

新界鄉議局大埔區中學  
支援學校推動校園體育氛圍及「MVPA60」一筆過津貼  
2024/2025 學年計劃書

活動範疇	相關活動	活動目的/目標	參與年級	舉行時間	預計活動費用
進行與體育/運動相關的運動器材採購，提供設施和器材，組織體育活動，建立一個積極和有活力的校園體育氛圍，從而提高學生對體育運動的興趣和參與度。	1. 購買智能手錶或智能電子體重計，用於記錄和量度體適能數據和身體健康指標，例如體重、心率及體脂率等。	提昇學生對自我體能狀況及適當運動重要性的認知，進而培養恆常運動的習慣，以促進個人的健康體能。	全校	體育課	44,000
	2. 購買體適能用具，例如健身拉力/阻力帶，速度梯、敏捷梯及啞鈴及簡單體育用品等，放置學校，讓學生於課餘時間使用。	提升學生的整體健康和體能水平，鼓勵他們積極參與體適能活動，以改善他們應對壓力及面對困難的能力，建立正向思維，同時提升他們的自尊心。	全校	體育課	10,000
	3. 協助舉辦體育相關活動: a. 由學生會及/或體育學會幹事當值，每天於早會前、小息及午休讓學生借用運動用具，例如羽毛球、足毬、排球及籃球等。 b. 籌辦不同類型的班際/社際體育比賽或親子比賽及興趣班，如籃球、羽毛球、飛盤、閃避球、親子競技活動/比賽及暑假體育興趣班等。	加強學生利用課餘時間參與體育活動，透過班際/社際活動吸引學生參與活動，讓他們展示自己的才華和技能。同時加強同儕、師生及親子的關係。	全校	午膳/ 放學	18,000
	4. 透過體育活動，營造和諧及愉快的校園氛圍: a. 體育學會協助全人發展組舉辦各級班際競技比賽。 b. 體育科於課堂教授適當的課間操，讓學生能於課餘時間加強體能鍛練，例如在陸運會或班主任節進行健身操。	加強營造和諧及愉快的校園氣氛，讓學生從學習及活動過程中獲得滿足感和快樂感，增強學生成就感和抗逆力。	全校	午膳/ 放學	5,000
	5. 透過早會宣傳及張貼體育活動海報，宣傳MVPA60 健康訊息及相關社區體育活動資訊，並鼓勵學生積極參與及教導學生相關知識和技巧。	協助學生建立活躍及健康的生活方式及習慣。	全校	全年	3,000
				<b>總計:</b>	<b>80,000</b>