

**有關 25-26 年度本校參與學校體適能獎勵事宜**

各位家長：

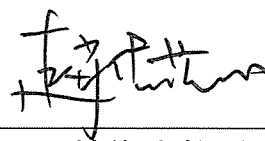
本校為了響應教育局、中國香港體適能總會及香港兒童健康基金合辦的「體適能獎勵計劃」，本年度將會繼續參與該計劃，目的在於提高小學生對健康體適能的認識，藉此鼓勵他們經常參與運動。現將各項安排詳列如下：

**(甲) 計劃內容：**

(一) 舉行地點	：	本校有蓋操場、禮堂和籃球場。
(二) 舉行時間及形式	：	老師會根據各級的體育科進度表在 <b>體育課堂</b> 進行。
(三) 測試內容	：	「手握力測試」、「坐地前伸」、「1 分鐘仰臥起坐」及「6 分鐘耐力跑」(P.1-P.3 適用)；「9 分鐘耐力跑」(P.4-P.6 適用)。
(四) 測試準則和評估結果	：	體育科老師會依據主辦機構發出的測試準則及評估方法評估。

**(乙) 家長和學生須知：**

- (一) 體育科老師會在體適能測試前一至兩個星期通知學生測試日期，讓學生有足夠時間作準備。
- (二) 學生在測試當日必須吃早餐，若在測試過程中身體有任何不適，必須立即通知體育科老師，並立即終止測試。
- (三) 學生若在當日測試前已感到身體不適，必須預早通知體育科老師。
- (四) 體適能獎勵計劃分數佔體育科總成績的 30%，另外體育技能測試佔 50%，平時分(包括：體育課穿著整齊學校體育服佔 10%和課堂態度佔 10%)，總成績將以等級顯示於成績表。(適用於 P.1-3 及 6)
- (五) 由於「體適能獎勵計劃」的主辦方需要本校上傳學生的中英文姓名、性別、班別、年齡、出生日期、身高、體重及各項測試數據等資料，方會為本校獲獎學生頒發「體適能獎勵計劃」金、銀、銅章證書，所有同意上傳上述資料的學生才有機會獲得證書。
- (六) 家長如有任何問題，歡迎致電學校向羅長城主任查詢。



趙偉光校長

謹啟

二零二五年九月八日