

佛教黃鳳翎中學
2025-2026 年度
支援學校推動校園體育氛圍及「MVPA60」一筆過津貼運用計劃

津 貼 總 額 : \$150,000.00

本學年預算支出 : \$ 115,000.00

目 標 : 利用津貼推動校園體育氛圍，鼓勵學生鍛鍊體格及建立恆常運動習慣。此外，培養校內正向積極體育風氣，同時讓學生建立健康生活方式

推行策略/工作計劃	對象	推行時間表	目標	成功準則	評估方法	負責人	所需支出
1. 推行「體適能」獎勵計劃及「MVPA」紀錄冊	S1-S6	全年	✓ 鼓勵學生進行體能活動，享受運動的樂趣	✓ 60%或以上的學生獲得獎章	1. 統計得獎人數 2. 檢視學生在「MVPA」紀錄冊中的運動時數 3. 學生焦點訪談	體育科老師	\$1,500.00
2. 製作海報、壁報或短片推廣體育文化，以營造理想的校園體育氣氛。 - 介紹 MVPA60 海報 - 介紹全運會海報 - 體適能龍虎榜	S1-S6	全年	P 推動學校體育氛圍 P 推動「MVPA60」	✓ 學生在 APASO 問卷中回答有關學校推廣體育或體能訓練的問題中有高 Q 值	1. 問卷調查 2. 檢視學生在「MVPA」紀錄冊中的運動時數	體育科老師	\$500.00
3. 舉辦或資助學生前往內地或海外參加與體育 / 運動相關的學習交流或考察活動	S1-S6/ 校隊成員	2025 年 11 月至 2025 年 7 月	✓ 鼓勵學生參與多元化的體育活動/比賽，發展潛能。	✓ 80%學生認同交流團對運動能力的提升和建立恆常參與體能活動的習慣有正面影響。	1. 問卷調查 2. 活動反思 3. 老師觀察	體育科老師	\$45,000.00 (總資助≤\$45000)
4. 舉辦多元化的運動活動							
a. 聘請非教學人員/合資源教練/以採購服務形式的公司協助學校策劃多元化的體育活動。如下:							
I. 全方位學習日-體育相關的主題 方案一:SuperSportsPark	S5	全年	✓ 鼓勵學生參與多元化的體育活動/比賽，發展潛能。 ✓ 推動學校體育氛圍 ✓ 推動「MVPA60」	✓ 大部份學生在參與活動時表現正面、積極投入，並享受運動的樂趣。 ✓ 70%學生認同活動對運	1. 活動反思 2. 老師觀察 3. 問卷調查	陳响昌	\$40,000.00

				動能力的提升和建立恆常參與體能活動的習慣有正面影響。			
II. 運動體能日	S1-S6	全年		✓ 大部份學生在參與訓練/活動時表現正面、積極投入，並享受運動的樂趣。	1.老師觀察 2.問卷調查 3.鑑賞報告	體育科老師	\$5,000.00
III. 校內各項體育比賽或推廣活動: - 與課外活動組合作，開設 Tabata及Aerobic dance課後導師班。 - 暫定20節，日子如下： (22/9、29/9、6/10、13/10、3/11、10/11、17/11、1/12、15/12、26/1、2/2、9/2、2/3、9/3、16/3、13/4、20/4、27/4、4/5、11/5)	S1-S6	全年		✓ 學生能定期出席及參與活動 (出席率達 70%或以上) ✓ 大部份學生在參與訓練/活動時表現正面、積極投入，並享受運動的樂趣。	1.出席率 2.檢視學生在「MVPA」紀錄冊中的運動時數	陳响昌 盧念和	\$5,000.00
IV. 小息體能活動 - 掃桿捕練跑 - 校隊訓練 - 自由活動(排、籃、羽、兵)	S1-S6	全年		✓ 大部份學生在參與訓練/活動時表現正面、積極投入，並享受運動的樂趣	1.老師觀察 2.檢視學生在「MVPA」紀錄冊中的運動時數	體育科老師	---
V. 早晨健體操(10mins)							
4. 舉辦多元化的運動活動 b. 報名參加校外不同體育相關活動，以協助學校推動校園體育氛圍和「MVPA60」。如下：							
I. 與宗教事務組合辦，參加由寶蓮禪寺主辦的「佛你跑」活動	S1-S6	9月	✓ 鼓勵學生參與多元化的體育活動/比賽，發展潛能。 ✓ 推動學校體育氛圍。 ✓ 推動「MVPA60」	✓ 學生能出席及參與活動 (出席率達 70%或以上)	1.出席率 2.檢視學生在「MVPA」紀錄冊中的運動時數 3.活動反思	陳响昌 沈樂宜	\$3,000.00

II. 參加「精英運動員慈善基金 賽馬會動感校園計劃」，詳情如下； - 計劃可為每所學校提供最多 4 個訓練 班，可按學校要求及學生人數而定， 並以入班或課後導師班的形式進行。 可供選擇的運動類別多元化，如配合中華 文化的雙截棍、足健、詠春、熊拳、太極 及功夫扇等。而新興運動則有五人捧球、 投球、匹克球、健球、三葉球、飛盤；閃 避球等。	S1-S6	10 月-1 月		✓ 大部份學生在參與訓練/ 活動時表現正面、積極投 入，並享受運動的樂趣	1.出席率 2.檢視學生在 「MVPA」紀錄冊中的 運動時數	陳响昌	---
5. 購置或改善學校的體育 / 運動器材							
I. 推行學校打卡步行獎勵計劃 - 通過以學生證於校內指定地點步 行，進行打卡並計分，鼓勵學生減少 久坐及培養健康活躍的生活習慣。(見 附件四)	S1-S6	下學期	✓ 推動學校體育氛圍 ✓ 推動「MVPA60」	✓ 設有班際比賽，相關獲勝 出的同學及班別可獲獎品 ✓ 學生能積極參與活動 (出席率達 50%或以上)	1.出席率 2.檢視學生在 「MVPA」紀錄冊中的 運動時數 3.老師觀察 4.問卷調查	體育科老師	\$15,000.00