

體育科

2019-20 周年計劃

1. 現況分析

1.1 強項

- 1.1.1 歷年本校運動員艱苦奮鬥的故事獲傳媒報導，成為呂中運動員的模範。
- 1.1.2 體育科在體育堂中滲入生命教育元素，培育學生有良好品格。
- 1.1.3 向校方申請撥款，引入外間體育機構舉辦活動，讓同學接觸多元化的體育運動。
- 1.1.4 體育老師教學經驗豐富，技巧純熟，並能照顧到學生的個別差異。
- 1.1.5 午膳時間，學生能自發地舉辦班際 / 社際球類比賽，有助提昇校內體育氣氛。

1.2 弱項

- 1.2.1 部分健身器材損耗性大，需經常維修。
- 1.2.2 校園內蚊患未能解決，課堂上對同學造成滋擾。
- 1.2.3 成績表中，男女生的成績未能獨立顯示，容易令人混淆。

1.3 契機

- 1.3.1. 禮堂加劃一個羽毛球場區，增加學生打羽毛球活動空間。
- 1.3.2 操場外圍加建防波網，球場上可進行球類活動的範圍亦隨之增多。
- 1.3.3 大部分同學都積極參與體育課堂上的 10 分鐘體能鍛鍊。

1.4 危機

- 1.4.1 不同學習需要的同學數目增多，老師在教學方面需特別關注。
- 1.4.2 高年級男、女生人數比例不平均，影響教學。
- 1.4.3 普遍學生使用電子產品的時間增多，以致參與體育活動的時間相對地減低。

2. 關注事項

- 2.1 深化學習。
- 2.2 培養正向思維，建立正面文化。

3. 關注事項之具體計劃

3.1 深化學習

目標	策略 / 工作	時間表	成功準則	評估方法	負責人	所需資源
培養學生主動學習、思考、和協作的的能力。讓學生意識到自己是學習的主人翁。	1. 推行「身心康健在呂中計劃」，與校外機構合作，在課堂及課餘舉辦不同活動，例如：瑜伽、普拉提、武術、TRX、箭藝、飛鏢...等活動。 教授同學運動知識，以達致強身健體，舒緩壓力的效果，優先在高年級推行，若時間許可的話，也安排低年級學生參與，可以小組形式上課。	全年	學生積極參與課堂學習及分享學習成果。	老師對學生的學習過程和成果進行評分。	體育老師	學校撥款
	2. 課餘舉辦「Healthy Life Style」課程，提高學生對健康飲食和運動的意識，培養他們過健康生活的模式；同時亦透過老師用英語教授某些內容，讓學生認識更多英語詞彙。	上學期	學生積極參與課程活動。	老師觀察學生反應並進行檢討會議。	LWH	
	3. 老師提供英文運動書籍或下載《Young Post·體育版》，篩選適合的篇章供不能上體育課之學生閱讀。	全年	學生閱讀有關英文運動書籍或剪報。	老師進行檢討會議。	CMYe	英文剪報

3.2 培養正向思維，建立正面文化

目標	策略 / 工作	時間表	成功準則	評估方法	負責人	所需資源
3.2.1 提升學生的自我形象	1. 體育科與生命教育進行跨科合作，讓中一、中二學生透過體育活動，培養良好品格和價格觀。	全年	學生積極參與課堂學習及分享學習成果。	生命教育科、體育科老師進行會議。	體育老師	
	2 表揚在體育科考試優異成績的學生。	全年	張貼歷屆體育科科獎獲獎者名單。	老師記錄及張貼有關資料。	體育老師	體育科獲獎名單
	3 表揚全年在運動上有傑出表現的學生，角逐成為「傑出男、女子運動員」，並在全校頒獎日頒發獎項。	下學期	成功舉辦。	老師進行會議。	體育老師	獎杯
	4 邀請學生在早會分享運動對他們的改變和影響。	全年一次	成功舉辦。	老師進行檢討會議。	CWM	
3.2.2 培育學生服侍他人的精神	1. 讓學生擔當不同的工作崗位，以發揮他們的領導才能和管理能力，建議崗位如下： 體育幹事兩至四名、健身室管理員一名、足球大使一名、乒乓球區管理員(由乒乓球學會成員負責擔任)	全年	最少 50%學生表現稱職。	老師於課堂與學生進行檢討。	體育老師	記錄表
3.2.3 培養學生的自我管理能力和責任感	1. 學生能帶齊體育服裝上課。	全年	約 95%課堂達標。	老師記錄有關資料。	體育老師	課堂記錄
3.2.4 讓學生擔當不同的工作崗位，以培育他們的責任感和服侍他人的精神	1. 學生能將用完之物品放回原處。	全年	80%課堂達標和課餘時間。	老師觀察學生表現。	體育老師	