

## 乙部 計劃撮要

計劃名稱：教師康體活動計劃 Wellness Programme for Kindergarten Teachers

機構名稱：保良局幼兒服務

(1)目的：學校方面：向屬校教師推廣健康生活，鼓勵他們積極參加康體活動，舒緩壓力，保持身心健康，從而提升教師的教學效能，令學生及家長得益。

學生及家長方面：透過提升校園運動風氣，向學生及家長推廣運動。

目標：學校管理層方面：a. 透過講座 / 工作坊，加強校長及主任為教師建立健康的工作環境之能力。

b. 共同制定健康團隊的政策，建立可持續的支援網絡。

教師方面：a. 透過參予健康生活及康體的活動，舒緩壓力，強化身心健康。

b. 改善學校的工作環境，為教師營造輕鬆愉快的工作空間。

學生及家長方面：透過強化教師的身心健康，教學效能得以提升，學生及家長從而得益。

(2)對象：預期受惠人數：直接受惠人數合共 472 人 (校長 25 人、教師 307 人、教職員 140 人)

間接受惠人數合共 8130 人 (幼兒 2730 人、家長 5400 人)

(3)推行方案：1/2010 至 5/2010 全期共 5 個月

	日期	內 容
事前	8/2009	- 成立協調小組，檢視現況，搜集及分析資料，策劃計劃內容。 - 諮詢教師及職工意見，為計劃作好準備；瞭解活動內容及收費，
籌備	1/2010	- 組織工作及協調小組，邀請教師參與，商討計劃推行細則及準備事項。 - 聯絡導師；進行報價及採購程序。 - 設計評估工具 - 進行前期評估；宣傳計劃，傳遞健康生活訊息。
實施	1/2010 - 5/2010	- 講座/工作坊(1 堂) - 舒展瑜伽班 (8 堂) - 茶藝班(2 堂) - 茶藝加油站 - 社工茶聚 -增善職員室環境 - 制定健康團隊的政策，建立支援網絡
總結	4/2010 - 5/2010	總結評估

與其他機構/伙伴協作：保良局屬下 25 間幼稚園暨幼兒園。

(4)產品/成果：制定健康校園政策；完成-講座/工作坊 1 堂瑜伽班 8 堂、茶藝班 2 堂；增善職員室

- 學校刊物 - 向外界及家長宣傳計劃內容
- 家長會 - 宣傳計劃目的、價值及內容，傳遞健康生活訊息。
- 教師交流會 - 讓 25 園校互相分享交流計劃的心得。
- 公開網頁及內聯網 - 宣傳及傳遞計劃的目的及內容。

(5)預算：設備 \$107,500 ；服務\$69600 ；一般開支\$10,000 總計\$187,100

(6)評鑑：(1) 表現指標：透過收集教師問卷，評估計劃之成效。

(2) 成效衡量：運用活動問卷調查，評估資料分析，比較活動成效。

## 評鑑參數

活動對象	活動性質	預期人數/人次	評鑑方法	參數
高級主任/校長/主任	講座	53 人	參與率	95%
校長 / 教師 / 職工	舒展瑜伽班 / 茶藝班	300 人	參與率	80%
校長 / 教師 / 職工	茶藝班	300 人	參與率	80%
校長 / 教師 / 職工	茶藝加油站	472 人	滿意度	90%
校長 / 教師 / 職工	社工茶聚	150 人次	滿意度	80%
校長 / 教師 / 職工	職員室環境增善	472 人	滿意度	80%