

計劃進度報告

計劃編號:2016/1116

報告涵蓋時間：由 4/2018 (月/年)至 3/2019 (月/年)

甲部

計劃名稱：愛回校・開心速遞

機構／學校名稱：啟基學校(港島)

計劃涵蓋時間：由 4/2018 (月/年)至 12/2019 (月/年)

乙部

填寫本部分前，請閱讀「優質教育基金計劃進度報告填寫指引」。

請另頁(A4紙)書寫，就下列範疇報告計劃進度：

1. 在報告涵蓋期間內的活動內容
2. 在報告涵蓋期間內的計劃變動\*(如適用)
3. 自我評鑑計劃的成效，需清楚列舉有關指標及衡量準則
4. 成果及經驗推廣(如適用)及外間對那些推廣活動的反應

計劃負責人姓名：林思沛

受款人姓名：鄭惠琪

簽署：



簽署：



日期：26-4-2019

日期：26-4-2019

\*對於合約條款未有容許的變動，受款人需事先向優質教育基金另外遞交書面申請。

\*計劃進度報告須經「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。

一、 活動內容

項目	活動名稱	舉辦日期	舉辦地點	受惠人數	進度
1.	啟動禮	27/4/2018	本校	全體師生 (約 350 人)	100%完成
2.	更新先鋒計劃	6/4/2018	羅湖懲教所	全校教職員 (共 40 人)	100%完成
3.	認識及處理焦慮情緒 展板	9/4/2018 - 20/4/2018	本校	全體師生及家 長(約 400 人)	100%完成
4.	「如何營造健康的家 庭」講座	13/4/2018	本校	家長 (約 30 人)	100%完成
5.	生命教育講座	27/4/2018	本校	全校學生 (約 330 人)	100%完成
6.	急救訓練班	25/5/2018	本校	P. 4-6 學生 (約 170 人)	100%完成
7.	無障礙生活體驗之旅	15/6/2018	盲人輔導會	P. 5 學生 (共 30 人)	100%完成
8.	視障人士分享講座 (我與導盲犬有個約 會)	20/6/2018	本校	全校學生 (共 330 人)	100%完成
9.	至尊小兵團	5/2018 - 5/2019	本校	P. 1-6 學生	90%完成 (仍在進行中)
10.	家長學堂(見附件一)	9/2018 - 4/2019	本校	全校家長	100%完成
11.	至尊小偵探	8/11/2018 - 22/11/2018	本校	P. 2 學生 (共 15 人)	100%完成
12.	「愛與關懷」親子日營	23/1/2019	挪亞方舟	P. 1-2 學生及 家長 (共 211 人)	100%完成
13.	參觀濕地公園	23/1/2019	香港濕地公園	P. 3-4 學生 (共 110 人)	100%完成
14.	全方位體驗	26/1/2019	路向四肢傷殘 人士協會	P. 4 學生 (共 28 人)	100%完成
15.	露營體驗(大露營)	29/3/2019 - 30/3/2019	香港白普里營	P. 2-6 學生 (共 52 人)	100%完成
16.	模擬社會人生 (職場體驗活動)	3/5/2019	本校	P. 6 學生 (共 81 人)	尚未進行
17.	義工體驗	22/6/2019	路向四肢傷殘 人士協會	P. 2-6 學生及 家長 (約 20 人)	尚未進行

(所有活動相片見附件六)

## 二、 計劃變動

計劃中部份活動只有日期、時間、地點及費用上的調動，詳情如下：(見附件二)

- 至尊小偵探  
原定至尊小偵探活動的導師費是\$200，餘下費用由機構贊助，但於本學年當我們申請此項目時，該活動已經沒有任何贊助，需付導師費是\$1000。
- 動植物公園  
原定參觀地點是動植物公園，但由於濕地公園能為學校提供一系列的教材套及免費門票，見對學生有更大學習價值，因此參觀地點轉為濕地公園。車費則由預算的\$2400 更改為\$4800 (從「職場體驗車費」中調撥\$2400)。
- 無障礙生活體驗之旅、義工服務等活動費用調整  
「職場體驗活動」的車費則由預算的\$5000 更改為\$0，原因是機構能安排人員到校舉辦活動。無障礙生活體驗之旅的車費由預算的\$2500 更改為\$3600 (從「職場體驗車費」中調撥\$1100)。義工服務的車費由預算的\$1200 更改為\$2000 (從「職場體驗車費」中調撥\$800)，活動物資及材料費用由預算的\$2500 更改為\$3200 (從「職場體驗車費」中調撥\$700)。
- 導師費用  
由於家長義工願意擔任義務導師，故此省卻了至尊小兵團中的「扭出有情天」小組及家長學堂中的「親子氣球扭扭樂」活動中的導師費用。
- 至尊小兵團  
由於舉辦小組期間，本校學生感染流行性感冒及水痘等高傳染性疾病，故此未能按進度完成小組，有關活動預計將於 2019 年 5 月份內完成。

## 三、 自我評鑑計劃成效

### • 目標的實踐及活動的成效

本計劃的對象為學生、教師及家長。藉這三個層面推廣及宣揚「與人分享」、「正面思維」及「享受生活」的訊息，以提升各持分者的心理及精神健康素質。

在學生層面，本計劃根據了學生的心理成長階段安排了一系列的生命教育活動，透過多元化的體驗學習，了解正向心理健康的重要性，積極面對個人成長的挑戰。如在「無障礙生活體驗之旅」中，學生感受到殘疾人士日常遇到的困難，以反思自己的生活態度(見附件三)。

在教師層面，本校教職員透過參與更新先鋒計劃及瀏覽焦慮情緒展板，從而提升教師的精神健康及自我覺察能力。同時，鼓勵教師與學生分享交流，藉以加強學生反思及建立正確價值觀。

在家長層面，本校透過舉辦家長教育講座及各項親子活動，家長學習了正向管教子女、與子女溝通的技巧以及在自身的精神健康增加覺察能力，及早識別孩子的需要及作出適切的介入，讓孩子在一個健

康正面家庭中成長，共同面對各項挑戰。此外，學與教的主題講座及公開觀課交流亦能為家長提供平台以了解學校的發展及子女的學習情況，從而建立適當的教養方法。

- 用於活動的資源

在本計劃中有部分活動邀請家長義工擔任導師，其參與和貢獻能促使家長和學校保持良好的關係，為學生提供最優質的教育，體現家校合作的精神。

另外，需要購置器材的主要項目是至尊小兵團及大露營。活動能順利完成，亦見學生享受參與其中，從中加強學生的抗逆力和面對挑戰的能力(見附件四)。故此本校可再以相類似的活動形式供學生參與，繼續運用有關器材進行小組及體驗活動。

#### 四、 成果及經驗推廣

現時正處於階段3(實踐及服務)，本校統整了本計劃的各項活動的花絮，製成的壁報板在本校禮堂展示並不時更新，以供學生、老師及家長觀賞(見附件五)。

於階段4(成果分享及總結)，預計會下學年上學期創作鼓勵卡和進行成果展示分享會，以將計劃的過程及成果展示，並印刷成作品集，讓學生更懂得真正享受當下的生活，並能與人分享真實的感受。

## 附件一 家長學堂活動一覽表

## 兒童成長系列

	主題	日期/時間	內容	協助機構/講者
1.	校本課業處理技巧工作坊	22/9/2018 (上午 9:30-10:15/ 上午 10:15-11:00)	• 課業處理技巧	本校主任老師
2.	教學交流-公開課	27/9/2018 及 28/9/2018 (上午 9:30-下午 12:30)	• 到校觀課 • 與老師交流學與教心得	/
3.	學與教專題工作坊	9/11/2018 (第一節： 上午 9:00-10:00 第二節： 中午 12:00-下午 1:00)	• 考試策略 - 第一節：中、數 - 第二節：英、常	本校主任老師
4.	躍動心靈家長培訓講座	9/11/2018 (上午 10:30-11:30)	• 認識正念如何照顧自己的身心 • 重建家庭關係和氣氛	「生命熱線」 社工郭佩盈姑娘
5.	兒童成長專題講座： 溝通學習	9/11/2018 (下午 1:00-2:00)	• 如何透過親子遊戲提升孩子的溝通技巧	專業聲語中心 言語治療師 黃韻賢姑娘
6.	「資優密碼—親子共融」講座	12/4/2019 (上午 10:00-11:00)	• 了解子女表達模式 • 互相聆聽回應的方法 • 親子共融的 10 個策略	香港優質家長學會 何英儀女士

## 家長增值系列

	主題	日期/時間	內容	協助機構/講者
1.	STEM 工作坊	25/1/2019 (上午 9:00-10:30)	• 3D 打印設計及編程	本校主任老師
2.	「無壓力家長」講座	12/4/2019 (上午 11:15-中午 12:00)	• 壓力來源及舒緩方法 • 自身的壓力如何影響管教子女	駐校教育心理學家 區佩琪姑娘

## 親子互動系列

	主題	日期/時間	內容	協助機構/講者
1.	粒粒皆辛館親子 體驗團	23/2/2019 (上午 9:30-中午 12:00)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 透過互動遊戲及生活體驗，了解食物浪費及飢餓問題。</li> <li>• 領略珍惜資源的重要性</li> </ul>	惜食堂
2.	「港鐵小站長」計劃	23/2/2019 (上午 10:00-中午 12:00)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 認識港鐵車站的日常運作</li> <li>• 提升乘坐公共交通工具的安全意識及有禮行為</li> </ul>	香港鐵路有限公司
3.	親子氣球扭扭樂	12/4/2019 (上午 9:00-10:00)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 學習扭氣球的技巧</li> <li>• 與孩子享受一起製作的時光</li> </ul>	本校家長義工
4.	義工服務體驗	25/4/2019 (下午 1:30-3:30)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 運用枯葉或蔬菜廚餘製作印畫，製作禮物包並送往長者中心給予服務對象。</li> </ul>	耆康會東區長者 地區中心

## 附件二 開支預算更改

在 2018 年 11 月已聯絡 QEF 的職員，並同意作出以下開支預算更改。

Simone Lam <simonesimone@gmail.com>

2018年11月15日 週四 下午3:13

寄給 leungyikho ▾

梁先生：

麻煩你以下是開支預算更改

1) 親子同樂日

-餐費及車費 (\$13000) => \$14000

-導師費用 (\$10000) =>\$9000

-物資費用 (\$2400) 不變

2) 職場體驗

-車費 (\$5000) => \$0 (因提供“職場體驗 活動”的機構能夠到校舉行, 故不需要交通費用)

3) 參觀動植物公園

-參觀地點將由香港動植物公園轉為香港濕地公園

-車費(\$2400) => \$4800 [從“職場體驗車費”中調整\$2400]

4) 無障礙生活體驗之旅

-車費(\$2500) => \$3600 [從“職場體驗車費”中調整\$1100]

5) 義工服務

-車費 (\$1200) => \$2000 [從“職場體驗車費”中調整\$800]

-活動物資及材料費用 (\$2500) =>\$3200 [從“職場體驗車費”中調整\$700]

林主任

Simone Lam <simonesimone@gmail.com>

2018年11月19日 下午2:10

寄給 leungyikho ▾

梁先生：

十分抱歉, 想再就開支預算再作更改: 第2-5項項目跟上次的開支預算更改一樣, 只在第1項 <親子同樂日> 的開支預算有所更正。請詳見下列細項。

開支預算更改

1) 親子同樂日

-餐費及車費 (\$13000) => \$18000

-導師費用 (\$10000) =>\$6000

-物資費用 (\$2400) => \$1400

...

leungyikho@edb.gov.hk

2018年11月19日 下午2:14

寄給 sunnymcchan、我、leungyikho ▾

Dear Ms LAM,

Agreed, please.

...

附件三 「無障礙生活體驗之旅」的學生感想

我懷著期待的心情跟著姑娘來到視障人士中心，在又  
 感動又興奮。在這裏我認識了 Harry, Lam 和 Bobo。  
 Bobo 帶領我們參觀了視障人士的圖書室，盲人用角  
 標來看書。  
 我們又嘗試了用眼罩遮住眼睛用自杖走路，  
 我還差一點跌倒了，幸好有我的伙伴幫忙。  
 從中我看到了視障人士的困難，以後有別他們  
 要伸出援手幫助他們，學到了他們雖然有不便  
 但他們不輕易放棄，我們也要學習他們。

5A 林毓焯

第一次體驗到視障人士的難處，在體驗的過程中我很害怕，  
 特別是爬樓梯時，很害怕會摔倒，但有朋友一直扶着我，恐  
 懼感隨之消失，體會到原來視障人士連去個我們看之簡單的洗手間  
 都很難，害怕會走錯洗手間而尷尬。  
 在活動中，我是 B 向導，在爬樓梯時，我非常害怕，很怕會摔倒，不  
 知道還有沒有所擔，不知是不是有意外在等着我，對於一切都是未知的，  
 但幸好有同伴的手牽着我，才緩和了我的害怕。  
 在這項學習中，我學到了：嘗試！因為你不試一試，又怎會知道結果  
 是令你驚喜的，還是驚嚇的呢？  
 謝謝 Uncle Harry 還有 Uncle Lam 和 Bobo 姐姐，令我認識到視障人  
 士，也令我進一步地成長，在此感謝你們。

5A 蕭泳彤

今天，姑娘和 Bobo 帶領我們（五年級）去香港  
 盲人輔導會參觀。我起初是期待的，但是我後來需要  
 扮演盲人，我感受到到眼到遠距離，好沒（？）  
 閉上眼睛去導盲，因為我們之後會（？）  
 指，我們出門時（？）  
 語，我（？）

5C 劉君駿





### 活動日誌

日期：31-3-2017

我的組員合照：

1. 這是我第一次露營。
2. 我最難忘的事情是在我急到哭這時，有老師耗牙幫助我，令我們這組人能夠在吃好餐飯。
3. 在小組預備午餐時，我負責分派工作和炒菜。
4. 我最欣賞的隊員是蔡晶晶  
因為她是一個很好的大姐姐，能照顧好所有人在我失足時，會來關乎我，在大家都不知所措時帶領大家。
5. 我最想多謝的隊員是吳知樂  
多謝你在我孤單的行程中為我加添一點樂趣。
6. 參加這次露營，我感到很多平時沒有的溫暖，令我更想去珍惜所有人，和對所有人好。

P. 12

6C 謝巧慧

### 活動日誌

日期：29-3至30-3

我的組員合照：



1. 這是我第一次露營。
2. 我最難忘的事情是  
玩三發乒乓球遊戲
3. 在小組預備午餐時，我負責  
切菜
4. 我最欣賞的隊員是陳芷晴  
因為她也很棒的菜是十份清楚，又勇敢
5. 我最想多謝的隊員是謝巧慧  
多謝你提醒我不好的事情
6. 參加這次露營，我感到互相照顧的精神永不放棄

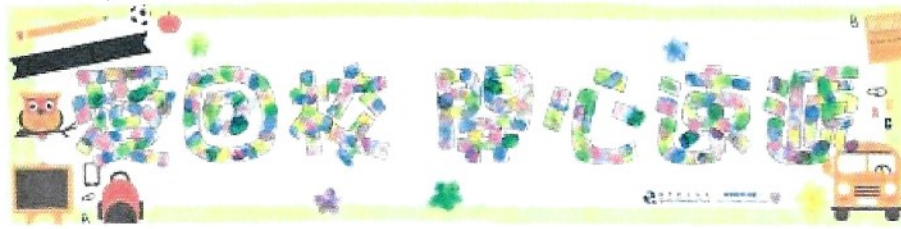
P. 12

6C 馮沛頤

附件五 計劃活動推廣



附件六 活動相片

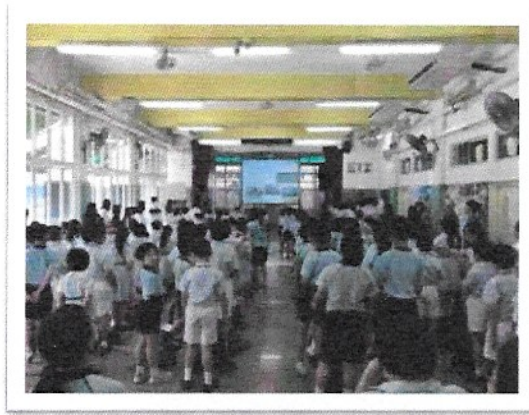


活動： 啟動禮

活動日期： 27/4/2018

---

活動照片：





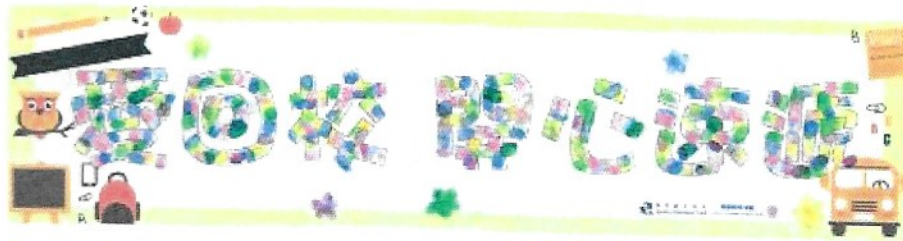
活動：更新先鋒計劃

活動日期：6/4/2018

---

活動照片：





活動： 認識及處理焦慮情緒展板

活動日期： 9/4/2018 - 20/4/2018

---

活動照片：





活動： 如何營造健康的家庭講座

活動日期： 13/4/2018

---

活動照片：





活動： 生命教育講座

活動日期： 27/4/2018

---

活動照片：







活動： 急救訓練班

活動日期： 25/5/2018

---

活動照片：





活動： 無障礙生活體驗之旅

活動日期： 15/6/2018

---

活動照片：





活動： 視障人士分享講座

活動日期： 20/6/2018

---

活動照片：





活動： 2018/2019 家長學堂

活動日期： 9/2018-4/2019

---

活動照片：





活動： 至尊小偵探

活動日期： 8/11/2018-22/11/2018

---

活動照片：





活動： 「愛與關懷」親子日營

活動日期： 23/1/2019

活動照片：





活動： 「愛與關懷」親子日營

活動日期： 23/1/2019

活動照片：





活動： 參觀濕地公園

活動日期： 23/1/2019

活動照片：



啟基學校(港島)  
2018-2019 年度

1·23 全方位學習日



姓名： \_\_\_\_\_ ( )

班別： \_\_\_\_\_





活動： 全方位體驗

活動日期： 26/1/2019

---

活動照片：





活動： 大露營

活動日期： 29/3/2019-30/3/2019

活動照片：





活動： 至尊小兵團

活動日期： 5/2018-現在(仍在進行中)

活動照片：



