

公帑資助學校專項撥款計劃

計劃編號：2024/0199（修訂版）
學校名稱：仁濟醫院裘錦秋幼稚園
Yan Chai Hospital Ju Ching Chu Kindergarten
計劃名稱：「童」心樂運動
Fit buddy
受惠目標：學前
預計直接受惠人數：學生：100 人（K1-K3）
教師：15 人
家長：100 人

1. 計劃需要

1.1 計劃目標

- 鞏固教師對幼兒大肌肉發展的認知，提昇教師體能課堂的教學技巧。
- 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。
- 透過家長講座及親子活動，提升家長認識體能活動對幼兒健康成長的重要性，讓幼兒積極參與體能活動，並養成良好的運動習慣。同時，實踐及促進家校合作，共同培育幼兒的理念。

1.2 校本創新元素

- 舉辦親子運動日，讓幼兒與家長一同進行親子運動，體驗運動的樂趣。
- 增添校內更多體能器材，讓幼兒有更豐富的活動經驗。

1.3 計劃配合學校需要／學生的多樣性需要

項目：學校現況

- 大部份教師曾在教案備課會及主題反思中表示體能教學內容較單一、亦因為學校的體能用品殘缺，以致活動內容欠趣味。100%教師期望於體能活動教學上，透過專業導師指導及交流、分享經驗及教學策略，增加專業交流之機會從而提升教師計劃編排及推行適切體能活動的能力。
- 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。

項目：學生的學習特性

- 學生熱愛體能活動，但從持續觀察及評估記錄中發展幼兒的協調能力及耐力有提升空間，另單腳跳及拋擲能力亦較弱。

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

根據教育局《幼稚園教育課程指引》（2017），「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 學校的準備程度

項目：教職員已接受的相關培訓／具備的相關資歷及經驗
23/24 年度教師培訓課程—體能活動中的自由遊戲。

2.3 校長和教師的參與

學校人員：校長
職責：監察督導，統籌／協調，課程／活動規劃，處理撥款。
學校人員：主任
職責：擬定計劃，監察督導，統籌／協調，課程／活動規劃。
學校人員：教師
職責：課程／活動規劃，帶領／參與活動，教材整理。
學校人員：文員
職責：處理撥款，教材整理。
學校人員：會計文員
職責：處理撥款。

2.4 計劃時期

計劃開始及完成日期：由 03/2026 至 03/2027
合共需時 1 年 1 月

2.5 計劃活動的詳情

a. 推行計劃措施

計劃前期		
推行時期： 03/2026 - 08/2026		
<table><tr><th>內容</th></tr><tr><td> - 進行校園室內體能場地裝修工程。 - 優化校園室內體能場地，訂購有關器材及裝置的設置。 </td></tr></table>	內容	- 進行校園室內體能場地裝修工程。 - 優化校園室內體能場地，訂購有關器材及裝置的設置。
內容		
- 進行校園室內體能場地裝修工程。 - 優化校園室內體能場地，訂購有關器材及裝置的設置。		
參與學校人員及／或受聘計劃人員數目及職責： 校長、主任及全體教師		

活動 1：幼兒體能遊戲活動		
推行時期： 09/2026 - 03/2027		
學習階段及學習範疇/學科/學習元素	內容	節數
- K1-K3 - 體能與健康	教師按各級主題編寫體能教學計劃，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，與幼兒在大肌肉室進行各項體能遊戲和訓練活動。	各級每星期五天，每天 50 分鐘

各級主題如下：

- K1 上學期：《第一天上學》、《小猴子長大了》、《我是哥哥》、《好想吃蛋糕》、《獅子大王愛乾淨》
- K1 下學期：《玩具大作戰》、《小皮球小心啊!》、《公主生病了》、《小紅帽與大灰狼》、《這是誰的蛋》
- K2 上學期：《丁丁交朋友》、《秋天的果園》、《小象鼻子長》、《家裏的小風波》、《暖暖的冬天》、《餐盒裏的秘密》
- K2 下學期：《派對之後》、《春日花開了》、《我想養小狗》、《大戰病菌兵團》、《夏日夢想曲》
- K3 上學期：《他們都愛我》、《起飛吧！得得》、《拯救小海豚》、《巴特一家的新生活》、《我愛中國》
- K3 下學期：《冬冬的二十塊錢》、《達達河》、《種植小專家》、《颱風來了》、《我上小學了》
- 教學舉隅：
 1. 教師先與 K1 幼兒坐在新增的安全膠地墊上以拉筋作暖身運動，再說故事《小猴子長大了》，然後教師請幼兒扮演小猴子，穿過以拼砌組合組成的障礙物，把水果由起點運送到終點。完成後教師與幼兒一起唱水果歌作舒鬆活動。
 2. 幼兒能自由運用各項體能設施，透過自選體能器材以進行自由遊戲。

參與學校人員及／或受聘計劃人員數目及職責：

- 教師按主題編寫教學計劃，主任檢閱，校長審批

預期成效：

- 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「符合要求」的指標

活動 2：親子運動會

推行時期：

05/2026 - 03/2027

學習階段及學習範疇/學科/學習元素	內容	節數
- K1-K3 - 體能與健康	- 目標受惠對象：全體幼兒及其家長 - 挑選準則：報名參與便可 - 教師按三級幼兒的能力設計運動會項目，讓幼兒分級與家長參與不同的親子競技項目，如：K1—親子合力運送豆袋、彩虹傘；K2—接力短跑、拋接豆袋；K3—二人三足、親子飛碟；學校會運用新購置的設備進行親子運動會，例如：使用拼砌組合進行分級活動。 - 各級活動舉隅： K1：幼兒手持豆袋穿過拼砌組合，家長拼砌組合的另一端等候幼兒，再按指示卡的提示（如：額頭），家長與幼兒合作，把豆袋放在幼兒及家長的額頭，一起運送到終點。 K2：教師運用拼砌組合搭建一條低矮的平衡木，K2 幼兒手持膠籃在平衡木上走，家長在平衡木的另一端把手上綿球拋入幼兒的膠籃，在指定時間內收集到最多綿球的親子組為勝。 K3：教師運用拼砌組合砌成堡壘，K3 幼兒與家長輪流在堡壘進行打老鼠遊戲。	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、主任及全體教師籌辦運動會

預期成效：

- 鼓勵幼兒及家長多做體能運動
- 幼兒及家長享受參與運動會的樂趣
- 促進親子關係

活動 3：幼兒體能運動大記錄

推行時期：

11/2026 - 03/2027

學習階段及學習範疇/學科/學習元素	內容	節數
- K1-K3 - 體能與健康	- 目標受惠對象：全體幼兒 - 挑選準則：報名參與便可 - 推行策略／模式： - 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。 - 家長積極參與記錄幼兒體能活動。 - 每月教師會協助幼兒查閱紀錄冊並給予適當的獎賞及鼓勵。 - 有關計劃會於家長講座期間向家長介紹，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

參與學校人員及／或受聘計劃人員數目及職責：

- 主任：編寫活動計劃
- 教師：設計及推動體能運動紀錄冊的使用

預期成效：

- 幼兒及家長比以往更多做體能運動
- 幼兒及家長享受恆常體能活動的樂趣
- 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

b. 教師培訓

活動 1：教師培訓工作坊

推行時期：

03/2026 - 07/2026、09/2026 - 03/2027

內容：

- 目標受惠對象：全校教師
- 以前期及後期兩節工作坊形式加強教師對幼兒大肌肉發展的認識及掌握體能課堂需要的知識及技巧。
- 前期工作坊初擬內容：
 - 對 3-6 歲幼兒大肌肉的發展特徵的理解；
 - 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；
 - 如何協助能力較弱的幼兒及相關的基礎工作。
- 後期工作坊初擬內容：
 - 檢視幼兒整體的大肌肉發展的狀況及需要加強的環節；
 - 檢視推行幼兒遊戲體能活動的成效；
 - 優化校本體能課程的困難及可行的解決方法；
 - 持續協助能力較弱的幼兒的方法及技巧；
 - 總結計劃經驗。

節數：

- 2 節，每節 3 小時，共 6 小時

校內／受聘培訓人員：

- 外聘培訓導師
- 資歷及經驗要求：曾有擔任親子體能導師的經驗、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、曾有引導教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

預期成效：

- 教師對於不同年齡層幼兒的大肌肉發展需要有更多的了解
- 教師更掌握如何設計合適的體能活動
- 教師能應用相關的知識在課程活動的設計上
- 教師能有效地檢視課堂活動的成效及作出相關的修訂

活動 2：優化校本體能遊戲課程

推行時期：

07/2026 - 03/2027

內容：

- 目標受惠對象：全校教師
- 校長與主任領導教師，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、剪裁校本體能遊戲課程，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。

節數：

- 每個主題最少一次備課會議

校內／受聘培訓人員：

- 校長、主任及全體教師

預期成效：

- 各級校本體能遊戲課程得以優化
- 透過運用新增的體能設施豐富幼兒在體能活動的經驗

c. 其他措施與活動

活動 1：家長工作坊

推行時期：

08/2026 - 10/2026

內容：

- 目標受惠對象：K1-K3 家長
- 以工作坊形式進行，透過影片／討論及親子體能遊戲體驗活動加強家長對幼兒大肌肉發展的認

識，使家長明白幼兒大肌肉發展的需要及重要性。

- 教師在工作坊向家長介紹「幼兒體能運動大紀錄」。

節數：

- 1 節，共 2 小時

校內／受聘培訓人員：

- 校內教師及外聘培訓導師
- 資歷及經驗要求：曾有擔任親子體能導師的經驗、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、曾有引導教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

預期成效：

- 家長更明白幼兒大肌肉發展的需要及重要性
- 家長更掌握如何與幼兒在家中進行體能運動
- 家長能了解及參與「幼兒體能運動大紀錄」

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
外聘培訓導師	教師培訓工作坊（前期）	860	3	小時	2,580	外聘培訓導師，其資歷及經驗要求如下： • 曾有擔任親子體能導師的經驗 • 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 • 曾有引導教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
	教師培訓工作坊（後期）	860	3	小時	2,580	
	家長工作坊	860	2	小時	1,720	
服務開支預算總額：					6,880	

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
室內攀爬牆組合	攀爬牆	4,600	1	組	4,600	攀爬器材是配合專業導師的體能活動所需，而本校沒有相關設備。拼砌組合及 GYM WALL BARS 的高度及設計可按教學需要調節，能配合不同年齡使用，預計每日至少有兩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）。
	攀爬網	4,600	1	組	4,600	
	GYM WALL BARS	3,000	1	組	3,000	
拼砌組合	／	4,800	1	組	4,800	各級教師可以按主題及幼兒發展所需，運用有關組合及混合使用設備，以設計體能遊戲。有關活動物資能作日後恆常之使用，預期使用率：80%。

設備開支預算總額：	17,000
-----------	--------

d. 工程開支

項目	工程內容	預算開支	理據
改建／改裝工程	清拆校舍設施連清除雜物	5,000	重鋪安全膠地板（約闊 1000cm x 長 650cm 及闊 1140cm x 長 140cm）在校內的室內大肌肉室進行，需要透過清拆及重鋪工程，才能善用校舍地方，增添較大型的攀爬組合，讓幼兒在更安全、理想的空間及環境下做合適的體能活動。
	重鋪安全膠地板	90,000	預計相關的設備每日至少有一級幼兒能夠運用，預期的使用率為 80%。
	添置一組訂製大櫃	50,000	由於校舍位於舊式屋邨，校內的大肌肉室有較多柱位，故需要透過添置大櫃（約闊 175cm x 高 260cm x 深 105cm）合適妥善地放置各種體能器材，讓幼兒在更理想的空間及環境下做合適的體能活動，預期的使用率為 80%。
工程開支預算總額：		145,000	

e. 一般開支

項目	預算開支	理據
運動會交通費（3 架旅遊巴）	5,000	由於預計會借用體育館以進行全校親子運動會，故需安排三架旅遊巴接送家長及幼兒來往學校至體育館。
印刷親子運動會場刊（約 130 份）	300	透過親子運動會場刊讓家長更了解運動會的流程，提高幼兒及家長享受參與運動會的樂趣。
印刷紀錄冊—幼兒體能運動大記錄（約 130 份）	1,038	透過紀錄冊鼓勵幼兒及家長在日常生活中做運動，提昇做運動的動力，並享受恆常體能活動的樂趣。
家長工作坊的遊戲物資	560	透過在家長講座中進行親子體能遊戲體驗活動，使家長更明白幼兒大肌肉發展的需要及重要性。有關活動物資能作日後恆常之使用。
一般開支預算總額：		6,898

f. 應急費用

項目	預算開支 (下調至最近的整數)
工程應急費用	14,500
計劃應急費用	922
應急費用預算總額：	15,422

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：	196,200

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：教案 有系統編排 K1-K3 體能課程及設計活動，整理大肌肉器材，作日後教學使用。
項目：提升學校教師團隊的課程設計及教學能力 透過教師課後檢討，持續評估幼兒各方面的體能發展，並運用相關數據回饋課程。
項目：其他 透過「親子運動會」，讓家長一同分享幼兒體能學習成果。

3.2 評鑑

評鑑方法：課堂／活動觀察 成功準則： 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。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%的教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。校長、主任於體能課堂觀察，80%的教師能運用有關的教學技巧。
評鑑方法：問卷調查 成功準則： - 工作坊：透過問卷，有 80%的教師表示了解及有信心運用工作坊中學習到的教學技巧於課堂中。透過問卷，有 70%的家長了解及掌握工作坊的內容。 - 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；教師即時觀察，以了解參與者的參與程度。 - 教學：教師作出自評並審視，80%的幼兒大肌肉能達發展同齡標準、80%的教師認為教學計劃編寫是適切及能應用恰當的教學技巧。
評鑑方法：其他 成功準則： 幼兒體能運動大紀錄：教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。

- 幼兒大肌肉發展的進程：教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。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「符合要求」的指標。

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 01/03/2026 - 28/02/2027	31/03/2027	/	/
計劃總結報告 01/03/2026 - 31/03/2027	30/06/2027	財政總結報告 01/03/2026 - 31/03/2027	30/06/2027

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	攀爬牆	1	\$4,600	計劃完結後，所有設備將繼續在學校使用，以延續計劃成效。
	攀爬網	1	\$4,600	
	GYM WALL BARS	1	\$3,000	
	拼砌組合	1	\$4,800	

學校聲明：

- 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，本校確保在放置體能設施後，仍有充足的活動空間讓幼兒進行體能活動，以確保幼兒的身心健康及安全。
- 本校確保幼兒在教師在場當值及支援的情況下才可使用各項的體能設施。本校亦會為各項體能設施進行定期檢查、保養和維修。
- 本校選擇服務、工程供應商及貨品（包括設施）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。
- 本校必定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；嚴禁服務供應商復制、改編、分發、發佈或向公眾提供成品作商業用途。