

新常態下
利用多元策略
推動學生參與
體育活動

禮賢會彭學高紀念中學

鄭裕衡先生



禮賢會彭學高紀念中學

- 學校位於九龍城區
- 校舍內可供進行體育活動設施包括：籃球場、排球場、體藝活動中心、健體中心、禮堂及多用途禮堂。鄰近九龍仔公園，學校有使用該公園的籃球場、硬地足球場及緩跑徑進行體育活動。

分享：

- 從第一身角度回顧及分享**我校**的校本經驗
- 分享**友校**的校本經驗



回想...2020尾

復課後要注意...

嚴守社交距離

必須帶口罩

消毒清潔體育用品

體育科主任 / 老師角色

如何推廣活躍及健康的生活方式？

推動學生參與體育活動策略

有趣

簡易

嘗試/參與

停課用ZOOM → 實體

透過校本劍球課程
提升學生參與運動的動機

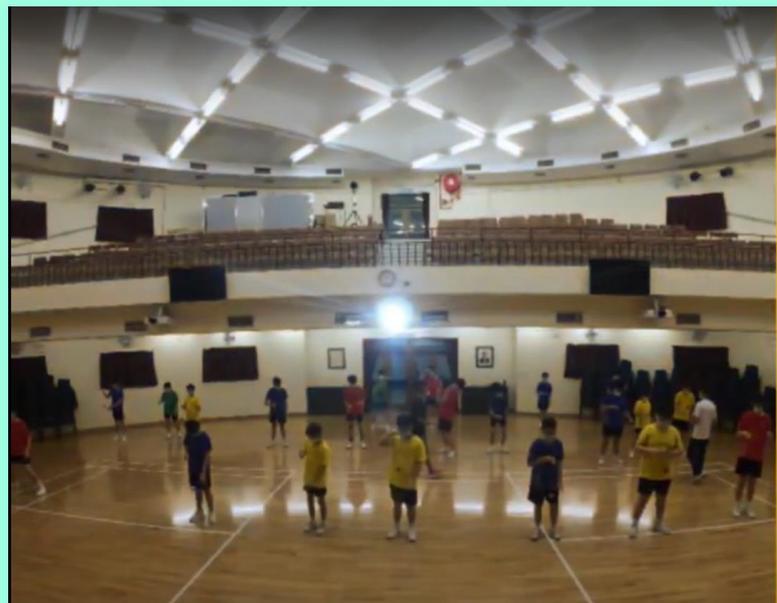


上課時片段

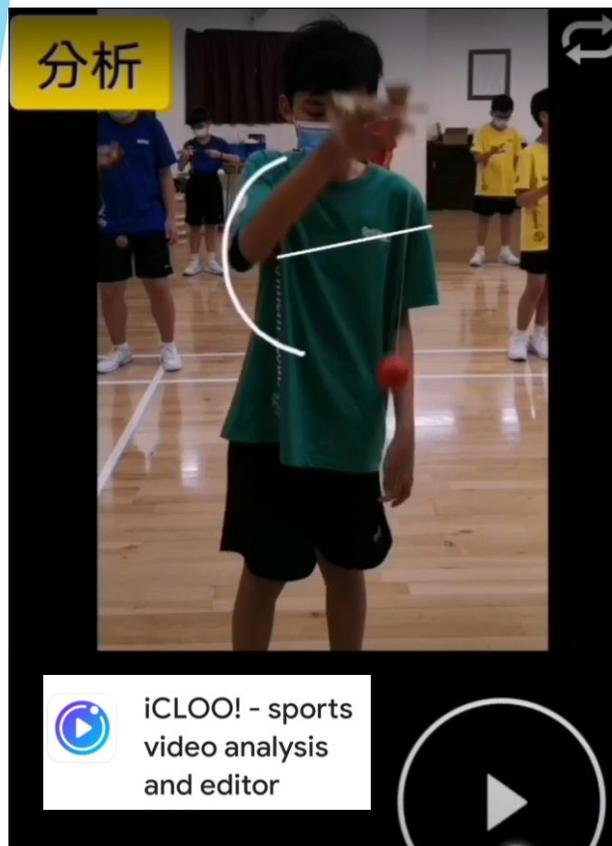
社交距離

刺激動機

充足運動量



實時課堂影片分析



<https://youtu.be/3CGKnriEODU>



實時分析，
後期製作，
下堂重播。

禮堂上螢光幕
教學影片不斷重播



<https://youtu.be/mHXhxdirei8>

上課情況



考取專業級位證書

由日本劍球協會認可檢定員進行檢定

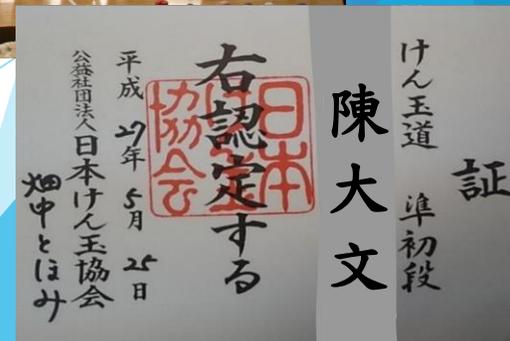
成功完成指定招式次數，便可獲得級別認定證書

結果：95%同學可以取得劍球認可證書。



劍球課一

鄭裕衡老師





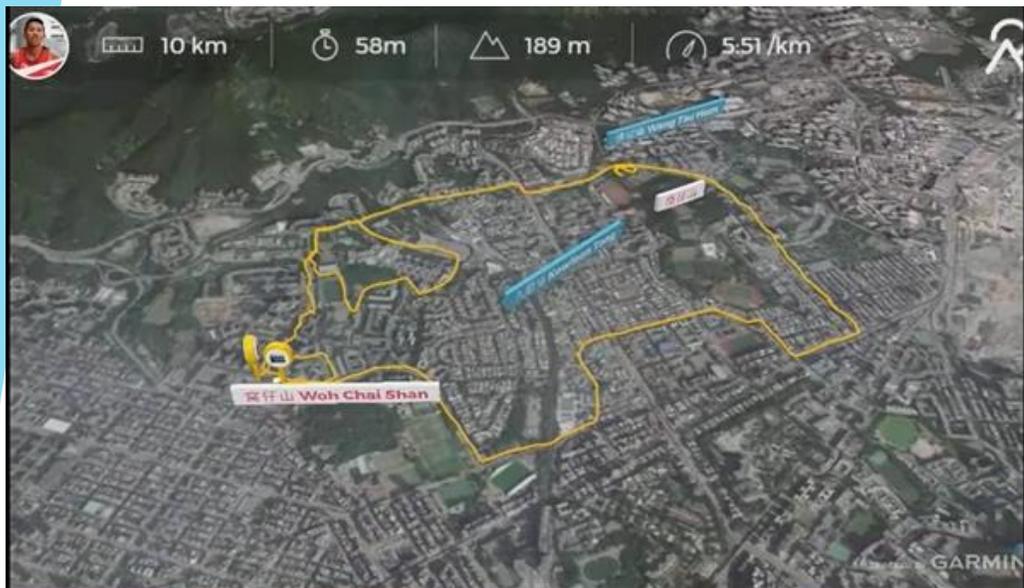
網課不是實體課暫時的替代品，
而是**延伸及互補**。

虛擬跑(健)步路線設計

同學創作心水的虛擬跑步路線，可以是圖案或文字，距離為8至10公里(安全而又可行)。完成自己設計的路線後，再以RE LIVE 影片形式紀錄跑(健)步路線後上載相關資料。請用文字詳細寫出你設計的路線，路線描述內容須包括：起點及終點位置、沿途經過主要街道。

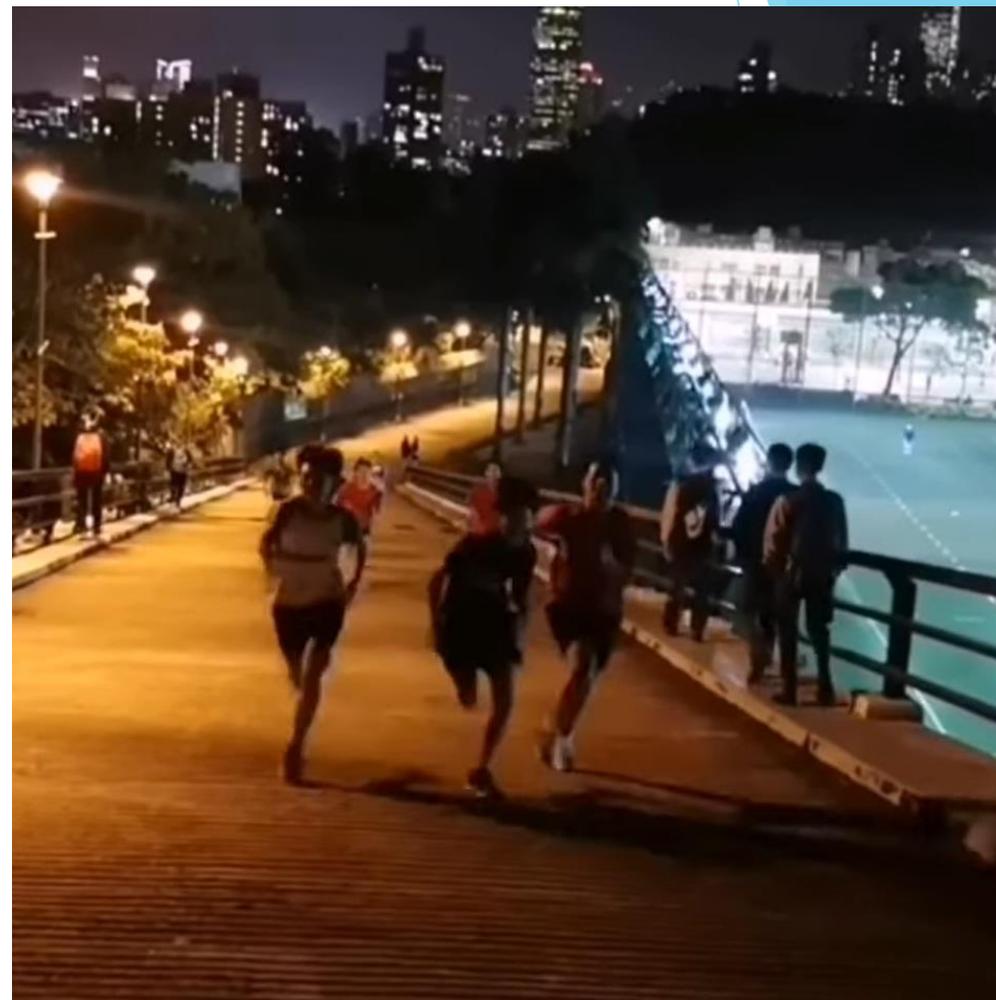
因疫情嚴重不宜實體虛擬跑步路線，請同學利用上課已教的JUST DRAW IT (APP)完成路線設計，再以RE LIVE (APP) 影片形式上載相關資料。

網課 ← → 實體



金豬跑

<https://youtu.be/8GZwk-90Xqs>



越野隊訓練

<https://youtu.be/8GZwk-90Xqs>

2021年11月11日 開始全面復課

考慮因素

- ▶ 課程設計配合 (安全性)
- ▶ 預備時間是否足夠(未有課堂練習及訓練)
- ▶ 同學參與度 (未打疫苗的同學)
- ▶ 比賽項目(參照學界田徑比賽)

舉辦陸運會的目的？

陸運會



創新科技運動日



創新科技運動日

學生活動日期及時間

創新科技運動日	初中 (中一至中三)	高中 (中四至中六)
<p>中三級較為成熟</p> <p>9/12</p>	<p>中三級 08:05 至 10:35</p> <p>中二級 10:40 至 13:10</p> <p>中一級 14:20 至 16:50</p>	<p>照常上課時間</p> <p>08:05 至 15:50</p>
<p>10/12</p>	<p>照常上課時間</p> <p>08:05 至 13:15</p>	<p>中六級 08:05 至 10:35</p> <p>中五級 10:40 至 13:10</p> <p>中四級 14:20 至 16:50</p> <p>中四級人數較多</p>



詳細版本



I-CABLE
愛。運動 第118集



SPORTSOHO
運動版圖 VOL.159

以**班制**的形式進行運動**競技**和**體驗**。

學生可以**體驗智能運動、量度健康及體能表現並進行分析及記錄**；
新穎，學生參與度高，更可了解更多運動的知識及新趨勢。



大大提高學校運動氣氛



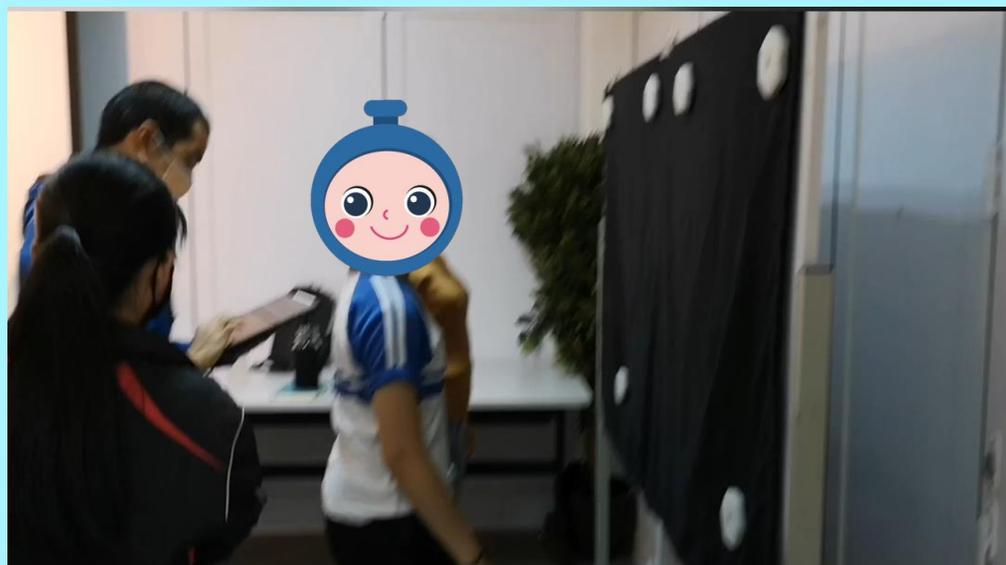
體驗 E-Sports

師生 互動

歡迎老師**Walk In**體驗

特別**鼓勵**班主任利用空堂時間與自己班一起活動

從中享受運動的樂趣及建立良好團隊氣氛，增進師生關係

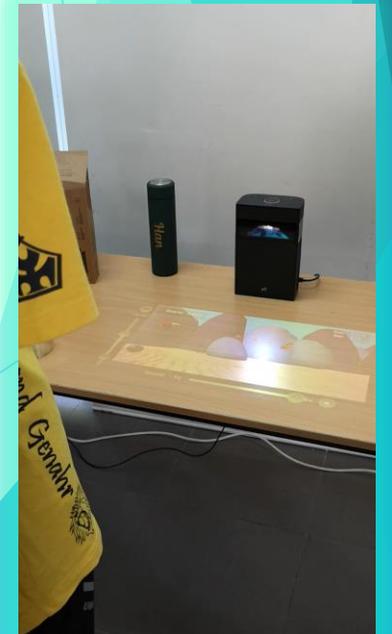
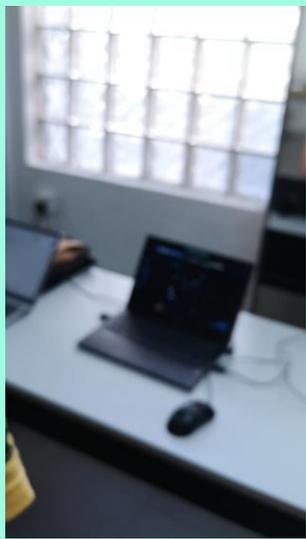


同時，老師們透過自身的參與，增加對體育功能及價值的認同感。





見到拿獎牌的新臉孔，提升學生的自信心



發掘學生的潛能

* * * *

獎項 (自信心建立)

900塊



初級挑戰

每個站都設項目有個人獎 (即場頒獎)
分男、女子 (冠亞季頭三名)

中級挑戰

每個站都有項目設有星中之星獎 (禮堂頒獎)
分男、女子 (星中之星全級第一名)

高級挑戰

全班累積跑(每人跑5分鐘, 可以健步)最長距離。 (禮堂頒獎)

禮堂

正向教育 (培養感恩/欣賞文化)

級冠軍(全班合力跑最長距離)

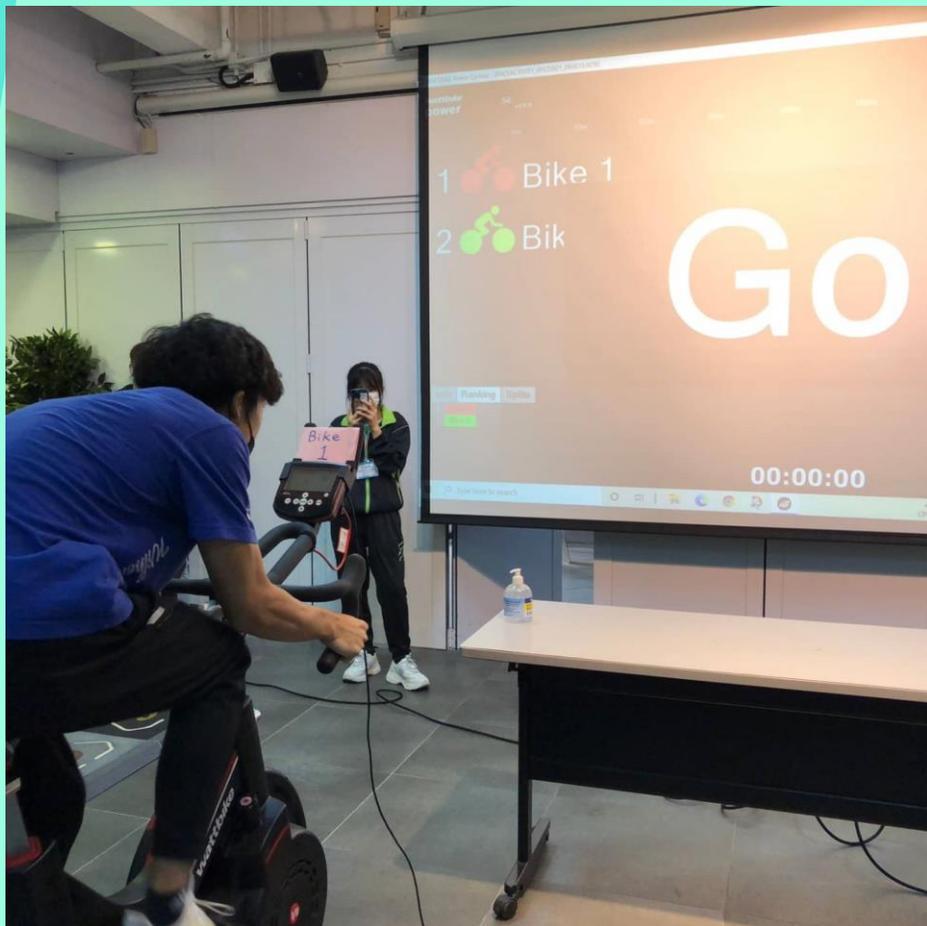


星中之星

[每個項目全級第一(男女各一名)]



<動敢抗毒計劃> 運動攝影比賽



獎項

周會公佈成績

展板展示作品

鼓勵身體情況不合適上體育課的學生參加

(友校)線上虛擬體育競技遊戲日



資料提供：黎可基老師天主教新民書院

校園運動體驗日

持續發展校本體育文化

(友校)校本體育月

資料提供：蔡煥杰老師 靈糧堂怡文中學



虛擬線上投籃比賽 MVP A60 VIRTUAL SHOOT

目標:

鼓勵學生透過備戰作賽而增加練習，提升體能活動量，並挑戰個人目標，從而提高恆常參與體能活動的意識，以建立活躍及健康的生活方式。



* 培養自信心、挑戰自己、延伸運動

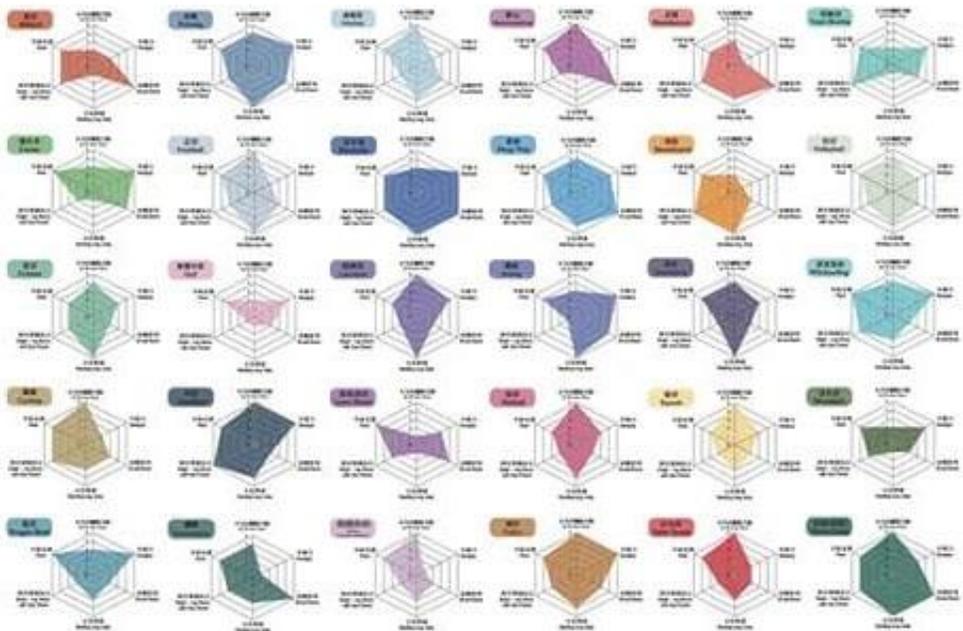


善用社區資源及計劃

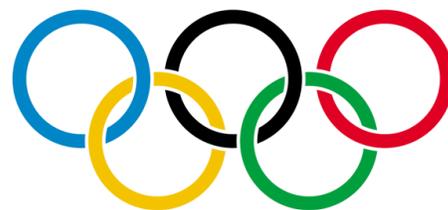


在體育堂/周會安排計算進行十角圖的體適能測試：

- ▶ 完成後學生可於派發的體適能小冊子紀錄個人專屬的體適能圖表，了解自己的體能狀況以及適合發展的運動。



運動新體驗



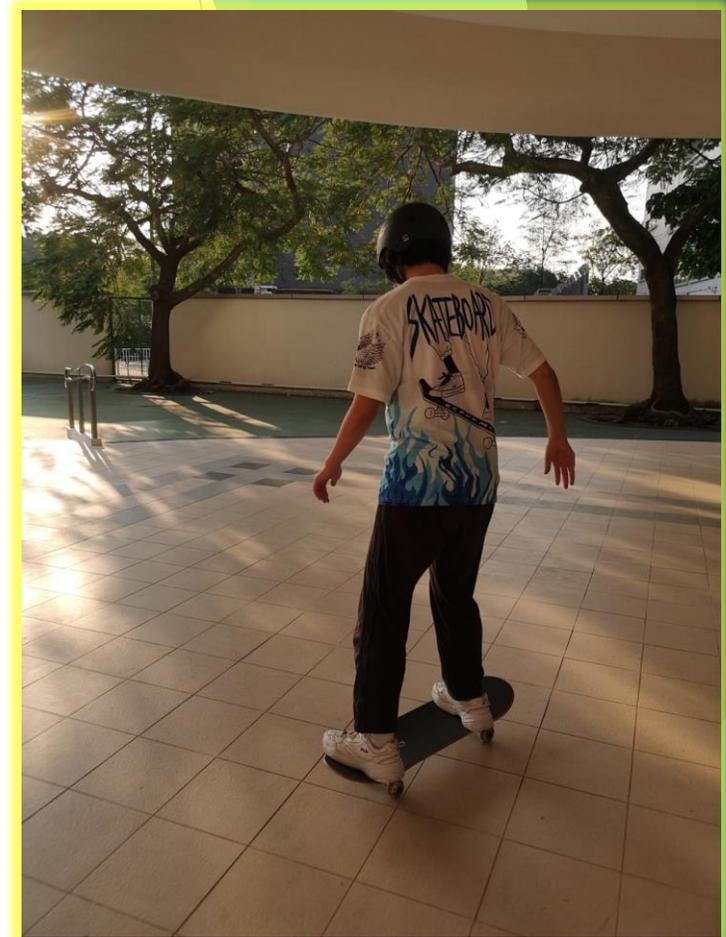
製造機會讓學生體驗不同的運動項目，幫助學生打好良好的基礎，與外間機會，當中選取合適素材協助校本發展，配合香港的體育發展。



東京奧運新辦項目 (空手道及運動攀登)

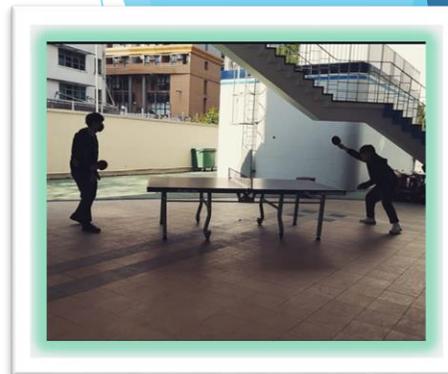
檢視成效，策劃長遠發展計劃

開展新校隊訓練



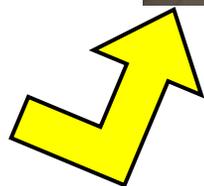
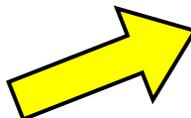
多元策略推動學生參與體育活動

- ▶ 開放校園設施和活動空間（早操、小息、午休）
- ▶ 善用網上資源
- ▶ 組織聯校訓練
- ▶ 成立運動舊生隊
- ▶ 安排運動員相關職業導向周會
- ▶ 運動好書推介



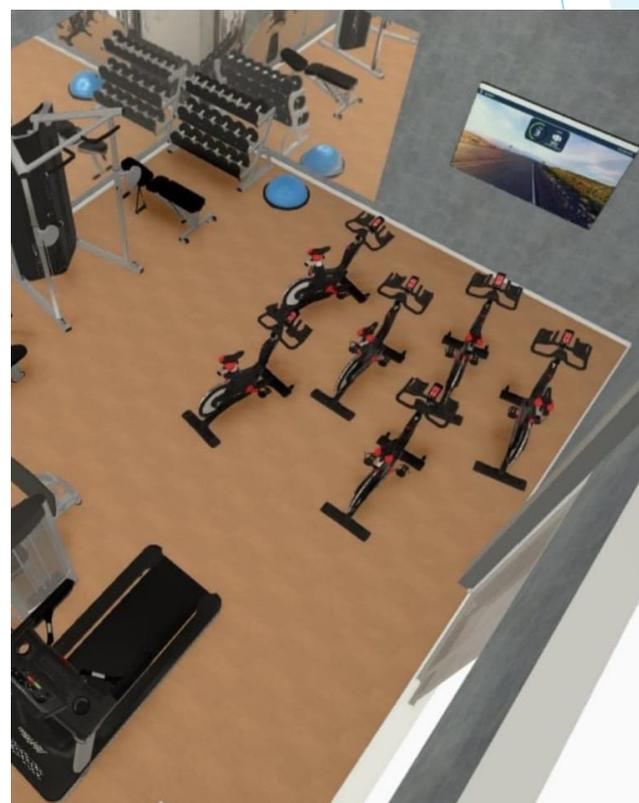
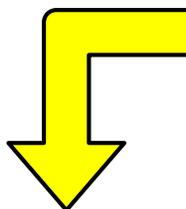
RoboCoach
人工智能輔助
HKUIT
專為 iPad 設計
免費

校園環境 提升運動氛圍

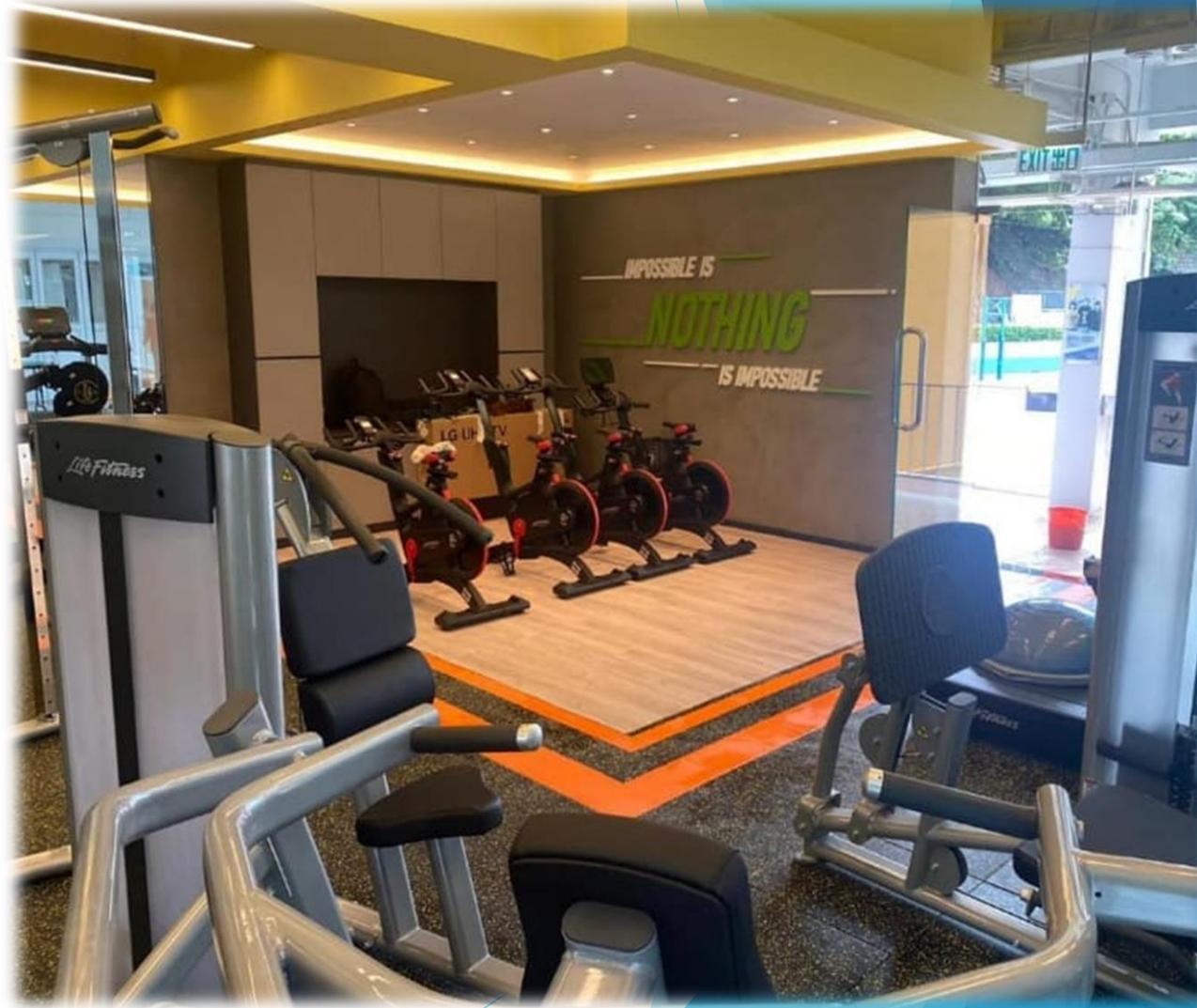


2020-2022

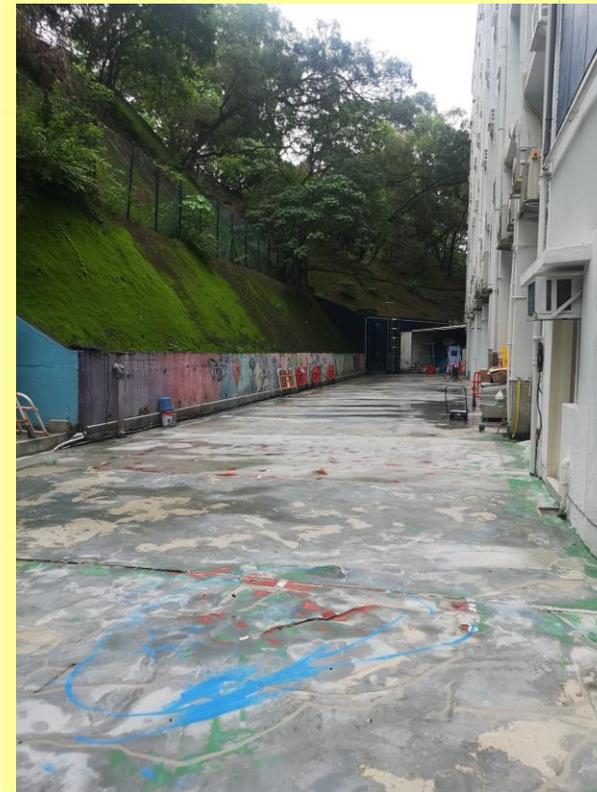
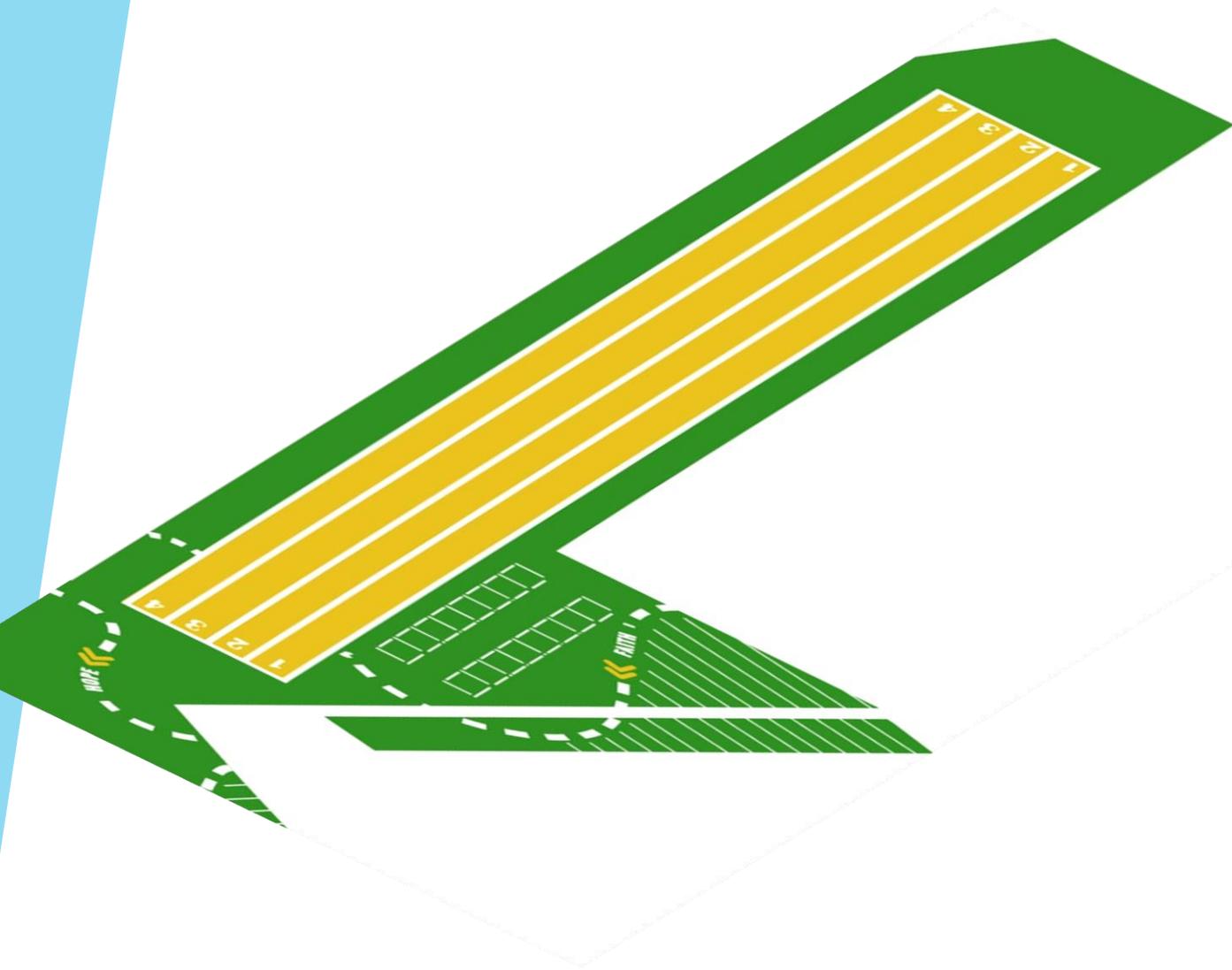
新建健體中心



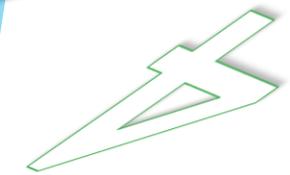
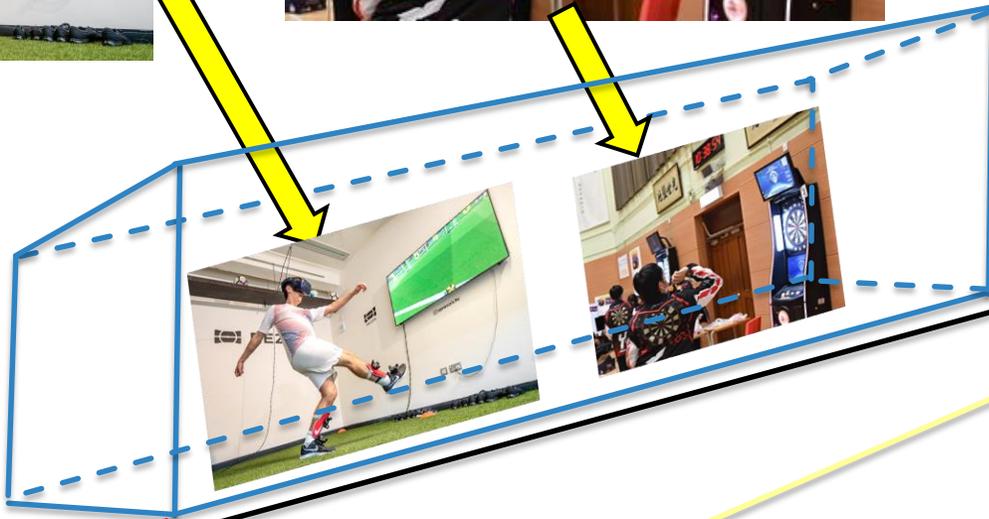
ONE YEAR
LATER...



校園工程(維修、重建)



體育路



善用津貼及社區資源

校內資源考慮

- 全方位學習津貼 (LWLG)
- 學生活動支援津貼 (SASG)
- 姊妹學校計劃津貼 (SDCT)
- 學校發展津(CEG)
- 多元學習津(DLG)
- 學生學習津貼(LSG)

校外資源考慮

- 不同大專院校協作 (EdU HK 社區研究計劃)
- 環保教育和社區參與項目 (退役巴士)
- 攜手扶弱基金 (才藝-體育發展)
- 社會創新及創業發展基金 (社區多媒體拍攝探索)

全方位學習津貼

- 豐富學生的學習經歷，資助所需活動費用和交通費
- 體藝發展：如參與體育訓練／比賽

學生活動支援津貼

- 支援有經濟需要的學生參與全方位學習活動

優質教育基金

- 資助屬於基礎教育範圍內值得推行的非牟利創新計劃

姊妹學校計劃津貼

- 按校本發展需要，與內地姊妹學校舉辦不同層面的交流活動

動敢抗毒計劃

- 透過資助舉辦體藝活動，從而提倡禁毒訊息

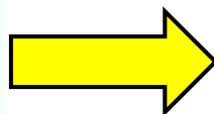


疫情 **後** 的契機及反思

- 教與學的模式
- 如何運用疫情期間已設計的學與教資源？
- 學生自主學習的能力有所提升？
- 對健康的追求



疫情期間網課



我們建立了體育老師資源共享平台

-同工下載後，加上校本內容的需要、老師的特色，基本上已經可以網課使用。

體育老師的互動交流*



新常態下。 。 。
向其他體育老師身上學習。

取各其優點並融會後，創立校本特色策略。

Q & A

