

嗇色園主辦可風中學
學生事務通告 2022-2023 年度第 3 號
學生參與體育課須知

1. 學生須穿上整齊運動服上體育課：
 - 1.1 夏季安排：印有學校‘HF’徽章及所屬社顏色的四間短袖白色運動上衣及由校服商提供的深藍色短褲。同學如當日上體育課，必須帶備上述制服回校更換。
 - 1.2 冬季安排：體育制服外套及長褲以學校款式規定為準，長袖灰色上衣印有學校‘HF’徽章；如當日有體育課，同學必須穿上全套整齊冬季體育服（外套及長褲）回校。
 - 1.3 學生必須穿上沒有印上文字及圖案的白襪（不可穿著船襪上課）及以白色或黑色為主的運動鞋上課。
2. 同學如有任何心臟問題或慢性疾病，應在學期初時向體育老師申明。
3. 同學如申請豁免上體育課一天，應提交家長信，或在學生手冊的家庭通訊欄上由家長申明子女不上課的原因；申請連續免上兩天或以上的同學，同學應呈上醫生證明書。
4. 同學須儘快往更衣室更換體育制服上課，不得在內逗留和閒談；換好體育制服，應馬上到有蓋操場集合。
5. 在上體育課時，同學身體如有任何不適，應立即停止運動並通知任教老師。
6. 同學在完成體育課後，應迅速換上校服，在有蓋操場集合，排隊返回課室。
7. 體育課當日，避免攜帶過多金錢回校，以免在體育課或更衣時遺失；同學如當日須攜帶大量金錢回校，在上體育課時，可將款項交由體育老師代為保存。
8. 同學在同一學期內，如第一次忘記攜帶體育服上課，將會被警告，第二次會被扣操行分一分，以後每次忘記攜帶均會被扣一分操行分。
9. 同學在上體育課時，可自備清水或運動飲品以補充水分，尤其在炎熱和濕度高的天氣時，如沒有攜帶飲品，同學請在上課前到食物部購買。
10. 同學不可私自移動任何體育用具，包括籃球架、手球龍門、體操用品等，亦不能在老師未允許的情況下攀爬引體上升槓、肋木架、籃球架、手球龍門、體操厚墊架等，以免產生危險。
11. 同學在體育課時，應發揮互助互愛及守望相助的精神。
12. 遇有同學嚴重受傷或對傷勢有懷疑，學生應：
 - 12.1 保持冷靜，停止體育活動；
 - 12.2 儘快通知老師或校務處，在未確定傷勢時，不可移動傷者；
 - 12.3 安排最少一位同學暫時照顧傷者，直至得到援助；
 - 12.4 提醒其他同學不要包圍傷者。
13. 同學在取用體育用品時，不要爭先恐後；搬取大型用具時，亦要互相幫助。如取用的體育用品或用具有所損壞，應通知老師；放回體育用品時亦要愛護公物，小心和整齊地放回老師指定的地點。同學如拾獲任何體育用品，應儘快交體育老師處理。
14. 同學應愛惜學校公物，如有任何球類或其他體育用品被擲出校園外時，應立刻通知任教老師，並在老師知曉及允許的情況下才可到校園外拾回用品，學生不得擅自離校。



嗇色園主辦可風中學體育組

二零二二年九月一日