

計劃名稱： 「活力健體、競走人生」計劃	計劃編號： 2021/0077(修訂版)
------------------------	-------------------------

學校名稱：浸信會沙田圍呂明才小學

直接受惠對象

(a) 界別： 幼稚園 小學 中學 特殊學校

(b) 受惠對象：(1) 學生： 500 四至六年級；(2) 教師：60；(3) 家長：不適用；

(4) 其他：學校每年將舉行開放日，間接讓公眾人士受惠

計劃時期：7/2024 至 6/2025

1. 計劃需要

1.1	計劃目標	<p>受新型冠狀病毒病影響，普遍學生體適能水平均有下降趨勢。有見及此，學校擬重建健身室，以達致以下目標：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 優化校本體適能課程，提升課堂效能。 2. 透過運用電子器械，增加學生活動機會及動機，提升學生體適能水平。 3. 透過有系統的訓練，提升運動強度。 4. 透過個別化運動裝置，提升學生自我管理、自學能力及運用資訊科技能力。並讓學生了解自己的運動需要，建立個別化運動計劃，讓學生建立活躍及健康生活方式。
1.2	創新元素	<p>學校於2006年起一直致力推動「全校躍動」，著力組織課堂內外的體育相關活動，包括體育課程常設的體適能課及恆常Keep Fit班、種籽隊訓練及動感小息等。希望透過優化位置於有蓋操場的「I-Fit」健身室，透過較先進的器械：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 在校內進一步推廣體適能教學，把體適能教學融入日常學與教，讓四至六年級學生有機會學習相關的知識及技能 2. 於體適能課進一步加強學生對體適能相關知識，並讓同學親身體驗不同種類的器械訓練及其訓練效果，以提升學生的體適能表現。 3. 提供場地及設備，鼓勵學生按自身需要及能力訂定目標、自訂計劃，實踐所學，豐富他們的學習經歷。並於過程中讓學生獲得數據進一步優化及提升活動成效。 4. 運用互動器械及應用程式吸引自身積極參與活動，努力求進，培養運動習慣。
1.3	計劃如何配合校本 / 學生的需要	<p>為配合社會發展及教育趨勢，本校由2014年開始，以「聚焦、持續、深化推動自主學習」為學校三年計劃內的其中一項關注項目。科組以自訂目標、自我規劃、自我監控、自我評價及自我修訂等策略，促進學生自主學習，迎接未來的挑戰。</p> <p>在體育學習的過程中，因各學生身體質素不一，特別在體適能層面，疫情下的個別差異更大。為照顧學生的多樣性，本計劃擬運用電子健體器材，能為學生提供客觀數據，讓學生更清楚自身能力，以訂定目標及制定個別化健體計劃，進一步強化學生自主學習能力。</p> <p>另外，本校自2011年開始推行「平板電腦輔助教學計劃」，於課堂上使用平板電腦，讓學生在不同科目上利用平板電腦輔助學習。學生善用科技學習，學與教模式更靈活。由於學生每人均自攜平板電腦，只要運用合適應用程式把健身器</p>

		材跟平板電腦連結起來，能更能有效地建立及記錄運動計劃，讓運動變得個別化，更見成效。同時，部份應用程式具互動性，能提升學生運動興趣，甚至愛上運動。
--	--	--

2. 計劃可行性

2.1	計劃的主要理念/依據	<p>1. 參考聯合國教育、科學與文化組織，2015建議 體育是學生終身參與體育活動的切入點。恆常參與體育活動能夠提升學生的體適能、加強認知能力及促進身心健康。協助學生積極參與體育活動及建立活躍及健康的生活方式對達至學校教育的學習宗旨是非常重要的。學校設有恆常體適能課，建立了良好的基礎。如能配合計劃，優化器材，定能相得益彰。</p> <p>2. 參考教育局《基礎教育課程指引—聚焦·深化·持續》 本校回應教育趨勢，透過優化「I-Fit」健身室為學生創設學生主導學習的氛圍，培養自主學習的習慣和能力，又透過善用資訊科技讓學生建構知識，促進學生自主學習。</p> <p>3. 配合教育局課程發展 課程發展關鍵項目包括「運用資訊科技進行互動學習」，配合有系統體適能課程，進一步提升運動效能。同時，個別化的體適能學習計劃更可以促進以學生為中心的學習模式，從而提高學生學習的興趣及效能，發展獨立學習能力，達至學會學習、養成終身學習的習慣。</p> <p>4. 改善學習環境 學校健身室已啟用超過十年，為改善環境及配合科技發展，現階段需引入電子健體器材，並運用應用程式，讓學生獲得數據，自行設計體適能訓練，令運動變得更互動及個別化。</p>
2.2	申請學校對推行計劃的準備程度/能力/經驗/條件/設施	<p>1. 本校每星期設三節體育與健康課，課時較普遍學校多，有較充裕的時間發展學生運動相關能力。</p> <p>2. 本校一向致力培養學生體育發展，積極優化體育教學。在2018年，本校以「全校躍動」為主題，參與「行政長官卓越教學獎」，並獲得「卓越教師」的肯定，當中包括本計劃的負責人。</p> <p>3. 本校體育與健康科教學團隊達十位教師，有足夠的人力資源協助計劃進行、教學及推廣。</p> <p>4. 本校已就計劃召開多次會議，並已成立工作小組，初步商討推展計劃和分工的詳情。</p> <p>5. 除了課程內的體適能課外，學校還恆常設有Keep Fit班、體育種籽隊訓練、全校參與的動感小息，定必能善用並盡用計劃內的設施。</p> <p>6. 本校發展「平板電腦輔助教學計劃」多年，學生一人一平板電腦、學校WIFI等硬件能配合計劃需要。</p>
2.3	校長和教師的參與程度及其角色	<p>1. 本校校長和副校長均為曾任教體育與健康科的教師，非常支持本計劃的推動，亦能擔任顧問角色。</p> <p>2. 成立統籌委員會負責統籌及監察本計劃。</p> <p>3. 十位體育與健康科教師均會接受體適能培訓作教師專業發展活動。</p> <p>4. 科組將進行同儕觀課，並於科務會議中分享學生的學習情況及成果。</p>
2.4	家長的參與程度	<p>1. 鼓勵家長支持學生的運動計劃，並留意和關注學生的運動數據，鼓勵學生持續運動。</p> <p>2. 學校將於嘉年華會及學校開放日開放「I-Fit」健身室予家長及公眾參觀和使用。</p>
2.5	計劃協作者的角色	不適用

2.6 推行時間表

推行時期 (月份/年份)	計劃活動
2024年7-9月	<ul style="list-style-type: none"> 進行「I-Fit」健身室的裝修工程，訂購有關器材並安排組裝。
2024年8月	<ul style="list-style-type: none"> 安排專業導師到校，為相關教師進行培訓。
2024年7-9月	<ul style="list-style-type: none"> 編寫小四至小六校本體育與健康科的體適能教學內容，並製作有關教材。 計劃體育種籽隊和 Keep Fit 班的教學內容，納入電子運動器材的使用作為體能活動。 安排將電子運動加入為動感小息的活動之一，預備實行的流程。 計劃將電子運動納入 Class Dojo 獎勵計劃，並於相關教師協調。
2024年9月 - 2025年6月	<ul style="list-style-type: none"> 於小四至小六級體育與健康課教授體適能單元。 進行體育種籽隊和 Keep Fit 訓練，安排各運動隊於「I-Fit」健身室接受體適能訓練。 推行 Class Dojo 獎勵計劃和動感小息活動，讓學生到「I-Fit」健身室進行體適能遊戲。
2025年2月	<ul style="list-style-type: none"> 籌備嘉年華展覽和活動，展示有關成果及邀請校內外人士參與。
2025年5月	<ul style="list-style-type: none"> 舉辦「沙呂小運動挑戰賽」三項鐵人項目，訂立賽制和時間表，預備實行的流程。

2.7 計劃活動的詳情

學生活動

活動名稱	內容 (包括：主題、推行策略/模式、目標受惠對象及其挑選準則等)	節數及每節所需時間	參與教師及/或受聘人員 (包括：角色、講者/導師的資歷及經驗要求等)	預期學習成果
小四至小六級體育科體適能教學	<p>對象：小四至小六級學生</p> <p>目標：</p> <ol style="list-style-type: none"> 配合「I-Fit」健身室的器材，完善體適能課程，以改善學生的體適能健康，學習和體適能相關的科學知識。 利用「I-Fit」健身室的器材，讓學生因應能力訂立運動計劃，提升學生自主學習能力培養定時運動的習慣。 運用器材科技配合課程，讓學生掌握數據，促進運動效能。 <p>內容：</p> <p>將電子運動融入本校體適能課程，進行體適能測試和訓練。每個體適能單元設有前測，中期訓練和後測，共三課。一學期共</p>	每班全年共十二節課，每節三十分鐘	本校體育組教師：計劃及推行小四至小六級體適能課程	<ol style="list-style-type: none"> 學生通過測試更了解自己的身體狀態，作出反思，並明白體適能和健康之間的關係，從而建立運動習慣，改善身體質素。 學生對運動更感興趣，進一步探索和參與運動相關的活動。 學生能自訂運動計劃及運用資訊科技作自我檢視，以提升運動效能。

	兩個體適能單元，全年兩個學期共四個單元，合共十二節體適能課。			
體育種籽隊訓練	<p>對象：小四至小六級種籽隊學生</p> <p>挑選準則：校隊及梯隊成員</p> <p>目標：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 避免學生在外進行體能訓練時染疫的風險。 2. 讓學生了解自己的身體狀況和訓練需要。 3. 以專業的訓練器材提高訓練效率和成果。 4. 教師能夠了解學生個人的訓練需要，制定完整的訓練計劃。 <p>內容：</p> <p>體育種籽隊分為不同類別的運動項目，增強學生的體能以鞏固他們的技術，培養他們代表學校比賽。</p> <p>以往的體育種籽隊訓練是以較傳統的模式進行體適能訓練，例如來回跑步等，俯臥梯等。在電子運動器材的配合下，體育種籽隊導師能為學生定期進行有系統體能測試，量度他們的體適能指標，包括心肺功能、肌耐力、能量恢復等等，以數據作為參考，為學生選擇適合的訓練內容。</p> <p>例子：</p> <p>足球隊以單車機和心跳帶作為測試，分析學生的心肺功能，並為他們安排適合的訓練，增強他們的心肺耐力，使他們在比賽時能提升體能和發揮水準。</p>	每班每星期兩節課堂，每節 1.5 小時	擔任「導師」和「教練」角色的本校教師	<p>預期成果：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 解決了疫情期間場地短缺的問題。在教育局的防疫指引底下，學生能夠進行安全而活動量活動的訓練。 2. 學生的心肺功能有效提升，增強健康和運動能力，對他們訓練和比賽時的運動表現發揮正面影響。
Keep Fit 班訓練	<p>對象：Keep Fit 班學生（約共 25 人）</p> <p>目標：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 改善學生的身體質素 2. 推行正向教育，培養學生的正面思想 3. 鼓勵積極運動，加強學生的學習能力和抗逆能力 <p>內容：</p> <p>Keep Fit 班學生一般對於運動的態度較為消極，缺乏積極性。教</p>	每班每星期兩節課堂，每節半小時	擔任「導師」和「教練」角色的本校教師	<p>預期成果：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 學生的身體質素獲得顯著性的改善。而且在體育課時的表現有進步，表現積極，收窄學生在體育課的能力和學習差異。 2. 學生改變體能運動的觀感。完成

	<p>師安排他們進行適量的體適能運動，課堂內容加入電子運動，以遊戲形式進行，引起他們的興趣，從而增加學生訓練的成果。</p> <p>方式： 以遊戲形式進行體能訓練。教師在遊戲結束時根據運動數據作出檢討和給予回饋。同時，對他們的努力作出適當的讚賞，並鼓勵他們在日後也保持適量的運動去維持健康，以配合學校推行的正向教育。</p>			<p>遊戲後獲得成就感，提升自信心，對生活和學習上的事情也增加了積極性，願意主動學習。</p>
沙呂小運動挑戰賽(三項鐵人項目)	<p>對象：4-6 年級學生</p> <p>目標：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 避免學生在外舉行大型運動比賽時染疫的風險。 2. 加強學生的運動意識 3. 讓學生學習體育精神 <p>內容： 於小四至小六以小組形式進行三項鐵人接力比賽，使用「I-Fit」健身室的器材作輔助，例如單車機、划艇機等等，進行不同類型的帶氧運動比賽。各級獲勝的首三組同學將會獲頒發獎品。</p> <p>方式：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 體育教師會在上課時向學生介紹電子運動器材，並讓同學親身體驗。 2. 比賽學生以完成特定的距離為目標，輪流完成。每級最快完成所有距離的三個組別為之優勝者（冠、亞、季）。 3. 同學組成啦啦隊為進行接力比賽的同學打氣。 	三小時	本校教師	<p>預期成果：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 各個班別更加團結，認識體育精神。 2. 學生對帶氧運動和電子運動器材加深了解。 3. 學生受比賽氣氛影響而增加對體育的興趣。 4. 學生學會欣賞和鼓勵別人。
嘉年華電子運動展覽	<p>對象：本校學生、家長、社區人士</p> <p>目標：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 推廣體適能，把電子運動從學校帶到家庭，再從家庭帶到社區，增強運動意識。 2. 讓學生親身了解學校推行電子運動運動的成果，並通過活動進行反思。 3. 讓高年級學生把電子運動 	一天 (嘉年華日)	本校教師及學生大使	<p>預期成果：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 將電子運動推廣至全校師生及家長以至社區，令社區人士認識體適能運動和明白健康的重要性。 2. 每年高年級學生透過舉行展覽，教導低年級的同學，增加他們對

	<p>的知識和風氣傳承至低年級，不斷循環，以達至學校的電子運動持續發展。</p> <p>內容： 學校一年一度的嘉年華將會開放給公眾參觀及玩樂。電子運動是學校推行的其中一個項目，學生和教師將會舉辦試玩活動和展覽，將電子運動推廣給學生、家長和公眾人士。</p> <p>學生獲得相當的經驗後，他們負責即場示範，和擔任小教師的角色，教授其他學生、家長和公眾人士試玩。另一邊廂，學生舉辦小型展覽，將學校推行電子運動的成果展示給公眾，包括學生在運動表現、課堂表現和科學知識等等的進步。亦會簡介電子運動的背景和在世界的發展，讓公眾增加認識。</p>			<p>運動的興趣，成為未來延續推廣電子運動的主角，不斷循環以達致持續發展。</p>
Class Dojo 挑戰獎勵計劃	<p>對象：全校學生</p> <p>內容： 學校利用 Class Dojo 作為獎勵工具。學生在品行或成績上獲得優異的表現便會獲得加分，在學生獲得一定的分數後便能獲得一次到「I-Fit」健身室參與體能遊戲的機會，吸引學生注重行為表現。</p>	全年進行	本校教師	<p>預期成果：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 學生的品行和學習表現進步，上課時更配合教師的教學，更積極地學習，遵守規則。 2. 增強學校推廣的正向教育，學生更願意主動發掘自己的性格強項，在班上服務他人。
動感小息—電子動力站	<p>對象：全校學生</p> <p>目標：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 讓學生在小息時參與有益身心的運動，並增加小息的樂趣。 2. 培養學生定時運動的習慣。 3. 培養學生的自制能力，學習遵守規矩，並正確和安全地使用器材。 <p>內容： 動感小息為本校傳統活動。小息時，教師安排不同類型的體育相關遊戲，吸引學生活動。於動感小息內加入電子動力站，讓學生</p>	<p>全年小息</p> <p>第一節： 十五分鐘</p> <p>第二節： 十分鐘</p>	本校教師	<p>預期成果：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 讓學生在疫情下能夠安全地進行體能運動，保持運動量，整體的健康水平維持良好。 2. 建立良好的體育氛圍，學生踴躍參加體育活動，主動學習。 3. 學生的自我控制能力增強，懂得遵守秩序、正確地使用器材，以及和別人共享資

	<p>可以使用電子運動器材，進行心肺耐力的運動。並透過電子運動器材提供的數據，了解自己的身體狀況和反思自己的運動需要。教師和「活動先鋒」教導學生使用器材的方法和安全知識，讓他們可以自主學習。</p>			源。
--	---	--	--	----

a. 教師培訓

活動名稱	內容 (包括：主題、推行策略/模式、目標受惠對象及其挑選準則等)	節數及每節所需時間	受聘人員 (包括：角色、講者/導師的資歷及經驗要求等)	預期學習成果
第一次教師培訓	<p>主題：認識體適能的基本概念 模式：講座 - 邀請專業導師到校講解 對象：參與計劃的教師 目標： 1. 讓教師理解體適能的基本概念 2. 讓教師適時更新體適能的最新知識和理論</p>	1 節 2 小時	<p>導師： ● 約五年從事體適能行業或健身器材相關經驗的講者 ● 遵照優質教育基金 <人事管理及採購指引> 聘請。</p>	教師學習體適能的最新知識，制定高效能、適合學生的體適能計劃。
第二次教師培訓	<p>主題：運動器材的正確操作及安全事項 模式：工作坊 對象：參與計劃的教師 目標： 讓教師學習運動器材的使用方法和安全注意事項，能夠示範及教授學生，避免學生在使用器材是發生意外而引致受傷。</p>	1 節 2 小時	<p>導師： ● 運動器材公司的技術人員及專業導師 ● 約五年從事體適能行業或健身器材相關經驗的講者 ● 遵照優質教育基金 <人事管理及採購指引> 聘請。</p>	教師明白電子運動器材的正確操作和注意事項後，有效地使用器材，並制定一系列使用和保養器材的規則，使器材能夠持續地使用。
第三次教師培訓	<p>主題：開放器材使用 模式：全年活動 對象：全校教師 目標： 教師親身參與體適能運動，加強健康意識，以身作則，把運動健體訊息推廣至全校。</p>	全年		教師的身體質素得到改善，建立良好的運動風氣，並由感染學生，以達致長遠發展。

b. 設備

	建議購買的設備詳情	該項設備如何有助達成計劃的目標及如適用，預期的使用率
1	健身單車	於體育課堂、校隊訓練和 KEEP FIT 訓練中，幫助學生提升心肺功能及身體協調能力。
2	划艇機	於體育課堂、校隊訓練和 KEEP FIT 訓練中，幫助學生提升心肺功能、上肢肌肉耐力及身體協調能力。
3	心跳臂帶連藍牙接收器及一年應用程式使用	適時監測學生訓練效果，保存訓練資料，科學指導訓練

		練並教會學生終身體育技能。
4	反應燈	寓教於樂，訓練學生反應速度，帶動學生訓練氣氛。
5.	測脂機	評估訓練效果，針對學生差異提出改善方法，讓學生透過資料直觀看到自己的進步。
6.	裝修工程(「I-Fit」健身室室內及室外)	有效使用校園環境，宣傳正向健康生活模式。

c. 工程

	建議的工程項目詳情	該項工程如何有助達成計劃的目標及如適用，預期的使用率
1	「I-Fit」健身室	<p>「I-Fit」健身室能夠引起學生的學習興趣，積極進行體適能運動。學生能夠學習和體適能相關的科學知識，並檢視自己的身體狀況，建立運動的習慣，改善健康。學生能達致自主學習和培養正面思想。</p> <p>電子運動器材的實用性和彈性更高，能夠融合在不同的體育及健康課程內，並藉電子運動來推行長久的體育及健康計劃，如體適能課程和校隊訓練，同時加入各類型的獎勵計劃和訓輔導計劃。預期使用率將會高達每星期 300 人次以上。</p> <p>科技日新月異，世界趨向發展更多不同類型的電子運動，學校適時更新電子運動的最新發展，便能夠加強電子運動器材使用的闊度和深度。</p>

d. 校本課程的特色

發展校本的健康及體育課程，而這課程能在本校往後持續發展。

2.8 財政預算

開支類別*	開支細項的詳情		理據 (請提供每項開支細項的理據，包括所聘請人員的資歷及經驗要求)
	開支細項	金額 (HK\$)	
a. 員工開支	-	-	
b. 服務	服務內容： 第一次教師培訓「認識體適能的基本概念」講座的講者。 資歷： 約五年從事體適能行業或健身器材相關經驗的講者。 次數： ● 一節，每節 2 小時	1,860 元	約五年從事體適能行業或健身器材相關經驗的講者
	服務內容： 「運動器材的正確操作及安全事項」工作坊 資歷： 約五年從事體適能行業或健身器材相關經驗的講者。 次數： ● 一節，每節 2 小時	1,860 元	運動器材公司的技術人員及專業導師 約五年從事體適能行業或健身器材相關經驗的講者

c. 設備	1.6 部健身單車及電腦系統	210,000 元	配合心跳帶應用程式服務包括： ➢ 運動記錄數據保存 ➢ 學生帳戶 ➢ 實時心跳 ➢ 心率區間 ➢ 卡路里消耗
	2. 6 部划艇機	84,000 元	
	3.40 條心跳臂帶連藍牙接收器及一年應用程式使用	35,960 元	
	4.反應燈 (2 組，每組 6 個)	7,500 元	
	5.測脂機 (1 部)	13,500 元	
	6.印表機 (1 部)	2,020 元	
d. 工程	改建健身室		
	牆身油漆工程	35,000 元	
	重鋪地下	40,000 元	
	冷氣通風系統	25,000 元	
	燈飾佈置	20,000 元	
e. 一般開支	不適用	/	/
	不適用	/	/
f. 應急費用	不適用	/	/
g. 審計費用	獲撥款超逾 10 萬元的計劃，受款人須於計劃完結時提交經審計的帳目，有關審計費用可列入預算內。	5,000 元	
申請撥款總額 (HK\$):		481,700 元	

計劃的預期成果

3.1	成品 / 成果	<input checked="" type="checkbox"/> 學與教資源
3.2	計劃對優質教育 / 學校發展的正面影響	學生對運動增加興趣，積極進行體適能運動，建立運動的習慣，改善健康。學校建立良好的運動風氣，並幫助推行自主學習和正向教育。

3.3 評鑑

1. 課堂觀察 體育教師將會在體育課堂時觀察學生的運動表現，包括他們的肌耐力，心肺功能等等。
2. 前測後測 體適能課均設有前測和後測，預期大約七成同學在訓練期間有進步。
3. 問卷調查 收集學生對學校推行電子運動的意見，以及他們在推行期間的學習程度，預期大約七成同學認為透過運用電子器械，增加學生活動機會及動機，提升學生體適能水平。

3.4 計劃的可持續發展

體適能課是本校的恆常課程，學校會每年推行課程和訓練。另一方面電子運動作為學習誘因，融合作各類型的獎勵計劃和訓輔導計劃等，並每年使用，建立運動風氣，並延續下去。

另外，學校邀請學生組成學習小組，讓他們擔當大哥哥大姐姐的角色，報告並分享學習成果給社區人士和低年級同學，把電子運動的知識傳給後輩，不但加強學校的體育氣氛，更能將體育知識和精神一代傳一代。

3.5 推廣

本校將會按推行的成果發表報告，並舉行分享會，與同工分享推行電子運動的經驗和結果。

4. 遞交報告時間表

本校承諾準時按以下日期遞交合規格的報告

計劃管理 (須透過「網上計劃管理系統」提交)		財政管理 (須連同證明文件的硬複本， 以郵寄方式或親自提交)	
報告類別及涵蓋時間	報告到期日	報告類別及涵蓋時間	報告到期日
計劃總結報告 01/07/2024 - 30/06/2025	30/09/2025	財政總結報告 01/07/2024 - 30/06/2025	30/09/2025

5. 資產運用計劃

類別	項目	數量	總值(HK\$)	調配計劃
設備	1. 健身單車及電腦系統	6 部	210,000	計劃完結後，本校將會繼續善用相關設備及器材舉辦學與教活動，以豐富學生的學習經歷。
	2. 划艇機	6 部	84,000	
	3. 心跳臂帶連藍牙接收器 及一年應用程式使用	40 條	35,960	
	4. 反應燈	12 個	7,500	
	5. 測脂機	1 部	13,500	
	6. 印表機	1 部	2,020	

6. 聲明

1. 本校會參照《體育學習領域課程指引(小一至小六)(2017)》及相關課程文件設計及進行體適能活動。
2. 本校會確保擬放置電子運動設備的場地合適，並有足夠空間擺放相關的器材及讓使用者運用器材進行活動。
3. 本校會確保擬購置的電子運動設備適合學生使用。為確保使用者的安全，本校會為有關器材進行定期檢查、保養和維修。
4. 本校會遵守《香港學校體育學習領域安全指引》的要求，確保學生在健身室使用體適能設備，以及進行體適能活動時的安全；在任何情況下，學生須在教師的監督下才可使用有關器材。
5. 本校會遵照優質教育基金《人事管理及採購指引》進行報價或投標，確保採購程序是以公開、公平及具競爭性的方式進行。
6. 本校明白優質教育基金的資助屬一次過性質，本校會承擔有關的經常開支，包括所添置設備的維修開支、日常運作費用及其他可能引致的後果等，以便日後繼續推行相關活動，令計劃目標得以延續。