

慈雲山天主教小學

活躍及健康校園政策

背景資料：

本校是一所由天主教教區主辦的政府資助小學。原為黃大仙天主教小學上午校，創校於一九六二年。於二零零二年九月開始，本校遷到蒲崗村道學校村的新校舍。全校有30班，學生共有七百多人。校舍體育設施包括有一個有蓋操場、一個籃球場和一個禮堂，另外學校村內亦有設有二百米長跑道，足球場、兩個有蓋籃球及跳遠沙池。



本校參與計劃的目標是增加學生體能活動的時間以達到世衛的建議的每天最少 60 分鐘中等至劇烈強度的體能活動(MVPA60)的標準，並且建立活躍及健康的生活方式。

具體實施安排：

一、「全民運動日」

逢星期五會舉行「全民運動日」，由體育老師及校隊成員主持，各級輪流進行體育活動，從而提升校內學生的運動



時數，亦可增加師生互動的機會。學生可以選擇不同的體育活動。當中包括籃球、足球、跳繩等。

二、「大型比賽活動」及外間學界比賽

學校每年都會舉行運動會，當中三至六年級學生最少參與一項田項或徑項比賽，而一、二年級學生則參與 60 米跑和立定跳遠或擲豆袋。除了學生比賽之外，當天亦會同時舉行親子接力賽及師生接力賽。



學校鼓勵學生參與學界體育比賽，項目包括田徑、游泳、足球、籃球、羽毛球、乒乓球、中國舞、體育舞、醒獅和本年度新增的非撞式欖球。透過校隊的訓練，學生擁有一定的運動技能，可以代表學校參與外間的運動比賽。除了可以吸收更多的比賽經驗之外，還能夠擴闊視野，提升對運動的興趣。為將來自發性的參與體育活動打下穩健的基礎。



三、班際及師生比賽

本年度學校新增了班際體育比賽，旨在培養體育運動精神，及促進身心健康，亦希望透過班際比賽而增加學生對學校的歸屬感。另外，本年度亦設師生籃球比賽，以增加學生對運動的興趣及促進師生交流。



四、課外活動

逢星期五的課堂時段會有不同的體育活動供學生參與，目的除了提升校內學生運動的興趣，亦可以從中發掘有運動潛質的學生加入校隊。本年度的體育活動包括了田徑、排球、中國舞、足毽、及非撞式欖球。



五、傑出運動員獎勵計劃

本校在學期末會由體育老師推舉「年度最佳運動員」，及參加「屈臣氏傑出運動員獎勵計劃」，以表揚在體育方面有傑出表現的學生運動員。得獎學生會在畢業禮及學年結束感恩禮中上台領獎，為其他學生樹立榜樣，以鼓勵更多學生積極參與體育活動。