

活力校園計劃




羅文彪校長

一切從理念開始

- ◆ 申請優質教育基金是為配合學校發展
- ◆ 成功教育一周邊圍繞中央，轉移成功經驗
- ◆ 「強民」政策—提升學生體能素質
- ◆ 為新高中體育科創造條件
- ◆ 栽培尖子運動員
- ◆ 為教師、家長提供一個舒展的平台

體適能室的構思與落實

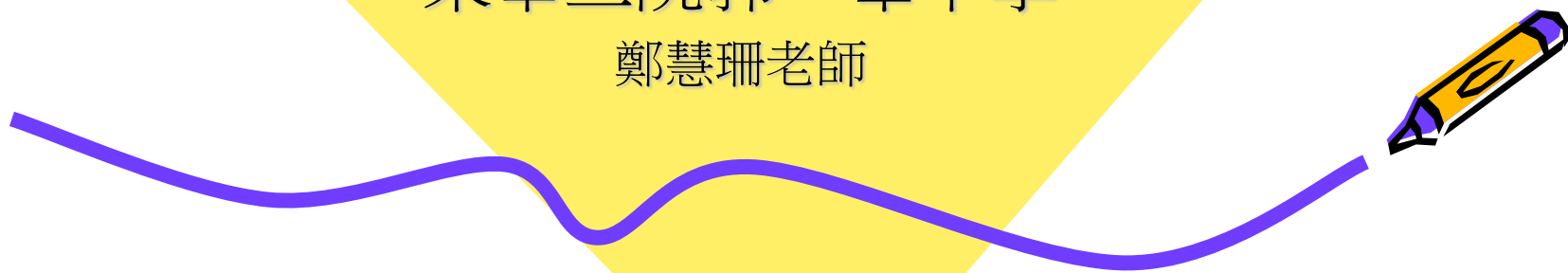
- ◆ 適合全體學生使用—面積、位置、設施與人員
 - ◆ 與環境配合—投放資源、與球場連為一體
 - ◆ 可持續發展—教學助理、學生助理、場地運用時間表、校內推廣宣傳、引入外界資源
- 



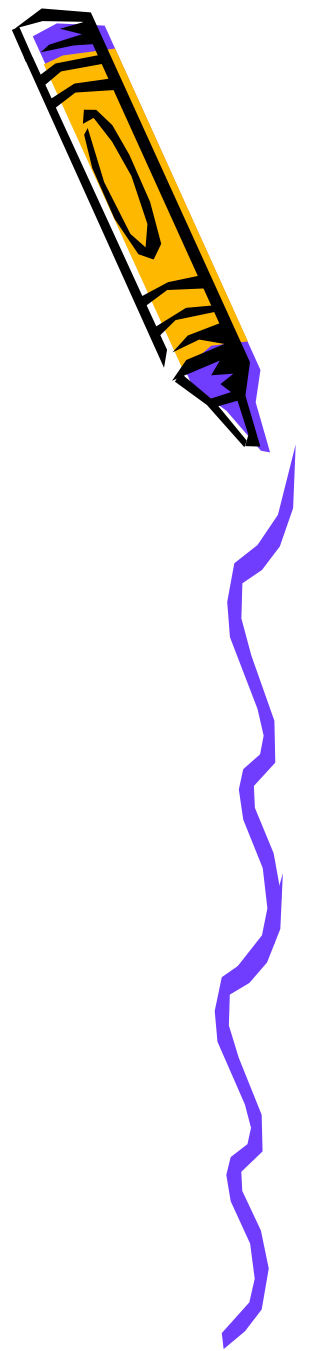
體適能訓練及測試中心

東華三院郭一葦中學

鄭慧珊老師



計劃的開始 - 構思

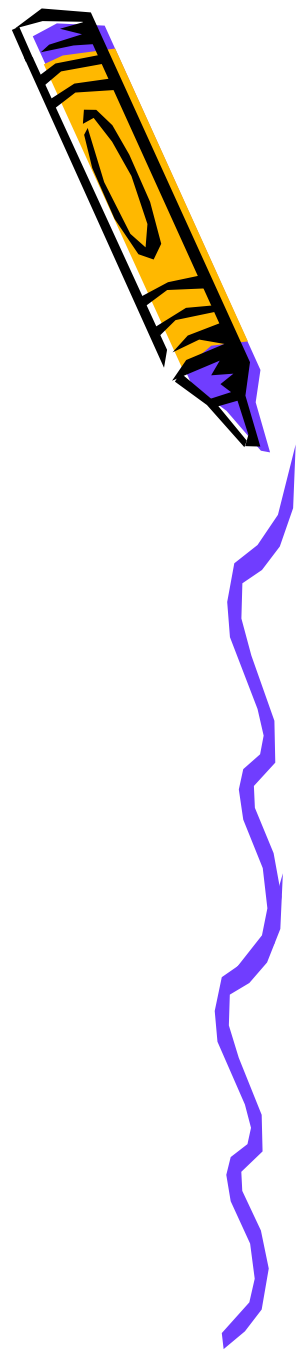


對象

- 全校學生(一般體育課)
- 新高中體育選修學生
- 校隊成員
- 老師及教職員
- 家長



計劃的開始 - 構思



與購買之器材有關之構思

(1) 預期要進行之工作

- 體能訓練+體能測試
- 九個學習單元內容
- 校隊成員訓練



計劃的開始 - 構思

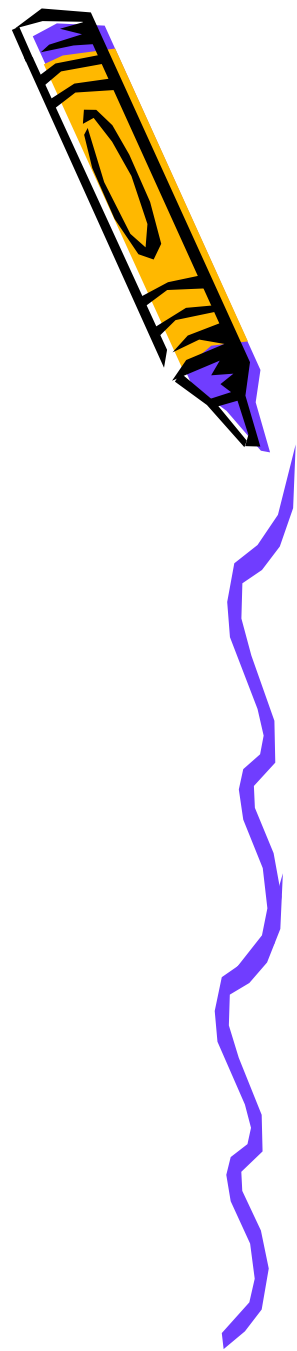
與購買之器材有關之構思

(2) 場地

- 場地位置
- 場地大小

(3) 其他

- 現有器材
- 財政預算



計劃的進行

校隊訓練及個人訓練計劃

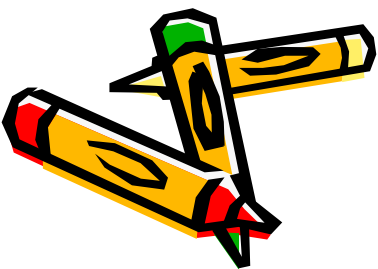
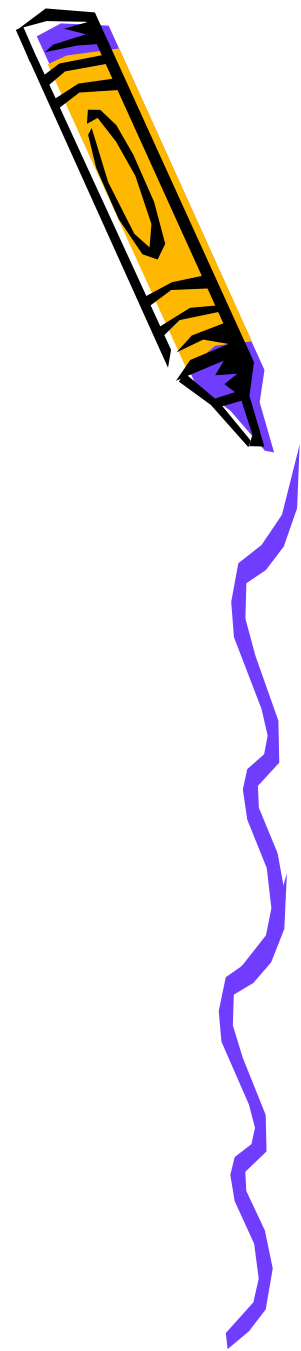
東華三院郭一葦中學
2009-2010 年度體適能訓練中心
開放時間表

時間	星期	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
放學後		足球隊	長跑隊	籃球隊	排球隊 (女)	龍獅隊	老師及職工
15 : 45 - 18 : 15	(星期一、三、四、五)	排球隊	羽毛球隊	乒乓球隊	手球隊 (女)	田徑隊	
16 : 30 - 18 : 15	(星期二)	老師及職工	手球隊	老師及職工	田徑隊 (女)	老師及職工	
09 : 30 - 12 : 00	(星期六)		老師及職工				



計劃的進行

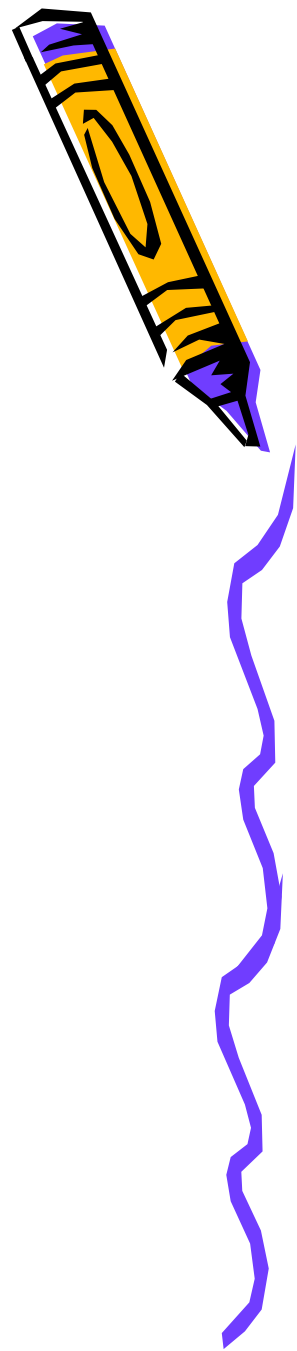
向老師及教職員推廣



計畫的進行

向家長及其他不同團體推廣

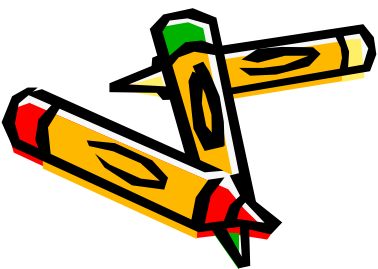
- 小學學生及家長觀校
- 區內團體到校活動
- 友校校長及老師到校參觀



計劃的檢討



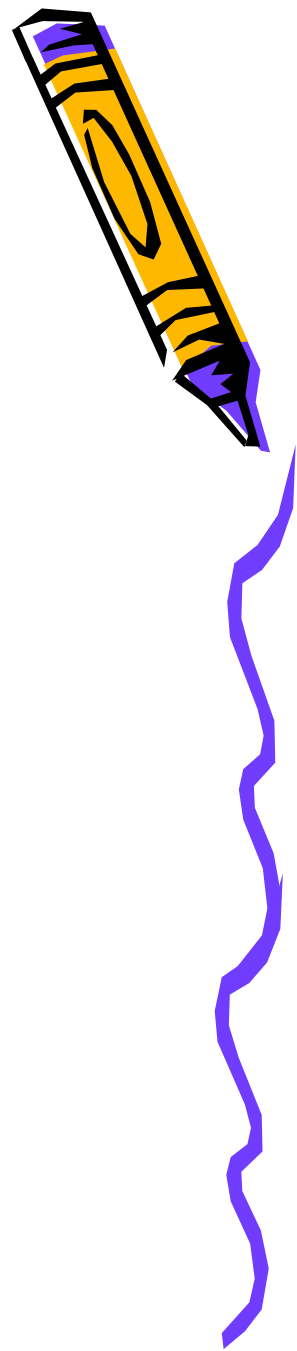
- 在計劃中的活動大致能完成，特別是以學生為對像的活動。
- 涉及老師及家長的活動便存著較大困難，因為在時間及場合上要較多的配合，加上牽涉家長及老師的自願性。
- 加入牽涉更多層面的推廣及介紹活動。
- 進行體適能測試時，再加上一些其他訓練目標及計劃，讓學生有更具體的方向，也能以訓練計畫前後的測試結果來
衡量訓練計畫的成效。



計劃的檢討

- 本年將參與另一優質教育基金計畫，以虛擬教練(**virtual trainer**)的電腦軟件向校內師生推廣健康的概念，實踐健康活躍的生活模式，此計畫已獲得優質教育基金撥款。
- 未來舉辦一些健康訓練班予學生(如:**25**人一班)，再在訓練前、中及後作出測試評估，學生會更掌握測試的目的，亦可令訓練更見成效。 目標學生：校隊成員、對
- 健康有興趣、身體過胖等學生。





~完~

多謝各位

