



計劃總結報告

計劃編號 : 2013/0729

甲部

計劃名稱：跑出健康人生

機構/學校名稱：景林天主教小學

計劃進行時間：由 11/2016 (月/年) 至 08/2018 (月/年)

乙部

填寫此部份報告前，請先詳閱讀「優質教育基金計劃總結報告填寫指引」。

請另頁(A4 紙)書寫，就以下項目作出總結報告：

1. 達成目標
2. 計劃對學習成效、專業發展及學校發展的影響
3. 自我評鑑計劃的成本效益，需清楚列出有關指標及衡量準則
4. 成品及推廣模式，及外間對那些推廣活動的反應
5. 活動一覽表
6. 計劃實施時所遇到的困難及解決方法

計劃負責人姓名： 梁偉民

受款人姓名\*： 何詠懿

簽名： [Signature]

簽名： [Signature]

日期： 21/12/2018

日期： 21/12/2018

\*計劃總結報告須經「網上計劃管理系統」提交。一經提交，報告將被視為已經由校監/機構主管或代表機構簽署優質教育基金撥款協議書的人士確認。



## 優質教育基金總結報告填寫指引

在填寫計劃評鑑時，請詳述以下各點。以下指引提供參考，讓計劃負責人／小組反思計劃的成效。

### 1. 能否達成目標

評鑑是否已達致計劃書內列明的各項目標時，須包括以下項目(有關資料可按本附件內表一的格式，或以簡短段落形式書寫)：

- 目標陳述
- 與目標相關的活動
- 目標達成程度
- 目標達成的證據或指標
- 如不能達成目標，須列出原因

### 2. 計劃影響

按照證據為本的方法，從以下角度評鑑計劃對學習成效／專業發展／學校發展的影響：

- 拓寬學生/教師的視野
- 加強學生/教師的成功感
- 促進學生發揮專長及潛能
- 訓練學生適應社會發展的需求
- 為教師提供更多培訓機會，促進教師的專業發展
- 改善學習氣氛
- 促進學校團隊精神及提升學校整體形象
- 引發與其他學校/專業團體的協作機會

### 3. 自我評鑑計劃成本效益

受款人必須填寫本附件內表二的預算核對表，與報告一併遞交。關於預算項目的分類辦法，請參照計劃協議書附件二。

請就以下各方面評鑑計劃的成本效益：

- 資源的運用(例如器材、申請學校/參與學校的人力資源等)
- 按直接受惠人士數目計算的單位成本
- 計劃所建構的學習課程及資料的延續性
- 當其他學校重做計劃時，不須另外注資的開支項目(包括計劃的開辦成本、備用成品等)
- 以較低成本達致相同效益的其他辦法

### 4. 可推介的成果及推廣模式

在評鑑計劃的成品及推廣價值時應包括以下項目。(有關資料可按本附件內表三的格式列出)：

- 成品說明(例如種類、名稱、數量等)
- 評鑑成品的質素及推廣價值
- 已舉辦的推廣活動(請列出日期、模式等)，以及參加者／受眾對活動的反應。
- 有關由優質教育基金加以推廣的成品的價值及其可行性，以及建議的推廣模式。

請同時扼要說明計劃的成功因素/經驗，以及延續計劃的可行性。

### 5. 活動一覽表

請列出計劃進行期間舉辦的活動詳情，例如活動種類、內容、參加人數及參加者的反應(有關資料可按本附件內表四的格式，或以簡短段落形式書寫)。

### 6. 困難及解決方法

如實際推行的計劃(包括預算、時間表及過程等)與原來計劃有出入，須在此部分解釋原因。



## 1. 能否達成目標

說明目標	與目標相關的活動	達標程度	達到目標的證據或指標	未能達到目標的理由
1. 改善學校環境，建立一個健康身心靈校園。	活動二(景天跑步隊/大使) 活動三(運動月) 活動六(課餘跑步)	全部達到	● 問卷調查中顯示90%學生認同計劃成功建立一個健康身心靈校園	/
2. 增建跑道提高學生的田徑知識、技能及水平。	活動一(短跑校本課程教學) 活動二(景天跑步隊/大使)	全部達到	● 已完成田徑相關的校本體育課程。 ● 短跑課程已常規化，成為本校體育科的課程特色。	/
3. 提供優質的訓練環境給學生作良好的訓練，藉以提升學生在比賽中的競爭力及自信心。	活動一(短跑校本課程教學) 活動二(景天跑步隊/大使)	全部達到	● 在校際比賽中獲獎數目增加。 ● 有50%學生在校際比賽「短跑」項目中晉入複賽。	/
4. 鼓勵學生、教師及家長參與學校活動的機會，從而提升對學校的投入感及團隊精神。	活動一(短跑校本課程教學) 活動二(景天跑步隊/大使) 活動三(運動月) 活動四(跨科學習) 活動五(親子奧運會) 活動六(課餘跑步)	全部達到	● 在親子奧運會出席人數上，獲邀請的一、二年級家長，有超過80%家長出席競技比賽。 ● 在課餘跑步出席人數上，有超過一半的學生曾參與「Running Man」課餘跑步計劃。	/

## 2. 計劃影響

從以下角度評鑑計劃成效	實例
1. 拓寬學生/教師的視野	● 已外聘專業導師教導學生正規的跑步知識及技能，並作持續有系統訓練及參與校外比賽，學生短跑能力有所增長，教師的田徑知識亦有所提升。
2. 加強學生/教師的成功感	● 在校際比賽中獲獎數目增加。另外有50%學生在校際比賽「短跑」項目中晉入複賽，增加學生及教師成功感。
3. 促進學生發揮專長及潛能	● 學生短跑知識及技巧有顯著進步，訓練班中的學生會擔任「跑步大使」，於校內及大型開放活動中推廣運動訊息。
4. 為教師提供更多培訓機會，促進教師的專業發展	● 田徑教練進入部份班別任教體育課，從中提升老師的田徑知識。
5. 改善學習氣氛	● 數學科老師制定了各級與跑道教學相關的課題跨學科工作紙，而全部班級已完成相關課題工作紙，學生表現積極投入。而大部分體育課堂由專業教練教授，提升了學生的投入感，增潤學生不少田徑知識。
6. 促進學校團隊精神及提升學校整體形象	● 學校多次大型開放日都有宣傳新落成的跑道，外界人士及團體均對跑道持正面態度，直接提升了學校的整體形象。

此表格/指引可於優質教育基金網頁 <http://qef.org.hk> 下載。



### 3. 自我評鑑計劃成本效益

表二：預算核對表

預算項目 (根據協議書附表 II)	核准預算 (甲)	實際支出 (乙)	變更 [(乙)-(甲)] / (甲) +/- %
工程	350000 元	350000 元	0%
薪金	69750 元	69665 元	-0.001%
一般開支	7050 元	7050 元	0%

項目	評鑑計劃的成本效益
1. 資源的運用(例如器材、申請學校/參與學校的人力資源等)	● 全校的學生都有接受外聘專業教練的田徑教學，而且所有學生都曾到跑道活動，資源得到全面使用。
2. 按直接受惠人士數目計算的單位成本	● 全校的學生都有到跑道進行體育課堂及數學跨學科活動，所以直接受惠人士數目的單位成本低。
3. 計劃所建構的學習課程及資料的延續性	● 體育科老師及田徑導師已合作建構一套校本的短跑課程，並在全校體育科課程中實踐，及已編定全年度各級進行最少四節的跑步課堂教學，計劃完結後課程亦會繼續使用，讓計劃得以延續。
4. 以較低成本達致相同效益的其他辦法	● 可將跑道物料改成膠卷蓆，減低成本。

### 4. 可推介的成果及推廣模式

表三：計劃成果的推廣價值

項目詳情	成果的質素 及推廣價值評鑑	舉辦的推廣活動 及反應	是否值得優質教育基金推介及 可供推介的可行性？如值得，請 建議推廣模式
校外人士到校參觀	校外人士到校參觀跑道	恆常性開放校園給校外家長及學生到校參觀跑道及進行體驗活動。大部分家長及學生均表示跑道提升了他們對學校的印象及了解。	
景天跑步大使於大型開放日中宣傳跑道及健康訊息	校內學生於活動中分享練習的過程與成果	大部分學生均表示他們為學校感到自豪。	
田徑相關的校本體育課程	共同備課中展示	已發展校本短跑體育課程，並配合相關工作紙。	

## 5. 活動一覽表

表四：活動一覽表

活動性質	概略說明	參加人數				參加者的回應
		學校	教師	學生	其他	
活動一 (短跑校本課程教學)	體育科老師設計整套校本的短跑課程，各級會進行最少四節的跑步課堂教學。		8	全校		學生表示對對跑步的興趣增加。 教師亦表示田徑知識亦有所提升。
活動二 (景天跑步隊/大使)	聘請專業導師教導學生正規的跑步知識及技能，並作持續有系統訓練及參與校外比賽。		5	60		學生表示短跑知識及技巧有顯著進步。獲田徑教練進入部份班別任教體育課的教師表示，田徑知識有所提升。
活動三 (運動月)	於每年12月舉辦運動月，在校展覽多塊有關各項體育項目的展板，舉辦全校競技日及親子運動會。		全校	全校		大部分學生表示對做運動的興趣增加，而家長亦表示對學校的投入感及團隊精神有所提升。
活動四 (跨科學習)	數學科老師選定相關課題，各級運用跑道進行跨科教學，如：量度跑道、跑步距離、一分鐘跑多少、跑步速率等。再由體育科老師在課堂中配合有關體育及數學活動。		20	全校		學生表示對與跑道或跑步相關的數學知識均有所提升。
活動五 (親子奧運會)	對象為本校學生及家長，比賽以簡單競技形式為主，特設初小組別親子競技比賽獎項。		全校	全校		家長表示對運動的興趣有所提高，而且亦能藉此加強家長與子女的親子關係，促進家校合作。
活動六 (課餘跑步)	設立課餘跑道開放時間，開放跑道供學生、家長及老師在課前及課後使用。跑步大使負責協助及指導參與者的跑步技巧。		全校	全校		除學生外，體育教師及其他有興趣活動的教職員均表示，跑道有助提升做運動的興趣及建立恆常運動的習慣。



#### 6. 困難及解決方法

如實際推行的計劃(包括預算、時間表及過程等)與原來計劃有出入，須在此部分解釋原因。

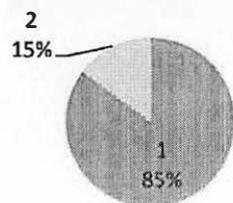
- 在計畫初期，進行第一次招標時，未有任何一間公司符合投標要求，校方立即重新進行招標工作，並不斷聯繫市場上不同的體育工程公司，以確保第二次招標能有公司成功投標，以及推延計劃中相應的活動。
- 由於跑道當時未完工，故部份的活動無法開展及需延期。面對缺乏場地的問題，本校的田徑訓練移師至將軍澳運動場進行，讓學生能在合適的場地練習，達至原先在校內跑道訓練的效果。

## 跑道問卷調查(學生)

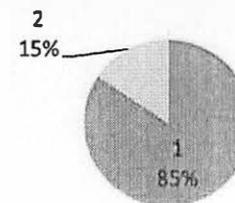
### 問題

班別	班級人數	1		2		3		4		5	
1K	23	23	0	23	0	23	0	22	1	21	2
1J	25	20	5	18	7	20	5	24	1	25	0
1C	25	25	0	23	2	23	2	23	2	22	3
2K	19	16	3	15	4	18	1	18	1	19	0
2J	17	12	5	14	3	15	2	15	2	16	1
2C	19	16	3	15	4	16	3	14	5	16	3
2W	19	15	4	13	6	16	3	17	2	16	3
3K	21	12	9	13	8	14	7	15	6	15	6
3J	20	13	7	16	4	16	4	16	4	16	4
3C	20	18	2	18	2	19	1	19	1	19	1
3W	20	17	3	18	2	18	2	17	3	17	3
4K	25	21	4	21	4	23	2	21	4	24	1
4J	26	24	2	20	6	18	8	25	1	22	4
4C	24	20	4	20	4	20	4	20	4	20	4
5K	19	13	6	14	5	13	6	16	3	14	5
5J	27	26	1	25	2	27	0	27	0	27	0
5C	25	22	3	25	0	24	1	25	0	25	0
6K	20	20	0	20	0	18	2	17	3	19	1
6J	20	20	0	19	1	20	0	20	0	20	0
	414	353	61	350	64	361	53	371	43	373	41

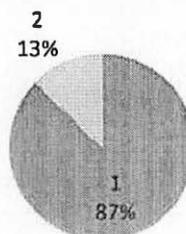
1.新「跑道」建設能否令你增加做運動的次數?



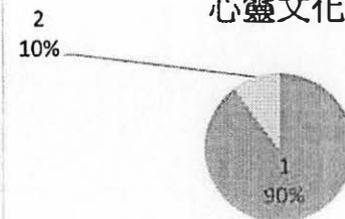
2.運動月及「跑道」建設能否令你提升我對運動的興趣?



3.運動月的活動能否增加你對運動的認識?



4.你認為運動月及「跑道」建設能否加強學校的健康身心靈文化?



5.你認為「跑道」建設能否有助增加學校形象?

