

東華三院姚達之紀念小學（元朗）  
2024/25 學年  
「校園·好精神一筆過津貼」計劃書

目標：幫助學生適應疫情帶來的轉變和影響，加強學校各持份者的溝通和互動，促進學生及教職員的精神健康。

津貼金額：\$60,000【是項津貼須於 2025 年 8 月 31 日前用罄】

累積盈餘：\$36,935【截至 2024 年 8 月 31 日】

項目	範疇	策略/工作	預期好處	推行時間	負責人	預算開支金額 (\$)
1	舉辦與提升學生及教師精神健康相關之活動及計劃	· 舉行每月生日會	· 學生感受學校及同學對他們的愛與關懷	2024 年 9 月起	· 德育及正向教育主任 · 社工	\$1,835
		· 舉行精神健康日及正向活動日，進行相關的攤位活動	· 加強學生對情緒的認識，學習抗壓的方法	2025 年 1 月及 2 月	· 德育及正向教育主任 · 社工	\$4,000
		· 於考試前後舉行放鬆身心的全校性活動	· 舒緩學生和教師因考試帶來的緊張情緒，得到身心靈放鬆	2025 年 6 月	· 德育及正向教育主任 · 社工	\$3,000
		· 設置「靜心空間」，在休息時段進行平靜心靈的活動，購買相關的物資	· 透過不同的靜觀活動覺察自己當下的情緒	2024 年 10 月至 2025 年 7 月	· 德育及正向教育主任 · 社工	\$2,000
		· 舉辦教師手作工作坊	· 老師可以發展新興趣，體驗手作的樂趣，讓老師能在工作壓力中有休息的空間	2024 年 12 月	· 德育及正向教育主任	\$3,300
		· 舉行應對壓力的相關講座	· 提升學生的抗逆力，培養正向思維	2025 年 1 月至 2 月	· 社工	\$8,000

項目	範疇	策略/工作	預期好處	推行時間	負責人	預算開支金額 (\$)
2.	提供與提升學生及教師精神健康相關的支援服務	· 舉辦心情魔術師小組	· 透過簡單魔術作介入，提升學生對表達情緒及留意自己精神狀態的認知	2024年11月至 2025年1月	· 社工	\$1,000
3.	設計及製作校本精神健康相關的教學資源	· 校本正向課堂教材	· 透過校本課程提升學生對正向六大支柱(PERMA+H)的認識，於生活中實踐	2024年10月至 2025年7月	· 德育及正向教育主任	\$1,800
4.	購買提升學生及教師精神健康所需的物品、家具及設備	· 設置精神健康角，樂休時提供午睡空間，購置相關的用品 · 購買及維修正向樂園設施 · 購買「閃耀孩子獎勵計劃」物資	· 讓學生有充足的休息空間，放鬆緊繃的神經  · 以正面獎勵的形式鼓勵學生在學習、行為及課外活動上做出良好表現，並安排師生活動增強學生對學校的歸屬感	2024年9月起  2024年9月起  2024年10月至 2025年8月	· 德育及正向教育主任  · 德育及正向教育主任  · 社工	\$2,000  \$8,000  \$2,000
總開支金額(\$)						36,935
津貼餘款(\$)						0

備註：

學校可運用津貼支付舉辦活動時的茶點招待，但這些支出不可超過獲發放津貼金額的10%。