



路德會梁鉅鏐小學

2024/2025 年度

「MVPA60」一筆過津貼計劃周年報告



2024/25 年度「MVPA60」一筆過津貼計劃周年報告

甲、本年度工作報告

目標(一)：幫助學生建立健康的生活方式，從小養成運動的習慣。

策略/工作	時間表	成功準則	評估方法
➤ 運用教育局「MVPA60」一筆過津貼，添置電子跳繩機，並於校內設立「運動訓練『肌』地」，鼓勵學生運動，體驗運動帶來的樂趣，從而培養他們恆常運動的習慣，建立健康積極的生活方式。	二月至六月	➤ 在 APASO-III 問卷中，「身體健康(體能鍛鍊)」副量表數據較去年高。 ➤ 75%學生認同他們使用體育運動科技器材，有助他們建立健康的生活方式。	➤ APASO-III 問卷 ➤ 學生問卷

成就：

本學年，學校推行於小息時段，學校運用津貼設立「運動訓練『肌』地」，推行電子跳繩活動。自一月起，活動固定於禮堂進行，每周小息時段舉行，共舉辦 20 次，吸引 114 名學生參與，累計 297 人次。根據教師觀察，學生在活動中展現積極態度，有助建立健康生活方式，並養成從小運動的習慣。

從學生問卷調查結果可見，93.9%的學生認同科技運動器材（如電子跳繩機）有助他們養成運動習慣、促進健康及提升運動樂趣。教師與家長均觀察到學生在校內更主動投入運動，促使校園形成積極健康的氛圍。根據 APASO-III 學生問卷分析，活動成效亦反映於量化數據中。「身體健康（體能鍛鍊）」副量表的 Q 值比去年提升 10 分，並高於全港平均水平，顯示活動對提升學生體能有明顯貢獻；而「身體健康（BMI）」副量表 Q 值亦達 107，較去年上升 3 分，再次肯定活動對改善學生身體健康狀況具有積極效果。

反思：

「運動訓練『肌』地」活動，學生反應熱烈，但活動主要集中於跳繩，加上小息時間有限，影響參與人數與活動深度。建議來年擴充科技運動器材類型，如健身單車機等，延長活動時段，並根據學生年級或體適能水平規劃多元運動項目，以提升參與率與實際成效。

回饋與跟進：

持續推行「運動訓練『肌』地」，增設活動時段與器材種類，確保學生在短時間內獲得充足的參與機會，進一步促進健康生活文化在校園中持續發展。

乙、財政報告

項目	內容	預算	支出
1	體高體重測試儀	-	\$15,000
2	電子跳繩系統	-	\$34,800
	總額：	\$49,800	\$49,800

項目	內容	津貼	支出
1	「MVPA60」一筆過津貼	\$150,000	-
2	24/25 年度總支出	-	\$49,800
3	24/25 年度總結餘	\$100,200	-

校長簽署：_____

日期：_____