

教育局 課程發展處 體育組 委託
香港教育學院 健康與體育學系 承辦

體育教師暑期學校2011（專題講座）

牆報滙報： 培養學生建立積極運動習慣

上水宣道小學
葉文意

日期：二零一一年七月二日（星期六）
地點：仁濟醫院王華湘中學

上水宣道小學體育科簡介

本校體育科重視培養學生自小建立積極運動的習慣。校本課程配合不同的校內活動與比賽，務求讓學生學以致用，營造體育文化，提昇學生的學習興趣。初小課程以基礎活動為主，發展學生身體的平衡、協調能力及體適能等基礎能力。高小課程以螺旋式學習不同的運動項目，不但學習體育知識與技能，更培養正確的價值觀、判斷力和審美能力，並在群體活動中學習互相合作。

課程特色

1. 學以致用

學校開放跳繩區、跑步區、羽毛球區、乒乓球桌及籃球場，供學生小息時進行體育活動，提高學生參與運動的機會。此外，本校舉辦運動會、校內乒乓球比賽、班際籃球比賽及跳繩強心同樂日，學生踴躍參與，營造校園運動氣氛。

2. 選拔精英

本校透過建立校隊，挑選有潛質的學生，組織田徑校隊、花式跳繩校隊、乒乓球校隊、男女子籃球校隊等作定期訓練，在校外比賽中屢獲佳績。

3. 健體操教學

校本課程設健體操教學。逢星期一、五早會時，學生以跳躍的動作配合音樂齊跳健體操，而部分健體操內容更配合詩歌敬拜上帝。

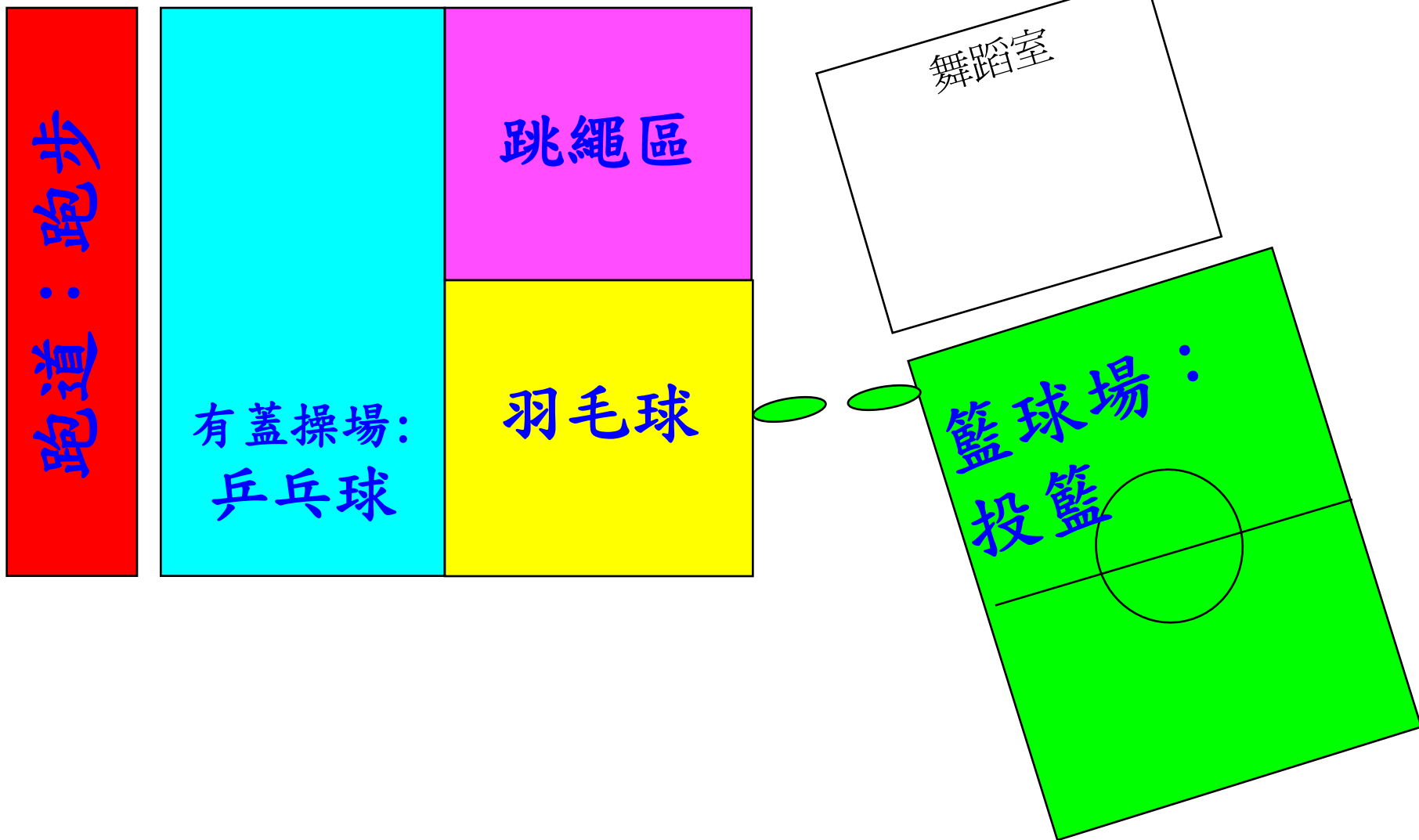
4. 綜合藝術課程

與音樂及視覺藝術科共同合作，發展高年級綜合藝術的校本課程，讓學生藉接觸不同的文化，拓展學生多元化的視野。

小息體育活動安排

對象	活動
小一至六	跑步、跳繩
小四至六	籃球、羽毛球、乒乓球

場地安排



注意事項：

- 同學必須穿著體育校服進行體育活動。
- 進行各樣活動時，應注意安全及遵守秩序，如：排隊、單向跑。
- 小息及午息完結前三分鐘應停止所有活動。
- 籃球及速度繩使用後必須放回原處。
- 測驗及考試期間暫停進行各樣球類活動。