



式宏家「雲上學堂」家居自學影片

式宏家體育科無懼疫情挑戰，勇迎教育新常態，讓學生透過雲上學堂，繼續積極學習及參與體能活動。體育科製作一系列校本體能活動學習影片，以多元化形式配合體育知識、運動技能、體適能、價值觀及態度等元素，透過電子學習平台，每週安排一節網課影片，供式宏家同學隨時學習及鍛鍊，培養學生持恆運動的習慣，以建立活躍及健康的生活方式。

	影片	相關元素
1	公仔拯救隊	體育知識、體適能
2	手推車	體育知識、體適能
3	出線	價值觀及態度
4	式宏孩子幾多點	運動技能、體育知識、體適能
5	式宏健康操	價值觀及態度、體適能
6	玩轉紙巾	運動技能、體適能、價值觀及態度
7	造腹人群	體育知識、體適能
8	智 feet 足脊健康操	價值觀及態度、體適能
9	腹肌三部曲	價值觀及態度、體適能

