

計劃詳情

(一) 背景：

北京奧運、東亞運動會和廣州亞運後，一時間學校對體育產生了一股熱潮，但大多都是在知識及欣賞層面，讓學生了解體育的發展及種類。至於學生參與體育的程度，改變不大，相反隨着學校要應付不同的考試，學生要參與不同的活動，反而減少了參與體育活動的時間。根據星島日報於09年4月22日的報導，「審計署批小學培養健康生活工作不夠，超過兩成學校安排的體育時間，少於教育局建議的每星期70分鐘」，建議教育局鼓勵學校增加學生參與體育活動的機會，所以我們認為小學的體育發展十分重要，根據體育科的課程綱要，小學的體育是要「使兒童明白在體育活動中互相合作，讓兒童對體育活動有良好之興趣和態度，積極地在日常生活中參與運動和鍛鍊體魄。」世界衛生組織更認為「健康不僅是沒有疾病和不虛弱，並且在身體、心理和社會適應各方面都完美的狀態」，所以小學階段的心理健康教育顯得尤為重要，而體育活動則是增進學生心理及生理的重要方法。要提供健康生活，讓學生參與體育活動是不二的法門。在生理上，可強身健體，訓練不同的技巧；在心理上，透過不同的項目，教導學生調控情緒及互相合作，更可培養學生的堅強意志。

由於時代不斷改進，體育課程也漸漸重視品德培養，「90年代中期以來，素質教育價值取向得以確立，健康第一、培養學生終身體育意識和體育文化素養、尊重學生的主體性等觀念，在體育課程中逐漸受到重現。」（王林、李召存，2004）。加上中學推行新高中課程，不少中學已將資訊素養、媒體素養及體育素養結合「其他學習經驗」的課程，加強學生的品德教育。「素養，其中隱含了道德價值的觀念，所說的是「好」的修養。」（張一藩，1997）。如玫瑰崗學校(中學部)本年度便以「培育體育素養，達至全人發展」為新高中體育科的發展方向，並把「體育素養」分為十三個項目（掌握多種活動的基本技能和知識、尊重他人、協作能力、溝通能力、創造力、審美能力、禮儀、體育精神、領導才能、遵守規則、安全知識、勇於面對困難、接納他人），所以我們亦希望與中學接軌，將體育科與校本輔導結合，加強「體育素養」的培育。

在小學課程方面，我們希望推行的體育素養主要是三方面：（一）培養堅忍及恆心，（二）積極參與運動；（三）互助合作，所以我們十二間學校各選取一項希望發展的新項目（射箭、草地滾球、劍擊、棒球、欖球及網球），與校本輔導計劃結合，編寫成十二個「校本體育素養課程」。一方面設計校本課程，加強學生的品德教育；一方面提供新元素給學校，鼓勵學生多參與體育活動，並將成果向區會其他學校分享。

雖然學校現提供不少的體育活動，如籃球隊、泳隊、足球隊等，但如審計署指出，小學仍需加強不同的體育發展。「健康生活齊擁有」是希望在學校引入一些較特別的體育項目，一方面發掘學生的不同潛能，一方面於體育課程中製訂增潤的校本單元。本計劃共設計出12個「校本體育增潤單元」，編入課堂，便可讓更多學生有機會參與；而且，過往有些學校會把這些運動（如網球、棒球）納入學校的課外活動，甚少將它們歸入課程，所以這計劃可作為其他學校的借鏡，豐富小學的校本體育課程。除此之外，這些運動的學費很高，部份運動（如劍擊、射箭）更被視為「有錢人運動」，這計劃可使它們普及化，讓普通津校的學生也能參與。

本會小學已建立緊密的關係，校長會每年都會訂下目標，透過每月的例會，推行共同的計劃，如推行優質教育基金計劃、參觀學校、舉辦工作坊和講座等，一方面共享資源，一方面互相學習。本會小學校長會多年來獲優質教育基金支持，如於 2005 及 2006 年以「科學探究大使」(2005/0241) 及「發展課堂科學探究學習」(2006/0469) 為題，除印製及派發活動成果報告及各校經驗分享予本港小學外，亦舉辦大型教師專業發展日，廣邀友校老師學生參與，推動本港中、小學的學術交流。本會於 2007 年及 2008 年度亦獲優質教育基金資助小班教學(2007/0653) 及「情繫社區、創意薈萃藝術計劃」(2008/0304)，在推行聯校活動上十分有經驗。

如上述所言，這計劃會聯合本會 12 間小學，各校分組發展一個校本體育項目，為學校建立體育文化，讓學生有更多參與體育活動的機會。另一方面，學校間亦會透過體育大使來互相推廣分享，使效益更大；我們亦希望基金資助購買器材，讓區會學校互相借用，以作推廣。這項聯校計劃，所需資源較多，我們深信沒有基金的資助下，較難推行。

雖然康文署的「簡易運動計劃」只提供短期及時間規限的導師(多為課後時段)，但學校可加以配合，以延續這項計劃，讓更多學生受惠，成為學校的一種體育文化。

(二) 目的

這計劃引入一些學校希望發展的體育項目，提升學生對參加體育活動的興趣，照顧學生的心理及生理發展，讓學生健康成長。

1. 透過舉辦體育項目及聯校活動，為學生提供更多參與體育活動的機會。
2. 為校本體育課程增加不同學習要素及課程。
3. 透過參與體育活動及校本輔導，編寫「校本體育素養課程」，以增強學生的自信心和合群性。
4. 出版成果分享集及建立聯校運動資源中心，分享及推動聯校體育活動。

(三) 申請人的能力及準備

1. 本會有多次舉辦聯校活動的經驗，包括課程統整、教師專業發展日、聯校展覽等。本會更多次獲優質教育基金撥款，推行聯校活動、聘請藝術家及與他校分享。
2. 已向各校徵詢意見及分組，參與學校亦已和學校老師商討，選擇符合校情的項目。
3. 本會已成立是次計劃的發展小組，跟進及推行有關事宜。
4. 已邀請前香港籃球及手球隊代表、前香港教育學院體藝學系導師及前教育局體育組督學李志榮先生作為本計劃顧問。
5. 已向有關體育聯會聯絡，了解籌辦時的注意事項及所需款項，並獲允許支持。

(四) 受惠人數

直接受惠：—12 所小學的學生，近 6000 人

—透過教師培訓，讓本會約 70 位體育科小學教師受惠

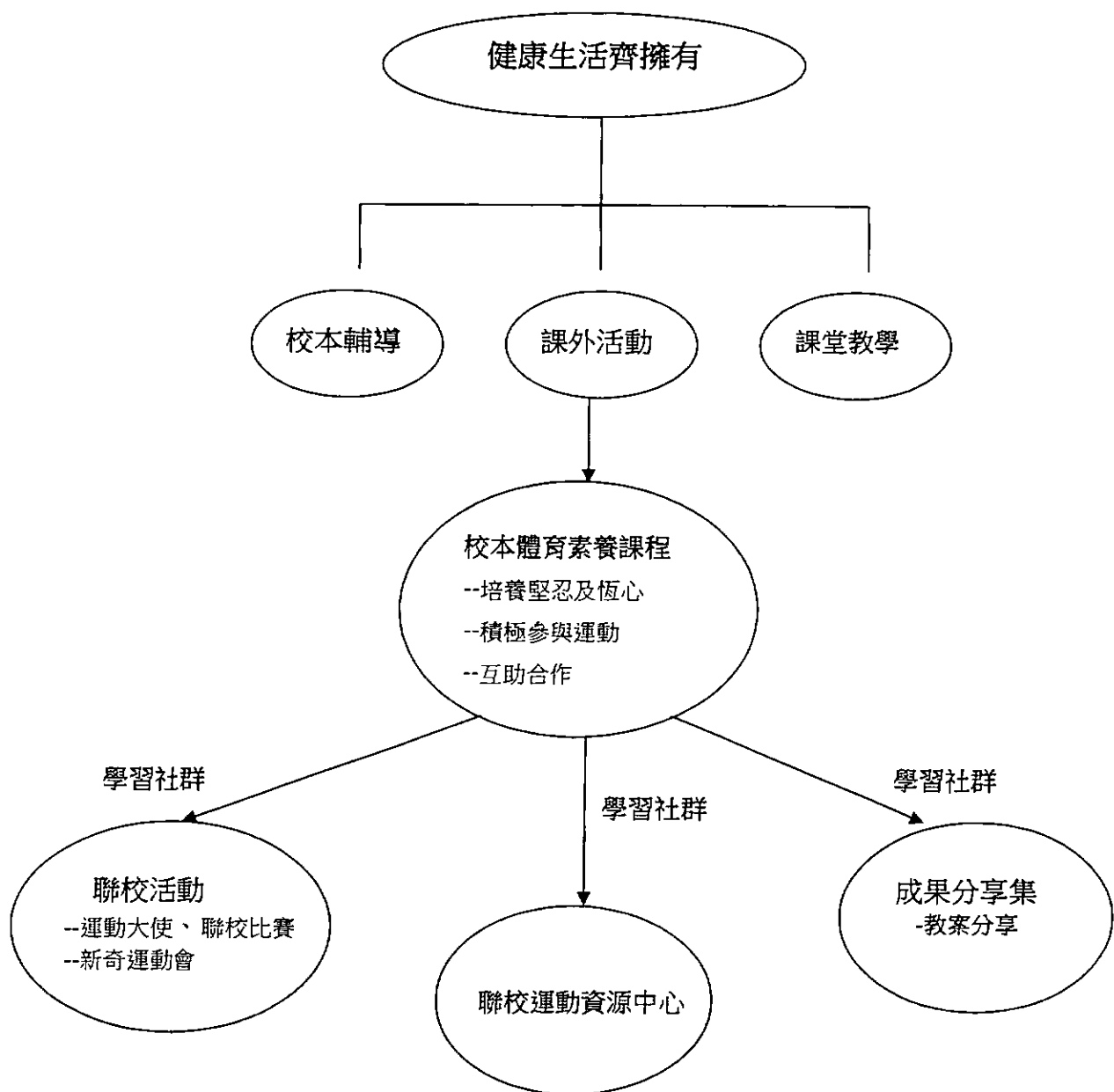
—透過公開講座，讓本會教師及全港其他小學教師(約 400 名)受惠

- 間接受惠：一文集分派到全港約 500 多間小學
- 透過聯校推廣計劃，讓其他小學受惠
 - 將成果上載網頁，讓全港公眾人士瀏覽

(五) 計劃理念

「健康生活齊擁有」由本會 12 所小學協辦，為學生提供健康生活，照顧學生在心理及生理發展。生理方面，我們希望引入一些學校希望發展的體育項目，舉辦不同的體育活動，讓更多學生參與體育項目，鍛鍊學生體魄；心理方面，配合校本課程及校本輔導活動，我們希望提高學生的體育素養，訓練學生互相合作，控制情緒及培養堅強意志。

計劃概念圖



「健康生活齊擁有」主要是透過校本輔導、課外活動及課堂教學三方面，發展成「校本體育素養課程」，再透過聯校活動及聯校運動資源中心，將成果向外分享，期望在區會學校成為學習圈。我們十二間小學先作先導計劃，然後向區會另外十二間學校推廣；除此之外，我們亦會透過成果分享集向其他學校分享。計劃內容主要分為校內及聯校兩類。

1.校本工作

i. 校本體育素養課程

要提高學生的體育素養，單憑體育課堂是不足夠的，我們要求學校將體育課及校本輔導計劃結合，加強「培養堅忍及恆心」和「互助合作」的概念；至於課堂教學及課外活動，更要求學生身體力行、親身體驗，並鼓勵學生「積極參與體育運動」。我們揀選了六個較特別的項目，它們很少被編進學校的體育課程，但學校正希望發展，認為可吸引更多學生參加，發展學生的不同潛能；除此之外，我們從接觸各體育聯會得知，他們亦希望這些運動能普及化，這亦是我們選取這些運動項目的原因。

(表一)

	參與學校	項目	申請成立設備款項(包括場租(如適用))
1.	全完第一小學	射箭	\$ 20000
2.	協和小學(長沙灣)	射箭	\$ 20000
3	基華小學	射箭	\$ 20000
4	基慈小學	射箭	\$ 20000
5	基灣小學	射箭	\$ 20000
6	基華小學(九龍塘)	劍擊	\$ 20000
7	基順學校(小學部)	劍擊	\$ 20000
8	蒙黃花沃紀念小學	草地滾球	\$ 20000
9	基灣小學(愛蝶灣)	劍擊	\$ 20000
10	基法小學(油塘)	棒球	\$ 20000
11	基慧小學	欖球	\$ 20000
12	拔臣小學	網球	\$ 20000
			共 \$ 240000

我們已聯絡有關體育聯會，了解籌辦時的注意事項及需要購買的設備(下表)，如上所言，學校及老師雖然有心推行這些運動，如沒有優質教育基金的支持，是沒有能力推行及購置器材。

(表二)

			設備	擬申請
1.	網球	球 (\$ 3000)、拍 (\$300×50)、網 (\$ 3000) 等用品及場地租借	\$ 21000	\$ 20000
2.	射箭	網 (\$ 10000)、弓 (\$ 5000)、箭 (\$ 3000)、靶 (\$ 4000) 等用品	\$ 22000	\$ 20000
3.	棒球	球 (\$ 3000)、手套 (\$ 5000)、棒 (\$ 8000) 等用品及場地租借	\$ 21000	\$ 20000
4.	劍擊	練習衣 (\$ 1000×12)、劍 (\$10000) 等用品	\$ 22000	\$ 20000
5.	欖球	球 (\$200×50) 等用品及場地租借	\$ 23000	\$ 20000
6.	草地滾球	用品及場地租借	\$ 25000	\$ 20000

* 如有需要，不足之數由學校自付，估計每校約支付 \$ 3000- \$ 5000。

由於各校有不同的文化背景，所以便選取了不同的項目，如基華小學選取以射箭為主項目，是因此他們的姊妹學校—深圳福安小學的射箭隊十分出色，基華小學可在暑假期間帶領學生到深圳交流訓練，持續發展；蒙黃花沃紀念小學選取草地滾球，是因為學校附近有草地滾球場，方便訓練；基順學校的學生雖然有特殊學習需要，但他們的運動也十分出色，學校希望可以推廣至不同的運作，增加學生的自信。

以下是一個「校本體育素養課程」的例子

學校：中華基督教會基華小學
時間：2012-13 年度（兩年）
目的：提高學生的體育素養，包括「培養堅忍及恆心，積極參與體育活動及互助合作」。
負責：輔導組及體育組
項目：射箭
內容：
1.校本輔導計劃 --- 我做得好
a)透過每星期四的課外活動，教導學生射箭技巧，鼓勵學生達成目標。
b)專注力訓練：透過遊戲，並為學生建立個人目標，教導學生要培養堅忍的意志，才能達成目標。
c)體力訓練：射箭需要強而有力的手臂，透過體力訓練活動，鼓勵學生逐步邁向自己的目標。
d)運動員到校分享
e)早會及周會分享運動員的成功故事。
2.增潤課程 --- 設計 4--8 節體育課，當中教授學生射箭外，更要教導學生「培養堅忍及恆心」、「互相合作」和「積極參與體育活動」。
3.運動之星計劃---鼓勵同學多參與體育活動。
4. 運動員推廣大使

ii. 增潤體育單元

如上所說，學校因應校情選取了希望發展的新項目，但這些項目對參與學校，甚至區會學校均是新接觸，所以我們要求參與學校將這項發展融入學校的體育課程內，一方面可讓更多同學參與，一方面可令這項運動能持續發展，成為學校的其中一項特色。我們會要求體育老師設計一個 4-8 節的增潤單元，除教導學生運動技巧外，更需提高學生的體育素養，「培養學生堅忍及恆心」，教導他們「互相合作」和「積極參與體育活動」。

2. 聯校工作及活動—建立學習社群

這計劃的另一特色，是強調學生體育素質的培養，所以我們希望舉辦不同的活動，以擴闊學生的視野；另一方面，透過聯校活動及成果分享集，教師間組成學習社群，互相分享教學心得；學生方面，也可透過推廣大使計劃及聯校活動，先在校內推廣和表演，再到他校分享和比賽，既可建立自信，又可互相學習，建立學習社群。

- i. 運動員到校分享---透過運動員到校，分享他們的成功經歷，刻苦鍛鍊，從而教導學生堅忍和奮鬥。
---每校每年一次或兩次到校，共\$2000（嘉賓費及活動費），12校共\$**24000**。
- ii. 運動員推廣大使---推廣大使除在校內推廣是項運動外，老師還要帶領推廣大使到區會學校表演和示範（每年最少一次），提高其他同學對該項運動的認識。每校資助\$1000，12校共\$12000。
- iii. 聯校運動比賽---按運動項目為單位，舉辦三個區會聯校比賽（射箭、劍擊及草地滾球），讓學生們互相切磋學習。每項運動比賽約需\$3000（包括場租及獎品），三項共\$**9000**。
- iv. 聯校運動資源中心---我們以運動項目為單位，從區會的學校中組成六個運動資源中心，讓區會其他學校借用他校的器材，該校的老師亦會充當顧問，支援他校發展其他運動項目。
- v. 教練到校 ---由於不是每位老師均熟悉學校要發展的體育項目，學校需要聘請教練牽頭，擴闊活動的推展性，讓老師與教練一同教授時，未太熟悉該項運動的老師便可從中觀摩學習，往後便可由老師延續下去。
---教練費一般為\$350 每小時，需按教練的資歷、到校時間（如課後或星期六）及到校總時數而有所不同；部份項目的教練費較高，如網球教練每小時為\$500，如有需要，不足之數由校方支付。
---部分項目學校可透過簡易運動會計劃聘請教練，費用較平，教練到校的時數便大大增加。
---教練費每校資助9000元，12校共\$**108000**，不足之數由學校支付。
- vi. 成果分享集---教師在計劃後期整理「校本體育素養課程」、增潤體育課程及感想，這些計劃是各校因應校本需要，結合輔導組推行的校本政策，共有12間不同學校的計劃，值得分享及派予其他小學。

--費用：\$20(每本) x1000 本= \$20000

vii. 新奇運動會---總結整個計劃的成果，借用區會其中一間小學，舉辦新奇運動會。

目的：鼓勵學生多參與運動

對象：各區小學師生共 1000 人

內容：--展版介紹運動的好處及介紹不同的運動(展版稍後搬到各校展覽)

--簡介計劃及分享成果

--由運動員大使示範及推介本計劃的六個發展項目

費用：展板及佈置 \$ 10000，雜費 \$ 5000，共 \$ 15000

創意

1. 本會剛推行「情繫社區、創意薈萃藝術計劃」(2008/0304)，取得空前成功，老師和學生們都十分投入，我們發覺學校近年多著重中、英和數學的發展，確實忽略了視藝和體育科等。這計劃為學校的體育科注入新元素，提升學校的體育文化，鼓勵同學多參與，並擴闊他們的視野。
2. 雖然中學已引入「體育素養」於課程中，但對小學而言則為較陌生，所以這計劃嘗試引入這些元素，並與校本輔導結合，使校本輔導更具效益。
3. 雖然我們各校選取的項目(如射箭、網球)並不陌生，有一些更包含在「簡易運動」內，但學校這次選取的原則以配合學校發展為主，對學校來說均是渴望推展的「新嘗試」，所以我們希望基金能燃點這些火焰，讓學校的體育文化得以發展。
4. 這計劃以聯校活動及分享為主，讓學校間透過運動來交流學習，深具意義。

(六) 教師及校長參與程度

校 長—參與策劃計劃、監察及推行計劃、並定期與顧問聯繫，就本計劃的推行細則進行諮詢。

教 師 —設計增潤體育單元及校本體育素養課程。
—匯報教學成果，投稿文集，分享教學經驗。
—參與計劃發展小組，協助策劃、監察、推行及檢討計劃。
—發揮領導角色，與教練合作推行計劃，並落實學校的發展步伐，確保計劃能持續發展。

計劃助理

- 計劃助理按工作進程駐守參與學校
- 向本會校長匯報計劃推行情況及工作進度
- 負責計劃推行過程中的文書及會計工作
- 統籌參與學校與到校教練之聯繫工作
- 收集各校教學計劃，統籌及出版成果分享集

(七) 推行方案及時間表 (10/2011- 9/2013)

推行時段	項目
2011年10月-11月	—籌備會議、聯繫導師及教練
2011年10月至2012年1月	—購買第一個項目的所需設備

2010/0259 (修訂版)

2011年11月至2012年5月	<ul style="list-style-type: none"> —推行第一期校本體育素養課程及課堂教學。 —進行聯校活動，與他校分享成果。
2012年7月	<ul style="list-style-type: none"> —檢討計劃成效，計劃新一年方向。
2013年1月至2013年5月	<ul style="list-style-type: none"> —推行第二期校本體育素養課程及課堂教學 —進行聯校活動，與他校分享成果
2013年3月	<ul style="list-style-type: none"> —舉辦新奇運動會
2013年7月至2013年9月	<ul style="list-style-type: none"> —出版成果分享集 —檢討成效 —檢討及上載成果於網頁

(八) 預期產品及成果

- 12個學校設計的「體育增潤單元」
- 12個「校本體育素養課程」
- 一本成果分享集，分派到其他小學
- 12所學校的學習社群
- 刊於網頁的檢討報告及成果

(九) 預算

項目	申請款項	總數	附註
成立設備款項		\$230,000	見資產管理計劃
運動員到校分享	\$2000×12校	\$24,000	
運動員推廣大使	\$1000×12校	\$12,000	
聯校比賽		\$9,000	
教練到校	\$9000×12校	\$108,000	
計劃助理	\$16,000 x 24個月 x 1.05	\$403,200	具學位
新奇運動會		\$15,000	
成果分享集	\$20 x 1000本	\$20,000	
雜費(文具、郵費、交通費、廣告、保險、獎項、場地租借等等)		\$30,000	
應急費		\$18,000	
合共：		\$869,200	

(十) 資產管理計劃

類別	項目／說明	數量	總值	建議的調配計劃 (註)
體育器材(存放於參與學校內)				
全完第一小學	網、弓、箭、靶等用品		\$ 20000	
協和小學(長沙灣)	網、弓、箭、靶等用品		\$ 20000	
基華小學	網、弓、箭、靶等用品		\$ 20000	
基慈小學	網、弓、箭、靶等用品		\$ 20000	
基灣小學	網、弓、箭、靶等用品		\$ 20000	
基灣小學(愛蝶灣)	網、弓、箭、靶等用品		\$ 20000	
基華小學(九龍塘)	練習衣、劍等用品		\$ 20000	
基順學校(小學部)	練習衣、劍等用品		\$ 20000	
蒙黃花沃紀念小學	草地滾球用品		\$ 20000	
基法小學(油塘)	球、手套、棒等用品		\$ 10000	
基慧小學	欖球等用品		\$ 20000	
拔臣小學	球、拍、網等		\$ 20000	

註：所買的體育器材將保留在原校。我們會以運動項目為單位，從區會的學校中組成六個運動資源中心，讓區會其他學校借用他校的器材，該校的老師亦會充當顧問，支援他校發展其他運動項目。

(十一) 遞交報告時間表

本人/本校/本機構承諾準時按以下日期遞交合規格的報告：

Project Management 計劃管理		Financial Management 財政管理	
Type of Report and covering period 報告類別及涵蓋時間	Report due day 報告到期日	Type of Report and covering period 報告類別及涵蓋時間	Report due day 報告到期日
Progress Report 計劃進度報告 1/10/2011 - 31/3/2012	30/4/2012	Interim Financial Report 中期財政報告 1/10/2011 - 31/3/2012	30/4/2012
Progress Report 計劃進度報告 1/4/2012 - 30/9/2012	31/10/2012	Interim Financial Report 中期財政報告 1/4/2012 - 30/9/2012	31/10/2012
Progress Report 計劃進度報告 1/10/2012 - 31/3/2013	30/4/2013	Interim Financial Report 中期財政報告 1/10/2012 - 31/3/2013	30/4/2013
Final Report 計劃總結報告 1/10/2011 - 30/9/2013	31/12/2013	Final Financial Report 財政總結報告 1/4/2013 - 30/9/2013	31/12/2013

(十二) 評鑑參數及方法

1. 透過觀課、問卷及檢視教學計劃，檢視增潤體育課程的成效。
2. 透過問卷調查，評估各聯校活動的效益。超過 70%的參與者贊同活動的主題及內容。
3. 與參與學生進行訪問、觀察學生的學習情況及參與程度。
4. 中期及總結性檢討會議之報告。

(十三) 計劃成效延續

1. 編寫出一系列的體育增潤課程，教師可根據課程不斷修訂及改良教學活動的素質。
2. 根據此計劃的經驗，各校自行延展校本的運動項目，讓更多學生參與。
3. 保持與各校的學習社群，繼續舉辦互訪及交流。
4. 於本會往後的中、小學校長交流會中分享，加強中、小學在體育課程上的銜接。
5. 到他校及中學分享，讓更多學生參與及認識。
6. 本校承諾在計劃完成後，各參與學校將以本身的資源繼續推行有關活動，以延續計劃的效益。

(十四) 推廣和宣傳

1. 參與優質教育基金舉辦的推廣活動，經驗分享會、講座、研討會等。
2. 於優質教育基金專訊中撰寫課程推行的成果及經驗分享。
3. 於公開講座中（如大專院校教師發展日），分享經驗、課程的模式及成果。
4. 將課程的資源、教學內容及成果上載本會小學校長會網頁供全港學校參考。
5. 出版文集，分派到全港約 500 多間小學。

「健康生活齊擁有」發展小組成員

學 校	代 表
中華基督教會基法（油塘）小學	校長及一名體育老師
中華基督教會基華小學	校長及一名體育老師
中華基督教會協和上午校	校長及一名體育老師
中華基督教會蒙黃花沃紀念小學	校長
	李志榮先生

已聯絡及答允支持本計劃的體育總會

	體育項目	體育總會
1.	網球	香港網球總會
2.	射箭	香港射箭總會
3.	棒球	香港棒球總會
4.	劍擊	香港劍擊總會
5.	欖球	香港欖球總會
6.	草地滾球	香港草地滾球總會

答允支持本計劃的工作：

1. 協助提供到校教練
2. 協助購置所需設備
3. 協助舉辦聯校活動、比賽及推廣活動
4. 作為本計劃的顧問