

## 丙部 計劃詳情

### (一) 背景：

#### 1.1 學校簡介：

旅港開平商會學校是「旅港開平商會」於 1965 年創立。「德、智、健、勤」是本校的校訓，期望將每位學童培養成「德智同長、健勤並倡」的少年。我們悉心營造一個積極的學習環境，同時亦著重鍛鍊學生的體魄，讓他們在愉快的學校生活中健康地成長；期望每位學生都成為一個有為少年，他日成為一位積極參與貢獻社會的良好公民。

#### 1.2 評鑑本校對是項計劃的需要：

鑑於兒童肥胖問題日益嚴重，據衛生署數據，近 10 年間本港肥胖學童的比率由 16% 急升至 21%，即每 5 名學童中就有 1 人是肥胖。這些情況值得關注，因為肥胖問題會令兒童帶來日後生理及心理影響，甚至造成社會問題及影響公共醫療開支。

根據本校近年表現評量數據顯示，低年級男、女學生處於可接受體重範圍的百分比比較佳，一般可達致約 90% 的水平；惟當高年級學生步入青春期的學生百分比明顯減少至約 75%-80%，當中未達標學生絕大部分有超重問題。可見兒童超重問題已敲響警號，學校必須正視。為此，學校在 2012-2015 三年發展計劃中已訂定推行健康校園計劃為學校發展策略之一，目的在培養學生建立健康的生活習慣。學校現時已積極舉辦「體適能獎勵計劃」及參與各項校內及校際運動比賽活動等，惟成效未見顯著，故校方希望透過本計劃，進一步改善學童的體質；透過體能訓練，協助過胖的學童減去多餘的脂肪，控制體重。

#### 1.3 有利推行計劃的因素 / 設施

##### 1.3.1 教師方面：

1.3.1.1 本校九成以上教師持有小學教育學士學位，足見本校教師能與時並進，願意不斷進修及接受培訓；此外，本校教師流失率低，對學校有較強歸屬感，能積極參與及推展學校計劃。

1.3.1.2 本校具備共同備課、跨科協作及觀課文化。歷年來教師合作無間，積極參與不同的課程發展計劃，以提升學與教成效，充分發揮團隊合作精神。

1.3.1.3 本校實施專科專教多年，教師均已接受有關科目的培訓，本科知識豐富，有助推行計劃。

### 1.3.2 家長方面：

- 1.3.2.1 本校家長教師會自於 2000 年成立以來，經常與學校合作，舉辦多項不同類型的活動，諸如家長講座、親子工作坊、親子教育營及旅行等。
- 1.3.2.2 本校學生家長一向熱心服務，對學校各項教學措施與活動均熱烈支持與輔助，並經常參與討論，提出意見；家教會的家長委員、義工，經常駐校協助照顧學生，交流意見，為學校與家庭提供了優良的溝通渠道。故此，本校家長必定能夠支持及參與教學計劃的推行。

### 1.3.3 學生方面：

- 1.3.3.1 本校學生積極參與多元化的課外活動，經常在體育運動獲得優異的成績，可見學生樂於參與體育運動，達致本計劃預設的目標。
- 1.3.3.2 本校學生淳樸受教、努力學習，亦願意服務他人，表現優異，經常獲校內外人士稱讚。故相信本校學生必能積極參與有關活動及訓練。

## 1.4 發展策略

- 1.4.1 本計劃配合本校的三年發展策略，著重培養學生建立健康的生活習慣，為優先發展的項目。
- 1.4.2 本計劃重視推行教師培訓，首先會舉辦專業發展講座/工作坊，增加教師對食物營養及體能運動的認識，從而讓教師在中英文科教學上設計合適的寫作活動，提倡健康飲食、做適量運動的訊息，提升學習成效。
- 1.4.3 本計劃着重「知行合一」，即認知與實踐並重，先讓學生認識健康飲食及運動的知識和重要性，繼而在校增加運動設備和用品，讓學生透過各項體育活動、體能訓練及比賽等強化體格。
- 1.4.4 本計劃具針對性，目的在改善本校超重學生的健康問題，透過健體營邀請有超重問題的學生及其家長參與培訓，讓他們認識肥胖問題的危機，並檢視不良的生活習慣，以控制體重及促進身體健康。
- 1.4.5 在推行以上計劃內容後，本校將舉辦「健康小食/美食食譜設計比賽」，讓學生將健康飲食知識應用到生活中，得獎作品將印製成 2000 份單張，在學校開放日中派發給家長及學生，宣揚健康飲食和適量運動對身體的好處和重要性。

「至血至營小豆丁」

## (二) 目的及目標

### 2.1 目的

透過增加學校的運動器材、設備及體能訓練活動等，鍛鍊學生具備強健的體格，同時減少超重學生將來患心肺及血管疾病的機會；計劃亦透過健體營、講座及課堂教學等，加強教師、家長及學生對食物營養及體能運動的認識，從而促進學生及家長建立健康的生活習慣。此外，透過宣傳單張，推廣均衡飲食及做適量運動的健康生活習慣。

### 2.2 目標

- 2.2.1 增加有超重問題學生的運動量，讓他們的體能得以改善，體重受到控制；
- 2.2.2 加強教師、家長及學生對食物營養及體能運動的認識；
- 2.2.3 提升教師、家長及學生對健康生活習慣的關注；
- 2.2.4 提升學生體能及促進身體健康；
- 2.2.5 增購體育運動器材及用品，讓學生於課堂及課餘使用。

## (三) 受惠對象

- 3.1 參加加強體能訓練的超重學生及其家長：約 100 人。
- 3.2 參加健體營的超重學生及其家長：約 100 人
- 3.3 全校學生：一至六年級 24 班學生(約 680 人)
- 3.4 全校教師：43 人
- 3.5 參加均衡飲食、營養及運動講座的超重學生及其家長：約 100 人

## (四) 教師及校長參與計劃的程度

- 4.1 校長帶領全體教師參與計劃，並在行政工作上作出配合，使計劃順利推行。
- 4.2 成立核心教師小組，成員包括副校長、計劃統籌主任和體育及常識科科主任，共同撰寫計劃書及籌劃本計劃的推行。
- 4.3 成立工作小組，包括由本計劃的統籌教師負責推行及跟進計劃的執行；體育及常識科科主任購置器材及聯絡校外協作機構舉行活動；中、英文科科主任統籌各級寫作教學的安排；活動主任安排超重學生於康樂活動時段參與不同類型的運動組別項目；另訓輔主任負責調動教師當值崗位以便體育科教師能監察學生使用健身單車。
- 4.4 由體育及常識科教師負責計劃中的核心教學活動，一至六年級中英文科教師則設計及推行各級寫作教學，推動學生健康飲食及做適量運動。
- 4.5 除核心教師進行主要的計劃工作外，亦透過教師工作坊、分享會，讓全體教師參與計劃，廣泛推動全校師生及家長建立健康生活習慣。
- 4.6 校方會確保學生的安全，採取適當的安全措施。體育科科主任負責訂定使用健體單車的安全守則及程序，並由體育科教師負責帶領學生外出進行體育活動及監察在校內使用健體單車。

「至 fit 至營小豆丁」

## (五) 推行方案及時間表(開展日期：01/02/2014 至 30/04/2015)

## 5.1 擬舉辦的活動及活動詳情

## 5.1.1

- 活動名稱：「強身有法」教師專業發展工作坊
- 活動目的：加強教師對食物營養及體能運動的認識
- 負責人：本計劃統籌主任及外聘導師
- 參與對象：全校教師
- 舉辦日期：2014 年 2-3 月
- 活動內容：
- i. 認識均衡飲食及適量運動與保持健康的關係；
  - ii. 認識食物標籤及辨識健康食物的種類；
  - iii. 認識體能運動的類別及其對身體機能的益處；
  - iv. 學習簡易體能運動；
  - v. 透過小組討論，在各科課程中融入有關教學內容。(由體育及常識科教師負責計劃中的核心教學活動，一至六年級中英文科教師則設計及推行各級寫作教學，推動學生健康飲食及做適量運動)

## 5.1.2

- 活動名稱：「至 fit 至營小豆丁」家長講座
- 活動目的：簡介「至 fit 至營小豆丁」計劃
- 負責人：本計劃統籌主任
- 參與對象：全校有超重問題的學生及其家長 (約 100 人)
- 舉辦日期：2014 年 2 月
- 活動內容：
- i. 簡述超重問題對學生的影響；
  - ii. 簡介計劃內容；
  - iii. 邀請有超重問題的學生進行全年密集式體能訓練；
  - iv. 認識肥胖問題的危機及檢視不良的生活習慣；
  - v. 認識食物標籤及辨識健康食物的種類；
  - vi. 認識如何透過增加運動量及健康飲食改善超重問題。

## 5.1.3

- 活動名稱：「至 fit 至營小豆丁」健體營 (日營)
- 活動目的：認識肥胖問題的危機，並檢視不良的生活習慣，以控制體重及促進身體健康。
- 負責人：體育科科主任及外聘導師
- 參與對象：有超重問題的學生及其家長 (名額 100 人)
- 舉辦日期：2014 年 5 月
- 活動內容：
- i. 認識肥胖問題的危機及檢視不良的生活習慣；
  - ii. 認識食物標籤及辨識健康食物的種類；
  - iii. 進行球類及健體運動，認識如何透過增加運動量及健康飲食改善超重問題。

5.1.4

- 活動名稱： P.1,2 常識科「有營美點工作坊」(P.1,2 各一次)  
活動模式： 工作坊(互動工作坊連小型攤位)  
活動目的：  
i. 加強學生對食物營養的認識；  
ii. 介紹簡易室內運動以配合學童健康成長。  
負責人： 常識科科主任及外聘導師  
參與對象： P.1,2 全級學生  
舉辦日期： 2014 年 5 月  
活動內容：  
i. 如何選擇食物種類，以切合學童營養所需；  
ii. 如何選擇較健康的包裝小食以及自製營養點心；  
iii. 示範簡易室內運動。

5.1.5

- 活動名稱： P.4 常識科「至 fit 至營小豆丁」講座  
活動模式： 講座  
活動目的：  
i. 加強學生對食物營養的認識；  
ii. 提升學生對健康生活習慣的關注。  
負責人： 常識科科主任及 P.4 常識科任  
參與對象： P.4 全級學生  
舉辦日期： 2014 年 4 月  
活動內容： 透過講座加強學生對食物營養及運動的認識。

5.1.6

- 活動名稱： P.5,6 常識科「青春期有營飲食知多少」講座  
活動模式： 講座  
活動目的：  
i. 均衡飲食對在青春期成長健康的影響；  
ii. 讓學生在青春期建立健康生活習慣。  
負責人： 常識科科主任及 P.5,6 常識科任  
參與對象： P.5,6 全級學生  
舉辦日期： 2014 年 9 月  
活動內容： 配合常識科 P.5 上學期「人生路上」、P.6 上學期「健康由我創」課程，讓學生認識有助青春期成長的食物營養與健康生活。

## 「至 fit 至營小豆丁」

## 5.1.7

活動名稱：中英文「健康生活」寫作  
 活動模式：課堂寫作教學  
 活動目的：提升學生對健康生活習慣的關注。  
 負責人：中英文科科主任及各級科任  
 參與對象：各級學生  
 舉辦日期：2014年11-12月  
 活動內容：以「健康生活」為題，配合中英文科寫作教學，提升學生對健康生活習慣的認識和關注。

## 5.1.8

活動名稱：P.3 參觀「尖沙咀衛生教育展覽及資料中心」  
 活動模式：外出參觀  
 活動目的：加強學生對個人健康、食物營養及衛生的認識  
 負責人：課程主任及 P.3 中、英、數、常識科任  
 參與對象：P.3 學生  
 舉辦日期：2014年11-12月  
 活動內容：學生在參觀「衛生教育展覽及資料中心」後完成參觀報告，內容包括中文科：敘述參觀經過；英文科：分辨高危食物；數學科：記錄個人身高體重並對保持個人身體健康作出合理的建議；常識科：配對食物標籤的內容和搜集食物標籤及添加劑的詞彙，以加強學生對個人健康、食物營養及衛生的認識。

## 5.1.9

活動名稱：「至 fit 至營小豆丁」體能訓練活動  
 活動模式：健體單車/跑步、球類運動  
 活動目的：增加有超重問題學生的運動量，讓他們的體能得以改善，體重受到控制。  
 負責人：活動主任、體育科科主任及科任  
 參與對象：有超重問題學生  
 舉辦日期：2014年3月--2015年4月  
 活動內容：
 

- i. 安排有關學生在早上、小息、午後、課後不同時段踏健體單車/跑步；
- ii. 安排有關學生全年逢周五康樂活動時段，參與不同類型的運動組別項目；
- iii. 安排有關學生到運動場進行課後球類活動 8 次；
- iv. 安排有關學生定期量度身高和體重，以檢視 BMI 的進度和變化，了解體重控制的情況。

## 「至 fit 至營小豆丁」

## 5.1.10

- 活動名稱：「至 fit 至營小豆丁」親子健康小食/ 美食食譜設計比賽
- 活動模式：食譜設計比賽
- 活動目的：讓學生將健康飲食知識應用到日常生活中，宣揚健康飲食和適量運動對身體的好處和重要性。
- 負責人：本計劃統籌主任
- 參與對象：全校學生及家長
- 舉辦日期：2014 年 5-6 月
- 活動內容：
  - i. 舉辦「至 fit 至營小豆丁」親子健康小食/ 美食食譜設計比賽；
  - ii. 將得獎作品印製成 2000 份單張，在校內及在學校開放日中派發。

## 5.1.11

- 活動名稱：「至 fit 至營小豆丁」成果分享會
- 活動模式：分享會
- 活動目的：分享超重學生的努力成果，鼓勵他們持續注重健康和均衡飲食及常做運動的健康生活方式。
- 負責人：本計劃統籌主任
- 參與對象：有超重問題的學生及其家長
- 舉辦日期：2015 年 4 月
- 活動內容：
  - i. 公佈整體超重學生在參與計劃前後的體量及身高比例數據比較；
  - ii. 分享學生及家長在活動中的表現；
  - iii. 學生及其家長分享在健體減重過程中，遇到的困難、解決方法、技巧和心得；
  - iv. 鼓勵學生及家長繼續健康生活方式和習慣。



「至 fit 至營小豆丁」

## 5.2 推行計劃時間表

日期	工作項目	參與者
2013年5月下旬至6月	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 成立核心教師小組</li> <li>● 召開第一次小組會議---商討計劃詳情</li> <li>● 進行物資初步報價，以作財政預算</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 校長</li> <li>● 核心教師小組</li> </ul>
2013年6月下旬至7月初	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 撰寫計劃書</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 副校長</li> <li>● 核心教師小組</li> </ul>
2013年9月	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 全校學生量度身高體重，篩選超重學生參加「至 fit 至營小豆丁」體能訓練活動。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 體育科任</li> <li>● 全校學生</li> </ul>
2014年2月	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 舉行計劃簡介會，向教師介紹計劃內容；</li> <li>● 成立工作小組，協助行政及課程安排。</li> <li>● 「至 fit 至營小豆丁」家長講座</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 計劃統籌主任</li> <li>● 全校教師</li> <li>● 校內中層管理人員</li> <li>● 有超重問題的學生及其家長</li> </ul>
2014年2-3月	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 進行物資採購，預訂活動場地及預約校外導師等；</li> <li>● 「強身有法」教師專業發展工作坊</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 體育及常識科科主任</li> <li>● 計劃統籌主任</li> <li>● 全校教師</li> </ul>
2014年3月-2015年4月	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 「至 fit 至營小豆丁」體能訓練活動</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 體育科任</li> <li>● 有超重問題的學生</li> </ul>
2014年4-12月	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 常識科工作坊/參觀活動</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 常識科科主任</li> <li>● 全校學生</li> </ul>
2014年5月	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 「至 fit 至營小豆丁」健體營</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 有超重問題的學生及其家長(100人)</li> </ul>
2014年5-6月	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 「至 fit 至營小豆丁」親子健康小食/美食食譜設計比賽</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 全校學生及家長</li> </ul>
2014年7月	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 派發親子健康小食/美食食譜得獎作品單張予全校學生及家長</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 計劃統籌主任</li> </ul>
2014年11-12月	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 中英文「健康生活」寫作</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 計劃統籌主任</li> </ul>
2014年12月	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 於開放日派發親子健康小食/美食食譜單張，並設攤位宣揚健康生活方式</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 計劃統籌主任</li> </ul>
2015年4月	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 「至 fit 至營小豆丁」成果分享會</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 計劃統籌主任</li> <li>● 有超重問題的學生及其家長</li> </ul>



## (六) 計劃的預期成果

- 6.1 製成「至 fit 至營小豆丁」學生紀錄冊，紀錄超重學生運動量及進展等資料；
- 6.2 配合 P.3 常識科 3B 冊書，單元一《踏上健康路》和單元二《生活好環境》，學生在參觀「衛生教育展覽及資料中心」後完成參觀報告，內容包括中文科：敘述參觀經過；英文科：分辨高危食物；數學科：記錄個人身高體重並對保持個人身體健康作出合理的建議；常識科：配對食物標籤的內容和搜集食物標籤及添加劑的詞彙，以加強學生對個人健康、食物營養及衛生的認識；
- 6.3 學校表現評量--「處於可接受體重範圍的學生」百分比能保持不變或有 3% 以內的上升；
- 6.4 從問卷統計，70%以上教師、學生及家長對食物營養及體能運動的認識有所增加；
- 6.5 根據活動開展及完結時學生的體重記錄，3%以內的超重學生體重得以減輕，從問卷統計，50%學生能建立持續做運動及健康飲食的習慣；
- 6.6 從問卷統計，50%超重學生的家長能學會怎樣協助子女改善不良的生活習慣，並控制體重；
- 6.7 學校的體育運動器材及用品數量有所增加，可供學生於課堂及課餘使用；
- 6.8 在「至 fit 至營小豆丁」親子健康小食/ 美食食譜設計比賽後，將得獎作品單張印製 2000 份，派發給學生及家長；
- 6.9 在學校開放日展覽「至 fit 至營小豆丁」計劃壁報，展示計劃內容、進度及階段性成果，並在現場攤位介紹簡易運動及健康美食。

## (七) 計劃評鑑

- 7.1 透過紀錄超重學生出席活動的次數，了解其參與程度，總出席率達 70%或以上；
- 7.2 透過體重比較，對照超重學生參與計劃前後的體重及身高比例變化，3%以內的超重學生體重得以減輕；
- 7.3 透過學校表現評量，對照計劃前後「處於可接受體重範圍的學生」的百分比能保持不變或有 3%以內的上升；
- 7.4 透過觀察及訪談，了解學生在各科課程、參觀、講座的學習表現；
- 7.5 計劃後期以問卷形式調查超重學生及其家長在生活習慣中的改變，50%學生能建立持續做運動及健康飲食的習慣，50%超重學生的家長能學會怎樣協助子女改善不良的生活習慣，並控制體重；
- 7.6 計劃後期以問卷形式調查教師對食物營養及體能運動的認識是否有所增加；
- 7.7 透過「至 fit 至營小豆丁」親子健康小食/ 美食食譜設計比賽的參賽情況及表現，了解學生及家長對健康飲食的認識是否有所增加。

「至 fit 至營小豆丁」

## (八) 財政預算

服務：

類別	項目名稱	數量	單價	合共	總計
1. 健體營/體能訓練活動	i. 「至 fit 至營小豆丁」健體營—運動教練費用 (1.5 小時/節)	2 節 x 5 組	\$580/節 x50% =\$290	\$2,900	\$19,150
	ii. 「至 fit 至營小豆丁」體能訓練活動運動教練費用(1.5 小時/次)	8 次 x 2 組	\$500/次 x50% =\$250	\$4,000	
2. 講座/工作坊	i. 「強身有法」教師專業發展工作坊講者費用	1 次	\$1500	\$1,500	
	ii. 「至 fit 至營小豆丁」健體日營講者費用	1 次	\$1500 x50% \$750	\$750	
	iii. P.1 常識科工作坊	1 次	\$3,500	\$10,000	
	P.2 常識科工作坊	1 次	\$3,500		
P.4 常識科講座	1 次	\$1,500			
	P.5,6 常識科講座	1 次	\$1,500		

設備：

類別	項目名稱	數量	單價	合共	總計
體育器材及用品	i. 健身單車	5 部	\$3,500	\$17,500	\$26,300
	ii. 身高體重量度機	2 部	\$3,800	\$7,600	
	iii. 測脂體重磅	2 部	\$600	\$1,200	

一般開支：

類別	項目名稱	數量	單價	合共	總計
1. 場地	i. 健體日營租金 (教師)	10 人	\$41	\$410	\$26,322
	ii. 健體日營租金(學生及家長)	100 人	\$41x50%=\$20.5	\$2,050	
	iii. 室內運動場 ((\$57/小時x2 個小時x2 組= \$228/次)	8 次	\$228/次 x50% =\$114	\$912	
2. 交通	i. 來回學校及健體營營地	1 次 x 2 車	\$1,800/車 x50% =\$900	\$1,800	
	ii. 來回學校及運動場地	8 次 x1 車	\$800/車 x50% =\$400	\$3,200	
	iii. 來回學校及參觀地點(P.3) (尖沙咀衛生教育展覽及資料中心)	1 次 x3 車	\$1,800/車	\$5,400	
3. 獎品	i. 「至 fit 至營小豆丁」優秀表現獎	10 份	\$50	\$500	
	ii. 「至 fit 至營小豆丁」健康食譜設計比賽	6 份	\$50	\$300	
4. 體育器材及用品	i. 羽毛球	10 筒	\$50/筒	\$500	
	ii. 羽毛球拍	60 隻	\$100/隻	\$6,000	
	iii. 籃球	30 個	\$75/個	\$2,250	
5. 印刷	印製宣傳健康小食/ 美食及運動單張 (A5 6 摺)	2000 份	\$1.5	\$3,000	
				總計	\$71,772
					(上調至 \$71,800)

「至正至善小豆丁」

## (九) 資產運用計劃

類別	項目／說明	數量	總值	建議的調配計劃(註)
視聽器材	/	/	/	/
書籍及 視像光碟	/	/	/	/
電腦硬件	/	/	/	/
電腦軟件	/	/	/	/
樂器	/	/	/	/
辦公室器材	/	/	/	/
辦公室家具	/	/	/	/
體育器材	i) 健身單車	5 部	\$17,500	體育科會用作提升運動員/學生體能用途
	ii) 身高體重量度機	2 部	\$7,600	體育科會用作每年量度全校學生身高體重用途
	iii) 羽毛球拍	60 隻	\$6,000	體育科會用作教學及活動用途
	iv) 籃球	30 個	\$2,250	體育科會用作教學及活動用途
	v) 測脂體重磅	2 部	\$1,200	體育科會用作每年量度全校學生體重及脂肪比例用途
其他	/	/	/	/

註：供學校／團體／其他計劃使用(請提供在計劃結束後會接收被調配的資產的部門／中心的詳情，以及預計有關資產在活動中的使用情況)。

### (十) 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 01/02/2014 - 31/01/2015	28/02/2015	中期財政報告 01/02/2014 - 31/01/2015	28/02/2015
計劃總結報告 01/02/2014 - 30/04/2015	31/07/2015	財政總結報告 01/02/2014 - 30/04/2015	31/07/2015

### (十一) 計劃成果的延續

- 11.1 本校將計劃有關的活動資料、教學設計、教具及教材等，成立資源庫，讓資源得以在來年繼續使用。
- 11.2 教師將有關本計劃工作坊所學的知識與技能，繼續運用在將來教學上。
- 11.3 教師繼續將體重管理的知識與經驗，與有超重問題的學生及家長作分享。
- 11.4 本校將計劃中所購置的體育運動器材及用品，繼續在日後的課堂及課餘活動中運用。
- 11.5 本校教師樂意為其他有興趣推行健康生活教育的學校提供支援及意見，讓成效得以發展。

### (十二) 推廣/宣傳計劃成果

- 12.1 在學校大門掛上大型橫額，向家長及學生宣傳本計劃。
- 12.2 透過學校網頁，定期向外界展示活動情況、滙報進展及成果。
- 12.3 製作宣揚健康飲食及持續進行運動單張 2000 份，派發給校內師生。
- 12.4 製作「至 fit 至營小豆丁」展覽壁報，在學校開放日展示計劃進度及成果，並在現場攤位介紹簡易運動及健康美食。
- 12.5 在「校訊」報告計劃內容、進展及成果，宣揚建立健康生活習慣。