

## 宣道會陳元喜小學

優質教育基金申請主題：健康的生活方式及學生的正向發展  
計劃名稱：我與奧運同行「元喜精英」體適能教育計劃(Fit For Kids)

## 1. 目的

短期：為學生營造促進身、心靈健康的學習環境，讓學生通過體適能訓練計劃及配合全方位學習活動，以認識均衡飲食、體重控制的重要性及培養正確的健康觀念和正確的價值觀。

長期：健康是我們最寶貴的財富。期盼學生在重視身、心靈健康的學習環境成長，實踐健康的生活方式，將來成為一個擁有強健體魄及樂善勇敢的健康快活人。此外，我們亦希望透過本計劃，喚醒家長注意健康及協助老師舒緩工作壓力。

## 目標

- 1.1 為小學一至六年級學生建立體適能訓練計劃及針對性地建立個人訓練檔案，務求學生的身高體重合乎健康指標。
- 1.2 為全校學生訂定體適能訓練計劃統整課程。統整科目包括體育及英文科，通過全方位學習活動，讓學生認識各項體適能訓練活動及倫敦奧運體育項目。此外，學習活動還包括認識英國的地標、風土民情等英國文化。
- 1.3 為學生、家長及全體教師舉辦營養講座及體適能全方位學習活動，讓各持分者共同建立健康生活方式和正向發展模式。

2. 對象/預期受惠人數：本校全體教職員、754位學生及學生家長。

## 3. 推行方案及時間表：

3.1 進行期：9/2012 - 7/2013

## 3.2 過程/時間表

- a) 準備階段【2012年9月】：聘請計劃助理、識別參與計劃學生、設計課程及宣傳；
- b) 實施階段【2012年9月至2013年7月】：全班式及抽離式體適能課程、全方位學習活動、專題研習活動等活動；
- c) 總結和評估階段【2013年7月】：總結及陳展體適能訓練課程檔案及統整課程、全方位學習、專題研習成果；

## 4. 預期產品及成果：

- 4.1 成立體適能訓練計劃及以計劃助理及電腦軟件支援成立的個人體適能訓練檔案；
- 4.2 設計及推行體適能訓練計劃，並統整課程；
- 4.3 舉辦配合健康生活方式及學生正向發展的全方位學習活動
  - a) 為教師、家長舉辦體育活動/康體發展同樂日；
  - b) 營養師主講的教師、家長講座及學生工作坊；
  - c) 認識英國倫敦奧運體育項目及英國文化等全方位學習活動；
  - d) 培訓體育精英及英語體育小記者；
- 4.4 配合健康的生活方式及學生正向發展的各級學生專題研習報告

## 5. 預算：

設備	11,000	總數
一般開支	33,000	206,060
職員薪酬	152,460	(上調至 206,100)
服務	9,600	

## 6. 評鑑參數及方法：

本計劃採用CIPP評鑑模式來進行評鑑，即背景(context)評鑑、投入(input)評鑑、歷程(process)評鑑、成效(product)評鑑。歷程及成效評鑑表現指標簡列如下：

歷程評鑑表現指標	課程評鑑表現指標	學生學習成效評鑑表現指標
體適能檔案及專題設計反思所學	課前共同集備記錄	體適能檔案及專題研習記錄活動表現
紀錄運動歷程及評鑑體適能指標	課程小組評鑑報告	訪談教師、學童、家長記錄
自評、互評、家長及老師的評鑑	課堂實踐，總結經驗報告	多向度問卷調查