



基督教聖約教會堅樂中學

地址：香港九龍觀塘曉明街26號

電話：2727 4311 傳真：2347 3916

學校網頁：<https://www.holmglad.edu.hk>

學校通告第 10 號 (2026/27)

有關體育課、健康記錄表及中學體適能獎勵計劃事宜

體育課是本校正規課程，中一至中六學生均須修讀，倘若個別學生因健康狀況(如長期患病或使用藥物)，獲註冊醫生證明不宜上體育課者，則可豁免。若對 貴子弟是否適宜上體育課有任何疑問，應徵詢醫生之意見。如 貴子弟需要暫時或長期豁免上體育課時，請以書面提出申請、說明理由及提交由註冊醫生簽發之證明書。另外，體育科課堂會因應學習需要和活動安排，部分安排於校外場地舉行，如康文署相關康體場地，提升學習效益。

為使 貴子弟(中一至中六學生)在學校獲得適當的照顧，請填寫「健康記錄表」，讓校方可以了解學生健康狀況，這些資料只供內部使用，不會向其他人士透露。

教育局體育組及香港兒童健康基金聯合推行一項名為「中學體適能獎勵計劃」的活動，目的是希望透過適量的運動，使同學在讀書和功課的壓力下，可以舒展筋肌及鬆弛神經，對學習更有幫助。

本校讓就讀中一至中六之同學參加此項計劃，請 貴家長支持是次有價值之活動。由於鍛鍊強健體魄必須有規律地每天練習才可達到目的，為提高 貴子弟的體能及保持強健體魄，故參加此項計劃的學生必需遵從本校體育科老師指導及參與測試，並須於課餘在家中進行體能活動練習，測試成績會計算在體育科成績內。若 貴子弟因健康理由，獲註冊醫生證明不宜參加是項計劃者，則可豁免，請出示有關證明。

請於9月4日前回覆，若願意提供學生健康資料，請填寫健康記錄表。如 貴子弟健康狀況有任何改變，請立刻通知班主任。

上通告
貴家長

校長
李立中

2026年9月1日