

優質教育基金
公帑資助學校專項撥款計劃
乙部：計劃書

計劃名稱： Smart Fitness Master (Eng) 體能至smart小主人 (中文)	計劃編號： 2019/0210 (修訂版)
---	--------------------------

學校名稱： 太陽島英文幼稚園(西貢分校)

直接受惠對象

(a) 界別： 幼稚園 小學 中學 特殊學校 (請在適當的空格加上✓號)

(b) 受惠對象: (1) 學生: 135 (人數) K1-K3(級別); (2) 教師: 11 (人數); (3) 家長: 135 (人數); (4) 其他: (請註明)

計劃時期: 7月份/ 2020 年份 至 8月份/ 2021 年份

此範本只作參考之用，申請學校可刪去不適用的項目。基金已把有關「公帑資助學校專項撥款計劃」的申請指引上載於基金網站。

1. 計劃需要

1.1	計劃目標	1. 鞏固老師對幼兒大肌肉發展的認知，提昇老師體能課堂的教學技巧。 2. 優化校本體能課程，豐富幼稚園內訓練大肌肉的設備，以提昇體能課堂的效能，更切合幼兒在體能及大肌肉方面的發展需要。
1.2	創新元素	1. 早前教育心理學家及物理治療師曾到校作諮詢，發現本校學生整體的大肌肉發展略為遜色，學生普遍的肌力較弱，是次計劃的推行相信有助促進幼兒大肌肉發展，長遠亦為校本編訂更合宜的體能課堂。 2. 學校的體能活動設施種類有限及殘舊，需要更新以配合優化校本體能課程的需要，以提昇幼兒的大肌肉發展。
1.3	計劃如何配合校本 / 學生的需要	在學校發展報告「2.3 我們對兒童和教師的支援」的「進一步改善的建議/發展空間」的部份，提及為協助教師鞏固其教學技巧，建議特別加強教師在幼兒體能課程設計及推行等相關培訓。

2. 計劃可行性

2.1	計劃的主要理念/依據	根據《幼稚園教育課程指引》，「體能與健康」是重要的學習範疇之一，學校需要透過多元化的體能活動，協助不同年齡階段的幼兒發展強壯的體魄，提昇其參與體能活動的興趣，同時與家長協作，促進其對體能活動的意識，協助幼兒養成良好的生活習慣。
2.2	申請學校對推行計劃的準備程度/能力/經驗/條件/設施	學校全體老師一致贊同學校本年度的發展方向為優化學校的體能課程。學校同時初步諮詢有幼兒教育工作的物理治療師的意見，為計劃作出準備。此外，學校的地方寬敞，有室內及戶外的活動空間，學校全體老師初步共同商討如何整頓學校的空間，以讓計劃可以順利開展。
2.3	校長和教師的參與程度及其角色	校長及主任負責統籌整個計劃的學生、教師培訓及其他活動。 全體教師參與檢視及修訂體能堂的課程及活動。 全體老師參加由外聘培訓導師講解的工作坊。 校長及主任負責所有工程報價、進行等事宜。 校長及主任負責所有設備報價及購買等事宜。
2.4	家長的參與程度 (如適用)	家長參與由外聘培訓導師講解的講座，以加深認識促進幼兒大肌肉發展的重要性及方法。家長參與親子工作坊，學習如何透過日常的親子互動小遊戲/小活

		動促進幼兒的大肌肉發展。家長積極參與紀錄幼兒體能活動。
2.5	計劃協作者的角色 (如適用)	

2.6 推行時間表

推行時期 (月份/年份)	計劃活動
7/2020-1/2021	進行校園戶外體能場地裝修工程
7/2020-9/2020	優化校園室內體能場地，訂購有關器材及裝置的設置
8/2020-9/2020	外聘培訓導師教師培訓工作坊(前期)
8/2020-10/2020	外聘培訓導師共一節的家長講座
9/2020-8/2021	優化校本體能課程
10/2020-7/2021	推行幼兒遊戲體能活動
11/2020-7/2021	幼兒體能運動大紀錄
11/2020-7/2020	學校進行共三節的親子遊戲工作坊
1/2021-3/2021	舉辦親子運動會
2/2021-3/2021	外聘培訓導師教師培訓工作坊(後期)

2.7 計劃活動的詳情 (請刪去下列(a)-(f)任何不適用的項目。)

a. 學生活動 (如適用)

活動名稱	內容 (包括：主題、推行策略/模式、目標受惠對象及其挑選準則等)	節數及每節所需時間	參與教師及/或受聘人員 (包括：角色、講者/導師的資歷及經驗要求等)	預期學習成果
幼兒遊戲體能活動	目標受惠對象：全體幼兒。 推行策略/模式：老師按主題(K1-K3的主題相同，上學期包括：我們的幼稚園、認識自己、國際文化、我的家、食物、動物、冬天；下學期包括：我愛大自然、運動與遊戲、我們的社區、幫助我們的人、交通工具、夏天)編寫的體能教學計劃(附件一)，包括暖身運動、技巧訓練、活動及舒鬆，配合新增的各體能設施及用品，與幼兒在戶外、戶內進行各項體能遊戲和訓練活動。 有關的教學計劃範例請參考附件一。	半日班 K1-K3 幼兒：每星期五天，每天 20 分鐘。 全日班 K1-K3 幼兒：每星期五天，每天 30 分鐘。	老師按主題編寫教學計劃，主任檢閱，校長審批。	1. 幼兒體能技巧有所提昇，全年共有80%的幼兒在約8成的體能發展項目達致「第四級別：大致能夠掌握」的指標。
親子運動會	目標受惠對象：全體幼兒及其家長。 挑選準則：報名參與便可。 主題：幼兒分級參與不同賽事，包括：短跑、拋豆袋等；幼兒及家長同時參與親子競技項目。學校會運用新購置的設備進行親子運動會，如：運用雪糕筒作為遊戲的障礙物。 推行策略/模式： 親子運動會各級的初擬項目內容： K1~親子競技遊戲(運送球)：家長與幼兒以身體合力運送球到終點。 K1~快樂氣球傘，家長搖動氣球傘，幼兒在氣球傘上/下律動。 K2~親子競技遊戲(運送球)：家長與幼兒以身體合力運送球，過程中避過障礙物，如S型走過雪糕筒，跟著走到終	一節，共4小時。	校長、主任及全體老師：籌辦運動會。	1. 鼓勵幼兒及家長多做體能運動。 2. 幼兒及家長享受參與運動會的樂趣。 3. 促進親子關係。

	<p>點。</p> <p>K2~快樂氣球傘，幼兒與家長合力搖動氣球傘，把氣球傘內的小球上/下拋動。</p> <p>K3~親子競技遊戲(運送球):家長與幼兒以身體合力運送球，過程中避過障礙物，如一起跨過30cm矮欄，跟著走到終點。</p> <p>K3~快樂布上走，家長合力拿著長布的兩邊，然後拿至腰間的高度，幼兒輪流從走搖動氣球傘，幼兒在氣球傘上/下律動。</p>			
幼兒體能運動大記錄	<p>目標受惠對象：全體幼兒。</p> <p>挑選準則：報名參與便可。</p> <p>推行策略 / 模式：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 學校為幼兒製作體能運動紀錄冊及定立不同的家居體能運動指標。 2. 家長積極參與記錄幼兒體能活動。 3. 每月老師會協助幼兒查閱紀錄冊並給予適當的獎賞及鼓勵。 4. 有關計劃會於家長講座期間向家長介紹，以讓家長更掌握理論的實踐方法。 	每月一次查閱紀錄冊，持續推行	老師：推動體能運動紀錄冊的使用。	<ol style="list-style-type: none"> 1. 幼兒及家長比以往更多做體能運動。 2. 幼兒及家長享受恆常體能活動的樂趣。 3. 幼兒的大肌肉發展較以往更理想，如：能更隱妥地達到各項符合歲數的目標。

b. 教師培訓 (如適用)

活動名稱	內容 (包括：主題、推行策略 / 模式、目標受惠對象及其挑選準則等)	節數及每節所需時間	受聘人員 (包括：角色、講者 / 導師的資歷及經驗要求等)	預期學習成果
教師培訓工作坊	<p>目標受惠對象：全校老師</p> <p>推行策略 / 模式： 以前期及後期兩節工作坊形式加強老師對幼兒大肌肉發展的認識及握行體能課堂需要的知識及技巧：</p> <p>前期工作坊初擬內容：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 對 3-6 歲幼兒大肌肉的發展特徵的理解； 2. 如何編寫教學計劃有助幼兒的大肌肉發展達標，及有效提升其大肌肉能力； 3. 如何協助能力較弱的幼兒及相關的基礎工作。 <p>後期工作坊初擬內容：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 檢視幼兒整體的大肌肉發展的狀況及需要加強的環節； 2. 檢視推行幼兒遊戲體能活動的成效； 3. 優化校本體能課程的困難及可行的解決方法； 4. 持續協助能力較弱的幼兒的方法及技巧； 5. 總結計劃經驗。 	兩節，每節三小時，共六小時	<p>外聘培訓導師為教師提供培訓工作坊。其資歷及經驗要求如下：</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 具物理治療學士學位或幼兒教育學士學位或以上學歷。 ● 一級物理治療師職銜。 ● 於學前教育機構 / 社會服務機構具15年工作經驗。 ● 曾有評估幼兒大肌肉的發展情況、為幼兒計劃及進行有關的訓練的經驗。 ● 曾有引導幼師檢視幼稚園的體能課程及編寫相關的教學計劃的經驗。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 老師對於不同年齡層幼兒的大肌肉發展需要的更多的了解。 2. 老師更掌握如何設計合適的體能活動。 3. 老師能應用相關的知識在課程活動的設計上。 4. 老師能有效地檢視課堂活動的成效及作出相關的修訂。

			● 曾與家長講解幼兒的發展狀況及促進家校協作的經驗。	
優化校本體能課程	目標受惠對象：全校老師及全體幼兒。 推行策略 / 模式：校長與主任領導老師，按幼兒發展的需要及特質，依據教育局的課程指標，參考現有參考書籍、文獻等建議，重新檢視、剪裁校本體能課程，配合原有各個主題教學，善用新購置的體能器材及教具，從而優化後編寫更適切的教學計劃。	每月每級最少一次會議(每次會議約30分鐘)。	校長、主任及全體老師：參與優化體能課程。	1. 校本各級體能課程得以優化。 2. 透過運用新增的體能設施，幼兒的大肌肉發展更理想，能達到各項發展指標。

c. 設備 (包括建議添置的裝置及設施) (如適用)

	建議購買的設備詳情	該項設備如何有助達成計劃的目標及如適用，預期的使用率
1	戶外幼兒體能攀爬設施組合： ● 戶外感統組合(一組五件包括:平衡木、曲型網狀隧道、平衡橋、曲橋、梅花庄) ● 攀爬設施(一組)	各級老師會按修訂的體能課堂內容，每週運用相關設施與幼兒進行體能活動，預計相關的設備每日至少有一級幼兒能夠運用此設備。 此項設備有助訓練幼兒攀爬的動作，以協助他們四肢協調達致各項的發展指標。 預期使用率：80%
2	室內攀爬牆組合： ● 攀爬牆(一組) ● 攀爬網(一組) ● GYM WALL BARS(兩組) (購買2件讓全班分組進行遊戲時，才有足夠數量供給幼兒訓練，縮短幼兒輪候時間)	於校內增添室內的攀爬組合，在任何天氣下的日子，讓幼兒都能運用有關設施進行體能活動。預計每日至少有一級幼兒能夠運用此設備。 此項設備有助訓練幼兒四肢協調、攀高的動作，以協助他們達致相關的發展指標，如：K1—攀高(爬上直立攀架一步一格)；K2—攀爬的技巧(爬上及爬下直立攀架一步一格)。 預期使用率：80%
3	平衡組合： ● 英文字母平衡積木(1套) ● 數字平衡積木(1套) ● 八角磚積木(1套) ● 山坡平衡-8段(1套) ● 軟體平衡木大橋(1套) ● 河石平衡(2套共12件)(購買2套讓全班分組進行遊戲時，才有足夠數量供給幼兒訓練)	幼兒可運用此訓練平衡技巧外，還可以組合其體能用品作循環遊戲。在任何天氣下的日子，讓幼兒都能運用有關設施進行體能活動。預計每日至少有一級幼兒能夠運用此設備。 此項設備有助訓練幼兒平衡力、步行的動作，以協助他們達致相關的發展指標，如：K1—行走8寸闊及4寸高的平衡木；K2—行過4寸闊及離地4寸之平衡木。 預期使用率：80%
4	大肌肉訓練自由組合： ● 體能組合(高筒4個、中筒4個、中棒4支、短棒4支、長磚4塊、大圈4個、中圈4個、小圈4個、萬用夾4個) ● 投擲訓練(圓筒4個、短棒4支、長磚4塊、豆袋12個) ● 曲形爬梯(共2件)(購買2件讓全班分組進行遊戲時，才有足夠數量供給幼兒訓練，縮短幼兒輪候時間) ● 軟體鍛鍊三級裝(一套共3件)	各級老師可以按主題及幼兒發展，運用有關組合進行循環遊戲。預計每日至少有一級幼兒能夠運用此設備。 此項設備有助訓練幼兒多樣性的大肌肉能力，以協助他們達致相關的發展指標，如：大眾體能組合可訓練 K2—跳過高度及膝的橫欄、K3—助跑跳過高度及膝的橫欄。投擲訓練可達致 K2—自行拋接豆袋(高於幼兒頭部)、K3—單手上手拋豆袋向12呎遠目標(目標範圍2呎X2呎)。曲形爬梯訓練幼兒不同水平的攀爬動作，以協助他們四肢協調，為各項目標作訓練的基礎。軟體鍛鍊1-三級裝可協助 K1—兩步一級下樓梯(沒有扶手)、K2—一步一級上落樓梯(沒有扶手)。 預期使用率：80%
5	視覺追蹤組合(一組共5件)	幼兒可在體能活動時，自由輪候操弄，以發展其手眼協調，上肢的張力及肌耐力。預計每日至少有三級幼兒能

		<p>夠運用此設備。</p> <p>此項設備有助訓練幼兒拋球、組合性及操作性動作，以協助他們達致相關的發展指標，如：K2—能二人合作用工具互拍傳送汽球；K3—左右手輪流向上拍氣球。</p> <p>預期使用率：80%</p>
6	<p>小型體能活動器材：</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 地墊(30塊)(購買30塊以供鋪於攀爬牆、攀爬網、GYM WALL BARS下，讓幼兒活動時提供安全的環境，同時當幼兒要使用室內平衡組合，亦需要地墊鋪於設施旁作安全措施) ● 多孔20吋雪糕筒(3套共12件)(購買3套讓全班分組進行遊戲時，才有足夠數量供給幼兒訓練，以及增加遊戲的變化度) ● 跨步訓練器(3套共12件)(購買3套讓全班分組進行遊戲時，才有足夠數量供給幼兒訓練，縮短幼兒輪候時間) ● 平衡球(3個)(購買3個讓全班分組進行遊戲時，才有足夠數量供給幼兒訓練，縮短幼兒輪候時間。此外平衡球泵至不同的體積，可供3級不同的幼兒同一天使用。) 	<p>各級老師可以按主題及幼兒發展所需，運用有關組合成循環遊戲。預計每日至少有兩級幼兒能夠運用此設備。此項內的各種設備有助訓練幼兒的大肌肉，如利用地墊進行活動達致相關的發展指標，如：K1—滾動訓練。雪糕筒可達致目標如：K1—跑步以 S 型繞過 2 至 4 項障礙物、K2—跑步繞過多項障礙物。自動回彈跨欄則達致如：K1—跨過一呎高橫欄。平衡球讓幼兒在操作推接的過程中，訓練其手眼協調，為達致 K3—二人 6-8 在呎內互相拋接膠球作訓練基礎。</p> <p>預期使用率：80%</p>

d. 工程 (如適用)

	建議的工程項目詳情	該項工程如何有助達成計劃的目標及如適用，預期的使用率
1	<p>清拆校舍戶外設施連清除雜物。</p> <p>重鋪泥沙、階磚。</p> <p>重鋪安全膠地墊。</p>	<p>透過清拆及重鋪工程，善用校舍戶外地方，增添較大型的戶外攀爬組合。在天晴的日子，讓幼兒在更理想的空間及環境下做合適的體能活動。預計相關的設備每日(天晴及溫度適宜)至少有一級幼兒能夠運用。</p> <p>預期的使用率為80%。</p>

(公營中學、小學(包括直接資助學校)、特殊學校請參閱學校行政手冊第 8.6段及其他相關的段落。已參加新幼稚園教育計劃的幼稚園，請參閱幼稚園行政手冊第1.2段(1)(g)。)

e. 校本課程的特色 (如適用)

--

f. 其他活動 (如適用，並闡述這些活動如何有助達成計劃的目標)

活動名稱	內容 (包括：主題、推行策略/模式、目標受惠對象及其挑選準則等)	節數及每節所需時間	參與教師及/或受聘人員 (包括：角色、講者/導師的資歷及經驗要求等)	預期學習成果
親子遊戲工作坊	<p>目標受惠對象：全體幼兒及其家長。</p> <p>挑選準則：報名參與便可。</p> <p>主題：讓家長知道如何透過簡單遊戲，了解幼兒的大肌肉發展及提升其能力。</p> <p>推行策略/模式：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 引導家長了解幼兒的親子遊戲的重要性。 2. 教導家長如何運用社區資源、居住環境中的物品，與幼兒進行簡 	K1, K2及K3 三級各一節，每節2小時。	老師：籌辦親子遊戲工作坊。	<ol style="list-style-type: none"> 1. 鼓勵幼兒及家長多做體能運動/遊戲。 2. 幼兒及家長享受參與親子體能遊戲的過程。 3. 促進親子關係。

	單的遊戲，以達致提升幼兒的大肌肉能力及增進親子關係。			
家長講座	<p>目標受惠對象:全體家長 挑選準則:報名參與便可 主題:由外聘培訓導師講解的講座,以加深認識促進幼兒大肌肉發展的重要性及方法。老師介紹「幼兒體能運動大記錄」活動的運作,讓家長認識體能運動紀錄冊的操作模式,促進家長及幼兒在家進行不同的家居體能運動,將學習到的理論實踐出來。 推行策略/模式:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 引導家長了解幼兒的大肌肉發展,對整體發展的重要性。 2. 認識各年齡階段的幼兒,每天應做運動的類別、時間及次數。 3. 老師即場介紹「幼兒體能運動大記錄」的活動。 4. 老師即場派發體能運動紀錄冊。 5. 老師即場示範家長及幼兒在家能進行不同的家居體能運動。 	共一節,共2小時。	外聘培訓導師:家長講座講者。 外聘培訓導師其資歷及經驗要求同上。 老師:簡介「幼兒體能運動大記錄」的活動操作及推動體能運動紀錄冊的使用。	<ol style="list-style-type: none"> 1. 家長更能了解幼兒大肌肉發展與成長階段的關係。 2. 幼兒及家長比以往更多做體能運動。 3. 幼兒及家長享受恆常體能活動的樂趣。 4. 幼兒的大肌肉發展較以往更理想,如:能更穩妥地達到各項符合歲數的目標。

2.8 財政預算

申請撥款總額: HK\$ 315,500

開支類別*	開支細項的詳情		理據 (請提供每項開支細項的理據,包括所聘請人員的資歷及經驗要求)
	開支細項	金額 (HK\$)	
a. 員工開支	不適用	0	
b. 服務	外聘培訓導師講座工作坊導師費 <ol style="list-style-type: none"> 1. 教師培訓工作坊(前期): \$880/小時 X 3小時 2. 教師培訓工作坊(後期): \$880/小時 X 3小時 3. 家長講座: \$880/小時 X 2小時 	2,640 2,640 1,760	外聘培訓導師: 其資歷及經驗要求如下: <ul style="list-style-type: none"> ● 具物理治療學士學位或幼兒教育學士學位或以上學歷; ● 一級物理治療師職銜; ● 於學前教育機構/社會服務機構具15年工作經驗; ● 曾有評估幼兒大肌肉的發展情況、為幼兒計劃及進行有關的訓練的經驗; ● 曾有引導幼師檢視幼稚園的體能課程及編寫相關的教學計劃的經驗; ● 曾與家長講解幼兒的發展狀況及促進家校協作的經驗。
c. 設備	戶外幼兒體能攀爬設施組合: <ol style="list-style-type: none"> 1. 戶外感統組合(一組五件包括:平衡木、曲型網狀隧道、平衡橋、曲橋、梅花庄) 2. 攀爬設施(一組) 	60,000 12,100	各級老師會按修訂的體能課堂內容,每週運用相關設施與幼兒進行體能活動。此項設備有助訓練幼兒攀爬的動作,以協助他們四肢協調達致各項的發展指標。
	室內攀爬牆組合: <ol style="list-style-type: none"> 1. 攀爬牆(一組) 2. 攀爬網(一組) 3. GYM WALL BARS(兩組) 	4,600 4,600 6,000	

	平衡組合： 1. 英文字母平衡積木(26件)(1套) 2. 數字平衡積木(20件) (1套) 3. 八角磚積木(12件) (1套) 4. 山坡平衡-8段(8件) (1套) 5. 軟體平衡木大橋(3件) (1套) 6. 河石平衡(2套共12件)	1,800 1,400 2,000 2,400 4,600 2,600	幼兒可運用此訓練平衡技巧外，還可以組合其體能用品作循環遊戲。在任何天氣下的日子，讓幼兒都能運用有關設施進行體能活動。此項設備有助訓練幼兒平衡力、步行的動作。
	大肌肉訓練自由組合： 1. 體能組合(高筒4個、中筒4個、中棒4支、短棒4支、長磚4塊、大圈4個、中圈4個、小圈4個、萬用夾4個) 2. 投擲訓練(圓筒4個、短棒4支、長磚4塊、豆袋12個) 3. 曲形爬梯(共2件) 4. 軟體鍛鍊三級裝(一套共3件)	2,600 900 6,500 6,800	各級老師可以按主題及幼兒發展，運用有關組合進行循環遊戲。此項設備有助訓練幼兒多樣性的大肌肉能力。
	視覺追蹤組合 (一組共5件)	6,500	幼兒可在體能活動時，自由輪候操弄，以發展其手眼協調，上肢的張力及肌耐力。此項設備有助訓練幼兒拋球、組合性及操作性動作。
	小型體能活動器材： 1. 地墊(30塊) 2. 多孔20吋雪糕筒(3套共12件) 3. 跨步訓練器(3套共12件) 4. 平衡球(3個)	6,600 1800 2300 500	各級老師可以按主題及幼兒發展所需，運用有關組合成循環遊戲。此項內的各種設備有助訓練幼兒的大肌肉。
d. 工程	清拆校舍戶外設施連清除雜物	10,000	需要透過清拆及重鋪工程，才能善用校舍戶外地方，增添較大型的戶外攀爬組合，讓幼兒在更安全、理想的空間及環境下做合適的體能活動。
	重鋪泥沙、階磚。	50,000	
	重鋪安全膠地墊。	90,000	
e. 一般開支	親子運動會： 1. 印刷場刊(約150份)	300	讓參與家長了解當日活動流程。
	幼兒體能運動大記錄 1. 印刷紀錄冊(約150份)	1000	印製有關紀錄冊，以便活動的進行。
	親子遊戲工作坊 1. 遊戲物資	560	遊戲的道具／消耗性物資。
	核數費	5,000	
f. 應急費用	工程開支應急費用 (\$150,000 X 10%)	15,000	
申請撥款總額 (HK\$):		315,500	

*

(i) 在訂定預算時，申請人應參閱基金的價格標準。員工的招聘和貨品及服務的採購必須以公開、公平及具競爭性的方式進行。申請人可刪除不適用的開支類別。

(ii) 如計劃涉及學校改善工程，可預留一筆不超過總工程費百分之十的應急費用。

(iii) 為期超過一年的計劃，可預留應急費用，但一般不應超過扣除員工開支及總工程費(包括工程的應急費用)後的總預算額的百分之三。

3. 計劃的預期成果

3.1	成品 / 成果	<input type="checkbox"/> 學與教資源 <input type="checkbox"/> 教材套 <input type="checkbox"/> 電子成品*(請列明) _____ <input checked="" type="checkbox"/> 其他 (請列明) 校本各級的體能活動課程教案及評估指標
*如申請人計劃將電子成品上載於香港教育城，可致電 2624 1000 與香港教育城聯絡。		

3.2	計劃對優質教育 / 學校發展的正面影響	<p>在老師方面：老師更能了解幼兒大肌肉發展的進程，更掌握體能課堂的設計及改善相關的技巧。</p> <p>在幼兒方面：幼兒的大肌肉發展更理想，同時培養良好的生活習慣，日常更願意參與體能活動。</p> <p>在家長方面：家長認知體能活動的重要性及其不同目標，願意加強幼兒日常的參與程度，建立更良好的生活習慣。</p> <p>在學校發展方面：學校優化各級的體能活動課程教案及評估指標，設備更加完善，每年的學生均能受惠。</p>
-----	---------------------	---

3.3 評鑑

請建議具體的評鑑方法及成功準則。

(例子：課堂觀察、問卷調查、重點小組訪問、前測 / 後測)

<ol style="list-style-type: none"> 1. 講座/工作坊：透過問卷，有 80% 的老師表示了解及有信心運用講座/工作坊中學習到的教學技巧於課堂中。校長、主任於體能課堂觀察，80% 的老師能運用有關的教學技巧。透過問卷，有 70% 的家長了解及掌握工作坊的內容。 2. 親子運動會：向參與家長進行問卷調查，以了解該次活動的成效，80% 的家長表示同意提升了幼兒做運動的興趣；老師即時觀察，以了解參與者的參與程度。 3. 幼兒體能運動大紀錄：老師定期審視及比較家長 / 幼兒參與程度的轉變，如：計劃推展三個月後，幼兒體能運動時間有所增加或能比以往嘗試更多的體能活動項目。 4. 幼兒大肌肉發展的進程：老師每年上學期末及下學期末為相關的體能發展項目作出檢視。成功準則：全年共有 80% 的幼兒在約 8 成的體能發展項目達致「第四級別：大致能夠掌握」的指標。 5. 課程效能及幼兒體能發展：透過定期會議，檢視現行的課程及相關的教學計劃能否適切地促進幼兒的大肌肉發展及增強其體能。透過問卷的方式，老師作出自評並審視，80% 的幼兒大肌肉能達發展同齡標準、80% 的老師認為教學計劃編寫是適切及能應用恰當的教學技巧。此外，從校長、主任及同儕觀課，根據各觀課記錄，以檢視課程及教學計劃的效度及適切度，80% 的老師所編寫之教學計劃是具有效度及適切、能掌握及實踐教學的技巧、能恰當的讓幼兒運用體能設施進行符合該年齡發展能力的體能活動。
--

如申請撥款總額超過 \$200,000，請完成第 3.4 及 3.5 部份。

3.4 計劃的可持續發展

<p>是次計劃檢視校本的體能活動編排及作出相關修訂，同時設計及運用合適的評估方法，完善校本的體能課程。相關的校本課程可持續在學校執行，而學校亦會妥善運用保養相關器材，確保日後能正常使用，以便推行相關活動，延續計劃目標。</p>

3.5 推廣

請擬備計劃向學界推廣計劃值得分享的成果。

(例子：座談會、學習圈)

<p>機構會安排本校與其他分校作交流，分享已重新修訂的體能活動課程教案、評估指標及方法。</p>
<p>機構同時會安排參與計劃活動的家長 / 幼兒作錄影分享，有關片段會上載至機構的社交媒體 / 網頁等。</p>

4. 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 01/07/2020-31/12/2020	31/01/2021	中期財政報告 01/07/2020-31/12/2020	31/01/2021
計劃進度報告 01/01/2021-30/06/2021	31/07/2021	中期財政報告 01/01/2021-30/06/2021	31/07/2021
計劃總結報告 01/07/2020-31/08/2021	30/11/2021	財政總結報告 01/07/2021-31/08/2021	30/11/2021

5. 資產運用計劃

類別	項目說明	數量	總值	建議的調配計劃
設備	室內攀爬牆組合： 1. 戶外感統組合(包括:平衡木、曲型網狀隧道、平衡橋、曲橋、梅花庄) 2. 攀爬設施	1 組 5 件 1 組	\$60 000 \$12 100	計劃完結後，所有設備將繼續在學校使用，以延續計劃成效。
	室內攀爬牆組合： 1. 攀爬牆 2. 攀爬網 3. GYM WALL BARS	1 組 1 組 2 組	\$4 600 \$4 600 \$6 000	
	平衡組合： 1. 英文字母平衡積木 2. 數字平衡積木 3. 八角磚積木 4. 山坡平衡-8 段 5. 軟體平衡木大橋 6. 河石平衡	1 套 26 件 1 套 20 件 1 套 12 件 1 套 8 件 1 套 3 件 2 套共 12 件	\$1 800 \$1 400 \$2 000 \$2 400 \$4 600 \$2 600	
	大肌肉訓練自由組合： 1. 體能組合	高筒 4 個、中筒 4 個、中棒 4 支、短棒 4 支、長磚 4 塊、大圈 4 個、中圈 4 個、小圈 4 個、萬用夾 4 個	\$2 600	
	2. 曲形爬梯 3. 軟體鍛鍊三級裝	2 件 1 套共 3 件	\$6 500 \$6 800	
	視覺追蹤組合	1 組共 5 件	\$6 500	
	小型體能活動器材： 1. 地墊 2. 多孔 20 吋雪糕筒 3. 跨步訓練器	30 塊 3 套共 12 件 3 套共 12 件	\$6 600 \$1 800 \$2 300	

註：

1. 本校確保所購買的體能設施是安全和適合幼兒使用；並會注意本校在進行體能設施安裝及相關工程的情況下，仍有充足的戶外及戶內場地活動空間放置體能設施，以確保幼兒能在安全的環境下使用體能設施及進行體能活動。
2. 本校會為各項體能設施預留足夠空間，並適當地加裝防撞設備，確保兒童進行活動時的安全。
3. 本校確保各項體能設施均妥善安裝。如有需要，本校會聘用專業人士負責有關安裝工作。本校亦會為各項體能設施進行定期檢查、保養和維修。

4. 本校確認遵守優質教育基金知識產權政策，確保計劃成品不會侵犯何一方的版權或其他知識產權，並確認計劃成品的版權屬優質教育基金所有；嚴禁服務供應商複製、改編、改發、發布或向公眾提供成品作商業用途。
5. 本校明白基金撥款屬一次過性質。本校會自行負責相關經常開支，如維修費用、日常營運開支等，以及其他可能引致相關支出/後果。
6. 本校選擇服務、工程供應商及貨品（包括設備）時，會遵照優質教育基金〈人事管理及採購指引〉進行報價或投標，確保採購程序是以公開、公平及具競爭性的方式進行。

附件一

幼兒遊戲體能活動教學計劃(一)

班級: K.2

主題: 食物

室內大肌肉訓練自由組合 / 小型體能活動器材 / 平衡組合

時間	活動目的	活動內容/活動步驟	教學資源
20 分鐘	<p>~學習立定跨跳、開合跳動作</p> <p>~鍛煉幼兒四肢的協調性</p> <p>~培養專心聆聽，及按指示進行活動</p> <p>~認識 1-5 的數字與數量</p>	<p>暖身活動: 熱身操</p> <p>技巧訓練:</p> <p>~老師與幼兒先重溫立定跨跳及雙腳跳的技巧，幼兒熟練後便進行下列活動。</p> <p>活動:</p> <p>~老師請幼兒幻想自己成小兔子，與媽媽忙在森林中找充滿營養、鮮甜多汁的水果，並把它們安全運送在籃子中，但在運送時會越過障礙。</p> <p>~創設情境：小兔子們現在來到了森林，需要爬過小山(軟體鍛鍊 1-三級裝:上樓梯、行走、滑下)、越過樹枝(立定跨跳:利用跨步訓練器，請幼兒立定跨一個訓練器)、穿過山洞(利用體能組合的雪糕筒及橫杆成障礙物，要蹲下穿過)，渡過小河(雙腳跳出跳入呼啦圈)，找到水果(老師會每次出示數字表示幼兒需要拿多少個水果，是次活動會請幼兒取 5 或以內的數量)，走過小橋（河石平衡/山坡平衡 8 段），最後放下水果。</p> <p>舒鬆活動:</p> <p>請兔子們跟著兔子媽媽隨著音樂做舒緩操，然後一起排隊走回家擦汗及休息。</p>	<p>小兔子頭飾、兔子布偶、水果模型、音樂（熱身</p> <p>軟體鍛鍊 1-三級裝</p> <p>跨步訓練器</p> <p>體能組合</p> <p>河石平衡</p> <p>山坡平衡 8 段</p>

幼兒遊戲體能活動教學計劃(二)

班級: K.2

主題: 動物

小型體能活動器材 / 平衡組合

時間	活動目的	活動內容/活動步驟	教學資源
20 分鐘	<p>~學習連續雙腳跳</p> <p>~認識水中生活的動物</p> <p>~模仿動物的游泳模式律動</p> <p>~培養專心聆聽，及按指示進行活動</p>	<p>暖身活動: 熱身操</p> <p>技巧訓練:</p> <p>~老師與幼兒先重溫連續雙腳跳的技巧，幼兒熟練後便進行下列活動。</p> <p>活動:</p> <p>~請幼兒圍著圓圈坐，老師請他們幻想成小青蛙並學跳荷葉的本領。</p> <p>~老師先示示範雙腳跳的基本動作，請幼兒跟著練習。</p> <p>~當幼兒掌握了動作後，便進行小青蛙與鱷魚先生的遊戲。</p> <p>~老師請幼兒坐在起點，然後把細呼圈(荷葉)放在地上，一邊播放音樂，小青蛙在荷葉附近游來游去，當音樂停止表示鱷魚先生快來了，小青蛙便要雙腳跳進最近的荷葉(每塊荷葉只能站一隻青蛙)。</p> <p>~當幼兒掌握了雙腳跳進荷葉(呼拉圈)後，老師便把 2 張 2cm 厚的地墊疊起成荷葉，改為小青蛙跳上荷葉)，但每次每朵荷葉可跳上三隻小青蛙</p> <p>*最初可由老師扮作鱷魚先生，當幼兒掌握遊戲的玩法可邀請 1~2 位幼兒扮演鱷魚先生，或其他的海上動物如鯊魚，請他們在音樂播放時，以該種動物的游泳模式律動。</p> <p>舒鬆活動:</p> <p>播放輕鬆音樂，請幼兒伸展手臂，然後深呼吸，放鬆肌肉和情緒。</p>	<p>~地墊</p> <p>~體能組合</p>