

S1 Rope Skipping Program : You Jump, I Jump (繩晨計劃)

Program started in September 2015.

Aim:

- Improving students' fitness through regular exercise
- Fostering the attitude of being persevering among S1 students

Schedule:

- Time : 7:30a.m. – 7:50 a.m.
- Phase 1
October 2024 – December 2024
Once a cycle
- Phase 2
January 2025 – May 2025
Twice in a cycle
- Except test and examination periods

推「繩晨計畫」 培養創科先鋒


位於中西區內高士教書院，早年是屬於較低調的傳統名校，但近年卻有不少大變革，除了由八十年由男校轉為男女校外，四年小學課程並開行，使該校可開四百餘名講堂大埔，為日後推行小班教學埋下契機。Edac知道，今年該校已於第二年推行小班教學，聽校長盧詠琴說，去年推行小班教學後，學生各方面均有進步；另外，在今個學年開始，該校又有兩個新計劃，包括在中一全年推行的「繩晨計畫」，以及提升學生科技興趣的「創科科先鋒」等。

學生平均分上升10%

三年前才到高士教書院任職的盧校長表示，自從小學部推行後，中學部的講堂由二十七個增至五十七個，較一般官津中學多一個。有條件推行小班教學，於是她決定以此作定例，在中一推行小班教學，並向舊生會和家長等籌款，在每個班額兩位老師。當年先在中一推行，「學生數目沒有變，只是由四班變五班，現時每班有二十六人，精英班則有二十八人。」

現時部分有推行小班教學的官津中學，由於資源有限空等英國，只在中一、英、數等主科進行小班教學。

繩晨計畫有助提升學生的體能之餘，也提升專攻力。

Raimondi College 

You Jump, I Jump Program

繩晨計劃

I ❤️ ROPE SKIPPING

Name: _____

Class: _____