

**乙部 計劃撮要**

計劃名稱：(請在空格內填寫) 「樂動孩子」實踐計劃

計劃編號 2017/0280 (修訂版)

機構名稱：香港小童群益會學前教及服務

(1) 目的：透過不同類型的遊戲和教學活動，建立關愛的學習環境和親密的親子關係，讓學童發展執行功能，加強自主學習能力。

- 目標：
- (i) 學生方面：
- 加強學童的情緒控制、變通力、檢討及任務展開能力。
  - 增強學童的學習動機，提升學習效能。
  - 加強支援執行功能較弱的學童，照顧他們的學習及發展需要。
- (ii) 家長方面：
- 培養和諧的親子關係和建立快樂的家庭環境。
  - 強化正面管教技巧，培養子女情緒控制、變通力、檢討和任務展開能力。
  - 加強支援執行功能較弱學童的家長，掌握如何提升孩子的執行功能。
- (iii) 教師方面：
- 發展良好的師生關係。
  - 加強教師的課室管理策略和技巧，提升學童的執行能力。
- (iv) 學校方面：
- 營造和諧快樂的學習環境。
  - 加強家庭與學校合作，讓家長主動及積極地與教師一起推動幼兒的全人發展。

(2) 對象：直接受惠對象：4 所學校參與學生共 500 名學生、家長 500 名及教師 50 名。  
間接受惠對象：600 個學前教育機構及幼兒教師。

(3) 推行方案：

(i) 進行時期：11/2018–10/2020 (共 24 個月)

(ii) 過程/時間表：

活動/項目	施行方法
1. 課室小特務	按幼兒的能力每月訂立不同的課室小任務及獎勵計劃，讓幼兒於指定時間內執行，並跟幼兒一同檢討任務成效及商議改善方案。
2. 「規劃、執行、回顧」活動	於日常的課程內，加入「規劃、執行、回顧」活動，讓幼兒有系統地自我管理。
3. 小小讀書會	讓幼兒欣賞及分享圖書的同時，學習等候及專心聆聽。
4. 假想遊戲區	提供不同的道具予幼兒運用，透過自由扮演不同人物或動物角色，讓幼兒模仿他人的特質，分辨不同情境會出現的情況，啟發幼兒思考及培養自我抑制能力。
5. 親子遊戲坊	活動由老師與社工一同設計及推行。老師轉介執行功能較弱的幼兒家庭或有興趣的家庭參加。
6. 樂閱家中計劃	家長參與親子閱讀工作坊，提升家長的伴讀技巧。派發親子伴讀技巧教材，推行在家閱讀獎勵計劃，加強幼兒自行閱讀的動機。
7. 家長遊戲師計劃	培訓家庭協助帶領學校不同的遊戲活動，例如節日活動中的集體遊戲、親子故事等，讓家長從活動中實踐執行功能的技巧，提升家校合作的層次。
8. 聯校教師發展日及校本培訓	邀請大專院校講師進行聯校教師工作坊。亦可按學校不同的需要，邀請不同的專業，如遊戲治療師、職業治療師到校作專業分享。
9. 專業交流會議	由教師及社工共同備課，及進行同儕觀課及/或聯校觀課，加強專業間的交流，分享帶領教學活動經驗，通過反思、自我評鑑和回饋，檢視教學成效、調節教學內容。
10. 臨床心理學家觀課	邀請臨床心理學家每年到四校觀課一次，並為老師的教學提供意見。
11. 家庭遊戲小寶盒	將帶領家庭遊戲活動的經驗集結成教材套，讓老師及家長於教學或日常生活中應用。
12. 成果分享會	將計劃經驗及成果與業界分享，促進經驗交流和知識轉移。

(4) 產品：

(i) 產品/成果：出版 1,000 套「家庭遊戲小寶盒」分發給所有幼稚園，使產品能接觸全港幼師及家長。

(ii) 產品/成果的推介：安排成果分享會，與業界分享經驗及成果，促進經驗交流和知識轉移。

(5) 預算：申請優質教育基金總額：1,302,500(上調至百位數)

支出	金額(\$)
(I) 職員薪酬	1,108,800
(II) 服務	30,000
(III) 一般開支	158,000
(IV) 應急費用	5,700
總支出	1,302,500

(6) 評鑑：

(i) 背景評鑑：本地資料結合家長/老師/學校問卷數據資料分析。

(ii) 輸入評鑑：計劃書有關學校發展策略及工作計劃內容。

(iii) 過程評鑑：工作會議檢討、進度報告、總結報告及財政報告和家長聚焦小組等。

(iv) 成果及成效評鑑：以實證為本模式(Evidence Based Practice)，應用學齡前/幼稚園兒童執行能力評量表及家長執行能力評量表，以準實驗設計 (Quasi Experimental Design) 方法，在計劃前和計劃後搜集學童和家長的數據資料作分析，比較及量度對象在參與計劃後的轉變和能力提升的項目。

## 「樂動孩子」實踐計劃 Executive Function(EF) Project for Young Children

### 1. 計劃背景和理念

#### 1.1 背景

近年，香港教育開始著重幼兒個人能力及情意發展，同時亦培養幼兒的解難能力，可是，於幼兒階段必須發展的執行能力，則較少提及。事實上，執行功能的發展在學前幼兒的發展過程中佔有重要地位，它是幼兒具備各類日常生活能力的基礎(尚嘯，2015)。良好的執行功能發展能夠幫助幼兒在學校的學習環境中發揮優勢，積極的學習表現能激發和培養幼兒的學習興趣，學習興趣反過來又能推動幼兒的主動學習行為，從而形成一種良性循環，這對幼兒今後的學習和發展有著十分重要的影響。

然而，香港普遍家庭的子女數目不多，有些父母因為過度保護孩子，降低對他們獨立自理的要求，再加上缺少兄弟姊妹的互相刺激，造成孩子在家中自理的學習機會不足，在這種家庭環境下成長的兒童，很容易出現執行能力不足，組織力弱，或是注意力不集中等行為表現。孩子的問題跟家長的管教方法是息息相關的，因此要孩子的問題得到改善，家長與學校扮演同樣重要的角色。

過往，一般人對執行功能認識甚少，稍有認識的都只認為有特殊學習需要的學童才需要提升執行能力，其實執行能力是每個人都應該擁有的基礎能力，由幼兒階段開始，在學校學習環境及家庭環境中共同孕育發展。其實香港教育局也十分重視執行功能對幼兒發展的重要性，於2018年1月12日曾舉辦「腦部的執行功能與幼兒學習」工作坊，由香港大學教育學院講師王寬韻女士主講，以加強教師的專業知識和技巧，設計配合幼兒發展需要的學與教活動，強化幼兒的腦部執行功能。

從過往的觀察所得，本會四所學校老師會於教學當中運用不同類型的遊戲作為輔助，以加添教學主題的趣味性，但由於學校近年吸納較多剛畢業的老師，約半數老師年資只得1-3年，教學經驗短淺，在運用遊戲作為教學方法時往往遇到困難。加上教師並未掌握訓練幼兒執行能力的重要性，因此並未懂得好好利用遊戲或透過遊戲訂立訓練目標，過往亦甚少嘗試推行「計劃-工作-回顧」學習歷程(Plan-Do-Review Activity)去推行教學計劃，而透過本計劃，希望能加強教師在教學的規劃、創意及敏感度。

#### 1.2 理念

##### 1.2.1 執行功能 (Executive Function) 是甚麼？

執行功能是指一個人的認知能力，負責統合大腦不同部位的功能，使我們能夠集中注意力、記住指令、處理多個任務及進行規劃的心理功能。哈佛大學學者將執行功能比喻為空中交通管制系統 (Center on the Developing Child at Harvard University, 2011)。心理學家佩格·道森(Peg Dawson) 和李察·柱桂爾(Richard Guare)將執行功能分為以下 11 項執行技巧(Dawson & Guare, 2009)。

1. 反應抑制力 Response Inhibition	在行動前先思考
2. 工作記憶力 Working Memory	保持資訊在記憶，用以進行事務
3. 情緒控制力 Emotional Control	管理個人的情緒以控制個人的行為來完成目標或項目
4. 持續專注力 Sustained Attention	有原動力去達成目標，完成項目
5. 任務啟動力 Task initiation	開始一項目而沒有延遲
6. 優先順序規劃力 Planning/Prioritization	創造一藍圖去達到一目標或完成一項目
7. 組織力 Organization	有系統地處理所需資訊，用以策劃及執行任務
8. 時間管理力 Time Management	預計用多少時間、分配時間或在有限的時間內完成事項

9. 目標堅持力 Goal Directed Persistence	訂下的目標能夠達到完成
10. 變通力 Flexibility	當面對困難時能改變原定的計劃
11. 後設認知力 Metacognition	對自己的認知過程作出思考，包括自我控制和自我檢討

### 1.2.2 發展執行功能的關鍵因素

怎樣才能有效協助幼兒發展其執行能力？香港大學教育學院黃寬韻女士提出，必須結合環境、關係和活動三大重要元素。意即校方和家庭必須共同營造安全和諧的學習和成長環境，發展良好的師生關係，建立親密的親子關係，並透過遊戲活動促進關係的建立和加強發展孩子的執行功能。

## 環境

- 家庭：訂定家庭常務 (Family routine)，讓孩子能夠預測自己何時何地，與何人做甚麼，繼而感受到安全感和信任，安心地迎接各種轉變和挑戰。家庭常務包括：建立良好生活習慣、培養家務責任、執行紀律習慣和家課習慣。
- 學校：根據學生的平均水平，建立課室日常的規則及活動流程，鼓勵學生之間的合作，發展學生自主學習的能力。而學生清楚知道何時進行那些活動會自動調節行為去配合，騰出更多腦力去應付其他挑戰。

## 關係

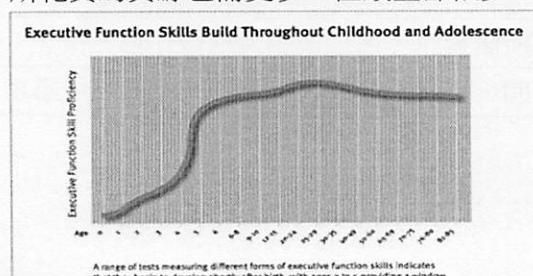
- 親子：父母和子女要建立親密的親子關係，透過不同方式去表達對孩子的愛，包括有質素的陪伴、肯定的說話、送贈小禮物表達心意和身體接觸 (如:擁抱)等，並運用正面管教方式，提升親子關係。
- 師生：除了建立愉快的課堂氣氛和良好的師生關係，透過學校的群體生活，孩子可以逐步學習每個階段應該完成的事情，孩子也會透過同儕的互相學習，提升各種生活技能。

## 活動

- 讓幼兒在愉快的氣氛下積極參與活動，體驗不同的經驗，如面對挑戰、為目標學習堅持及錯誤中學習等。而在幼兒階段的帶領活動方法，相信是以遊戲方式最為有效。
- 傳統思想認為「勤有功，戲無益」，但事實上遊戲可帶給孩子多元技能的發展。遊戲是孩子的語言(Landreth, 1991)，是一種很自然和享受的方法，讓他們認識自己和周邊世界。透過不同種類的遊戲，除了可加強孩子的言語和社交技巧發展外，更提供大量的機會給孩子嘗試計劃、冒險、犯錯、檢討、解決、重試，發揮他們的幻想、創意和解難能力，從遊戲體驗執行功能中「計劃-工作-回顧」(Plan-Do-Review) 的歷程。

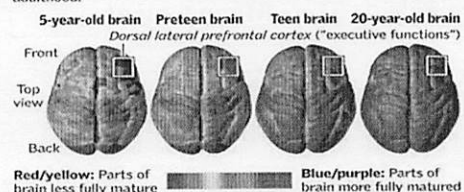
### 1.2.3 執行功能與學習的關係：

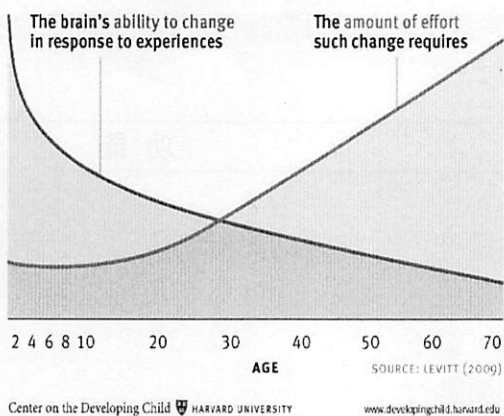
良好執行功能的發展能助長學習發展。我們學習新知識、面對有挑戰性的問題、進行靈活變通的活動等都需要執行功能。其實，執行功能在人類出生後不久便開始發展，圖(一)及圖(二)顯示，3至5歲是這些技能急劇增長的一個重要關口，其後平穩持續發展至成年期早期。(Weintraub, et al., 2011) 執行功能的健康發展，不但是兒童順利完成學業任務和成功適應各種社會關係的重要保障，而且有利於兒童在一般智力測驗中獲得較高分數。(尚嘯，2015) 由於執行功能在幼兒 0-6 歲發展空間最大，而圖(三)數據亦顯示此階段，我們只要提供適切的機會和引導給他們，便能獲得最大的效益。相反，隨著他們愈大，才訓練執行功能，我們所花費的資源也需更多，但效益卻很少。



### Judgment last to develop

The area of the brain that controls "executive functions" — including weighing long-term consequences and controlling impulses — is among the last to fully mature. Brain development from childhood to adulthood:





圖(三)

Duncan 等研究發現，幼兒在幼兒園中習得的學業技能和學習能力能顯著預測其今後的學業成就。Gathercole, Brown 和 Pickering 的研究結果也顯示，盡早對學習表現不佳的幼兒進行有針對性的干預具有重要意義。近年 Sasser 和他的伙伴(2015)進行追蹤研究，發現幼兒執行功能直接預測他們的數學能力及學習行為，包括能否跟隨課堂的日常流程、會否留心老師指示等。同時，間接預測他們的社交情緒表現，包括合作性。(香港教育大學，2016) 李美華和白學軍指出，學習是一項複雜的認知活動，需要學生具備良好的執行功能。

相反，執行功能較差的幼兒在記憶和執行指令方面表現較弱，他們經常難以集中精神，缺乏抑制無關信息的技能，導致幼兒在學習活動中出現錯誤。(李美華，2008) 由此可見，執行功能是影響幼兒學習表現的重要因素。而執行功能的高低更影響幼兒自主學習的情況。

#### 1.2.4 執行功能與遊戲的關係

大量研究顯示執行功能是一個顯示他們將來學業成績的有效指標，比智商和學業的關聯更高。而且，執行功能是可以訓練的，所以透過針對訓練執行功能的活動，幼兒藉玩遊戲誘發他們自主學習，能激發他們的內在學習動機。

遊戲的好處是讓幼兒於自然的環境下愉快學習，提升幼兒的語言能力、社交能力、強化大肌肉及小肌肉、提升創意等。遊戲亦能提供機會，讓幼兒在愉快的氣氛下積極參與，並向同儕或成人學習不同的技巧，體驗不同的經驗，如面對挑戰、為目標學習堅持及錯誤中學習等。(http://developingchild-harvard.edu/innovation-application/innovation-in-action/learning-through-play) 而適當的遊戲能有效強化不同的執行能力。

根據一些先進國家在幼兒教育課程發展的經驗，會將遊戲分為低結構性、有目的和高結構性遊戲三種不同的模式：

Figure 4: Teachers' involvement in relation to children's play

低結構性遊戲 Unstructured free play	有目的的遊戲 Purposeful play	高結構性遊戲 Highly structured play
Children direct their own play with no/little teachers' support	Children explore the world through play that is intentionally planned and facilitated by teachers to achieve desired learning goals	Teachers direct the play while children merely follow instructions

由幼兒主導，老師或家長無需協助。如砌積木、玩滑

老師或家長提供及促進遊戲過程讓幼兒達到遊戲的學習

由老師或家長主導，幼兒跟隨指示進行遊戲活動。

低結構性遊戲能讓幼兒自主學習，遊戲過程由幼兒主導，由他們設計遊戲規則及參與人數，若能加上成人適當的提點，幼兒便可能從遊戲過程中學習到不同的技巧，如社交技巧、安排遊戲的優次及改善變通能力。而結構性遊戲其中一個重要功能是讓學童通過不斷嘗試，建立控制身體的能力，例如抑制衝動、延遲滿足、應付挫折感、再次調節身體動作及平復情緒。換言之，學童能透過遊戲建立計劃能力、記憶遊戲的規則、對失敗或遊戲變化作出彈性的轉變，抑制及管理情緒，對建立學童的執行功能有一定的幫助。(Sunshine Circles: Theraplay

(Ministry of Education, Republic of Singapore (2012). Nurturing Early Learners: A Curriculum Framework for Kindergartens<sup>3</sup>in Singapore.)

而哈佛大學學者 (Center on the Developing Child at Harvard University, 2011)更就著不同年齡的幼兒，提供不同的遊戲活動，以鼓勵幼兒執行能力的發展。相關遊戲方式將嘗試融合於日常課程，亦同時向家長推廣，讓幼兒同時於學校環境及家庭生活中，建立及發展個人執行能力。：

年齡	適合的活動	功能
3-5 歲	<p><b>幻想性遊戲</b></p> <p>於遊戲的過程中，幼兒會自動建立規則並遵守，亦會學習抑制個人行動，以配合遊戲中的角色，例如幼兒幻想自己是醫生醫治病人的時候，並不會突然煮食。因此遊戲能讓幼兒學習抑制衝動行為及規劃遊戲內容。遊戲需注意事項如下：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-提供不同的道具讓幼兒在遊戲中使用，較幼小的幼兒需要像真度教高的玩具，而較大的幼兒則可以用相似的東西作道具，加強幼兒的彈性思考。</li> <li>-讓幼兒遊戲自製道具</li> <li>-制定遊戲計劃，讓幼兒安排遊戲的先後次序</li> </ul>	加強幼兒抑制能力、計劃及組織、彈性思考及檢討能力
	<p><b>講故事</b></p> <p>於說故事的過程中，幼兒需掌握及操控大量訊息，提升幼兒的工作記憶力。要點如下：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-鼓勵幼兒自己說故事</li> <li>-小組說故事：由一個幼兒創作故事的開始，其他幼兒每人一句擴展故事內容。</li> <li>-故事扮演，讓幼兒扮演故事中的角色，演繹故事內容</li> </ul>	加強幼兒的工作記憶、組織、彈性思考及檢討等能力
	<p><b>動態遊戲挑戰</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-遊戲要有不同的難度及挑戰性</li> <li>-利用音樂及節拍中的停頓加強幼兒的抑制能力。</li> <li>-遊戲中可加入靜態的元素，如深呼吸，減低刺激及讓幼兒回復專注。</li> </ul>	加強幼兒的專注、自我抑制能力及工作記憶力。
	<p><b>靜態遊戲</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-可嘗試較複雜的分類或配對遊戲，如形式棋或 BINGO 遊戲。</li> <li>-或玩較複雜的拼圖或拼字遊戲</li> <li>-與幼兒一同製作簡單的食物</li> </ul>	加強幼兒的組織力、工作記憶、專注力、自我抑制

參考資料：Enhancing and Practicing Executive Function Skills with Children from Infancy to Adolescence. Center on the Developing Child, Harvard University

### 1.2.5 持份者在計劃中的參與和角色

計劃要順利和有效地推行，各持份者在過程中的參與和互動是不可或缺的，這些核心人物包括：學生、老

師、家長和社工。

#### 1.2.5.1 學校及教師是計劃的推動者

校長及老師在設計及推行計劃上擔當不可或缺的專業角色。為了妥善準備計劃，教師團隊於二零一七年已開始醞釀和構思計劃主題、方向和內容，學校校監和各間學校的校長，積極搜集和閱讀相關參考資料和文獻等，期間亦進行多次專業交流討論，對計劃的發展策略和推行模式取得共識，各校校長在校務會議中，亦有搜集教師對計劃的看法及執行策略；而學校校監、校長及部份資深老師，亦於2016年6月15日參與由香港中文大學醫學院兒科學系名譽臨床副教授陳鳳英醫生主講「幼兒腦部發展及執行功能的關係」，務求掌握理念和實務技巧等，為計劃的推行做好準備。

為提升全體老師對執行功能的理解及如何於課程中啟發幼兒的執行能力，我們再次邀請陳醫生於2017年3月18日為全體教師主講「執行功能」培訓課程，於計劃開展前，加強老師的理解。

#### 1.2.5.2 家長對執行功能的認識

為了獲取家長對計劃的支持，學校在計劃前已在家長會及季刊中介紹執行功能對學童成長的重要性和作為家長擔當的角色，亦利用學齡前／幼稚園兒童執行能力評量表及家長的執行能力評量表(附件一)，由家長的角度檢視幼兒的執行功能的狀況，使家長對子女的執行功能有基本的認知，希望藉此引起家長的關注，與學校攜手合作，共同推動和發展幼兒的執行功能，計劃開展後可透過家長教育活動，嘗試將所學的技巧和知識在家居環境中實踐所學。

#### 1.2.5.3 各持份者在計劃中的角色

### 學生角色：

1. 積極參與
2. 自主學習者：在遊戲的過程中學習計劃、行動、彈性處理及檢討成效

### 家長角色：

1. 培養和諧的親子關係和建立快樂的家庭環境
2. 建立家庭常規：健康飲食習慣、早睡早起、充足睡眠、定時運動等
3. 提供參與家務的機會，當孩子開始熟悉流程時，學會放手，逐漸讓孩子自行嘗試規劃
4. 運用正面管教技巧
5. 與學校緊密溝通和合作

## 「樂動孩子」實踐計劃

計劃義務顧問：臨床心理學家關兆然女士

### \*老師角色：

1. 發展良好的師生關係，營造和諧快樂的學習環境
2. 在師生互動歷程中，扮演支持者角色
3. 調整環境，提供組織化環境與架構，把工作任務調整成符合孩子的能力
4. 鼓勵孩子，給予即時讚賞／回饋
5. 把任務變成孩子想去做的事，例如：小組長、小幫手
6. 遇到困難時，引導孩子一起想辦法解決

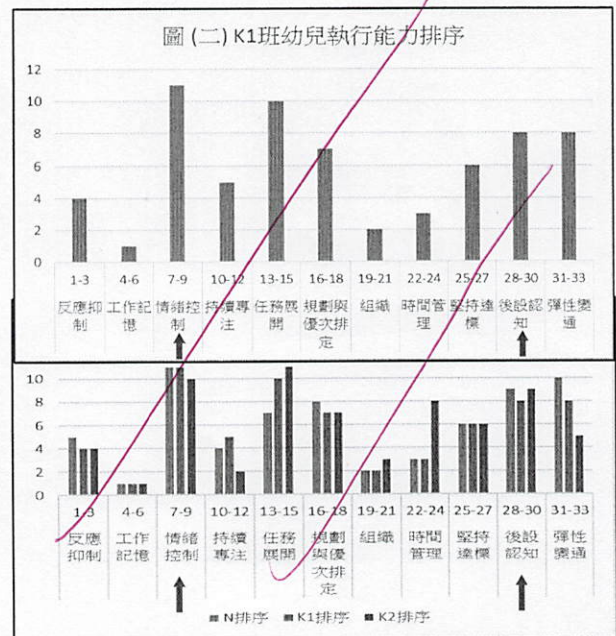
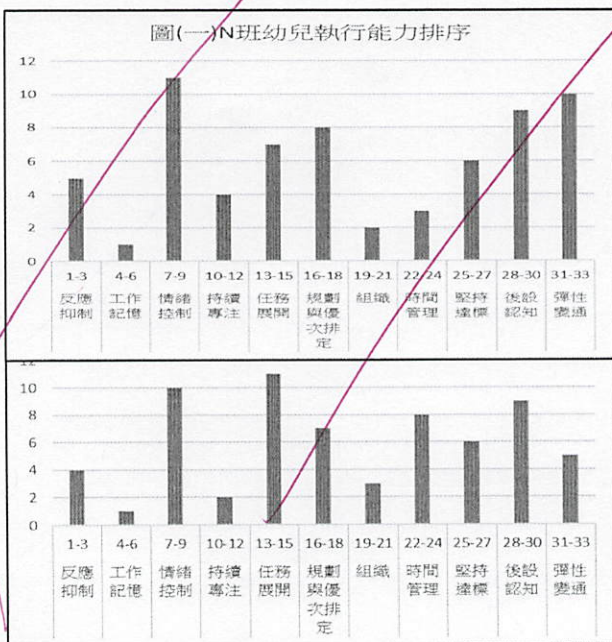
### 社工角色：

1. 物色社區資源和專業，為老師提供相關培訓和知識分享
2. 支援教師課室管理策略，例如建立常規、視覺提示等
3. 支援教師及家長處理個別執行功能較弱的幼兒，例如調適服務、行為改善計劃等
4. 訓練家長成為家居遊戲師，提供實習機會，實踐所學
5. 培養家長從遊戲中學習正面管教和提升執行功能的技巧

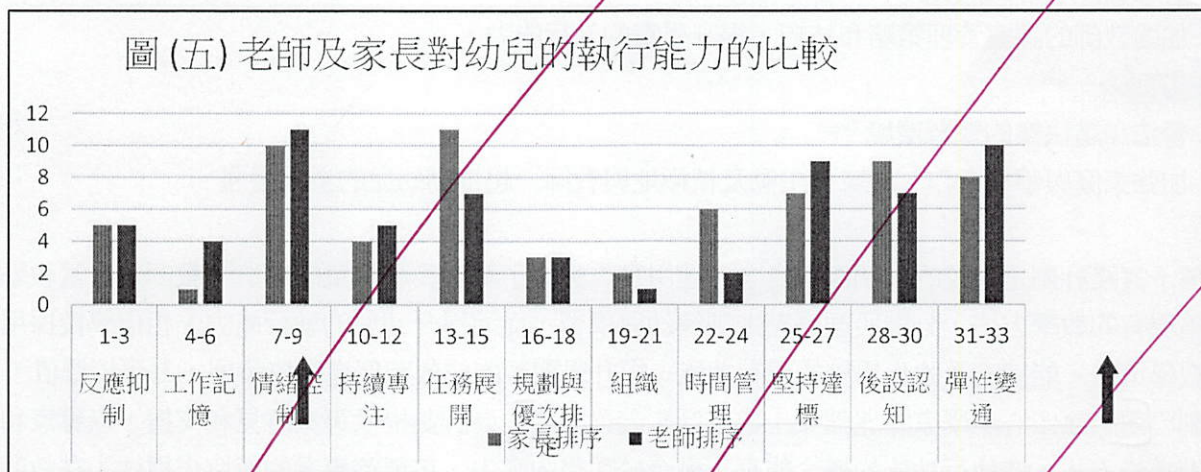
## 2. 學校現況分析

本會轄下四間幼兒學校，於二零一七年六月，向三百六十多位 N 至 K2 班的家長及老師派發學齡前／幼稚園兒童執行能力評量表及家長的執行能力評量表(附件一)，由家長及老師的角度檢視幼兒的執行功能的狀況。

評量表的計算方法如下：將相關題目的分數相加，先計算個人分數，再計算各班、各校及最後四校總分數，得出各項執行能力的總分數後，再排列次序，數值愈低代表該項的執行能力愈強，即 1 最強 11 最弱。



圖(一)、圖(二)及圖(三)為各級幼兒執行能力的排序。從圖(四)的綜合數據資料顯示，家長一致評量幼兒的情緒控制力較其他能力低，而任務展開力的評分則按年級遞減，相信家長於處理幼兒情緒問題及要求幼兒聽從指令方面有一定的困擾。而幼兒的後設認知力及彈性變通能力亦是值得關注的項目。整體幼兒的後設認知力評分較低，反映家長認為他們的檢討能力較弱；雖然 K1 及 K2 的變通能力排序較 N 班高，但整體的評分仍然偏低。由此可見，管理情緒、聽從指示、自我檢討及彈性處理問題將會是幼兒學習上的重要課題。



圖(五)顯示，老師及家長於幼兒的情緒控制及彈性變通能力上的評分，較其他執行能力為低。反映出幼兒這兩項能力，在學校及家中表現相似，情況值得老師特別留意。另一有趣的發現是，大部份家長對幼兒的任務展開的評分亦較低，但老師則持不同的意見，評分與其他能力相若。這反映出幼兒於聽從指示方面，在不同的環境下會有不同的能力表現。

總結數據結果，老師及家長皆一致認為幼兒的情緒控制能力較其他執行能力弱，因此，值得重點加強有關能力。此外，學習聽從指令、自我檢討及應變能力，亦是本計劃的重要課題。家長方面，相信改善家長的管教技巧，亦能有助改善幼兒情緒管理及聽從指示的能力。

### 3. 參與學校及受惠對象

- 3.1 參與學校名稱：
- 香港小童群益會 樂緻幼兒園暨幼稚園(灣仔)
  - 香港小童群益會 樂緻幼兒園暨幼稚園(九龍灣)
  - 香港小童群益會 樂緻幼兒園暨幼稚園(將軍澳)
  - 香港小童群益會 樂緻幼兒園暨幼稚園(黃大仙)

#### 3.2 受惠對象

- 直接受惠對象：4 所學校參與學生共 500 名，家長 500 名及教師 50 名。  
間接受惠對象：600 個學前教育機構及幼兒教師。

### 4. 目的及目標

#### 4.1 整體目的：

透過不同類型的遊戲和教學活動，建立關愛的學習環境和親密的親子關係，讓學童發展執行功能，加強自主學習能力。



## 4.2 具體目標

### 4.2.1 學生方面：

- 加強學童的情緒控制、變通力、檢討及任務展開能力。
- 增強學童的學習動機，提升學習效能。
- 加強支援執行功能較弱的學童，照顧他們的學習及發展需要。

### 4.2.2 家長方面：

- 培養和諧的親子關係和建立快樂的家庭環境。
- 強化正面管教技巧，培養子女情緒控制、變通力、檢討和任務展開能力。
- 加強支援執行功能較弱學童的家長，掌握如何提升孩子的執行功能。

### 4.2.3 教師方面：

- 發展良好的師生關係。
- 加強教師的課室管理策略和技巧，提升學童的執行能力。

### 4.2.4 學校方面：

- 營造和諧快樂的學習環境。
- 加強家庭與學校合作，讓家長主動及積極地與教師一起推動幼兒的全人發展。

## 5. 創意

- 5.1 樂動孩子實踐計劃是學校的一個創新意念，運用實質數據了解家長和學童的處境，教師在日常教學流程中調整現有的教學方法，分階段循序漸進訓練幼兒學習，從而提升幼兒的執行能力，相信學校採用這個嶄新教學策略，能補充及強化學校的現有功能，提升學與教的成效和促進學校發展，為學校增值。
- 5.2 本計劃已邀請臨床心理學家關兆然女士擔任計劃義務顧問，為計劃提供專業意見和支援，以專家和老師共同備課的方式，使執行功能的觀念能真正融合於教學內容中，這種跨專業的新協作模式，在教師的能力建設(capacity building) 工作上提供穩固根基，有效提升教師的教學水平和質素。
- 5.3 本計劃的一個重要特色，是讓家長變成自己孩子的遊戲導師，透過與老師一同協作，將知識傳授和轉移(knowledge transfer)給家長，共同設計和實踐親子遊戲，提升家長的效能感。

## 6. 學校的準備及過往經驗

- 6.1 整項計劃的構思，主要由學校校監聯同四間學校的校長共同商討策劃，而有關構思亦會於學校的恆常會議及本會的知識管理平台中向校內主任和教師匯報及進行討論，搜集他們對計劃的意見和建議，藉此促進教師間的專業交流和分享，共同推動知識分享的精神。
- 6.2 於二零一七至二零一八年度，本會已率先於九龍灣校推行幼兒執行能力先導計劃，試行部份計劃內容，如「規劃、遊戲、回顧」活動及親子遊戲工作坊，並以問卷訪問參與之家庭的意見。參與的老師調整了教學環境，把學習任務調整成符合孩子的能力，學生變得主動學習；而家長問卷結果亦顯示，家長同意執行能力及相關技巧應於幼兒階段開始培養，並同意遊戲有助家長培養幼兒發展執行能力。此項實踐經驗及取得的正面成效，讓教學團隊更有信心將計劃推廣至四所學校，共同實踐創新意念。
- 6.3 根據以往數年的工作經驗，家長對於參與學校舉行之家長教育課程及親子活動皆有正面的回應，相信若計劃獲得基金支持，家長會積極支持參與各項活動，與學校攜手為學童營造有利發展幼兒執行功能的環境。
- 6.4 本計劃已邀請臨床心理學家關兆然女士擔任計劃的義務顧問。關女士對學前兒童執行功能這個課題非常掌握，亦多次為教師、社工及家長等舉辦相關課題的專題講座，藉著她的專門知識，可以為本計劃的方向及校本課程內容提供專業指導和意見。

## 7. 推行方案及時間表

時期: 11/2018-10/2020, 共 24 個月

活動項目	內容	活動節數	參與人數	參與對象	活動負責人	推行時間表
7.1 課室小特務 Classroom Task Leader	按幼兒的能力每月訂立不同的課室小任務及獎勵計劃，讓幼兒於指定時間內執行，並同幼兒一同檢討任務成效及商議改善方案。	全年 進行	100 人 x 4 校	K1-K3 學童	老師	11/2018-10/2020
7.2 「規劃、執行、回顧」活動 Plan-Do-Review Activity	於日常的課程內，加入「規劃、執行、回顧」活動，讓幼兒有系統地自我管理。例如，於自習時段中，幼兒可以自行規劃做家課的次序及需要預備的工具，或於高班的小休時間中，幼兒學習計劃分配吃點心、遊戲及去洗手間的時間等。老師需定期與幼兒回顧計劃及鞏固他們的計劃及執行意識。	全年 進行	100 人 x 4 校	K1-K3 學童	老師	11/2018-10/2020
7.3 小小讀書會 Buddy Reading	活動分兩年進行，第一年為試行期，主要讓學校建立閱讀的氣氛，由幼兒自由組合同一閱讀。計劃會先於 K3 重點試行。K2 則抽小組試行，第二年正式推展至 K2。 <u>每年活動同樣分二階段：</u> 第一階段：由幼兒選擇喜歡的圖書老師一同閱讀，其間老師透過圖書與幼兒互動，讓幼兒了解同伴閱讀的模式。 第二階段：幼兒試行與同伴閱讀圖書，讓他們互相說故事時的同時，學習等候及專心聆聽。 由於幼兒的能力不同，老師與 K1 幼兒閱讀時，會更多與欣賞圖書的插畫，發揮想像描述故事。老師需要從旁指導及適當地介入。	全年 進行	75 人 x 4 校	K1- K3 學童	老師 社工	11/2018-10/2020

7.4 假想遊戲區 Imaginary Play Corner	提供不同的道具予幼兒運用，透過自由扮演不同人物或動物角色，讓幼兒模仿他人的特質，分辨不同情境會出現的情況，啟發幼兒思考及抑制能力。	全年 進行	100 人 x 4 校	K1-K3 學童	老師	11/2018-10/2020
7.5 親子遊戲坊 Fun Fun Workshop	活動由老師與社工設計及推行。老師轉介執行功能較弱的幼兒家庭或有興趣的家庭參加。讓家長於活動中學習建立規則、創造快樂的環境，讓幼兒於自然愉快的氣氛下發展個人的能力。	2 節 x 4 校 x 2 年	6 對 親子 x 4 校	學童 家長	老師 社工	1-3/2019 7-9/2019  1-3/2020 7-9/2020
7.6 樂閱家中計劃 Read At Home Project	家長參與親子閱讀工作坊，提升家長的伴讀技巧。  派發親子伴讀技巧教材，推行在家閱讀獎勵計劃，加強幼兒自行閱讀的動機。	1 節 工作坊 x 4 校 x 2 年 全年 推行	200 人 x 4 校	學童 家長	老師 社工	
7.7 家長遊戲師 計劃 Game Navigators	培訓家長協助帶領學校不同的遊戲活動，例如節日活動中的集體遊戲、親子故事等，讓家長從活動中實踐執行功能的技巧，提升家校合作的層次。	6 節 x 4 校 x 2 年	8 個 家庭 x 4 校	家長	社工 老師	
7.8 聯校教師發展日及校本培訓	邀請大專院校講師進行工作坊 主題一：執行功能與幼兒成長 主題二：自由遊戲與自主學習	1 節 x 2 年	12 人 x 4 校	老師	社工 老師	11/2018-1/2019 11/2019-1/2020
	按學校不同的需要，邀請不同的專業如遊戲治療師、職業治療師到校作專業分享。	1 節 x 4 校 x 2 年	12 人 x 4 校	老師	社工 老師	11/2018- 8/2020
7.9 專業交流會議	由教師及社工共同備課，及進行同儕觀課及／或聯校觀課，加強專業間的交流，分享帶領教學活動經驗，通過反思、自我評鑑和回饋，檢視教學成效、調節教學內容。	1 節 x 12 月 x 4 校 x 2 年	4 人 x 4 校 x 4 級	老師	社工 老師	
7.10 臨床心理學家觀課	邀請臨床心理學家每年到四校觀課一次，並為老師的教學提供意見。	1 節 X4 校 X2 年	K1 至 K3	老師	社工	3 - 5/2019 3 - 5/2020
7.11 家庭遊戲小寶盒	將帶領家庭遊戲活動的經驗集結成教材套，讓更多老師及家長於教學或日常生活中應用。	不適用	1000 套	老師 家長	社工 老師	10/2020

7.12 成果分享會	將計劃經驗及成果與業界分享，促進經驗交流和知識轉移。	1 節	100 人	老師	老師 社工	10/2020
------------	----------------------------	-----	-------	----	----------	---------

## 8. 評鑑方法及成效指標

本計劃會以實證為本模式(Evidence Based Practice)，應用佩格·道森博士和理查·奎爾博士(2015) 合作出版的《教出孩子的行動力》中，有關學齡前／幼稚園兒童執行能力評量表及家長執行能力評量表，問卷內容詳見附件一，以準實驗設計(Quasi Experimental Design)方法，在計劃前和計劃後搜集學童和家長的數據資料作分析，比較及量度對象在參與計劃後的轉變和能力提升的項目，持續改善和修訂計劃的內容，評鑑計劃的成效，找出關鍵成功的因素。

參考附件一「學齡前／幼稚園兒童執行能力評量表及家長執行能力評量表」數據資料，學校將藉此了解推行計劃後學生、家長和教師這三方面的轉變，有關各項成效指標訂定如下：

評估項目	問卷題目	基線數據(現況)		基準	
		家長	老師	家長	老師
1. 反應抑制力	1-3	8.1	10.5	9.0	11.5
2. 工作記憶力	4-6	8.8	11	9.5	12.0
3. 情緒控制力	7-9	7.3	8.6	8.0	9.5
4. 持續專注力	10-12	8.2	10.5	9.0	11.5
5. 任務啟動力	13-15	7.2	10.4	8.0	11.0
6. 優先順序規劃力	16-18	8.2	11.1	9.0	12.0
7. 組織力	19-21	8.5	12.6	9.5	13.0
8. 時間管理力	22-24	8.1	11.5	9.0	12.0
9. 目標堅持力	25-27	8.0	9.1	8.5	10.0
10. 變通力	28-30	7.8	10.4	8.5	11.0
11. 後設認知力	31-33	7.9	8.8	8.5	9.5

為加強評估計劃的成效，計劃會於每年 7 至 8 月建立家長聚焦小組，了解家長對計劃的了解及意見，以及了解家長對幼兒執行能力發展的觀察。

此外，校長於行政觀課時，亦會觀察幼兒能力的發展，同時會邀請臨床心理學家到校觀課，評估整體幼兒執行能力的發展。

## 9. 資產運用計劃

類別	項目／說明	數量	總值	建議的調配計劃
書籍及視像光碟	繪本圖書	120	12000	有關圖書將於計劃後繼續用作教學用途。
電腦硬件	外置儲存器	4	1200	有關器材將於計劃後繼續用作教學用途。

## 10. 支出預算

項目	活動	金額 (\$)
職員薪酬	a. 0.5 位替課幼兒教師(註 1) \$11,000 x 24 個月 x 1.05 (強積金)	277,200
	b. 1 位(或 2 位半職)社工學位的社工(註 2) \$33,000 x 24 個月 x 1.05 (強積金)	831,600
	小計	<b>1,108,800</b>
服務	a. 教師專業培訓及校本發展計劃 訓練員費用 \$750/小時 x 4 小時 x 10 節	30,000
	小計	<b>30,000</b>
一般開支	a. 課室小特務 活動費 (教材、教具、圖書、電腦輔助器材、印刷) \$2,500 x 4 校	10,000
	b. 「規劃、遊戲、回顧」活動 活動費 (教材、教具、圖書、印刷、顏料、畫簿等) \$2,500 x 4 校	10,000
	c. 小小讀書會 活動費 (教材、教具、圖書、電腦輔助器材、印刷) \$2,500 x 4 校	10,000
	d. 假想遊戲區 活動費 (教材、玩具、教具、印刷) \$4,000 x 4 校	16,000
	e. 親子遊戲坊 活動費 (教材、玩具、教具、印刷、參考書籍) \$2,000 x 4 校	8,000
	f. 樂閱家中計劃 活動費 (教材、教具、圖書、印刷) \$2,500 x 4 校	10,000
	g. 家長遊戲師計劃 活動費 (教材、玩具、教具、印刷、參考書籍) \$2,000 x 4 校	8,000
	h. 聯校教師發展日及校本培訓 場租及視聽器材 1,500 x 4 小時 x 2 節 活動費(教材及印刷費) \$1,000 x 4 校	12,000 4,000
	i. 家庭遊戲小寶盒 設計及印刷費 \$50 x 1,000 套	50,000
	j. 審計費	15,000
	k. 雜項 (參考書籍、文具、郵費、運輸、交通等)	5,000
	<b>158,000</b>	

項目	活動	金額 (\$)
	小計	
應急費用		
	小計	5,700
	總支出	1,302,500

(註 1) 半職替課幼兒教師的職務：

為了減輕現職教師的工作負擔，替課幼兒教師主要負責輪流到四校工作，騰出空間讓四校老師在計劃進行時，可以有機會參與培訓、共同備課、進行同儕觀課及／或聯校觀課、安排分享帶領教學活動經驗、進行會議檢視活動和教學成效等。

工作時間：每月到校 5 節 x 4 校 x 12 月 x 2 年

(註 2) 學位社工的職務：

受聘的社工需為註冊學位社工，曾接受執行功能的專業訓練及有帶領執行功能活動的相關經驗。負責物色社區資源和專業，為老師提供相關培訓和知識分享，並要支援教師課室管理策略，協助建立更有效的常規和視覺提示等教學流程，同時支援教師處理個別執行功能較弱的幼兒，進行學童個別課程調適、行為改善計劃等。另一方面，因教師們專注於教學工作，未必能抽身為家長們進行很多家長培訓工作，而社工正正具備家長工作經驗和專長，可以與老師們一起合作設計和推行家長及／或親子活動，從而促進家校合作的發展。

## 11. 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：

計劃管理		財政管理	
報告類別及涵蓋時間	報告到期日	報告類別及涵蓋時間	報告到期日
計劃進度報告 1/11/2018–30/4/2019	31/5/2019	中期財政報告 1/11/2018–30/4/2019	31/5/2019
計劃進度報告 1/5/2019–31/10/2019	30/11/2019	中期財政報告 1/5/2019–31/10/2019	30/11/2019
計劃進度報告 1/11/2019–30/4/2020	31/5/2020	中期財政報告 1/11/2019–30/4/2020	31/5/2020
計劃總結報告 1/11/2018–31/10/2020	31/1/2021	財政總結報告 1/5/2020–31/10/2020	31/1/2021

## 12. 預計成效

### 12.1 培育學生範疇

- 能建立良好的生活和品德習慣，積極參與活動，享受學習的樂趣。
- 能嘗試計劃、實行和檢討，從遊戲開始，體驗執行功能的歷程。
- 能控制自己的情緒，提升變通力、檢討和後設認知力。

### 12.2 家長發展範疇

- 擁有更親密愉快的親子關係。
- 提升執行功能，特別是情緒控制、變通力、檢討和後設認知力。
- 掌握更多正面管教技巧。

### 12.3 老師專業能力範疇

- 能發展以學生為本、具特色的校本課程。
- 發展良好的師生關係。
- 建立專業學習社群，讓幼兒全人教育得以持續發展。

### 12.4 學校發展範疇

- 為學校營造安全和諧的學習氣氛。
- 有策略地支援家長，促進家校合作。
- 製作可作示例的教材和遊戲小寶盒，並分發給其他學校，向學界推廣、交流和分享經驗，促進知識的轉移。

### 13. 向業界推廣計劃

在計劃尾段舉辦分享會，將有關成果向業界推廣，亦會按需求到其他學校分享計劃及提供家長培訓技巧。同時按優質教育基金要求，協助舉行分享會或工作坊，務求將知識轉移，讓幼兒教育界別受惠。

### 14. 參考資料

- Harvard University, Center on the Developing(2011), *Child,Enhancing and Practicing Executive Function Skills with Children from Infancy to Adolescence*.
- Ministry of Education, Republic of Singapore (2012). *Nurturing Early Learners: A Curriculum Framework for Kindergartens in Singapore*
- Sunshine Circles: Theraplay Groups for the Classroom, The Theraplay Institute website
- Dale H. Schunk, Barry J. Zimmerman(1998) *Self-regulated Learning: From Teaching to Self-reflective Practice*. Guilford Press
- <https://web.oas.org/childhood/EN/Lists/Recursos%20%20Estudios%20e%20Investigaciones/Attachments/14/1A.pdf>
- <http://developingchild-harvard.edu/innovation-application/innovation-in-action/learning-through-play>
- 佩格·道森博士，理查·奎爾博士(2015)教出孩子的行動力。野人。P006,118,,337-338,347-348
- 香港教育大學(2017)。3Es 情社同行計劃。第二期。幼兒教育學系
- 香港小童群益會(2017)。香港小童群益會 樂緻幼兒園幼稚園聯校教師發展日主講嘉賓講義資料。
- 尚嘯，周宗奎，李卉 (2015)。4-6 歲幼兒執行功能與學習表現的關係。心理研究。8(1)：20-25
- Duncan G J, Dowsett C J, Claessens A, et al. School readiness and later achievement. *Developmental Psychology*,2007,43(6):1428-1446.
- 李美華，白學軍。不同學業成績類型學生執行功能發展。心理科學，2008，31(4)：866-870
- 張文靜，徐芬。3-5 歲幼兒執行功能的發展。北京師範大學認知神經科學與學習研究所，北京 100875。2005 第 11 卷第一期，73-78
- 香港小童群益會(2016)。香港小童群益會 幼兒成長星級學堂主講嘉賓 教育心理學家何樂然講義資料。
- Raver,C.C.Jones,SM.,Li-Gnning,CZnai,F.,Bub,K.,&Pressler,E(2011).CSRPs impact on low-income preschoolers'preacademic skills: Self-regulation as a mediating mechanism. *Child Development*,82, 362-378.
- Sasser.T.R.,Bieman,K.L.,&Heinrichs,B.(2015). Executive functioning and school adjustment: The mediational role of pre-kindergarten learning-related behaviors. *Early Childhood Research Quarterly*, 30, 70-79.

附件(一) 學童執行能力評估問卷

第一部份：學生問卷(請家長填寫，請圈出適當的分數)

學生姓名：

5 非常同意	4 同意	3 無意見	2 不同意	1 非常不同意		
1	在明顯危險的情況下，行為合宜(例如：避開熱爐子)。	5	4	3	2	1
2	能夠與人分享玩具，不會爭搶。	5	4	3	2	1
3	能夠在大人的指示下等待一小段時間。	5	4	3	2	1
4	接受簡單的雜務差遣(例如：在有人要求下，從房間裡拿出鞋子)。	5	4	3	2	1
5	記得別人所下的指示。	5	4	3	2	1
6	能一個人作一個動作地遵行兩個步驟以上的例行事務。	5	4	3	2	1
7	計劃改變或令人失望時，情緒能很快復原。	5	4	3	2	1
8	別的孩子把玩具拿走時，可以用非肢體的動作來解決問題。	5	4	3	2	1
9	能夠在團體裡玩要卻不會過度興奮。	5	4	3	2	1
10	能完成五分鐘的雜務(可能需要監督)。	5	4	3	2	1
11	能夠在幼稚園的團體圍坐時間，從頭坐到尾(十五到二十分鐘)。	5	4	3	2	1
12	能夠坐下來聽一到兩個故事。	5	4	3	2	1
13	大人下了一道指令後，願意立即服從。	5	4	3	2	1
14	會停下手邊的遊戲，接受大人的指示。	5	4	3	2	1
15	在有人提醒下，準備按時上床睡覺。	5	4	3	2	1
16	能夠先完成一項任務或活動，再開始另一項工作。	5	4	3	2	1
17	可以遵守別人提出的計劃或簡單的例行事務(在有人先行示範的狀況下)。	5	4	3	2	1
18	能夠完成超過一個步驟的簡單藝術性功課。	5	4	3	2	1
19	把外套放在適當的地方(可能需要人提醒)。	5	4	3	2	1
20	把玩具放在適當的地方(可能需要人提醒)。	5	4	3	2	1
21	在吃完東西後清理桌面(可能需要人提醒)。	5	4	3	2	1
22	能夠不拖延地完成日常例行公事(需要人提醒)。	5	4	3	2	1
23	能夠在提供了某種原因後，加快完成某件事。	5	4	3	2	1
24	能夠在時間限制內，完成一件小事(如：開電視前把玩具收好)。	5	4	3	2	1
25	會指揮其他孩子玩耍或假裝在玩些活動。	5	4	3	2	1
26	為了想要的東西而碰到衝突時會找人協助解決。	5	4	3	2	1
27	為了達到簡單的目的，會嘗試不只一種解決方法。	5	4	3	2	1
28	可以為計劃或例行事務的改變而做出調整(可能需要人提醒)。	5	4	3	2	1
29	可以從微小的失望情緒中快速復原。	5	4	3	2	1
30	願意與他人分享玩具。	5	4	3	2	1
31	在堆積木或拼拼圖等建構活動中，第一次不成功時，能夠做出些微的調整。	5	4	3	2	1
32	能夠發現新的(但簡單的)工具用法來解決問題。	5	4	3	2	1
33	會建議別人的孩子如何修理某樣東西。	5	4	3	2	1

問卷來源：佩格·道森博士(2015)。《教出孩子的行動力》。野人。頁 337-338。

第二部份：家長問卷(請圈出適當的分數) 與學生關係：父 / 母

7 非常符合 6 符合 5 還算符合 4 有時符合，有時不符合

3 有時不符合 2 不太符合 1 不符合

1	我不會急著下斷論。	7	6	5	4	3	2	1
2	我會先思考，再說話。	7	6	5	4	3	2	1
3	在沒有掌握所有事實之前，我不會採取行動。	7	6	5	4	3	2	1
4	我對於事實、日期和細節，有很好的記憶力。	7	6	5	4	3	2	1
5	我答應做的事一定記得牢牢的。	7	6	5	4	3	2	1
6	我很少需要人家提醒我去完成任務。	7	6	5	4	3	2	1
7	在工作時，我極少受情緒的影響。	7	6	5	4	3	2	1
8	沒有什麼事會在情緒上影響我，或讓我對手邊的工作分心。	7	6	5	4	3	2	1
9	我能夠把個人情感擺在一旁，先把任務完成了再說。	7	6	5	4	3	2	1
10	不管是什麼樣的工作任務，我都認為應該盡快開始。	7	6	5	4	3	2	1
11	我做事情通常不會拖拖拉拉。	7	6	5	4	3	2	1
12	我很少把工作留到最後才做。	7	6	5	4	3	2	1
13	我覺得自己很能夠專注在工作上。	7	6	5	4	3	2	1
14	指派給我的差事一旦開始，我就會勤奮地把它做完。	7	6	5	4	3	2	1
15	即使手邊的工作半途被打斷，我也很容易就能回頭來完成。	7	6	5	4	3	2	1
16	在為一天做計劃時，我會排好優先次序，按計劃完成。	7	6	5	4	3	2	1
17	當有很多事要做的時候，我很容易就能專注在最重要的事情上。	7	6	5	4	3	2	1
18	我都把大型任務分割成段落來執行，並訂出完成限期。	7	6	5	4	3	2	1
19	我是個有條不紊的人。	7	6	5	4	3	2	1
20	保持工作區域整潔有序，對我來說是很自然的事。	7	6	5	4	3	2	1
21	我善於有系統地打理我的工作。	7	6	5	4	3	2	1
22	一天過完，我通常都完成了預計要做的事。	7	6	5	4	3	2	1
23	我很善於評估做事需要花多久時間做完。	7	6	5	4	3	2	1
24	我通常都準時赴約和參加活動。	7	6	5	4	3	2	1
25	我認為自己是個為了目標全力以赴的人。	7	6	5	4	3	2	1
26	為了長程目標，我能夠放棄眼前的歡樂。	7	6	5	4	3	2	1
27	我堅信人應該設定和追求高水準表現。	7	6	5	4	3	2	1
28	我會定期評估自己的表現，設法讓自己更進步。	7	6	5	4	3	2	1
29	我可以退一步思考，針對情況做出客觀決定。	7	6	5	4	3	2	1
30	我很少能預判情況行動，依據別人的反應調整我的行為。	7	6	5	4	3	2	1
31	碰到不在預期範圍內的事情，我從容以對。	7	6	5	4	3	2	1
32	我輕易就能為計劃或事情先後次序的改變，做出調整。	7	6	5	4	3	2	1
33	我覺得自己很有變通力，能夠適應改變。	7	6	5	4	3	2	1

● 問卷來源：佩格·道森博士(2015)。《教出孩子的行動力》。野人。頁 345-348。