

公帑資助學校專項撥款計劃

計劃編號：	2020/0371 (修訂版)
學校名稱：	伊斯蘭博愛幼稚園 Islamic Pok Oi Kindergarten
計劃名稱：	增強幼兒多功能的體能遊戲活動 Multifunctional Physical Activities For Early Childhood
受惠目標：	學前
預計直接受惠人數：	學生:100 人(K1-K3) 教師:10 人 家長:200 人

1. 計劃需要

1.1 計劃目標

為保障幼兒身體健康，建立幼兒對運動的興趣，透過老師掌握有關的體能知識及動作技巧以策劃及編排多功能的體能遊戲活動，巧用器材，妙用空間，讓幼兒掌握基本的運動技能及學習運用正確的動作作自我保護，以逐步提升幼兒運動時的安全意識和保護身體的能力，同時提升幼兒身體的協調能力和靈敏度，以促進幼兒的大小肌肉發展。

1.2 校本創新元素

為求幼兒有樂觀的心態和強健的體魄，讓幼兒做出正確的基本動作需要，運用多功能的器材進行各類的體能活動，藉多樣化的遊戲發展幼兒的大小肌肉，老師透過創設安全的環境及運用不同器材設計出以遊戲形式呈現的有趣及有效的體能活動，如走、跑、跳、轉、爬、攀、投、擲等可以發展幼兒身體的協調和靈敏度，當中加入遊戲元素時，讓幼兒更喜歡投入其中，建立自信，享受做運動的樂趣。

1.3 計劃配合學校需要 / 學生的多樣性需要

項目：學校現況

適逢疫病肆虐，令幼兒到園面授學習的時段少了，減少了很多大小肌肉訓練的機會，加上老師在過去幾年，發現園內幼兒在體能上的平衡力、肌力及身體協調能力較弱，導致步履不穩，甚至容易跌倒受傷，出現有動作笨拙及身體協調不足的情況，故希望透過多功能的體能遊戲去幫助幼兒的身體動作發展，加上園內體能設備更新慢，變化不大，幼兒長時間玩，也降低了對設備的探索興趣，還有部分現成的設備，不能達到體能活動的滿意效果。當中更發現老師過於依賴教材套的活動建議進行體能活動，只見經常重覆幼兒的基本動作訓練及甚少有器材加入的動作練習，令課堂氣氛不活躍，老師指導性要求的動作偏多，未能讓幼兒透過技巧訓練後自由地把自己能操縱的動作空間強化及利用身體的自然反應進行大小肌肉運動。為此，本園期望藉推展有系統的體能遊戲活動，讓幼兒學習和掌握不同的動作技能，以提升幼兒體能的發展，促進幼兒的身心健康。

在體能活動中，老師需要認識不同的器材來設計出不同的動作遊戲，透過不同的動作體驗，不同層次的挑戰性遊戲，更有利於提升每位幼兒的積極性，並利用不同的器材投放及難度逐級添加，以符合幼兒的運動安全，滿足不同幼兒運動的需要。藉著老師有效地應用器材，設計出多元化的學習材料，讓幼兒透過探索和操弄，從實踐中學習，提升幼兒的大小肌肉能力。還有一些大肌肉活動可借用附近的球場，便可大大增加了幼兒體能發展的空間。導師透過與老師一起共同備課，觀課和課後檢討，提升教師對幼兒體能發展的認識，並為幼兒編排適切的體能遊戲活動。體能遊戲活動是從暖身活動，基本活動和舒鬆活動三個環節入手，為加強基本活動中的技巧訓練及自創體能遊戲內容，

根據調適活動設計，促進幼兒在體能活動中的綜合發展以優化校本體能課程。

2. 計劃可行性

2.1 計劃的主要理念/依據

項目：參考教育局課程文件/指引

根據《幼稚園教育課程指引》(2017)指出運動能強身健體，對於編排有趣的體能遊戲、訓練和律動，增加幼兒對運動的興趣，養成常做運動的良好習慣。有系統地整理體能課程，持續跟進與檢視，增加體能活動設施，運動器材幫助幼兒增進動作控制能力，亦可強化幼兒的運動技能，提升他們的身體動作及肌內力的發展。

而衛生署二至六歲幼兒體能活動指南亦提及幼兒的體能活動能鍛鍊出良好的體魄，亦有助刺激和發展幼兒的整體能力，從而影響他們的學習能力和自信。

項目：參考學與教理論策略

針對幼兒的年齡特點，選擇適宜的動作發展內容，組織生動有趣及循序漸進兼備，且具挑戰的遊戲活動來豐富幼兒在生活中的體驗也是必須的，同時也應該用幼兒已有的知識經驗和能力，有目的地結合其他學習範疇的內容與幼兒作綜合性的體能活動體驗，全身性的動作遊戲正可活化大小肌肉發展。

2.2 學校的準備程度

項目：學校已具備的相關經驗

本園在 20-21 年度就優質教育基金批款推行「如何加強區角遊戲的自由探索元素」中發現幼兒的大小肌肉的協調能力不夠，影響了學習效能，故期望在體能教案中加入幼兒遊戲的內容，把體能活動的目標，場地佈置，活動情境，活動過程等也能呈現出遊戲的元素，讓幼兒在主題內同時配合體能遊戲內容。透過之前的教師培訓，老師有這方面的認知，故在策劃推行活動上有一定經驗且更有信心發展此項新計劃。

為了照顧幼兒不同的發展需要，構思設計有趣的體能遊戲活動及設置不同程度的玩法，利用不同的器材，讓幼兒因應自己的能力設計不同的體能遊戲。幼兒藉體能遊戲，鍛鍊出良好的體格的同時亦有助刺激及發展幼兒的整體能力。透過專業導師對老師提供培訓及指導後，可靈活處理器材配合幼兒的基本動作，讓幼兒在自創的遊戲中鍛鍊動作技巧，達致完善的體能課程。

教師團隊穩定，三級級長經驗豐富並專業，他們同感希望能在課堂中增添更多功能性的體能遊戲，達致強化區角內的體健遊戲以配合幼兒的體能發展。

2.3 校長和教師的參與

學校人員：校長

職責：審理計劃，監察督導，統籌協調，課程/活動規劃，處理撥款購買器材，帶領參與活動，透過活動檢討及幼兒的評估紀錄，收集多方意見對幼兒在體能發展上的成長表現，透過活動檢視以了解推行的成效而重整體能課程的發展方向。

學校人員：主任

職責：擬定計劃，統籌協調，課程/活動規劃，帶領參與活動，教材器材購置報價整理，核心小組帶領者商討活動內容、流程及時間表。定期向校長匯報活動的進度，協助家長進行活動的配合。與導師一起商討制定有關幼兒大小肌肉訓練的內容，並協助老師計劃使用器材的方法。

學校人員：老師

職責：課程/活動規劃，帶領參與活動，教材整理，全體教師參與培訓工作坊，讓教師有足夠相關知識，

了解大小肌肉訓練如何有助幼兒學習；按工作時間表,在校內推行活動並觀察幼兒表現,反思活動推行的成效和新學年的跟進工作。

2.4 計劃時期

計劃開始及完成日期：由 01/2022 至 12/2022

合共需時 1 年 0 月

2.5 計劃活動的詳情

a. 推行計劃措施

活動 1：體能遊戲活動

推行時期：

02/2022 - 05/2022 及 09/2022 - 12/2022

學習階段及學習範疇/學科/學習元素：

- 範疇：體能與健康

內容：

受惠對象:全園幼班/低班/高班學生

推行策略/模式: 三級幼兒在上下學期中體驗體能遊戲活動並主動設計及創作體能遊戲活動，老師指導幼兒的動作技巧，讓幼兒學習身體控制能力。

按主題 上學期包括：

K1-①身體、②成長及自理、③家庭成員、④關愛家庭

K2-①情緒管理、②健康習慣、③家庭關係、④雀鳥

K3-①時間管理、②融和社會、③不同家庭組合、④昆蟲

下學期包括：

K1-①動物、②植物、③生活科學及鄰里、④幫助我們的人及環保

K2-①天氣、②水和火、③幫助我們的人、④交通

K3-①氣候、②污染問題及減廢、③標誌及社區設施、④服務社羣

老師編寫的體能教學計劃(附件一：體能遊戲活動舉隅)，當中包括暖身運動、技巧訓練、組合自創及舒鬆總結 4 個部份，配合新增的體能器材，與幼兒在戶外、戶內進行各項體能遊戲活動。

節數：

於體能活動時段進行，每星期 5 次，每次約 25-30 分鐘

參與學校人員 及/或 受聘計劃人員 數目及職責：

校長/主任/三級班主任(每級 2 人)/受聘課程導師 1 位(指導老師撰寫計劃，備課、觀課及課後回饋)/受聘體能導師 1 位(指導老師體能技巧，解說器材功能及安全使用之法，觀課及課後回饋)，體能遊戲活動內容由主任檢閱，校長審批。

預期成效：

- 優化校本體能課程, 以提升體能課堂的效能
- 幼兒體驗大小肌肉的能力, 以強化幼兒的運動技能, 提升他們的身體動作及肌內力的發展
- 運動器材幫助幼兒增進動作控制能力
- 幼兒從中建構自己的體能知識和運動經驗

活動 2：親子運動會

推行時期：

05/2022

內容：

受惠對象：全園幼班/低班/高班學生

挑選準則：家長自由報名參加

推行策略 / 模式：幼兒及家長參與設計親子競技項目。學校會運用新購置的器材進行親子運動會，如：運用叢林平衡木作為遊戲的障礙物。親子運動會各級的初擬項目內容由家長與子女共同設計並由校方篩選決定：

K1~親子競技遊戲(彩虹河石/蜂蜜步道/星空島)：家長與幼兒合作合力運送扭扭圈到終點。

K1~跨步車比賽，家長協助幼兒在指定路線內完成。

K2~親子競技遊戲(腳印平衡木/波浪觸覺步道/步步皆冰)：家長與幼兒以身體合力運送雪花片，跟著走到終點。

K2~跳球比賽，家長協助幼兒在指定距離完成。

K3~親子競技遊戲(萬象組/叢林平衡木/快樂島)：家長與幼兒合力運送豆荳夾，過程中避過障礙物，跟著走到終點。

K3~平衡腳踏車比賽，家長協助幼兒在指定路線內完成。

節數：

一個星期六上午 9:00 至下午 1:00(一節共 4 小時)

參與學校人員 及/或 受聘計劃人員 數目及職責：

校長/主任/全體老師(6 人)：籌辦運動會

預期成效：

- 鼓勵幼兒與家長多做體能運動
- 促進親子關係
- 讓家長與幼兒享受參與運動會的樂趣

活動 3：家長工作坊

推行時期：

02/2022, 9/2022

內容：

受惠對象：全園幼班/低班/高班家長

挑選準則：家長自由報名參加

推行策略 / 模式：由外聘培訓導師講解的工作坊。

- 1 指導家長了解幼兒的大小肌肉發展對整體幼兒階段發展的重要性。
- 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。

節數：

上下學期各一次，每次 3 小時，共 6 小時

參與學校人員 及/或 受聘計劃人員 數目及職責：

校長/主任/負責老師(2 人)

預期成效：

- 家長更能了解幼兒大小肌肉發展與成長階段的關係
- 家長更多與子女一起做體能運動

活動 4：親子體能遊戲活動

推行時期：

02/2022 - 05/2022 及 9/2022 - 12/2022

內容：

受惠對象：全園幼班/低班/高班家長

挑選準則：家長自由報名參加

推行策略 / 模式： 安排在戶外借用邨內球場進行，學校會運用新購置的器材進行親子體能遊戲活動，透過體能導師指導及老師協助，讓家長與子女一起做運動。

節數：

每月一次，每次各級 30 分鐘，共 12 小時

參與學校人員 及/或 受聘計劃人員 數目及職責：

校長/主任/負責老師(6 人)、體能導師協助戶外課堂活動及活動後檢討

預期成效：

- 家長更了解幼兒大小肌肉發展與成長階段的關係。
- 家長了解老師如何配合器材帶領幼兒學習不同的動作技能。
- 家長和幼兒能體驗做運動的樂趣，享受親子遊戲的歡樂時光。

b. 教師培訓

活動 1：專業指導 1

推行時期：

1/2022 – 12/2022

內容：

受惠對象：全校老師

推行策略 / 模式： 導師以上學期及下學期各兩節工作坊形式指導老師

上學期工作坊初擬內容：

第一節 - 對 3-6 歲幼兒大小肌肉發展特徵的認識和理解，指導有關體能動作技巧

第二節 - 10-12 種器材使用及配合不同年齡層的功能性及安全度

下學期工作坊初擬內容：

第一節 - 檢視上學期幼兒整體的大小肌肉發展的狀況及推行幼兒遊戲活動的成效

第二節 - 優化校本體能課程的困難及可行的解決方法及另外 10-12 種器材配合的功能性及安全度

節數：

- 4 次，每次 3 小時，共 12 小時

校內受聘 培訓人員：

- 體能導師(指導老師體能技巧，解說器材功能及安全使用之法)

預期成效：

- 鞏固老師對幼兒大小肌肉發展的認知
- 提升老師體能運動的動作技巧
- 加強老師認識運動器材的使用方法及安全守則

活動 2：專業指導 2

推行時期：

01/2022 - 12/2022

內容：

受惠對象：全校老師

推行策略 / 模式：課程導師在整個學年中的 8 個主題，每個主題前 2 星期開會指導

- 配合體能課內容作討論及修訂
- 體能課堂流程及教學技巧
- 遊戲與動作配合的體能遊戲活動設計
- 如何編寫教學計劃有助幼兒的大小肌肉發展達標
- 主持三級不同的程度的備課會議。(會議內容包括：計劃遊戲形式、器材選擇及空間運用)
- 每月 1 次導師適時觀課，指導老師課堂實踐、觀課後給予老師適當的回饋

節數：

- 備課：3 級，每級 8 次，每次 1.5 小時，共 36 小時
- 觀課及課後檢討：3 級，每級 8 次，每次 1 小時，共 24 小時

校內受聘 培訓人員：

- 受聘課程導師 1 位(指導老師撰寫計劃、備課、觀課及課後回饋)

預期成效：

- 提升老師的體能課的教學技巧
- 幫助老師掌握如何設計有效的體能遊戲活動
- 加強老師在幼兒體能課程上的編排、設計及推行的有效性
- 啟發老師的創新思維及協助老師反思及改善

c. 其他措施與活動

- 推行時間表：1-2/2022
- 工作的籌備：招聘導師、擬定工作時間表、選購合適的教材及運動器材，訂定老師及家長工作坊的培訓內容等
- 老師工作坊 2 次及課程導師第 1 主題備課會議 - 到校了解全園幼兒的大小肌肉的動作發展情況後提供訓練及購買器材，與老師一起備課，協助老師進行幼兒體能活動的編排及指導 10-12 種器材運用，商議幼兒要注意的安全事項，向有關部門申請使用邨內球場。
- 家長工作坊 1 次
- 推行時間表：02/2022 - 05/2022

- 推行幼兒體能活動每日安排 25-30 分鐘，每月安排課程導師到校指導老師如何引導幼兒作體能遊戲活動。讓幼兒配合器材學習不同的動作技能。課程導師到校備課、觀課及作課後檢討。老師從中學習教授幼兒運動的方法及掌握動作技巧。
- 每月一次親子體能遊戲活動，安排在戶外借用邨內球場進行，透過體能導師指導及老師協助，讓家長與子女一起做運動。

- 推行時間表：05/2022 - 6/2022
- 進行中期檢討及調節體能活動安排
- 老師工作坊 2 次指導老師進行另外 10-12 種器材運用，加強老師教授幼兒使用器材的安全意識。
- 舉辦親子運動會，在社區體育館借用場地進行體能遊戲競賽。

- 推行時間表：09/2022 - 12/2022
- 持續推行幼兒體能活動，教師帶領幼兒進行不同類型的體能活動，讓幼兒鞏固不同的動作技能並自選不同的器材進行體能遊戲活動，課程導師到校備課、觀課及作課後檢討。
- 每月一次親子體能遊戲活動，安排在戶外借用邨內球場進行，透過體能導師指導及老師協助，讓家長與子女一起做運動。
- 家長工作坊 1 次

- 推行時間表：12/2022
- 進行成效檢討
- 全體學校成員檢討計畫成效及討論改善方案
- 依據是次計劃經驗，校長及主任整理及編排新學年的幼兒體能課程

2.6 財政預算

a. 員工開支

職位名稱	全職百分比	入職要求	每月薪金	強積金	聘任期 (按月計)	預算開支	理據
員工開支預算總額：						0	

b. 服務開支

項目	服務詳情	單項價格	數量/時數	單位	預算開支	理據
工作坊	外聘培訓體能導師導師費 1. 老師工作坊 (上學期 2 次/下學期 2 次，每次 3 小時，共 12 小時) 2. 家長工作坊 (上學期 1 次/下學期 1 次，每次 3 小時，共 6 小時)	500	18	小時	9,000	導師具體適能教練資格或有幼兒教育及幼師培訓的資歷，能指導老師體能運動技巧。 導師運用多年的專業技能經驗，作老師、家長及幼兒的指導者及協調者的角色，以帶領教師團隊推行活動。另指導家長在家如何配合。
備課	外聘課程導師導師費 教授老師撰寫教案及計劃流程，擬定每個主題的體能活動內容。 (每個主題 1 次會議，共 8 個主題。3 級，每級 8 次，每次 1.5 小時，共 36 小時)	800	36	小時	28,800	導師具 15 年以上幼兒教育的教學經驗及行政經驗(領導課程發展)及持幼兒教育學位或以上，利用豐富的經驗與主任和老師進行會議及與老師共同備課，設計體能活動。
觀課及課後檢討	外聘課程導師導師費 課堂觀課及課後檢討 (3 級，每個主題 8 次，每次 1 小時，共 24 小時)	800	24	小時	19,200	導師具 15 年以上幼兒教育的教學經驗及行政經驗(領導課程發展)及持幼兒教育學位或以上，利用豐富的經驗與主任和老師進行會議及與老師共同備課，設計體能活動。 導師運用多年

						的幼教經驗，作為校長/老師/家長及幼兒的指導者及協調者的角色，分析及跟進體能課程的發展。
親子體能遊戲活動	外聘體能導師導師費 協助戶外課堂活動及活動後檢討 8 個主題每月 1 次 3 級每級半小時, 共 0.5 小時 \$500/小時 x 12 小時 及後每級半小時檢討共 0.5 小時 \$500/小時 x 12 小時	500	24	小時	12,000	導師具體適能教練資格或有幼兒教育及幼師培訓的資歷, 能指導老師體能運動技巧。 導師運用多年的專業技能的經驗, 作老師、家長及幼兒的指導者及協調者的角色, 以帶領教師團隊推行活動。另指導家長在家如何配合。
服務開支預算總額：					69,000	

c. 設備開支

項目	設備規格	單項價格	數量	單位	預算開支	理據
櫃架	放置運動器材的櫃架(可移動) (每級一個櫃架, 共 3 個)	6,200	3	個	18,600	可放置多款不同的器材, 方便取用, 同時因為校內活動室的空間太少, 為配合不同的遊戲活動, 有些活動需要較大的空間時, 老師會借用附近的屋邨球場, 讓兒童有更多的空間進行活動, 故活動時會把多種器材用移動櫃架推向球場使用。
體能器材	不同功能的體能器材, 包括:					不同功能的體能器材(附件二: 器材功能明細表), 讓幼兒自由設計及取用。
	雪花拼拼樂	1,880	2	件	3,760	
	搖擺釣魚樂	650	1	件	650	
	甜心派對	520	1	件	520	
	豆荳夾	350	2	件	700	
	扭扭圈	390	2	件	780	

	Squeezer	240	2	件	480	
	花瓣岩	2,200	2	件	4,400	
	快樂島-6件組	6,700	1	件	6,700	
	快樂島-12件組	12,700	1	件	12,700	
	星空島	1,830	2	件	3,660	
	步步皆冰	1,850	1	件	1,850	
	叢林平衡木	2,640	1	件	2,640	
	腳印平衡木	2,940	2	件	5,880	
	彩虹河石	1,810	2	件	3,620	
	波浪觸覺步道 (綠光森林)	3,030	2	件	6,060	
	波浪觸覺步道 (藍色海洋)	3,030	2	件	6,060	
	蜂蜜步道	2,580	2	件	5,160	
	跳球 40cm	220	4	件	880	
	萬象組	7,600	1	件	7,600	
	平衡腳踏車	1,590	4	件	6,360	
	觸覺座墊 60cm	1,460	2	件	2,920	
	觸覺座墊 35cm	480	4	件	1,920	
	Strider Bike	1,200	6	件	7,200	
教材	參考書(兒童、家長、老師)	/	125	本	9,000	<p>兒童用書： 與運動或健康習慣有關的圖書。</p> <p>老師用書： 與幼兒體能發展及設計活動的參考書。</p> <p>家長用書： 派發家長參考書，讓家長了解子女體能發展及兒童體能健康相關的參考書。</p>
設備開支預算總額：					120,100	

d. 工程開支

項目	工程內容	預算開支	理據
工程開支預算總額：			0

e. 一般開支

項目	預算開支	理據
教材：圖片及海報	1,000	購買圖片及海報(約50張)，在課室/體能活動場地，張貼相關的海報，鼓勵幼兒多做運動，明白運動的重要。 圖片方面主要是一些安全的指示，提醒家長或兒童操作器材的正確方法，及保持良好的運動姿勢。
一般開支預算總額：		1,000

f. 應急費用

項目	預算開支 (調至最近的整數)	
工程應急費用	0	
計劃應急費用	0	
應急費用預算總額：		0

g. 審計費用

	預算開支	
審計費用	5,000	
審計費用總額：		5,000
申請撥款總額：		195,100

3. 計劃的預期成果

3.1 成品 / 成果及對學校發展正面的影響

項目：學與教資源 編排體能課程及遊戲活動，製備學校體能器材資料冊，以供學校持續發展幼兒體能遊戲活動。
項目：計劃對優質教育 / 學校發展的正面影響 成為日後校本課程發展的依據，提升學校教師團隊的課程設計及教學能力。

3.2 評鑑

評鑑方法：課堂觀察
成功準則： <ul style="list-style-type: none">70%老師表示透過觀察幼兒學習的反應，老師會在活動推行時，重點觀察幼兒在體能活動中身體的協調能力及靈敏度有否提升，課程設計能否配合幼兒體能發展，定期與導師商討，跟進、

調適課程的適切性，以達到預期的效果。
評鑑方法：諮詢紀錄 成功準則： <ul style="list-style-type: none"> 80%老師表示透過活動能掌握提升幼兒的基本動作技巧及器材配合的方法。活動後向老師口頭諮詢，收集意見，了解老師對活動的認知程度；並透過會談了解老師是否能掌握提升幼兒運動的技能，作整體活動推行的參考，以便了解活動推行的成效。
評鑑方法：學生表現 成功準則： <ul style="list-style-type: none"> 90%幼兒會投入及樂意做體能遊戲運動。老師利用觀察記錄表並評估幼兒的轉變，觀察8個月的遊戲活動對幼兒能力改變作對比，以便了解活動推行的成效，為學校日後體能課程發展作參考。

4. 本校承諾準時按以下日期遞交合規格的報告

計劃管理 (須透過「網上計劃管理系統」提交)		財政管理 (須連同證明文件的硬複本， 以郵寄方式或親自提交)	
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 01/01/2022 - 30/06/2022	31/07/2022	中期財政報告 01/01/2022 - 30/06/2022	31/07/2022
計劃總結報告 01/01/2022 - 31/12/2022	31/03/2023	財政總結報告 01/07/2022 - 31/12/2022	31/03/2023

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	櫃架(可移動)	3	\$18,600	計劃完結後，所有設備將繼續在學校使用，以延續計劃成效。
	不同功能的體能器材，包括：			
	雪花拼拼樂	2	\$3,760	
	搖擺釣魚樂	1	\$650	
	甜心派對	1	\$520	
	豆荳夾	2	\$700	
	扭扭圈	2	\$780	
	Squeezer	2	\$480	
	花瓣岩	2	\$4,400	
	快樂島-6件組	1	\$6,700	
	快樂島-12件組	1	\$12,700	
	星空島	2	\$3,660	
	步步皆冰	1	\$1,850	
	叢林平衡木	1	\$2,640	
	腳印平衡木	2	\$5,880	
彩虹河石	2	\$3,620		
波浪觸覺步道(綠光森林)	2	\$6,060		

波浪觸覺步道 (藍色海洋)	2	\$6,060
蜂蜜步道	2	\$5,160
跳球 40cm	4	\$880
萬象組	1	\$7,600
平衡腳踏車	4	\$6,360
觸覺座墊 60cm	2	\$2,920
觸覺座墊 35cm	4	\$1,920
Strider Bike	6	\$7,200
參考書 (兒童、家長、老師)	125	\$9,000

註：

1. 本校確保所購置的體能設施是適合幼兒使用，以及遵守教育局《學前機構辦學手冊》等的相關指引，確保放置在校舍內並供幼兒使用的體能設施符合安全標準。另外，本校會預留充足的活動空間放置體能設施，以確保幼兒能在安全的環境下進行體能活動。
2. 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。本校會為各項體能設施進行定期檢查、保養和維修。
3. 本校選擇服務供應商及貨品(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。本校擬採購的服務如涉及由服務承辦商調派人員/導師到學校工作，會根據教育局不時發出的通告、指示及指引的規定辦理，當中包括教育局通告第7/2021號有關性罪行定罪紀錄查核機制的建議，作出適當的安排，以保障學生的福祉。
4. 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，以及其他可能引致的相關支出／後果。
5. 本校會遵守優質教育基金知識產權政策，確保計劃成品不會侵犯其他知識產權，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、分發、發布或向公眾提供成品作商業用途。

伊斯蘭博愛幼稚園

K1 班 體能遊戲活動舉隅 每週教學內容

主題：幫助我們的人及環保

活動目的	活動內容/步驟	器材設備	教學反思
--能跟隨老師進行熱身運動 --體驗身體重心變化與行走時的專注能力	暖身運動： 1. 請兒童每人手持雪花片的動作駕車到戶外。 2. 請兒童散開不同位置放下雪花片，然後在雪花片旁行走，聽樂器聲停下。 3. 請兒童在停下後砌成不同的造型。	雪花拼拼樂	
--提升兒童的單腳踩踏的穩定性 --享受運用物料進行遊戲的樂趣 --透過休息和深呼吸，學習放鬆心情及身體	技巧訓練：踩踏(不同物料) 1. 利用六角蜂窩造型進行高低踩踏 2. 加入各種觸覺素材放在六角蜂窩中，兒童感受腳的感官刺激。 3. 彩虹河石加上蜂蜜步道，打造有層次的階梯造型，提升兒童的雙腳踩踏的穩定性。 > 「踩踏」 利用蜂窩的一凹一凸的高低對比設計，進行踩踏，兒童分為 4 組排隊，每隊站於線前，雙腳連續踩踏 4 個蜂窩，然後走回起點處，讓下一位組員出發。 > 「腳底觸感比較」 兒童以雙圈形式進行圍圈式雙腳踩踏，一個是彩虹河石，另一個是蜂蜜步道，兒童自選路線 > 「雙腳前行踩踏」 兒童分為 2 組排隊，每隊站於線後，以踩踏方式完成彩虹河石加蜂蜜步道並列擺放與組合的路徑穿梭進行。	彩虹河石 蜂蜜步道	
	組合自創： 1. 把兒童分 2 組 A 組兒童把雪花片拼砌不同的內容。 B 組中把兒童分成 2-3 組，分別指導兒童自由設計擺放六角蜂窩堆疊及彩虹河石並列的擺放與組合，設計多種路徑，促進兒童動作計畫與適應環境能力。	雪花拼拼樂 彩虹河石 蜂蜜步道	
	舒鬆總結： 1. 請兒童慢慢呼吸，放鬆身體，伸展四肢。 2. 請兒童躺在地上，閉上眼睛休息，再慢慢深呼吸站起來。 3. 請兒童把雪花片放好。	雪花拼拼樂	

主題: 天氣 - 夏天

活動目的	活動內容/步驟	器材設備	教學反思
--能作簡單的彈跳動作 --能掌握跨走/行走平衡木/踩踏的動作 以提升肢體動作的協調及穩定度	暖身運動: 1. 請兒童利用跳球做彈跳的動作，當搖鼓拍一下時便停止動作站於原地。 2. 請兒童聽快音原地仿跳球做彈跳的動作。 3. 請兒童聽慢音做前後仿跳球彈跳的動作。	跳球	
--享受和設計創作遊戲的自信 --懂得集體遊戲的規則 --透過休息深呼吸，放鬆自己的心情及身體	技巧訓練: 跨走/行走平衡木/踩踏 1. 利用底座，做跨走練習，練習距離預測。 2. 不同的冰塊，兒童踩踏，練習單腳支撐力。 3. 兒童行走不同高度與弧面的平衡木，練習身體雙側協調及中線的平衡。 ➤ 「跨走練習距離預測」 兒童分為 4 隊排隊，每隊站於底座前，雙腳連續跨走 3 個底座，然後走回起點處，讓下一位組員出發。 ➤ 「雙腳行走平衡木」 兒童分為 3 隊排隊，每次每隊站於線後，以行走方式練習行平衡木，然後走回起點，讓下一位組員出發。 ➤ 「雙腳踩踏」 兒童以雙圈形式進行圍圈式雙腳上下踩踏底座及冰塊	叢林平行木 步步皆冰	
	組合自創: 1. 請兒童 3 人一組，取用仿森林小徑，雙面平衡木 6 塊，設計不同的行走路線。讓兒童發揮創意設計遊戲，完成後分享。(2 天) 2. 請兒童 4 人一組，取用平衡木 4 塊及步步皆冰 4 塊，設計不同的行走挑戰。讓兒童發揮創意設計遊戲，完成後分享。(3 天) *創設情境: 猴子釣魚去-請兒童扮演小猴子到森林(仿森林小徑，雙面平衡木)找尋水源(冰塊)，請兒童計劃路線找出水源去釣魚(釣魚樂)	叢林平行木 步步皆冰 搖擺釣魚樂	
	舒鬆總結: 1. 請兒童坐在不同大小的冰塊上，慢慢深呼吸，伸展手臂。 2. 然後坐著輕輕按摩一下自己的雙臂及雙腳。 3. 請兒童吸氣把雙手及雙腳打開幫助身體打開，呼氣把身體收到最細。	步步皆冰	

K3 班 體能遊戲活動舉隅 每週教學內容

主題: 昆蟲

活動目的	活動內容/步驟	器材設備	教學反思
--練習模擬小 螞蟻的四肢爬 行	暖身運動: 1. 請兒童扮演小螞蟻快樂地向前四肢爬行, 左右手及腳交替做出爬行的姿勢。 2. 螞蟻倦了回家, 兒童便要緩慢沉重地爬行。	快樂島	
--練習跨越不 同闊度的障礙 物 --享受自創體 能遊戲的樂趣 --遵守集體合 作遊戲的規則	技巧訓練: 跨越障礙物 1. 能以爬前跨越方式跨過障礙物。 2. 跨過不同難度 1 至 3 個闊度的障礙物。 3. 能連續跨過障礙物。 ➢ 利用磚當作小沙石, 請兒童扮演小螞蟻, 小心跨過小沙石, 到達目的地拾取豆荳莢 (食物)。 ➢ 把坐墊放在地上, 當作是水窪, 請兒童小心避開跨過水窪, 到達目的地拾取豆荳莢 (食物)。 ➢ 在地上預先放上萬象組部件, 規限場地的闊度, 在範圍內放置快樂島組件, 當作是小地洞, 請兒童於指定範圍內跨過小地洞到達終點。 ➢ 把四個磚側放並排, 當成大沙石, 請兒童大步跨過去, 不可以跳躍的方式跳過去, 到達目的地拾取豆荳莢後, 需要再次跨過障礙物返回起點。	萬象組部件 豆荳莢 觸感坐墊 快樂島	
	組合自創: 1. 把兒童分為 3 人一組, 分別取出上列訓練器材 1 種, 請兒童發揮創意設計遊戲玩法, 完成後分享(2 天)。 2. 把兒童分為 5 人一組, 每組可獲兩款器材, 請兒童發揮創意設計遊戲玩法, 完成後分享(3 天)。 *創設情境: 小螞蟻旅行記-讓幼兒用不同的器材進行故事情境創作, 做出爬行及跨越障礙物的動作	萬象組部件 豆荳莢 觸感坐墊 快樂島	
	舒鬆總結: 1. 請兒童坐在墊上, 一起休息吧!」 2. 兒童面向天, 深呼吸。 3. 請兒童模擬螞蟻活動後收拾器材。 4. 請兒童說出伸展手腳放鬆四肢的感覺。	快樂島	

伊斯蘭博愛幼稚園
器材功能明細表

器材名稱	功能說明
雪花拼拼樂	<ol style="list-style-type: none"> 1. 強化手部穩定與操作能力。利用雪花積木的造型組合，培養創意建構及圖像思考的能力。 2. 透過積木的卡合、鑲嵌，增進手眼協調及精細動作操作能力。 3. 大型雪花積木造型，讓孩子體驗鏤空圖像及空間概念變化的視覺感受。 4. 多元的造型組合，提供扮演遊戲與遊戲情境的想像空間。
搖擺釣魚樂	<ol style="list-style-type: none"> 1. 強化手部穩定與操作能力。 2. 增加手眼協調能力，提升耐性及觀察力。
甜心派對	<ol style="list-style-type: none"> 1. 透過多元的遊戲方式，訓練孩子手部穩定度。 2. 從平面拼組到立體堆疊，帶給孩子豐富的創意啟發，增進孩子對稱平衡的概念。 3. 遊戲過程，增進孩子專注力及挫折忍受力。
豆荳夾	<ol style="list-style-type: none"> 1. 運用豆莢進行夾豆或舀豆的操作活動，促進手指握力與穩定度。 2. 豆莢可撥開、卡合與換色，增進孩子手指細部動作。 3. 抓握豆子與堆疊遊戲時，增進觸覺感知能力並練習幼兒手部的靈巧度。 4. 整組的色彩搭配，增進幼兒視覺顏色辨識與認知能力。
扭扭圈	<ol style="list-style-type: none"> 1. 訓練手腕力道，提升動作靈活。 2. 感受材質軟硬，增進觸感知覺。 3. 提供觸覺刺激，緩和情緒壓力。 4. 強化橈腕關節的靈活度。
Squeezer	<ol style="list-style-type: none"> 1. 按壓不同硬度的丫丫圈，以進階的方式，訓練手指的握力。 2. 將丫丫圈放在手掌中央，五指併攏輕壓，感受丫丫圈帶給手指的壓力，練習指掌間的動作協調。 3. 單手用拇指、食指捏握丫丫圈，緩慢沿丫丫圈轉動，訓練手指的靈活度與協調性。 4. 雙手十指交握，將丫丫圈放在雙掌之中，用手按壓數秒後放鬆，持續數次，活絡肢體末端血液循環，增進手指力道。 5. 雙手十指交握，將丫丫圈放在拇指根部，用手按壓數秒後放鬆，持續數次，可以按摩拇指根部肌肉，增進拇指力道。
花瓣岩	<ol style="list-style-type: none"> 1. 花瓣岩踩踏面積有窄有寬，挑戰行走平衡的穩定性。 2. 可自由變換傾斜方向的花瓣岩，練習身體重心轉移的靈活度。 3. 豐富的路徑變化，增進幼兒適應環境的能力。 4. 可堆疊的設計，在忽高忽低的路徑中行走，強化下肢力量。
快樂島-6件組	<ol style="list-style-type: none"> 1. 可單獨堆疊變化高度，給孩子不同的跨走、跳躍經驗。 2. 平衡板分為直板與彎板，皆為一體兩面與獨特的圖騰設計，能依孩子能力有不同選擇與挑戰，並刺激腳部觸覺感官。
快樂島-12件組	<ol style="list-style-type: none"> 3. 彎板與直板可交錯運用，彎板可以變成拱橋和下坡橋，讓孩子練習上與下的爬、走...動作練習，直板上也有寬窄變化，適合各年齡層的使用需求，也豐富遊戲變化度。 4. 微彈性的塑膠材質，可以減低走動中膝蓋的壓力，底部有止滑設計，確保使用者遊戲安全。 5. 不同路徑與高度變化能提升孩子動作計畫能力，培養解決問題的能力。
星空島	<ol style="list-style-type: none"> 1. 二合一的星空島，可進行雙腳或單腳的平衡遊戲，基座或星星分開也能進行平衡搖擺活動，增進身體重心平衡控制能力。 2. 小球可收納於星星與基座之間，用手或用腳都可讓小球於基座的數字軌道或星星上運轉，可加強肢體的反應與手部穩定動作技巧。 3. 星星與基座正反面都可使用，正面是平衡板，反面是踏石，抑或是坐在星空島上旋轉，刺激前庭覺發展，也強化肢體的反應與動作發展。 4. 將星空島佈置成大小變化、平穩晃動不一的多變路徑，提供幼兒練習應對外部環境變化的身體協調能力。

伊斯蘭博愛幼稚園
器材功能明細表

器材名稱	功能說明
步步皆冰	<ol style="list-style-type: none"> 1.三種大小冰塊，每一塊都是不規則的形狀。只要轉個方向，就能改變踩踏面積的寬窄度，提升孩子空間觀察及應變能力。 2.冰塊底部設計平穩、蹺蹺板和圓弧三種變化，彷彿走在極地海洋的浮冰上，讓平衡遊戲更有層次感。 3.冰塊外觀呈現平坦、V形及內凹，呼應底部設計，讓視覺和腳底踩踏的感覺能夠更加協調整合。 4.冰塊表面片片雪花、企鵝腳印和悠游的魚群，童趣圖案吸引孩子主動遊戲，同時也提供腳底觸覺和止滑功能。 5.最大尺寸的冰塊還能化身為有趣的搖搖椅，或站或坐。
叢林平衡木	<ol style="list-style-type: none"> 1.仿森林小徑，雙面平衡木一平面一弧面，提供不同的行走挑戰。 2.平面是年輪、弧面是花葉圖紋，將大自然概念融入產品設計中，兩面也提供了不同的腳底觸覺刺激。 3.行走平衡木練習孩子身體中線的平衡能力，並提升肢體動作的協調及穩定度。 4.底座上下皆可卡合平衡木，高低變化豐富路徑擺設及遊戲玩法，並建立上下踩踏的單腳支撐力。 5.底座可放置一條平衡木當成獨木橋或同時放置兩條平衡木變成雙路徑，讓幼兒同時行走在不同高度與弧面的平衡木上，練習身體雙側協調。 6.安全穩固的底座，可單獨做跨走練習，讓孩子練習距離預測能力及髖關節的靈活度。
腳印平衡木	<ol style="list-style-type: none"> 1.四種不同寬窄、高度的步道，相互嵌合即能伸縮改變路徑長短，滿足各年齡幼兒進行平衡遊戲的需求。 2.每片步道都能單獨使用，或組成圓形、波浪狀、急轉彎...等豐富路徑，無論步道面積大小，皆挑戰孩子的應變能力，並增進重心控制與平衡發展。 3.一分為二的大象步道可疊放在其他步道上，打造有層次的階梯造型，提升單腳踩踏的穩定性。 4.將步道橫擺成跨走或爬行翻越的路徑，縱橫交錯，增加距離預測的挑戰，四肢更靈活。 5.想像動物漫步在小徑的軌跡，步道上四種腳印提供視覺觀察及多元的腳底觸覺刺激。 6.將步道依照寬窄順序疊放，收納方便省空間。
彩虹河石	<ol style="list-style-type: none"> 1.從腳底刺激帶動身體觸覺感官的良好發展。 2.提升前庭平衡刺激，促進動作協調性與平衡感。 3.全身性的動作遊戲，促進動作計畫能力並活化肌肉發展。
波浪觸覺步道(綠光森林)	<ol style="list-style-type: none"> 1.提升前庭平衡刺激，促進動作協調與平衡能力。 2.刺激身體觸覺感官，增進情緒穩定，提升學習能力、專注力。 3.提升身體運動，動作計畫之能力並活化肌肉伸展與彈性。 4.讓孩子自由組合波浪觸覺步道的活動之中，培養空間規劃的概念。
波浪觸覺步道(藍色海洋)	
蜂蜜步道	<ol style="list-style-type: none"> 1.六角蜂窩造型及一凹一凸的高低對比單元設計，呈現開放式及封閉式的踩踏空間，體驗身體重心變化與行走時的專注能力。 2.蜂蜜步道可堆疊、多角度並列擺放與組合，營造多種路徑安排，促進孩子動作計畫與適應環境能力。 3.獨特的凹槽容器設計，遊戲者可自行添加各種觸覺素材，參與路徑與觸覺感受的規劃過程，提供孩子不同觸覺及感官刺激。
跳球 40cm	<ol style="list-style-type: none"> 1.跳躍動作作用，促進孩子前庭覺、本體覺的統合發展。 2.增進動作控制能力。 3.促進腿部肌肉的發展。
萬象組	<ol style="list-style-type: none"> 1.路徑可隨意組合變化，爬走跑跳盡情舒展四肢。 2.多種組件，分開使用可促進孩子基本動作發展；混合使用時，則能培養更多變化的身體協調統合、動作計畫、訓練更高層次的運動能力。

伊斯蘭博愛幼稚園
器材功能明細表

器材名稱	功能說明
平衡腳踏車	<ol style="list-style-type: none"> 1. 促進動作協調能力與平衡感。 2. 加強腿部大肌肉發展。 3. 遊戲中學會身體控制與方向判斷
觸覺座墊 60cm	<ol style="list-style-type: none"> 1. 兩種不同觸感的設計，一面可當坐墊，一面可提供觸覺按壓的刺激。舒緩緊張、減輕壓力，增進穩定、平和的情緒。 2. 氣墊式的原理，協助坐姿端正，也是觸覺刺激的實用工具。
觸覺座墊 35cm	<ol style="list-style-type: none"> 3. 用球針充氣，可依需求決定充氣的飽和度。 4. 身體隨著坐墊搖擺，坐著就可以運動。
Strider Bike	<ol style="list-style-type: none"> 1. 增強平衡感 2. 控制手腳協調性