

聖公會蔡功譜中學 2023-27 學年

支援學校推廣校園體育氛圍及 MVPA 60 一筆過津貼計劃書

I. 目標：

1. 為學生提供多元化的體育活動，拓展他們對不同運動的興趣，進而培養恆常運動的習慣，建立積極健康活躍的生活模式
2. 提升本校學生的體適能和身體的協調能力，強健體魄
3. 透過參與和組織各項活動或比賽，培養學生正面的價值觀和態度，同時營造更理想的校園體育風氣

II. 2023-27 年「MVPA60」津貼撥款金額為\$150,000。

III. 計劃

編號	目標	活動詳情	預期成效	預算開支	評估方法	負責人
1.	為學生提供多元化的體育活動，拓展他們對不同運動的興趣，進而培養恆常運動的習慣，建立積極健康活躍的生活模式	在體育課中進行更多另類運動學習，接觸更多新興運動或甚少接觸的運動項目	讓學生發掘不同運動的樂趣，於空閒或假日時參與運動	約\$40,000 (活動費)	老師課堂的觀察、紀錄及活動後設問卷調查	WPL, LCK, CHLg
2.	提升本校學生的體適能和身體的協調能力，強健體魄	於小息、午膳借用器材給同學；如沒校隊練習，課後開放場地，如操場、晴雨場及健身室，給予學生從事不同的體育活動	每星期均有學生借用體育用品，學生可以更方便進行不同體育活動，增加每週運動的時數	約\$10,000 (購買體育用品)	老師的觀察及借用記錄表	WPL, LCK, CHLg
3.	為學生提供多元化的體育活動，拓展他們對不同運動的興趣，進而培養恆常運動的習慣，建立積極健康活躍的生活模式	設立 9 分鐘個人排行榜及班際比賽，鼓勵學生多做有氧運動，認識如何有效提升心肺耐力及燒脂減肥	學生每年能完成一次的長跑活動，讓學生明白體育活動對身心健康成長的重要	約\$50,000 (購買心跳錶及相關儀器或軟件)	老師課堂的觀察、紀錄	WPL, LCK, CHLg

4.	透過參與和組織各項活動或比賽，培養學生正面的價值觀和態度，同時營造更理想的校園體育風氣	為校隊同學舉辦本地訓練營 / 歷奇活動，發揮團隊合作精神、領袖才能、體育精神	增加校隊的凝聚力，為其他同學樹立良好正面的榜樣	約\$45,000 (營費 / 活動費，教練費)	老師觀察、紀錄及活動後設問卷調查	WPL, LCK, CHLg
		舉辦不同班際 / 社際比賽或其他體育活動，提升學生的運動動機，同時在活動中學習體育精神	每年至少舉辦兩個比賽或活動，讓學生更投入在運動當中，提升校園內的體育風氣	約\$5,000 (活動費)	老師觀察、紀錄	WPL, LCK, CHLg