

即時發布

大新銀行贊助 YMCA 「Health Genius 青年培育計劃」 問卷調查研究結果： 超過 80% 受訪者認為 STEAM 有助提升運動興趣

(香港, 2026年1月26日) 大新銀行有限公司(「大新銀行」) 配對社會福利署「攜手扶弱基金」撥款, 贊助香港中華基督教青年會(YMCA) 推行為期30個月的「Health Genius 青年培育計劃」(下稱「本計劃」) 於2025年10至11月期間, 進行「STEAM 導向學習活動對促進中學生健康與運動動機之影響研究」。研究透過網上問卷調查, 訪問了472名中學生, 探討他們常見的健康問題、運動習慣、了解STEAM(科學、技術、工程、藝術及數學)之普及性及STEAM與運動之關連。

社區參與是本計劃的重點之一, 本計劃第一年的70位參加者來自低收入家庭及有特定需要的中一至中二學生。在導師帶領下, 學生不僅是研究對象, 更積極參與問卷設計、數據收集及分析, 親身參與整個研究流程。

根據調查結果顯示, 約七成受訪者(70.3%)表示曾經歷身心壓力、失眠或經常感到疲累等健康問題。其中, 以情緒困擾/壓力(43.4%)及經常疲累/精神不振(43.4%)最為普遍。

根據世界衛生組織的建議, 青少年應平均每天累積至少60分鐘中等至劇烈強度的體能活動, 其中至少三天進行劇烈的體能活動。但在實際情況中, 接近三分之二(61.4%)的受訪學生表示每星期只完成不多於兩天, 當中10.8%更表示一天也沒有。然而, 逾一半受訪者(52.3%)認為自己有足夠運動量, 反映他們對自身運動量的評估可能過於樂觀。

調查當中, 受訪者認為中學生運動量不足的主要三大因素, 包括時間不足(72.5%), 原因為課業繁重、補習等; 其次為缺乏運動興趣(47.7%), 如動機不足、覺得運動「不好玩」等及使用電子產品時間過長(45.6%)。這些因素均影響中學生的體能活動時間。

大部分受訪者表示, 參與的STEAM活動多與編程、科學實驗、數學解謎、藝術設計有關, 少有親身體驗STEAM與運動結合的活動。受訪者對「STEAM結合運動」持開放態度, 逾八成(82.4%)受訪者認為STEAM有助提升運動興趣。有受訪者提出結合AR/VR、感應器、AI、編程、加入遊戲化及獎勵機制等想法, 反映現時學生已經擁有數碼遊戲文化與創科概念的基礎, 若設計得宜, STEAM將可以成為推動運動的一股新動力。

學員將在後續課程中, 結合研究結果與課堂學習, 在導師指導下學習運用編程、感應器及AI等技能, 親手設計及製作趣味運動器材, 體驗STEAM解決實際問題的價值。

本計劃由YMCA與大新銀行共同設計, 透過30個月系統化課程, 融合STEAM教育與運動, 鼓勵參加者

將科技與創意融入運動，設計趣味器材。計劃旨在培養參加者的綜合解難能力及創新思維，並透過實踐探索學習的無限可能，推動青少年多元發展。

###



附圖：計劃參加者學習問卷設計及數據分析

有關大新銀行

大新銀行有限公司（「大新銀行」）為香港上市公司大新銀行集團有限公司（HKG:2356）旗下全資附屬銀行。大新銀行植根香港逾 75 年，一直憑著「以人為本」的精神為客戶提供優質銀行產品及服務，並不斷推動「同步 更進步」的品牌理念，與香港、大灣區至更廣泛地區的客戶共同成長。憑藉多年的銀行業務經驗及穩固基礎，大新銀行業務範疇覆蓋零售銀行、私人銀行以至商業及企業銀行等專業服務。近年大新銀行更積極投資於銀行產品及服務數碼化，與香港智慧銀行發展和推動金融普及的趨勢同步前進。

除上述香港銀行業務外，大新銀行亦全資擁有大新銀行（中國）有限公司、澳門商業銀行股份有限公司和安基財務有限公司（OK Finance），並為重慶銀行策略性股東，持股量約 13%。大新銀行及其附屬公司於香港、澳門及中國內地共有 63 個業務網點。