

乙部 計劃撮要

計劃名稱：「健康體適能測試及訓練暨環保發電中心」

計劃編號
(2011-0102)

機構名稱：東涌天主教學校

(1) 目的：透過有系統及客觀的評估讓持份者知道自己的健康體適能水平及作出改善；提高持份者的環保意識。

(2) 目標：

- (i) 培養持份者恒常參與運動的習慣，促進身心健康。
- (ii) 幫助學生建立活躍及健康的生活模式。
- (iii) 加強環保意識，推廣再生能源，提醒持份者節約能源。
- (iv) 提昇師生對學校的歸屬感。
- (v) 於東涌逸東邨建立一個健康體適能測試及訓練中心。
- (vi) 作為學校健康校園的其中一個重要組成部份。

(2) 對象：學校持份者，同區學校師生

預期受惠人數：1500(師生)、300(家長)、300(同區師生)、400 社區人士

(3) 推行方案：

(i) 進行時期：由 2012 年 11 月至 2014 年 3 月

(ii) 過程/時間表：

成立籌備委員會	12 年 11-12 月
訂購器材及興建中心	13 年 1 至 4 月
設計健康體適能課程	13 年 2 至 3 月
介紹設施使用方法及安全守則	13 年 5 月
指導員訓練	13 年 5 月
參觀活動及中心開	13 年 5 月至 14 年 3 月
檢討	14 年 3 月

(iii) 與其他機構／伙伴協作：體適能總會、香港中文大學體育系

(4) 產品：

(i) 產品／成果：健康體適能課程，環保電池，中心的發展概念。

(ii) 產品／成果的推介：以教育為手段，中心為工具提昇持份者的身心健康及加強環保意識。以健康校園網絡計劃作推廣。

(iii) 產品／成果商品化潛力：健康體適能訓練暨環保發電概念、課程。

(5) 預算：

工程費\$100,000；器材設備\$310,000（訓練器材、測試器材、發電裝置改裝）；培訓／服務\$5,000；一般開支\$12,500；優質教育基金總共資助\$427,500。

(職員薪金\$100,800 及其他費用由學校負責)

(6) 評鑑：

- | | |
|---------------------------|----------|
| 1. 於開放時間的中心每天有最少 80 人次使用。 | 統計中心使用情況 |
| 2. 70%參與計劃健康體適能有所改善。 | 參與前後比較 |
| 3. 70%體適能不達標的同學參與後有改善。 | 參與前後比較 |
| 4. 持份者對學校的歸屬感有所提昇。 | 問卷調查 |
| 5. 持份者的環保意識有所提昇。 | 問卷調查 |
| 6. 蓄電池的數量。 | 統計中心的蓄電池 |