

丙部：計劃詳情

計劃背景

香港教育重視學生的全人發展，但本地教師家長著重學生的學業成績，傳媒報章亦把公開試放榜的焦點放在大優尖子上，以致「求學只是求分數」的社會風氣日趨嚴重（獨立媒體，2005），這種「學習只求分數」的現象已從學童一學級時開始，不少學生從小學二三年級開始已遭遇困難失去學習興趣不喜歡上課。《九年免費強迫教育研究報告書》的結果顯示本地學生由小學三、四年級開始成績下降表現出顯著的學習挫敗感，年級越高問題越嚴重，學習動機的下降亦越明顯。有小部份學生甚至在小一時已開始面對上述的不愉快經驗（黃顯華等，1996）。此情況更隨著年級的增長而漸趨嚴重（林智中、陳建生，2001）；教協教育研究部主任葉建源認為，學生在小學期間經常被要求操練考試，使他們在失去學習興趣，甚至成績退步（明報，2010）。這正進一步削弱學生的學習動機，情況更每況愈下。

這個現象的持續惡化，嚴重地打擊了香港教育一直以來的核心目的 - 「全人發展」，大大阻礙了學生在德、智、體、群、美各方面的全面發展。現時不少學校及學生都為了學術課程和一關又一關的升學考試，迫得喘不過氣來，在重重壓力下，往往令到老師的焦點放在學術成績上，只著重學生的智力發展，而忽略了培育學生的生活技能。生活技能是生命教育其中一個重要元素，是生命取向意義和價值觀的生產物，透過日常生活技能之實踐得以深化、內心及正確立（Hendricks, 1996）。生活技能對個人成長有重要的作用。

體育運動不但讓學生強身健體之外，更能提升自我、增強自信與及建立健康的形象，有助全面地發展生命技能，更是全人教育不可或缺的重要一環。不少研究均指出運動能帶來樂趣，促進個人自我改善和提升，更可以讓參與者在運動中不分彼此，以人類最原始的體能和技能來交會（林秀珍、顧曉雲，2007）。聯合國的一份文獻（2002）中闡述運動有助個人改善自信心，處理壓力，提升學習表現，學習與人相處和溝通，自我衡量與發掘，勇於挑戰和承擔……以角力運動為例，由於這項格鬥型運動不許選手任意向對方拳打腳踢，須依照規則進行，既可訓練個人體能和意志力，也可提供情緒宣洩與專注力的學習；另一研究亦顯示武術訓練作為運動項目之一，提升了學童的自我效能感，改善人際關係的表現（鄭胤序、李姿瑩，2010年）。由此可見，運動所帶來的裨益正與本港重視全人發展的教育理念不謀而合。

然而，傳統的體育課教學只是透過運動發展學生的體適能及教授枯燥運動技術，無法引起他們的學習興趣，更遑論達到全人發展的目的（江文瑞，2005）。有見及此，計劃推廣以運動遊戲教學策略，吸引學生體驗運動的樂趣，從運動體驗中發展全面的生命技能，培養對學習的興趣；在計劃中，透過小組、遊戲、運動競技、服務等活動多元化活動，協助學生全面發展體能、運動技術、思考及社交技巧等，在活動中協助學生訂立學習目標，增強他們的自我效能感，從而提昇學習動機，達致有成效及可量度的目標。

計劃融合生命教育專家、心理學家、運動教育學家及擁有豐富運動經驗的專業社工的經驗，以一個嶄新的手法，以生命教育作為課程大綱，設計一套有系統的創新運動遊戲教學策略，以學習動機模式為基礎，邀請精英運動員參與及分享，透過結合生活經歷讓參加者探索及思考生命，達致整合與反思，促進參加者的內化作用。以結果為導向，及有系統化的過程，促進學生於日常生活中的體驗，幫助他們改變，從而實現目標。

1. 計劃目的及目標

1.1 計劃目的

以運動遊戲教學策略作為切入媒介，發展一系列全面的生命成長教材，從多元化的教學活動，提升學生的學習動機，讓學生的身心得以健康發展，建立學生正面的學習態度，促進全人發展。

1.2 計劃目標

- 1) 向學校體育科推廣多元化的運動遊戲互動教學策略，提昇學生的學習動機
- 2) 邀請精英運動員分享，以「生命影響生命」概念，建立學生正面學習態度
- 3) 讓家長學習培育子女正面積極的學習態度
- 4) 透過與專家分享及討論，協助教師提昇學生學習動機

2. 申請人能力

卓越生命成長服務中心由大學教授及一群對青少年服務有承擔、接受專業訓練的大學畢業生共同創立；並得到一群具豐富經驗的學者和社會人士擔任中心董事及顧問，專業範疇包括：社工、犯罪學、心理學、社會學及體育方面。本中心的宗旨為「發展全人多元技能，擁有豐盛人生。」。中心一直致力提供優質

和創新的服務，協助兒童及青少年發展潛能和全人技能，建立青少年對自己及社會的責任感，及提升抗逆力，預防青少年於成長中出現偏差行為。

中心的服務對象甚為廣泛，包括：學生、家長、老師、社工、機構同工及機構的服務對象等，而中心主要的服務分為 6 大範疇：學生講座及小組服務計劃、專業人士培訓、綜合服務計劃、課程發展、學生成長服務支援計劃及研究計劃。在過去一年，本中心向全港超過五十所中小學提供服務，直接受惠的師生達 16,880 人次；此外，中心也為澳門及新加坡機政府機構提供專業培訓及外評服務。

中心屬自負盈虧機構，主要收入來自向社會服務機構、學校及政府組織提供收費服務。中心於 2012 年 11 月正式通過《稅務條例》第 88 條，成為非牟利機構。

是次計劃動員甚廣，除了參與學校的學生外，亦包括：1)香港城市大學應用社會學系、2)註冊心理學家、3)香港城市大學學生發展處、4)有豐富運動技能及活動組織經驗的專業社工及 5)香港精英運動員。同時，該計劃更會與學校的校長、活動主任、輔導老師和學校社工攜手合作。

1) 為香港城市大學應用社會科學系教授，以及中華基督教會香港區會校監及校董，亦是本計劃推行中心的董事會主席，更擔當多所政府及非政府機構的董事及顧問，具有豐富的教育及社工經驗；亦擔任多項青年研究計劃的負責人，對生命教育的理論與實踐有深入研究。 將擔任本計劃的顧問。

個人履歷為：

- 卓越生命成長服務中心董事會主席
- 復和綜合服務中心董事會秘書
- 城市大學青年研究室計劃負責人
- 香港青少年犯罪學會會長
- 南京大學犯罪預防與控制研究所評估員
- 中國政法大學恢復性司法研究中心研究員
- 曾任香港警察學院顧問

卓越生命成長服務中心

生命樂與動計劃

2) 為註冊心理學家，畢業於北德州州立大學，現任香港城市大學助理教授、卓越生命成長服務中心董事會副主席；專長子女溝通，亦以遊戲治療法而成名，專長研究家庭及婚姻治療、兒童治療、性格異常，以及基督教倫理。袁博士曾在不同的學術研討會和教會中發表演說，亦經常應邀主講家庭教育及親子講座。他將於是次計劃當中擔任課程顧問，主力於結合運動及遊戲元素於學生課程設計及應用方面，設計運動遊戲教學策略課程。

3) 為現任香港城市大學學生發展處高級體育主任，在體育界別有卓越的成就；他從事運動教育多年，擁有豐富的運動訓練經驗。因此，本計劃已邀請於結合運動及遊戲元素於學生課程設計中擔任運動訓練課程顧問。

個人履歷為：

- 中國香港體適能總會副會長
- 香港城市大學「學生運動員入學計劃」負責人及總教練
- 香港城大體育部總教練
- 香港城市大學高級體育主任

4) 為卓越生命成長服務中心服務主任，擁有香港城市大學應用社會科學(犯罪學)榮譽學士學位，現就讀香港中文大學社會工作社會科學碩士課程；她熱愛運動，是前香港跆拳道隊代表及香港城市大學跆拳道隊代表，擁有由香港跆拳道總會認可的中級教練資格，曾獲全國大學生跆拳道錦標賽亞軍及香港跆拳道女子公開賽冠軍，現於香港城市大學運動隊擔任助理教練。於運動教學及帶領青少年生命教育工作有豐富經驗。胡小姐將於本計劃擔任執行的角色，以本身的運動經驗結合專業社工訓練，與學者、心理學家及運動教育專家共同撰寫運動遊戲教學策略的生命教育課程。

5) 是次計劃邀請了 10 名香港現役精英運動員，主要來自 4 個不同類別的運動項目，組成生命義工網絡，分別為：1)跆拳道、2)欖球及 3)羽毛球及 4)劍擊。他們對生活及教學充滿熱誠。他們所負責的工作是執行運動遊戲策略課程，結合知識與技能上的教導，並參與分享會、小組活動、親子運動日營等等，透過這些活動向學生分享運動生涯的成長經驗，以生命影響生命，讓學生思考的生活態度及提昇對學習的動機。

3. 服務對象及受惠人次

3.1 對象

- 直接受惠人次總計：4所小學的老師、家長及家長約 12,600 人次
- 間接受惠人次總計：全港約 500 間小學的老師及學生約 430,500 人次
- 總受惠人數總計：約 443,100 人次 (上調至百位計算)

3.2 服務受惠人次

對象	活動	預期每校受惠人次		
學生	「繽紛運動週」簡介會	860 人 x 1 節	860	
	學生教育講座	860 人 x 1 節	860	
	生命成長運動訓練小組	15 人 x 8 節	120	
	學習技巧提昇小組	15 人 x 6 節	90	
	精英運動員互動分享會	860 人 x 1 次	860	
	校園健康運動大使訓練	15 人 x 8 節	120	
	聯校運動競技及閉幕禮	50 人 x 1 次	50	2,960
家長	親子運動日營	50 人 x 1 次	50	
	「沿途有你」家長講座	50 人 x 1 次	50	100
教師	學習動機教學研討會	50 人 x 1 次	50	
	運動遊戲教學觀摩	10 人 x 1 次	10	60
校內學生	競技及閉幕禮	30 人 x 1 次	30	30
總計：			3,150	
社區人士				
/ 校內學生	競技及閉幕禮	500 人 x 1 次	500	500
全港小學	成果分享	860 人 x 500 所學校	430,000	430,000
總計：			430,500	

4. 計劃特色

是次計劃以推行嶄新的運動遊戲教學策略，配合香港「全人發展」之教育目標，讓學生在「樂於學習、善於溝通、勇於承擔、勇於創新」中全面成長，並在專業團隊的計劃與監察下，與學校緊密推行。特色如下：

- 1) 根據優質教育基金的受惠計劃名單中，未有發現以生命教育與運動元素結合提昇學生學習動機的計劃。

- 2) 有別於一般課餘運動興趣班，僅局限於教授運動技巧及體能訓練；計劃以有系統的運動遊戲教學策略，配合每節的生命教育主題，著重每一位學生的需要，帶領學生從每節的生命課題中反思生命，對學生作出回饋及鼓勵，讓學生在活動經驗中重新認識自我與尋找個人的需要和目標。
- 3) 設計一套結合運動及遊戲的教學策略提昇學習動機，不但可以融合於常規體育課堂教案中，而且該教學策略可以使用於其它課堂教學中，為教學策略引入新的媒介及資訊，為教學模式破舊立新，作為學校以後的長期推廣。
- 4) 計劃以生命教育為活動主題，著重推介一套嶄新的運動遊戲教學策略，鼓勵學校社工以此課程為德育課程藍本，日後於學內繼續推行。
- 5) 計劃促進社會、學校及家長三方面的有效合作；善用社會資源，招募熱心的精英運動員為參與，為學校建立運動義工網絡，有助學校持續推行計劃。
- 6) 體育活動及遊戲會遵守教育局核下體育組所發出的安全指引進行。

5. 教師及校長與計劃的程度

除了中心團隊的專業成員外，學校校長、體育老師、輔導主任、活動主任及學校社工亦是不可或缺的。計劃將邀請學校體育科主任及體育教師參與第一階段的生命成長運動小組的課堂觀摩交流活動，精英運動教練與教師分享運動遊戲教學策略及手法，融入現時教學方案中，有利於日後教師運用到日常體育課堂教學當中，有效地識別有學習低動機的學生；另外，體育科主任協助學生推行「健康運動推廣學會」的延續發展，在學校推行正面及積極的學習態度。

輔導主任、活動主任及學校社會工會定期出席第二階段的生命成長學習技巧提昇小組，與工作人員一起商討活動策劃的模式、時間及地點等整個計劃的流程，並會跟進學生在其它學領域上，如待人接物及社交生活的延續發展。

由校長作為校內的統籌及監督，委派有關老師與本機構進行專業協調外合作。支持學生成立「健康運動推廣學會」，對固有學習成果學生加以肯定，延續學生的可持續發展；另外，透過是次計劃，建立精英運動員義工支援網絡，讓

學校能定期邀請精英運動員到校作義務教育工作，學校可自行持續地進行躍動生命計劃，在校園建立健康運動文化。

6. 理念架構

是次計劃採用 Keller 提出的學習動機模式 (ARCS Model) 作為理論基礎，從而設計一系列活動來提升學生學習動機，促進全人發展。

所謂「學習動機」，簡單來說是「引起並維持學生自發從事課業學習活動的內在動力」，它細分為三個元素，分別是：1)價值 (Value)、2)預期 (Expectancy) 及 3)情感 (Affective)：價值即指「學習者從事學習工作的理由，包含對學習工作知覺的重要性、效用性和興趣」，預期意指「學習者對學習工作能否成功的預期，包含他的自我效能信念、學習的控制信念」，而情感則是「學習者對學習工作的情感反應或對自己的感覺，包含自尊等情感需求與考試焦慮」(Pintrich, 1989, 2003; Pintrich & Schunk, 2002；劉政宏、張景媛、張瓊文，2005)。

動機「是一種促使個體進行各種行為的內在動力，是指引起個體活動，維持已引起的活動，並促使該活動朝向目標的內在作用」(張春興，1996)，亦即是影響學習歷程的要素。而該模式以注意力 (Attention)、關聯性 (Relevance)、自信心 (Confidence) 及滿足感 (Satisfaction) 作為核心，先捕捉學生的注意與興趣，讓他們認識對學習工作知覺的重要性和效用性，再結合他們的經驗，提升他們的自我效能信念、學習的控制信念，從中體會到所學的事物與自身的切身關係，引發他們的情感需要，產生積極的學習意願，從而了解到教學目標可以在努力下達成，自信心得以建立，最後獲得學習後的滿足感 (王珩，2005)。再者，前文亦提及運動能幫助學生建立自信心，使他們的自我效能感提升。因此，是次計劃將以運動為介入的媒介，配合 ARCS 模式，作為理念架構來實行。

首先，注意力是指吸引學生的興趣和刺激他們的好奇心，在他們選擇喜歡及感興趣的運動項目前，先讓他們有機會嘗試不同種類的運動項目，使他們對各項目有初步的認識，激發其好奇心，然後使他們能從中尋找出個人感興趣或好奇的項目，藉此滿足他們的需求。本計劃會舉辦「繽紛運動週」日營，當中三種運動項目讓學生們參與，活動後將由計劃之工作人員提意見，邀請學校負責老師為學生進行評估，了解他們的需要及能力，同時發掘他們的運動潛能。

其次，關聯性即是能符合學生的需要和目標，使學生產生積極的學習態度，

在挑選感興趣運動項目後，由計劃助理及教練引導其訂立與動機一致的個人目標，然後逐一實現，期望學生日後可從參加體育運動所學習的精神及技巧，轉化和運用於學科學習上。而「躍動生命計劃」將邀請香港的精英運動員出席分享會，把他們一直以來的心路歷程與成敗得失之經驗與學生分享，並由他們及計劃之工作人員擔任運動教練，幫助學生訂定目標及具體方法，讓參加者從中汲取切身經驗，產生積極的學習態度。

再者，是協助學生建立自信，讓學生明白到他們能夠成功達到當初所訂立的目標，除了計劃之工作人員的幫助外，亦是自己努力的結果。當學生能訂立個人目標，計劃之工作人員隨即展開第一階段：生命成長運動小組。活動中通過運動遊戲體驗，整合活動反思與經歷，促進參加者的內在變化。使學生的學習過程中得到適切的回饋及鼓勵，令他們能充分反思以深化體驗的歷程，更把體驗整合成與個人生活有相關之一部份。隨後，導師可從帶領變成協助，充分讓同學在可承受之挑戰中體會、學習、發現。學生在第一階段提昇了自信心的基礎上，運用視覺、聽覺及觸覺的學習方法，增加學生的閱讀興趣及記憶效能，使其減少在學業上的挫敗感，逐漸建立自信心。

最後是對學生予以適當的回饋及鼓勵，讓學生產生持續學習的動力，從而使他們獲得滿足感。計劃將與學校體育科主任設立「校園健康運動大使」，學習健康運動元素及校園運動推廣方法，透過運動推廣，宣揚正面及積極的學習態度。計劃最後透過舉辦「運動競技及閉幕禮」，給予學生機會挑戰自己或服務他人，進一步鞏固自信心；從中更可汲取新經驗來促進學習，滿足他們自身的需要。計劃工作人員在計劃中著重透過運動遊戲教育策略帶領學生回饋生命成長課題，提昇對學習的動機，重點協助學生整合，反思人生信念及總結經驗，促進參加者的內化作用，從而發展全面的生命技能。

7. 推行方案及計劃時間表

7.1 推行方案

活動名稱/主題	時數/次數	活動目的	參與對象	活動內容	活動評鑑方法
「繽紛運動週」簡介會	3小時 (每校1節)	簡介活動，引起動機	全校同學	<ul style="list-style-type: none"> 問卷調查 成長遊戲 運動體驗 	派發「前測問卷」，收集學生對各項運動與趣的意向
精英運動員互動分享會	1小時 (每校1節)	分享訓練及比賽中的生命成長故事	全校同學	運動員的成長分享 遊戲、互動分享	由計劃的負責主任觀察出席同學的表現及踴躍參與程度
「豐盛生命由我創」學生講座	1小時 (每校1節)	分享成功人士對生命的堅持，與學生探索生命的意義	全校同學	<ul style="list-style-type: none"> 互動遊戲 簡報演說 互動分享 	由計劃的負責主任觀察出席同學的表現及踴躍參與程度
第一階段： 生命成長 運動小組	每校進行1項 運動項目 1.5小時/節 (共8節)	精英運動員教練以運動遊戲教學手法帶領成長小組，提昇同學的學習動機	由老師甄選 共15位同 學參加	<ul style="list-style-type: none"> 讓學生學習運動技巧，從每個不同生命教育主題的中反思個人的需要及目標 每節小組均有三十分鐘的深入解說，回饋每節的主題 	<ol style="list-style-type: none"> 70%學生出席課堂 70%學生同意及非常同意生命成長課能提昇學習動機，訂立正面及樂觀的人生目標
第二階段： 學習技巧 提昇小組	1小時/節 (每組6節)	讓學生有效學習，減少學習挫敗感，提昇學習動機。	由參與小組 第一階段的 15位同學 參加	<ul style="list-style-type: none"> 讓學生認識聽覺型、視覺型、感覺型學習方式的特徵 讓學生發現常用的學習方式 教授學生運用不同的學習方式 	<ol style="list-style-type: none"> 70%學生出席課堂 70%學生同意及非常同意生命成長學習技巧提昇小組能學習技巧
校園健康運動 大使訓練	1小時/節 (每校8節)	推廣正面及積極的學習態度	完成兩個階 段的15位 同學參加	<ul style="list-style-type: none"> 學習健康運動元素及推廣方法 學習設計攤位遊戲/話劇扮演/展板分享 	70%參加的同學同意及非常同意活動能讓他們有建立正面及積極的學習態度

活動名稱/主題	時數/次數	活動目的	參與對象	活動內容	活動評鑑方法
「樂滿FUN」親子運動日營	6小時 (共1次)	讓家長及子女在運動營當中加深彼此認識，學習溝通技巧；學習運用多元遊戲增加子女學習興趣	4所學校共 200位學生 及家長	<ul style="list-style-type: none"> ● 親子競技活動 ● 分享講座 ● 體驗遊戲 	70%家長同意及非常同意日營透過日營能增加與子女溝通技巧
「沿途有你」家長講座	2小時/節 (每校1節)	讓家長學習如何培育子女思考積極的生活態度及如何提昇子女的學習動機及興趣	50位學生 家長	<ul style="list-style-type: none"> ● 問題分析 ● 經驗分享 ● 個案研習 	70%家長同意及非常同意講座幫助培育子女思考積極的生活態度及提昇子女的學習動機，增強計劃的延續性
學習動機與課堂教學研討會	2小時/節 (每校1節)	透過講座幫助教師協助學生改善低學習動機的問題。	全校教師	<ul style="list-style-type: none"> ● 了解學生的實際情況 ● 經驗分享，解構問題所在 ● 情境演練 	70%的教師同意及非常同意活動能幫助教師協助學生改善低學習動機的問題
運動遊戲教學觀摩	1.5小時/節 (每校1節)	與教師交流運動遊戲教學策略	體育主任及 教師	<ul style="list-style-type: none"> ● 參與課堂教學 ● 分享教學策略 	70%的教師同意及非常同意活動能幫助教師提高教學效能
運動競技及閉幕禮	4小時/次 (共1次)	表揚學校的積極參與，認同學生的表現	學校學生、 家長及老師 代表及社區 人士	<ul style="list-style-type: none"> ● 4所學校舉行運動競技比賽 ● 每校派出學生、家長及老師主持攤位遊戲 ● 邀請精英運動員擔任嘉賓 	為出席的學生進行活檢討論卷，以評估活動成效
成果分享	8月份	1) 分享運動遊戲策略教材套 2) 製作學生「成長果子歷程冊」及印製教材套	活動負責社 工及計劃的 運動顧問	<ul style="list-style-type: none"> ● 收錄「成長果子歷程冊」 ● 製作課程教材套 ● 將活動花絮上載學校網頁及出版 	將活動成果分發到全港中學，分享活動成果

7.2 計劃時間表

年份 月份 工作項目	2013 年						2014 年							
	07月	08月	09月	10月	11月	12月	01月	02月	03月	04月	05月	06月	07月	08月
招聘員工及 聯絡精英運 動員	✓	✓												
編制課程	✓	✓												
購買物資	✓	✓												
計劃宣傳、 準備訓練及 安排相關運 動項目精英 教練	✓	✓	✓											
「繽紛運動 週」 簡介會			✓	✓										
精英運動員 互動分享會			✓	✓	✓	✓	✓	✓						
「豐盛生命 由我創」 學生講座			✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓		
第一階段： 生命成長運 動小組			✓	✓	✓	✓	✓							
第二階段： 學習技巧提 昇小組							✓	✓	✓	✓	✓			
校園健康運 動大使訓練									✓	✓	✓	✓		
「樂滿 FUN」親子 運動日營										✓	✓	✓		
「沿途有 你」 家長講座			✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓		
學習動機與 課堂 教學研討會			✓	✓	✓	✓	✓							
運動遊戲教 學觀摩			✓	✓	✓	✓	✓							

運動競技及閉幕禮											✓	✓		
整合已填報的體育學習情況及生命成長歷程													✓	✓
檢討計劃及撰寫活動報告														✓
製作及出版活動成果與區內學校分享														✓

8. 預期產品及成果

8.1 預期產品：

- 「繽紛運動週」暨簡介會 4 次，每所學校 3 小時服務；
- 精英運動員互動分享會 4 次，每所學校 1 小時服務；
- 「豐盛生命由我創」學生講座 4 次，每所學校 1 小時服務；
- 生命成長運動訓練小組 32 節，每所學校 12 小時服務；
- 學習技巧小組 24 節，每所學校 6 小時服務；
- 校園健康運動大使 32 節，每所學校 8 小時服務；
- 樂滿「FUN」親子運動日營 1 次，共 6 小時服務；
- 「沿途有你」家長講座 4 次，每所學校 2 小時服務；
- 學習動機與課堂教學研討會 4 次，每所學校 2 小時服務；
- 運動遊戲教學觀摩 4 次，每所學校 1.5 小時服務；
- 運動競技及閉幕禮 1 次，共 4 小時服務；
- 製作及出版「生命教育 - 運動遊戲策略」400 份教材套，向全港小學派發

8.2 預期成果：

- 提昇教師對青少年行為的了解，協助教師改善學生低學習動機的問題
- 引入互動的教學策略，照顧學生在的個別差異，提昇教學效能
- 增加家長與親子溝通技巧，培育子女正面積極的學習態度
- 讓學生認識個人獨特性，增強自信心，從而提昇學習動機
- 提昇學生的學習效能，鼓勵學生用不同的學習方式，樂於學習
- 在校園建立健康運動文化，推廣正面及積極的學習態度
- 讓全港小學及社區認識運動對提昇學習動機的成效

9. 評鑑方法

- 每六個月遞交一次進度報告及財政報告予優質教育基金。
- 在計劃完成後，抽取 2 所學校其中兩個小組及一級進行活動檢討問卷，以評估課程成效。參當中有七成學生認為所學的技能及知識有用及能幫助學習。
- 學生出席活動的次數、導師在活動中的觀察及填寫活動問卷等，評估學生在學習動機元素的改變程度。參加者當中有七成學生認為所學的技能及知識有用及能提高對學習的興趣。
- 家長活動的出席數目、工作員觀察及填寫活動問卷，評估家長的得益。參加的家長當中有七成認為所學的知識有用及能運用於教導子女當中。
- 教師活動的出席數目、工作員觀察及填寫活動問卷，評估教師的得益。參加的教師當中有七成認為所學的知識有用及能運用於日常教學當中。

10. 遞交報告時間表

計劃管理		財政管理	
報告及類別及 涵蓋時間	報告到期日	報告及類別及 涵蓋時間	報告到期日
計劃進度報告 01/07/2013 至 31/12/2013	30/01/2014	中期財務報告 01/07/2013 至 31/12/2013	30/01/2014
計劃進度報告 01/01/2014 至 30/06/2014	31/07/2014	中期財務報告 01/01/2014 至 30/06/2014	31/07/2014
計劃總結報告 01/07/2013 至 31/8/2014	30/11/2014	終期財務報告 01/07/2013 至 31/8/2014	30/11/2014

11. 延續性及推廣

本計劃結合了大學學者、心理學家、運動教育家、精英運動員及專業社工的專業，撰寫「生命教育－運動遊戲策略」教材套，供體育教師於常規體育課堂教案中參考及教授，使教師更能辨識低學習動機的同儕，並能即時提供適切的介入；同時，訓輔組及駐校社工可參考教材為生命教育課藍圖，將教材延續發展。全套教材會印製 400 份向全港小學派發，增加學校推行生命教育課程的效率及動機，讓更多學生受惠。

與學校體育科主任為學校成立「運動推廣學會」，委任校園健康運動大使，為學校未來舉辦生命健康週、運動體驗週等活動，推廣生命教育信息；另外，作為精英運動員及學校的橋樑，為學校建立精英運動員義工網絡，讓精英運動員及體育主任協助校園健康大使定期進行義工服務，營造健康運動氛圍，從而促進學校推廣健康校園生活。

12. 宣傳及推廣

完成活動後，我們將會舉行運動競技活動及閉幕禮，邀請參與學校的生命成長運動訓練小組成員出席運動競技活動，展示各學生的努力成果；此外，在閉幕禮當中發佈是次計劃的成效及推行的心得，將有顯著成效的計劃推及各小學。最後，將生教材套印製足夠的數量，向全港小學派發，以供參考及使用。

13. 財政預算

預算項目	內容	小計(\$)	金額(\$)
職員薪金	1 名全職持有大學學位的註冊社工 薪酬：\$16,900.00 x (1.05 MPF) x 10 個月 x 1 名	177,450.00	
		小計 (1)	177,450.00
服務	教師培訓費(大學學者) 費用：\$900 x 2 小時 x 4 所	7,200.00	
	家長講座導師費(資深註冊社工) 費用：\$700 x 2 小時 x 4 所	5,600.00	
	精英運動員互動分享會 費用：\$250 x 1 小時 x 4 所	1,000.00	
	運動導師費用(時數包括生命成長小組及日營) 費用：\$160 x 40 小時 x 2 名	12,800.00	
		小計(2)	26,600.00
	「繽紛運動週」暨簡介會場地費用及物資 費用：\$1,000 x 4 所	4,000.00	

預算項目	內容	小計(\$)	金額(\$)
活動開支	教師講座場地、用品及講義製作 費用：\$500 x 4 所	2,000.00	
	家長講座場地、用品及講義製作 費用：\$500 x 4 所	2,000.00	
	親子運動日營費用 費用：\$100 x 200 位參加者	20,000.00	
	親子運動日營活動物資 費用：\$2,000	2,000.00	
	學生講座場地、用品及講義製作 費用：\$500 x 4 所	2,000.00	
	精英運動員互動分享會用品及講義製作 費用：\$500 x 4 所	2,000.00	
	生命成長運動訓練小組教材及物資 費用：\$50 x 8 節 x 4 所	1,600.00	
	學習技巧提昇小組教材及物資 費用：\$50 x 6 節 x 4 所	1,200.00	
	校園健康運動大使小組教材及物資 費用：\$50 x 8 節 x 4 所	1,600.00	
		小計(3)	38,400.00
一般開支	運動競技及閉幕禮 場地、展覽、背幕、物資及運輸等	15,000.00	
	生命成長小組運動物資： 跆拳道練習手把 (\$100 x 15 個) 欖球 (\$200 x 5 個) 羽毛球 (\$80 x 10 筒) 劍擊用具運費 (\$5,000) (劍擊用具向康樂文化事務處申請借用)	8,300.00	
	印製 400 份教材套	14,000.00	
	教材套郵費及信封	2,000.00	
	影印、文具及雜項	8,000.00	
	審計費用	5,000.00	
		小計(4)	52,300.00
申請質教育基金資助之總數			294,750.00
* 上調至百位計算			294,800.00

14. 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	N/A	N/A	N/A	N/A
書籍及 視像光碟	N/A	N/A	N/A	N/A
電腦硬件	N/A	N/A	N/A	N/A
電腦軟件	N/A	N/A	N/A	N/A
樂器	N/A	N/A	N/A	N/A
辦公室器材	N/A	N/A	N/A	N/A
辦公室家具	N/A	N/A	N/A	N/A
體育器材	跆拳道練習手把	15 個	\$1,500	儲存在中心內，作 日後教與學用途。
	欖球	5 個	\$1,000	
	羽毛球	10 筒	\$800	
其他	N/A	N/A	N/A	N/A

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)。

參考資料

- Grant, A.M. (2003). The impact of life coaching on goal attainment, metacognition and mental health. *Social Behavior and Personality: an international journal*, 31 (3), 253-263.
- Hendricks, P.A. (1996). *Developing youth curriculum using the Targeting Life Skills model: Incorporating developmentally appropriate learning opportunities to assess impact of life skill development*. Ames, IA: Iowa State University Extension.
- Keller, J.M. (2010). *Motivational design for learning and performance: the ARCS model*. New York: Springer.
- Pintrich, P.R. (1989). The dynamic interplay of student motivation and cognition in the college classroom. In C. Ames & M.L. Maehr (Eds.). *Advances in motivation and achievement: Motivation enhancing environments* (Vol. 6, pp. 117-160). Greenwich, CT: JAI Press.
- Pintrich, P.R., & Schunk, D.H. (2002). *Motivation in education: Theory research, and applications (2nd ed.)*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall Merrill.
- UNODCCP (2002). *Sport: using sport for drug abuse prevention*. United Nations: New York.
- 王珩 (2005)。教師學習與教學風格之研究。台中教育大學學報：人文藝術類，19 (2)。
- 林秀珍、顧曉雲 (2007)。課程改革新視野－學校運動經驗與道德教育的結合。教育實踐與研究，20 (1)，147-172。
- 林邵珍 (2003)。運用 ARCS 動機設計模式之生活科技教學。生活科技教育月刊，36 (4)，52-59。
- 林智中、陳健生 (2001)。香港教育處理學習差異的策略及實施。教育研究與發展期刊，7(2)。
- 林錫波、高麗娟、謝富秀、陳鉸淑、寧玉麟、林明佳 (2008)。探索教育訓練活動體驗成效之因素探討。北體學報，16，171-182。

江文瑞(2005)。中華武術功能探討。《開封教育學學報》，24(1)，36-38。

香港獨立媒體 (2005)。2011年12月30日，網址
<http://www.inmediahk.net/node/56016>

張春興(1996)。《教育心理學—三化取向的理論與實踐》。浙江教育出版社。

張瓊文 (民 94)。課程內涵與教學策略並重的綜合活動課程評鑑規準之設計與實施。國立台灣師範大學教育心理與輔導研究所碩士論文。

劉政宏 (民 92)。考試壓力、回饋方式對國小學生學習表現、自我價值、學習動機之影響。國立台灣師範大學教育心理與輔導研究所碩士論文。

鄭胤序、李姿瑩 (2010)。武術訓練對國小注意力缺陷過動症兒童上課不專注行為之影響。《臺北市立教育大學學報》，41(1)，91-132。