

聖公會李福慶中學  
「校園・好精神一筆過津貼」運用報告  
2023-24學年

計劃統籌員姓名：姚濬哲副校長

範疇	活動名稱	活動目的	舉行日期	參加人數	預算開支金額(\$)	實際開支金額(\$)	成效評估
身心健康	「校園・好精神」健康週	推廣校園精神健康，讓學生及老師釋放空間，減輕學業和工作壓力，增加活動和相聚時間。 (見附件一)	12/12/2023 至 16/12/2023	全校師生 約480人	\$6000	\$3243	反應良好，師生都享受有關安排，使用所釋放空間一起做運動。
精神健康	精神健康關注日 (Dustykid 校園展覽及工作坊)	透過活動，讓學生關注精神健康及自我關懷。	26/2/2024 至 11/3/2024	全校師生 約480人	\$25000	\$22710.73	達到預期目標，學生投入活動，學習如何放鬆及減壓。
身心健康	「校園・好精神II」健康週	推廣校園精神健康，讓學生及老師釋放空間，減輕學業和工作壓力，增加活動和相聚時間。 (見附件二)	13/5/2024 至 18/5/2024	全校師生 約400人	\$6000	\$5663	反應良好，師生都享受有關安排，透過不同活動，認識及學習如何處理壓力。
				總開支金額(\$):	\$37000	\$31616.73	

## 附件一

學校於12月12日至16日(一連五天)舉行〈「校園•好精神」健康週〉，讓學生及老師釋放空間，減輕學業和工作壓力，增加活動和相聚時間，健康週之詳情如下：

1. 老師於該週只給予學生堂課，不給予家課，讓學生於課堂完成課業，毋須回家做功課。
2. 該週暫停中六奮進班、中六拔尖班、彩虹班、A計劃及各科小測。
3. 提供運動用品及開放LFH健體中心，安排如下：

時間	運動用品	設施
下午12:40至1:10	籃球、排球、羽毛球及躲避盤	健體中心及天台乒乓球場
下午3:45至5:00	籃球、排球、羽毛球及躲避盤	健體中心及天台乒乓球場

4. 鼓勵師生一起做運動、下棋、玩遊戲及閒談，增進師生關係。
5. 津貼師生租用康文署體育場地舉辦班會活動。
6. 免費派發每位學生一張小食部「小食換領券」。
7. 提供午間點唱、歌唱表演、班際跳大繩及放學「靜思•冥想」時刻。
8. 學生可於該週穿著冬季運動服回校。
9. 家教會為家長送上「Give me Five, Take it Easy 好心情加油包」。
10. 家教會及學生會於該週每天為老師提供新鮮水果及涼茶。
11. 學生會於該週六(16/12)組成「福慶打氣團」，為本校男子甲組排球隊學界季軍賽事打氣。

學校期望家長亦可與子女鬆一鬆，暫時放輕子女學業之壓力，子女放學回家後，家長可與子女一起輕鬆用膳，抽空與子女傾談、散步、看電視、看電影或做運動等等，增添親子歡樂時間，一起響應「校園•好精神」活動，提升正能量。

## 附件二

學校於5月13日至18日舉行〈「校園•好精神 II」健康週〉，讓學生及老師釋放空間，減輕學業和工作壓力，增加活動和相聚時間，健康週之詳情如下：

1. 老師於該週只給予學生堂課，不給予家課，讓學生於課堂完成課業，毋須回家做功課。
2. 該週暫停彩虹班、A計劃及各科小測。
3. 提供運動用品及開放LFH健體中心，安排如下：

時間	運動用品	設施
下午 12:40 至 1:10	籃球、排球、羽毛球及躲避盤	健體中心及天台乒乓球場
下午 3:45 至 5:00	籃球、排球、羽毛球及躲避盤	健體中心及天台乒乓球場

4. 聖雅各福群會青年服務提供午間展覽及遊戲：Layers 情緒覺察互動展及秒殺「壓力山大獸」
5. 鼓勵師生一起做運動、下棋、玩遊戲及閒談，增進師生關係。
6. 津貼師生租用康文署體育場地舉辦班會活動
7. 免費派發每位學生一張小食部「樽裝飲品換領券」
8. 提供午間歌唱表演
9. 學生可於該週穿著冬季運動服回校
10. 家教會為家長送上父母親節心意咭及禮品
11. 家教會及學生會於該週每天為老師提供健康飲品及小食
12. 5月18日舉辦SOUL KEEPERS自我關顧-酒精墨水畫體驗家長工作坊

學校期望家長亦可與子女鬆一鬆，暫時放輕子女學業之壓力，子女放學回家後，家長可與子女一起輕鬆用膳，抽空與子女傾談、散步、看電視、看電影或做運動等等，增添親子歡樂時間，一起響應「校園•好精神 II」活動，提升正能量。