

乙部 計劃撮要

計劃名稱： 建設「體適能訓練及測試中心」，推廣「活力校園計畫」 (Physical Fitness Centre)	計劃編號：2008/0114 <<修訂>>
---	-----------------------

機構名稱：東華三院郭一葦中學

(1) 目的：為學生、教師、家長提供「體適能訓練」的地方，讓參與者對體適能有更多的認識，學習建立活躍而健康的生活模式。本校將開辦新高中體育選修科，此室可提供有效及互動教學，當中的「系統化和數據化的運動評估器材」將成為區內學校的資源中心，支援區內教師解決因新高中體育選修科課程所遇到的問題。

目標：

- (i) 「體適能訓練及測試中心」之訓練(包括課堂上及課餘時間)，有趣、互動及科學化訓練讓學生得到更多及有效練習，提高他們的健康水平。
- (ii) 透過推行不同的健康推廣活動，引起教師、家長、區內人士對健康的關注，培養活躍健康之生活模式，減少政府因老人及市民病患問題帶來之沉重負擔(特別是經濟)。
- (iii) 為新高中教學作好準備，令本校，以至區內外之學校於推行新高中體育選修科時成為設備完善之教學及測試評核中心。

(2) 對象：學生、教師、家長、其他人士(主要為區內師生及人士)

預期受惠人數：累計每年受惠師生合共1480人。

(3) 推行方案：

- (i) 進行時期：由二零零九年六月至二零一零年七月(活動完成後仍會每年運作)
- (ii) 過程/時間表：包括課堂教學、課後活動、家長日/教師專業發展日/區內健康推廣活動等
- (iii) 與其他機構/伙伴協作：香港中文大學教育學院運動科學系

(4) 產品：

- (i) 產品/成果：建立「體適能訓練及測試中心」
- (ii) 產品/成果的推介：提高體能訓練之趣味性，也加入更多科學化評估，使參與者更有效地提升體育，達至活躍而健康之生活模式
- (iii) 產品/成果商品化潛力：參與新高中課程體育選修科時，學校可以有更互動之教學，也提供標準及科學化的評估工具去從事2014年開始推行之「校本評核」

(5) 預算：

所有開支項目應根據建議計劃的內容及《填寫申請表格須知》第13至26段，歸類於

(b) 設備：共港幣 189,500

(6) 評鑑：

- (i) 表現指標：參與人數、參與者填寫之問卷、抽樣追蹤研究參與者的體適能進程。
- (ii) 成效衡量：參與人數達到1400人、參與者的體適能於計畫完結時有提升、選修新高中體育選修科之人数有提升等。