



# 聖公會聖本德中學

S.K.H. St. Benedict's School

# 體適能訓練 及評估中心

## 簡介

本計劃於2017年向  
優質教育基金(QEF)  
申請撥款\$659,000  
改建三樓312室作為  
體適能訓練及評估中心

## 用途

- ▶ 利用數碼化的體適能訓練及評估中心進行有系統的數據訓練及分析
- ▶ 加入虛擬單車訓練，藉此提高師生對做運動的興趣及動機
- ▶ 能夠有效管理個人的體適能水平，並作出即時改善
- ▶ 配合新高中科目健康管理與社會關懷科和體育科的發展，利用數碼設備進行教學及服務
- ▶ 建立互相鼓勵及健康活躍的校園文化

