



計劃總結報告

計劃編號：2009/0058

甲部

計劃名稱：健康養生中藥園

機構/學校名稱：基督教宣道會宣基小學

計劃進行時間：由 03/2011 (月/年) 至 08/2011 (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

*第八輪以前申請的計劃總結報告應由校監/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簽署。

*第八輪及以後申請的計劃總結報告須經「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。

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
提升學生對中醫藥學及養生之道的認識及興趣;培養學生有健康良好的生活習慣;增強學生的免疫能力,減低患病的機會;培養學生欣賞及珍惜中醫藥及養生文化。	<ul style="list-style-type: none"> ● 養生之源嘉年華會中的中醫藥問答比賽 ● 體質測試活動 ● 中醫藥保健養生課程 ● 健康養生手冊 ● 小小中醫師課程 	1) 有 90% 學生參與。 2) 有 80% 學生反應對養生的認識及興趣有提升。 3) 學生的缺席人數比去年減少了 531 人次。	活動當天的入場人數統計 學生的專題報告問卷 學生的缺席人數	---
透過教師健康講座,增強教職員自己體質的認識及健康意識,從而實踐自我保健的生活,提高他們的抗病能力,減少患病的機會,提升工作效率。	教職員測試: 1. 自我測試、 2. 體質測試、 3. 耳穴測試。 健康養生講座,內容包括: 1. 認識不同體質的飲食 2. 四季飲食認識 3. 「五臟健身操」 4. 常用穴位急救 5. 常用中藥知多少 專題講座: 1. 小兒保健 2. 衰老警號的防治 3. 痛症	1) 100% 的老師已進行培訓。 2) 老師的病假人數由 55 人減至 45 人。 3) 有九成的老師回應講座能提高教職員對自己體質的認識及健康意識。	受訪老師中,表示會注意自己的體質來作出食物選擇 老師的缺席人數	---
提高家長健康意識及健康的烹調方法,以改善一家的飲食習慣。	<ul style="list-style-type: none"> ● 健康養生嘉年華中的校長廚房 ● 健康養生手冊 	受訪的家長中,表示會注意健康的烹調方法。	訪問結果	---
透過友校或幼稚園交流分享,使學界人士對中醫藥及養生有所認識,把中國傳統的文化遺產推廣開去。	<ul style="list-style-type: none"> ● 幼稚園參觀 ● 友校參觀 	與友校的老師交流,都十分欣賞本校把養生元素加入課程中。	訪問結果	---

2. 計劃影響

1. 計劃影響

(A) 拓寬學生/教師對自己的健康生活習慣的視野

學生及老師透過認識自己體質、各體質的四季飲食、不同的養生方法後，完全廣闊了學生和教師的對養生的視野，包括不同體質的健康飲食及生活習慣。

(B) 改善學習氣氛

由於學生的工作坊以活動及專題探究形式進行，所以提升了學生的學習氣氛，加上活動的內容生活化，使大大提升了學生的學習興趣。

(C) 促進學生發揮專長及潛能

雖然學生年紀小，但專題檔案內的資料都是由學生自行搜集，分類及整理，這些能力都是需要學生不斷地豐富自己的學習知識歷程，這有助學生鞏固學習經驗、加強成功感；同時，讓學生按不同體質去設計食譜，完全把學習到的東西應用出來，且也能發揮學生的創作能力。

(D) 為教師提供更多培訓機會，促進教師的專業發展

在計劃進行期間，提供多種類的講座給予教師，目的是為教師亮起關注自己健康的警號，使他們明白到不同體質的人的特點及認識到適合自己的養生方法，以提高老師對健康的重要，達致有健康，才談上樂於教學的精神。

2. 自我評鑑計劃成本效益

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) +/- %
校內工程	160,000 元	195,600 元	22.25%
設備	33,740 元	10,807.90 元	-67.97%
人力資源	12,000 元	12,000 元	0%
一般開支	25,156 元	18,577 元	-26.15%

3. 可推介的成果及推廣模式

項目詳情 (例如 種類、名稱、數量等)	成果的質素 及推廣價值評鑑	舉辦的推廣活動 (例如模式、日期等) 及反應	是否值得優質教育基金值得及可供 推介的可行性？如值得，請建議推 廣模式
教師培訓(一)	教職員養生保健 講座(一)	16/8-17/8/2010 是次的講座，主 要內容： 1)自我測試 2)體質測試 3)耳穴測試 4)分組進行不同 類型的健康專 題講座：小兒保 健、衰老警號的 防治及痛症。	值得推廣，以講座形式進行
教師培訓(二)	教職員養生保健 講座(二)	16/3/2011 是次的教師講 座，除了介紹常 用的穴位急救 外，還介紹五臟 保健操及常用 的中草藥。老師 在活動中表現 出積極參與及 反應熱烈。	值得推廣，以講座形式進行
中醫藥保健養 生課程	學生的作品	PSSP六年級常識 科養生保健工 坊，內容包括： 1)講座 2)養生遊縱 3)養生餐單設計 4)成果分享	值得推廣，以分享形式進行
健康養生資料	健康養生手冊	19/2/2011 全校派發	值得推廣，以分享形式進行
「養生之源」網頁	http://www.sunkei.edu.hk/sunkei/cmw/	10/2011至今 介紹學校中藥園 的起源、簡介、活 動及課程。	值得推廣，以分享形式進行

5. 活動一覽表

活動性質 (例如 座談會、表演等)	概略說明 (例如 日期、主題、地點等)	參加人數				參加者的回應
		學校	教師	學生	家長	
養生之源開幕禮暨健康養生嘉年華	<p>19/2/2011</p> <p>健康養生測試篇： 中醫義診、骨質疏鬆測試、量血壓及測脂肪等；</p> <p>養生行動篇： 足底按摩、攀石、強心單車、歷奇運動及中藥問答比賽等；</p> <p>養生飲食篇： 校長藥膳廚房、養生小食義賣、健康中藥及養生展覽等。</p> <p>其他： 健康產品展銷會</p>	1	72	512	788	<ul style="list-style-type: none"> ● 當天的活動包羅萬有，受到各界人士的好評，最受歡迎都是體質測試，尤以耳穴體質測試及骨質疏鬆測試最受歡迎。
教師培訓(一)	<p>16-17/8/2010</p> <p>是次的講座，主要內容：</p> <p>1)自我測試、</p> <p>2)體質測試、</p> <p>3)耳穴測試</p> <p>4)分組進行不同類型的健康專題講座：小兒保健、衰老警號的防治及痛症。</p>	1	72	0	0	<ul style="list-style-type: none"> ● 各老師都好奇自己的體質如何，所以更留心關注屬自己體質的飲食及養生之道。
教師培訓(二)	<p>16/3/2011</p> <p>是次的教師講座，除了介紹常用的穴位急救外，還介紹五臟保健操及常用的中草藥。老師在活動中積極參與及及反應熱烈</p>	1	72	0	0	<ul style="list-style-type: none"> ● 老師們在一天忙碌工作後一同學習五臟保健操，即時體會運動的好處，老師在活動中表現出積極參與及反應熱烈。

小小中醫師	全年性,每週一次 內容包括: 教導學生中醫學的基本知識、中草藥的藥用價值、耳穴及腳底的反射穴位、 教導利用耳穴機去檢查身體、養生保健技巧及促進身體陰陽平衡等。	1	0	20	0	● 同學們都學會基本的中醫理論及認識到中國文化的精髓: 針灸、拔罐、耳穴、五味五行、四季養生等。
中醫藥保健養生課程	5/2011 PSSP 六年級常識科養生保健工作坊 1)講座 2)養生遊踪 3)養生餐單設計 4)成果分享	1	4	178	0	● 同學對自己的體質有所認識後, 再配合以活動形式的講座, 讓學生們對四季養生都有深刻的印象。 ● 同學們在養生遊縱的環節中更真正體會足部按摩的好處, 同時透過問題形式, 讓學生在養生之源中發現每天的養生之秘訣。
幼稚園參觀	18/6/2011 (親親宣基活動) 23-24/6/2011 (茵怡幼稚園師生家長參觀) 由宣基大使向參觀的家長及老師介紹養生之源	1	10	0	450	● 未有向到來的家長作任何的訪問, 所以沒有回應。
友校參觀	19/6/2011 向友校介紹養生之源及校本常識科引入中醫藥課程	1	30	0	0	● 友校表示欣賞

6. 困難及解決方法

6.1 由於招聘期間, 未有中醫師應徵, 為免影響計劃進度, 則改為以服務性質協助, 包括負責學生、老師及家長講座及養生保健課程的講師。

6.2 相關中草藥園的工程及種植須於1/2011才能完工

6.2.1 工程的安全性需多次重審, 以致工程一度拖延。

6.2.2 植物需要時間適應不同環境的土壤才能茁壯地成長, 所以需時間待幼苗適應及生長。

6.2.3 由於將軍澳的天氣比預期寒冷，寒冷的時間長達三個月，以致部分的中草藥凍死，同時更換植物最適合的時間是在溫暖的天氣下，所以有待天氣許可下才能更換。

7. 特別鳴謝

機構: 優質教育基金贊助

人仕:

老師:

-完-