

## 体育

在体育 (Physical Education or PE) 这门课程中, 学生可以学习各种有关健康和强身健体的技能, 包括体操、游戏、舞蹈和各种个人及团队体育运动, 还有其它促进耐力、体能和柔软度的活动。

学生还可以学习关于身体和如何保持健康体魄的知识。

### 谁会上体育课 (PE) ?

幼儿班至 10 年级的学生必须定期上体育课。

教育厅还要求所有学生都参加日常体育活动 (Daily Physical Activity or DPA)。

**幼儿班:** 15 分钟日常体育活动。

**1- 9 年级:** 30 分钟日常体育活动。

**10 - 12 年级:** 学生必须参加至少一星期 150 分钟的日常体育活动, 并作记录, 这是中学毕业过渡课程的部分要求。

### 为什么体育课这么重要? 它对我的孩子有何益处?

教育厅相信身体健康、体格强壮的学生在学校会有更好的表现, 他们长大后也会成为更健康的成年人。

调查研究已证实这一点。研究发现体育活动帮助学生:

- 发展领导才能和团队合作技能;
- 舒缓压力和提高自尊感;
- 保持强壮和健康的身体及良好的免疫系统; 以及
- 精力更充沛和学习时注意力更集中。

几项调查研究显示, 积极参与体育活动的学生更喜欢上学、学业成绩更突出及出勤率更佳。



### “Fine Arts and Physical Education”

[Chinese - Simplified]

本系列信息小册子由温哥华教育局  
移民安顿服务项目(SWIS)、ESL/ELL 教师  
与多元文化工作者(MCLW)合作编制



感谢加拿大联邦政府及卑诗省政府  
经费赞助

## 艺术和 体育



### 常见问题解答

什么是艺术课？

艺术课包括绘画、油彩画、雕塑、陶艺、纺织以及戏剧、合唱团、乐队和舞蹈。

不同学校设有不同的课程。

卑诗省教育厅要求学生除了钻研学术知识，还要发展在艺术、社交和体育方面的才能，而参与艺术和体育课便是方法之一。

对英语非母语的学生来说，艺术和体育课的益处尤其多。

调查显示，参与艺术课程的学生可以开发以下技能及特质：

- 增进批判性和创造性思维能力；

- 提高自尊感和更勇于挑战极限；以及

- 与他人合作的能力。

此外，这些技能还有助于培养将来在工作上更有建树的人才。



视觉艺术课程（绘画、油彩画等）有益于学生，因为它提供：

- 毋需高水平英语的自我表达机会；
- 表达自我身分、背景和信仰的渠道；
- 培养创意、解决问题的能力 and 批判性思维的机会；
- 舒缓压力的积极方式； 以及
- 发展特殊技能和天赋的机会，同时培养学生一生对欣赏艺术的兴趣。

戏剧课程（演戏、导演等）提供学生以下机会：

- 必须主动讲英语的环境；
- 参与以听、说、读为主的训练，练习正确措辞和语调；
- 提高对情节、人物和场景的领会能力；
- 培养解决问题能力、团队合作能力及领导才能。

合唱团/合唱课程为学生提供以下机会：

- 提高口语技能；
- 练习正确的发音；
- 认识英语从传统到现代的语法和用词演变；
- 学习欣赏各种音乐风格； 以及
- 成为一个极具凝聚力的团体的一员。



乐队和其它乐器课程提供学生以下机会：

- 毋需很高英语技能而有创意的表达自我；
- 正面舒缓压力；
- 看到有恒心地反复练习和自律可以带来成功；
- 学习欣赏各种音乐风格；
- 获得可以受用一生的技能； 以及
- 在一个极具凝聚力的团体里工作，结交朋友和找到乐趣。

跟孩子的辅导老师谈谈，看学校提供哪些艺术课程。