

喜動幼稚園

學校體能活動政策

政策聲明：

本校致力向學生、教職員、負責體能活動安排的職員及家長持續推廣體能活動的重要性，建立一個健康活躍的環境，使幼兒養成恆常體能活動的習慣，並在生活中實踐。

本校將執行下列措施以落實上述政策聲明。

(一) 行政安排

- 學校委任最少一名教職員統籌一個包括家長的小組，協助制訂及執行體能活動政策；
- 每學年向教職員、家長和學生通告學校體能活動政策及各項措施；
- 每學年以問卷和會議的方式檢視學校的政策及各項措施的執行情況；
- 體能活動小組負責檢討及草擬需修訂的政策內容，並諮詢其他教職員及家長意見。修訂的政策內容須經校長通過後才實行；及
- 學校會向負責帶領體能活動的老師及職員提供支援，以便有充分的人手、資源及時間籌備活動及參與相關的培訓。

(二) 體能活動安排

- 設計和執行體能活動時，會以幼兒的年齡、技能發展、體能需要及所學的健康信息為首要考慮因素；
- 訂立幼兒校內每天進行體能活動的平均時數，並通知家長有關的體能活動安排；鼓勵家長配合學校，多為幼兒在課餘時安排足夠的體能活動，使他們每天累積足夠的體能活動量，以符合《二至六歲幼兒體能活動指南》第一部分的建議；
- 每學年最少兩次為幼兒量度身高和體重，然後參照「身高別體重圖表」（見第三部分的圖四及五）了解幼兒的體重狀況，並向家長匯報結果；
- 妥善分配主餐和體能活動的時間，主餐後 1 小時內避免安排劇烈的體能遊戲（例如跑步或跳繩）；
- 每次體能活動課期間或之後，鼓勵幼兒多喝清水；及
- 不會對行為和紀律有問題的幼兒，以體能訓練作為懲罰。

(三) 宣傳和溝通

- 以不同的溝通途徑，包括通告、電郵及網頁等向家長報告幼兒的體能活動和遊戲情況，加深家長對幼兒在校內活動的了解；
- 鼓勵家長多反映幼兒在課餘時的體能活動及健康情況；
- 讓家長認識課外體能活動的重要性，鼓勵他們以身作則，於日常生活中實踐恆常體能活動的健康信息；及
- 每學年最少推行一項與健康體適能相關的活動，特別是促進家、校、社合作的活動（例如親子遊戲日及運動日）。