

路德會呂明才中學
2024-2027 學年 支援學校推動校園體育氛圍及「MVPA60」一筆過津貼
工作計劃書

總綱：「推展自主學習，深化正向教育」

諮詢教師的方法：主任會議、活動組會議、體育領域會議

關注事項：提升自學能力，建立正向生活。

目標：以「生活方式醫學」(Lifestyle Medicine) 的六大因素*，為學生提供在課堂內外參與足夠體能活動的機會，制定策略，協助學生增加體能活動量，發展健康的生活方式，促進身心健康。

*「生活方式醫學」(Lifestyle Medicine) 的六大因素：健康飲食、適度運動、良好睡眠、壓力管理、避免不良嗜好、正向社交連繫。

簡列上學年(2023-24)的回饋與跟進：

- 2023 至 24 年度情意及社交表現評估數據分析，有關體能鍛鍊的 Q-值(93)、P-值(32)，數據稍低於全港平均值，希望透過此計劃的推行，令這方面的統計數據有所提升。
- 本周期學校發展計劃，提倡學生發展健康的生活方式，本工作計劃書所列工作，能配合推動學校的發展重點。

目標	策略／工作	時間表	所需資源	成功準則	評估方法	負責人
支援學校營造更理想的校園體育氛圍及推動「MVPA60」，並配合體育課程的發展。	1. 發展或採購與體育運動相關的資訊科技服務、流動應用程式和相關軟件，以及與體育／運動相關的體育活動套件和輔助工具。 2. 舉辦或資助學生參與多元化的體育活動相關的學習活動或比賽。 3. 舉辦或資助學生、隨團教師及教練前往內地或海外參加體育相關的學習交流或考察。 4. 購置或改善學校的體育／運動器材。 5. 聘用額外的非教學人員或合資格教練／以採購服務形式，協助學校推動校園體育氛圍和「MVPA60」。 6. 發展／優化有關發展活躍及健康校園「MVPA60」的政策	09/2024 至 08/2027	● 支援學校推動校園體育氛圍及「MVPA60」一筆過津貼運用於左列工作項目的分配金額如下： 1. \$40000 2. \$20000 3. \$20000 4. \$30000 5. \$40000 ● 體育科的課程配合 ● 課外活動－體育小組的配合 ● 全校性獎勵計劃－邁向標竿計劃	● 能在體育活動中，加強資訊科技的應用，以提高所舉辦活動的效能。 ● 舉辦或資助學生參與的體育活動或比賽的質和量都有所增進。 ● 全校性獎勵計劃－邁向標竿計劃的統計數據，能反映學生投入參與體育活動及體能鍛鍊。 ● 情意及社交表現評估數據(有關體能鍛鍊) 提升至全港平均值。	● 本計劃的年終報告及各項統計結果 ● 學生意見調查 ● 服務提供者的意見	* 李丹婷、鄒偉業、譚世安

			● 活動組的行政支援 ● 資訊科技組的技術支援			
--	--	--	--	--	--	--

*總負責人

年度	每年預算開支
【2024/25 學年】	\$50,000
【2025/26 學年】	\$50,000
【2026/27 學年】	\$50,000
三個學年總開支	\$150,000