及初中不同的活動 	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 讓學生認識吸食危害精神毒品的禍害，包括對自己身體及前途的影響。 ➢ 透過角色扮演及討論，讓學生以正面的價值觀和態度面對及處理網上與吸食危害精神毒品有關的不良資訊。
全校	社會及實踐層面	義工活動	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 義工 ➢ 參觀/日營 	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 招募學生參加保安局禁毒處的義工，身體力行地拒絕濫藥，同時學生以同輩形式宣傳藥物教育。
高中	社會及實踐層面	青少年濫用藥物講座	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 專題講座形式 	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 邀請香港路德會社會服務處路德會青怡中心(青少年濫用藥物輔導

			<ul style="list-style-type: none"> ▷ 週會舉行 	<p>中心)主持講座。</p> <ul style="list-style-type: none"> ▷ 認識各種精神科藥物對青少年身心造成的影響。 ▷ 節日危機，因12月鄰近聖誕節，可在此作多輔導工作。
--	--	--	--	--

主題三：性教育

背景：

青少年性觀念愈趨開放，引起了社會各界的關注。不同的社服組織或機構透過不同的方式搜集數據，從中了解青少年的性觀念。全港地區青少年外展社工隊及社會服務聯會，於08年底至09年初訪問了逾千名十一歲至十八歲，未成年的街頭青年，發現六成三少男少女已曾有性行為，六十多人坦言未夠十二歲已偷嘗禁果，四十人更試過群交，結果令人震驚。另外，有三成少男少女接受一夜情及召妓，但只有兩成人會採取安全措施。調查機構指青少年性觀念開放但性知識不足，少女自我保護意識薄弱。無容置疑，隨著資訊發達，青少年易於從互聯網及其他媒體接觸到性，加上不少媒體大肆渲染色情，令他們的性觀念變得開放。電視台每逢假日的黃金時段，均播放著一大班藝人，男男女女的混在地上滾來滾去，用口吸乒乓球及傳紫菜的節目，令年輕一輩在耳濡目染底下，性觀念變得愈來愈開放，對性的底線亦變得寬鬆。

在性觀念混亂和互聯網普及，近日「援助交際」這股風氣更來襲香港。援交少女認為自己有「揀客」的自主權，一次課餘交易可以賺取數百至千元的「金錢援助」，供自己吃喝玩樂購買名牌物品，賺錢能力可能比父母還要強，又可以向朋輩炫耀，一舉多得，何樂而不為。援交少女有急增趨勢，要遏止歪風，不能單靠警方掃蕩阻嚇，學校和家長也要正視問題，灌輸正確的人際關係觀念。有鑑於此，提供預防教育工作是極為重要。為求達到防範於未然，本校計劃透過不同形式的預防教育活動，藉此讓學生建立正確的性觀念，以及在校園內推廣健康生活的訊息。

擬舉辦活動：

對象	層次	主題	形式	內容
全校	個人價值觀灌輸	性教育學堂	<ul style="list-style-type: none"> ▷ 定期早會、班主任節時間及早讀課分享 	<ul style="list-style-type: none"> ▷ 透過早會、班主任節及早讀時間按不同級別講解以下範疇的知識： <ol style="list-style-type: none"> 1. 青春期 2. 性行為 3. 性騷擾 4. 約會戀愛 5. 傳媒性意識 6. 性病及愛滋病 7. 生育與懷孕 8. 生理認知
初中	個人操守	男女大不同(傳媒與性)	<ul style="list-style-type: none"> ▷ 專題講座 ▷ 班主任帶領小組分享 	<ul style="list-style-type: none"> ▷ 舉行週會活動，邀請講者來校主持講座，講解「男女大不同」。 ▷ 完成講座後，由班主任帶領學生進行分組學習，讓他們就個案的討論了解男、女雙方對事件的不同看

				<p>法，從而了解兩性的相處，並學會互相尊重。</p> <p>➤ 了解傳媒在性方面對年青一代的影響。</p>
初中	個人操守	兩性相處	<p>➤ 班主任帶領小組分享</p>	<p>➤ 先利用問卷，調查學生對「朋友」和「情人」的界定的認識，繼而討論兩者相處之道的異同，並從中確立正確觀念以免混淆兩性相處時該有的態度。</p>
高中	個人操守	「嫖模」、「緩交」	<p>➤ 早讀</p> <p>➤ 班主任帶領小組分享</p>	<p>➤ 就「嫖模」、「緩交」的社會現象討論個人尊嚴與名氣、金錢利益等，何者對人生的價值更為重要。</p>
全校	個人操守	教育影片	<p>➤ 午間播片</p>	<p>➤ 播放兩性相處的教育影片。</p>
初中	生活習慣及技能訓練	學習保護自己	<p>➤ 班主任帶領小組分享</p>	<p>➤ 舉行週會活動，藉個案研習讓學生討論兩性相處時的親密底線和如何適時說「不」，學習保護自己。</p>
高中	生活習慣及技能訓練	不同傳播媒體的特質及展板介紹	<p>➤ 班主任帶領小組分享</p>	<p>➤ 舉行週會活動，藉個案研習(傳媒對性的渲染式報導、網上色情資訊)讓學生了解不同傳播媒體的特質、其運作和限制，學習以批判眼光理解當中的性信息，並了解有關傳媒的管制條例，及自己應有的保障和權利。活動中，同學更須分組就渲染式報導重新擬訂報導的方法和內容重點。</p>
高中	社會及實踐層面	時事新聞探討	<p>➤ 專題探討</p>	<p>➤ 以時事新聞作專題探討，嘗試剖析現象出現的原因、探討可能引伸的各種影響、提出具體的改善建議。</p>

主題四：網上德育操守教育

背景：

社會服務聯會於本年2月以網上問卷形式，訪問了逾三千九百名年齡介乎十至十八歲青少年，發現有四成半人有網絡成癮徵狀，其中約一成更有嚴重徵狀，如不上網會感到枯燥空虛，甚至影響精神與個人情緒。六成一人認為，生活缺少網絡活動會變得枯燥空虛，近半數人更表示如無法上網會導致精神難以集中，甚至感到不適。無疑互聯網的普及的確方便了我們的日常生活，惟青少年卻未有善用，更甚者還利用網絡進行不法行為，有見及此，本校計劃透過不同形式的預防教育活動，培養學生建立良好的網上德育操守。

擬舉辦活動：

對象	層次	主題	形式	內容
全校	個人價值觀灌輸	網絡操守知多少	定期早會、班主任節時間及早讀課分享	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 利用以往有關網上罪行的新聞及已被定罪的個案作分享。 ➢ 利用早會時段分範疇解說網上行為與個人道德操守的關係。 ➢ 利用早讀文章分享，教育學生須為自己的行為負上責任。
全校	個人操守	認識網絡上的知識產權、個人私穩等重要性 and 有關網絡上的罪行及法律責任	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 講座 ➢ 早讀 ➢ 午間活動 	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 講解有關知識產權和個人私穩的問題，藉此培養學生尊重他人的品德，並從中認識網絡上的胡亂行為可能須負上重大的法律責任。
全校	個人操守	電腦週 - 正確使用互聯網的態度	大型全校性活動	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 包括攤位遊戲、工作坊、問答比賽及講座等一系列活動，使學生更瞭解互聯網的危機及應注意的事項。
高中	個人操守	建立批判思維，確立正確價值觀	專題探討	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 同學每學期須就時事新聞，嘗試剖析現象出現的原因、探討可能引伸的各種影響、提出具體的改善建議。
初中	網上操守	電腦科課程支援	於課程中教授	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 於初中電腦科課程中，加入有關正確使用互聯網的態度的資訊或不當使用互聯網引致的問題的文章，教師可與同學進行分享，或學生進行小組討論及演講。
全校 (家長)	網上操守及認識互聯網	「認識互聯網」家長工作坊	工作坊	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 全年舉行10次家長工作坊、全校家長及同學均可報名參加。內容會環繞如何監控同學的網上行為及互聯網的危機及注意事項，如駭客行為、病毒及盜版問題等。
初中	生活習慣及技能訓練	認識健康網站並培養善用網絡資訊	投票選舉	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 由各班推舉一些健康網站，並由學生進行投票，選出「健康之最」網站。
全校	生活習慣及技能訓練	認識時下常用的電子互聯系統和軟件	家長工作坊	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 讓家長認識時下年青人常用的電子通訊系統和軟件的操作，從而更便於了解子女是否善用電子網絡。
初中	社會及實踐層面	實踐「健康」網站的理念	網頁設計比賽	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 與電腦科及資訊科技組合辦，讓各班設計一個資訊性網站，並統計各班網頁的點擊率，而點擊率最高的

				三班為優勝者。
初中	社會及實踐層面	建立良好的網絡習慣	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 工作坊 ➢ 紀錄冊 	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 讓學生掌握如何平衡學業與使用網絡的時間，並指引他們肯定自我與取得成功感的其他方法。 ➢ 由學生自訂「使用網絡時間表」並由家長作為見證人，並須於紀錄冊內記錄一些瀏覽過的網頁，並就網頁的內容、編排等作評價。如學生未能依自訂的時間行事，那家長便有權取回學生使用網絡的權利。
全校	社會及實踐層面	認識互聯網及相關周邊系統的發展及對個人道德操守的要求	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 校外專題講座 	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 安排學生參加坊間機構舉辦的專題講座(如與大學合作舉辦講座)，讓學生認識現今互聯網及相關系統產品的發展，但在發展背後必須讓學生理解科技能對我們生活帶來的方便，但亦不能濫用而違反網上道德責任。

主題五：義工服務及公民教育

背景：

本校於創校開始已申請由公民教育委員會資助的義務工作活動，計劃名為「服務社會，無分你我他」，過往的服務對象包括：新移民人士、聽障人士、肢體傷殘人士、南亞裔人士、視障人士、孤兒、長者及嚴重殘障學童等。此外本校與上年度開始與保良局張參珍耆樂中心合作舉辦「長者學苑」計劃，透過學生組成一義工隊，透過唱英文民歌教授區內長者英語，來年亦會繼續推行「長者學苑」，藉此提供機會予學生服務社會。本校籌辦的義工服務，目的是促進學生對社會不同需要的人士和諧共融及互相關懷的意識，學生亦抱著無私服務他人的精神，積極參與義工活動，從而培養他們學懂關心他人，關注社會上弱勢社群及社區民情的精神。這有助建立學生自信心和同理心，從中的獲益實在不少。加上本校亦有參加由義工服務督導委員會舉辦的義工服務時數獎勵計劃，讓學生紀錄全年義工服務時數，達標學生可就其已服務時數而獲得金銀銅獎獎狀，從而肯定學生所負出的努力，積極面對人生。學生所進行的義工服務類型及時數將會記錄於「學生健康成長個人檔案」紀錄冊內。

擬舉辦活動：

對象	層次	主題	形式	內容
全校	個人價值觀灌輸	剖析權利與義務	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 定期早會、班主任節時間及早讀課分 	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 於早會時段分範疇講解義務工作的目的，並播放影片介紹世界各地不同義工服務團體的扶助工作。 ➢ 了解香港社會上需要幫助的社

			享	群，並學懂珍惜自己所擁有的一切，了解「幸福並非必然」的道理。
全校	社會及實踐層面	「服務社會，無分你我他」義工活動	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 與社服機構合作服務社會的弱勢社群 	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 義工訓練營。 ➢ 小組聚會及培訓。 ➢ 探訪服務及籌辦社區活動。 ➢ 義務工作體驗營。
全校	社會及實踐層面	長者學苑	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 授課模式(學生為小導師) 	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 唱民歌學英文。 ➢ 魔術表演。 ➢ 手工藝創作。
全校	社會及實踐層面	義工服務時數獎勵計劃	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 以紀錄冊形式記錄服務時數 	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 記錄學生在校內及校外義工服務時數。 ➢ 總時數會顯示於學生學期終的成長報告中。
全校	社會及實踐層面	校外義工服務(與校外社服機構合作-待定)	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 校外服務 	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 探訪服務、賣旗、義務工作體驗營等。 ➢ 參與區內「關愛服務計劃」。

6. 推行方案及時間表

時段	計劃內容	負責單位
籌備階段		
5/2010 - 8/2010	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 成立計劃籌劃小組 ➢ 聘請計劃協作老師 	校長、副校長及德育及公民教育組主任
	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 完成聘請計劃助理 ➢ 擬定初中及高中關注主題及範疇 ➢ 設計「學生健康成長個人檔案」紀錄冊內容 ➢ 設計「學生健康成長報告」格式 ➢ 參考及設定評估學生成長的各種量表內容 	校長、副校長及計劃籌劃小組成員
	<ul style="list-style-type: none"> ➢ 購置「學生個人健康成長資料分析系統」及硬件設備 ➢ 預備各項活動評估表、各種學生成長量表(自尊量表、普通健康量表、社交行為調查量表、平衡式情感量表、情緒及逆境商數量表) ➢ 測試數據分析系統的準確性及試製評估報告以作測試 	計劃籌劃小組成員 計劃助理

推廣階段		
9/2010	<ul style="list-style-type: none"> ➤ 於學期初向全體師生介紹計劃內容 ➤ 派發「學生健康成長個人檔案」紀錄冊 ➤ 派發通告予家長知悉有關計劃之推行細節 	計劃籌劃小組成員
實施階段		
9/2010 - 4/2011	<ul style="list-style-type: none"> ➤ 學生填寫各項量表的前測數據 ➤ 推行專題教育 (分月份推行) 如： 9月(建立健康生活習慣月) 10月(藥物教育月) 11月(性教育月) 12月(其他學習經歷月) 1月(考試月) 2月(抗逆能力及訓練情緒商數月) 3月(網上操守教育月) 4月(朋輩鼓勵，互相欣賞月) 	計劃籌劃小組成員 計劃助理 班主任 協作班主任 教師助理
評估階段		
4/2011 - 5/2011	<ul style="list-style-type: none"> ➤ 學生填寫各項量表的後測數據 ➤ 統計「學生健康成長個人檔案」紀錄冊的各項數據 ➤ 印製「學生健康成長報告」 	計劃籌劃小組成員 計劃助理
6/2011	<ul style="list-style-type: none"> ➤ 撰寫整項計劃檢討報告 	

7. 預期產品及成果

7.1 預期產品

- 處理及分析學生於各項個人成長項目數據系統硬件及軟件。
- 「學生健康成長個人檔案」紀錄冊及「學生健康成長報告」。
- 各主題活動的內容、相片及學生表現會結集成一本報告特刊。

7.2 預期成果

逾七成學生能：

- 建立良好的日常生活習慣。
- 建立正確個人價值觀及公民意識。
- 於個人自尊及自信方面表現正增長。
- 於抗逆能力，情緒商數及逆境商數表現正增長。
- 提升其協作、創意及有效的溝通能力，表現指標能反映於家長及學生回應。

8. 財政預算

由於本計劃所需處理的學生數據十分龐大，而且分析項目繁多，加上亦需設計一數據輸入及分析作業系統來處理學生在各項成長量表的前測及後測數據、運動狀況數據、義工服務時數、其他學習經歷資料、與工作有關的經驗項目、藝術發展項目、學生出勤紀錄及訓育評估、各項成長項目分析圖表等，故此需額外聘請人手及購置硬件及分析軟件來處理。預算如下：

項目			
(a) 職員薪金			
計劃助理薪金	\$12,400 x 11 x 1.05(MPF)	\$143,220	
		小計：	\$143,220
(b) 設備開支 (硬件及軟件)			
數據分析作業系統	\$50,000 x 1 套	\$50,000	
電腦(連 DVD 燒碟機)	\$8,000 x 1 套	\$8,000	
雷射打印機	\$1,000 x 1 部	\$1,000	
活動剪片軟件	\$3,000 x 1 套	\$3,000	
手提攝錄機	\$4,800 x 1 部	\$4,800	
		小計：	\$66,800
(c) 服務開支			
性教育：講員費	(共 2 次，每次 1 小時， 每小時\$700)	\$1,400	
網上德育操守教育： 「了解互聯網」家長 工作坊	(共 10 次，每次 1.5 小時)	\$3,000	
運動與飲食健康教育： 安排不同類型的體育 運動項目教練到校示 範	\$1,155(藝術體操教練) (每節 2 小時，合共 3 節) \$800(劍擊教練) (每節 1 小時，合共 3 節) \$500(網球教練) (每節 2 小時，合共 2 節) \$510(單車教練) (每節 2 小時，合共 2 節) \$800(室內賽艇課堂) (課程共 12 堂，每課 2 小 時，合共 24 小時) \$2,280(棒球課堂) (課堂 8 課，每課 2 小時， 合共 16 小時)	\$6,921	

	\$446(曲棍球教練) (每節 1.5 小時, 合共 2 節)		
	\$430(欖球教練) (每節 1.5 小時, 合共 2 節)		
		小計:	\$11,321
(d) 一般開支			
五個主題活動開支			
1. 運動與飲食健康教育			
安排「開心果日」物資		\$279	
安排學生參加體育專題講座(車資)	共兩次講座, 每次車費約 \$1,000, 共 \$2,000。 (擬向基金申請 \$1,000)	\$1,000	
購買教材包括書籍、DVD 等		\$1,800	
2. 藥物教育			
購買教材包括書籍及教具等		\$6,000	
安排學生參觀戒毒機構(車資)		\$1,000	
攤位遊戲製作雜項開支		\$3,000	
3. 性教育			
教材及教具費用(包括參考書、影片、模型等)		\$6,000	
租用及製作性教育展板及攤位雜項開支		\$2,600	
4. 網上德育操守教育			
安排展板介紹及以攤位遊戲作網上德育操守教育培訓	(共 2 次, 每次 \$2,000)	\$4,000	
禮堂大型活動開支		\$1,000	
網上德育操守影片拍攝比賽		\$1,000	
校外參觀(車費)	共兩次參觀, 每次車費約 \$1,000, 共 \$2,000。 (擬向基金申請 \$1,000)	\$1,000	

5. 義工服務及公民教育			
義工訓練營及訓練物資	以 2 日 1 夜計算，參與學生共 50 人，預算如下： $\$160 \times 50 \times 50\% = \$4,000$ 活動費用(包括租借房間、器材及活動物資)： $\$1,000$	\$5,000	
校外義務工作探訪物資及車費(與社服機構合辦)		\$3,000	
義務工作服務日營(與社服機構合辦)	參與學生共 50 人，預算如下： $\$60 \times 50 \times 50\% = \$1,500$ 活動費用(包括租借房間、器材及活動物資)： $\$500$	\$2,000	
其他開支			
「學生健康成長個人檔案」紀錄冊(全校)	\$20 x 1,120 位學生	\$22,400	
活動報告特刊		\$12,000	
		小計：	\$73,079
申請撥款額：			\$294,420 \$294,500 (上調至百位)

資產運用計劃

類別	項目 / 說明	數量	總值	建議的調配計劃 (註)
視聽器材	手提攝錄機	1 部	\$4,800	將調往至本校校園電視台，讓學生借用，並讓他們繼續拍攝有關健康生活主題、輔導或訓育、德育主題等活動情況，剪輯後於早會或班主任節播放，以推動計劃之延續性。
電腦硬件	電腦(連 DVD 燒碟機) 雷射打印機	1 套 1 部	\$8,000 \$1,000	因本計劃將以延續性方式推行，故此電腦硬件系統及打印機亦會繼續用作數據分析及報告列印等工作。

電腦軟件	活動剪片軟件	1套	\$3,000	將調往至本校校園電視台，除本計劃中各項主題活動需要剪輯影片外，亦可讓其他學科或行政組別老師使用，亦可讓學生製作更多具教育意義的影片，增加學習興趣和成效。
其他	數據分析作業系統	1套	\$50,000	將與學生學習概覽系統合併使用，故此將與學生事務組合作推廣此數據分析作業系統及優化其分析範疇。

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：

Project Management 計劃管理		Financial Management 財政管理	
Type of Report and covering period 報告類別及涵蓋時間	Report due day 報告到期日	Type of Report and covering period 報告類別及涵蓋時間	Report due day 報告到期日
Progress Report 計劃進度報告 1/5/2010 - 31/10/2010	30/11/2010	Interim Financial Report 中期財政報告 1/5/2010 - 31/10/2010	30/11/2010
Progress Report 計劃進度報告 1/11/2010 - 30/4/2011	31/5/2011	Interim Financial Report 中期財政報告 1/11/2010 - 30/4/2011	31/5/2011
Final Report 計劃總結報告 1/5/2010 - 30/6/2011	30/9/2011	Final Financial Report 財政總結報告 1/5/2011 - 30/6/2011	30/9/2011

9. 評鑑模式

9.1 進展性評估

- 學生於各主題活動完成後填寫評估問卷，以評定活動成效及作為下一項活動舉行前的參考數據。
- 學生及家長於「學生健康成長個人檔案」紀錄冊內對自己或子女成長表現的回應。
- 定期計算老師給予各學生的分數(包括校內及校外活動表現)，並給予獎狀以

示鼓勵。

9.2 總結性評估

- 學生須於學期初及學期終填寫各項量表，然後將前測及後測數據輸入分析作業系統，印製學生成長報告，以便評定學生在各成長項目中表現正增長或負增長。
- 學生必須將所有專題活動的學習材料、學生回應、家長回應及成長報告儲存於「學生健康成長個人檔案」紀錄冊內，以便日後參考及反思。
- 各項量表包括：自尊量表、普通健康量表、社交行為調查量表、平衡式情感量表、情緒及逆境商數量表。

10. 計劃如何令教育界受惠

由於本校計劃設計一電腦作業系統，記錄學生的運動時數狀況、其他學習經歷資料、與工作有關的經驗項目、藝術發展項目、學生出勤紀錄及訓育評估、各項成長項目分析圖表、義工服務時數、各項心智發展量表的前測及後測數據等，然後製作學生健康成長報告，以檢視學生在自尊、自信心、社交、溝通能力、情緒及抗逆能力的表現，從而讓學生知道自己在各項能力是否出現正增長或負增長，這有助學生及家長了解自己或子女的精神及身體成長狀況，逐步邁向更健康的生活模式。如本計劃能成功推行，本校能將有關經驗及「學生健康成長報告」的作業系統分享及推廣至其他友校，共同為我們的學生利益及成長出一分力。

11. 計劃成效之延續

本計劃將試行一年，並於全校(中一至中七級)推行，以檢視「學生健康成長個人檔案」紀錄冊、「學生健康成長報告」及各專題活動的層次是否適合學生程度；為配合新高中學制的推行，本校會將試行計劃的經驗累積，改善不足之處，然後將計劃推展至延續性的追蹤評估，即初中三年及高中三年分兩階段評估學生的成長歷程，以建立學生更全面的健康生活及心智發展模式。

雖然本計劃是以一年為期，但本校承諾在計劃中所購置的系統、硬件及軟件設備將繼續延伸至學校的其他學生健康成長計劃。

12. 推廣及宣傳方法

- ◆ 於學期初向全體師生介紹計劃內容及派發通告予家長知悉有關計劃之推行細節。
- ◆ 於新生註冊日、家長日及午膳時間播放有關計劃內容安排、活動片段、學生分享等，以展示學生的學習成果。
- ◆ 於早會、校園電視台、午間專題播放計劃中各項活動剪影、片段及學生宣傳及成果分享等。
- ◆ 於學校刊物「棠內堂外」、「棠晴」等刊登有關計劃的活動內容、評估數據、

老師回應、家長回應及學生回應等，讓全校家長、友校及區內人士知悉本計劃的推展情況。