

計劃名稱：護脊校園計劃書

計劃編號：2007/0295

機構名稱：兒童脊科基金

(1) 目的：透過推行護脊校園之一系列教育及健康活動，建立「脊骨護理從小起」之文化，令家長、老師及同學關注脊骨與神經協調的重要性，改善及預防因脊骨錯位而引起的健康問題。

目標：

1. 專業發展：鼓勵學童及教職員關注健康及參與有關健康教育培訓  
培育專業護脊導師人材
2. 社會服務：減低學童出現因脊骨錯位所帶來的健康問題。  
透過推廣脊骨健康，重新展現孩子應有的生命力，全面提升兒童健康素質，讓更多市民認識正確健康觀念，了解脊骨與神經協調可以提升健康狀態，認識人類身體的智慧。
3. 專題研究：藉著是次活動及問卷調查，收集相關數據，分析全港挺直護脊操對兒童脊骨健康之成效及探討兒童脊骨錯位對身體健康的影響之專題研究。

(2) 對象：參與計劃之小學之學童(小一至小六)，家長及老師  
預期受惠總人數：約 17,510 人 (包括學童、家長及老師)

(3) 推行方案：

1. 開設護脊導師培訓班，使老師容易掌握護脊專業知識
2. 舉辦脊科展覽、家長講座及不同類型的比賽，製作有關活動教材套
3. 發展及推廣全港挺直護脊操
4. 設立校園/學童獎勵計劃及舉行「我愛脊骨」同樂日暨頒獎典禮
5. 提供健康檢查予有需要學童，並進行體適能/健康(前測/後測)報告

(4) 預期成果及產品：

1. 豐富教師、家長及學童對護脊健康知識、全面普及全港挺直護脊操
2. 製作活動教材套 (如單張、小冊子、視象光碟、展板……)
3. 參與者之體適能及健康測試報告分析，發放以實證為本之研究報告

(5) 預算：

1. 人力資源	\$255,975
2. 宣傳	\$29,350
3. 活動教材套	\$67,750
4. 體適能測試	\$46,500
5. 護脊導師培訓班	\$6,740
6. 護脊小先鋒獎勵計劃	\$94,950
7. 頒獎禮	\$30,280
8. 購買器材	\$11,500
9. 基本支出	\$16,055
	<u>\$559,100</u>

(6) 評估方法：

1. 護脊導師培訓班之出席率及成績
2. 參與計劃學校及學生數量
3. 派發問卷與各學校，收搜老師及家長搜集意見
4. 校園成效評估衡量—優秀護脊校園評估書
5. 研究報告：分析及公佈參加者之體適能及健康前測及後測，以探討活動成效。