

駐港部隊慶祝建軍96周年 感謝香港各界長期支持

【大公報訊】據新華社報道：中國人民解放軍駐香港部隊7月30日晚在昂船洲軍營舉行慶祝中國人民解放軍建軍96周年招待會，感謝香港各界長期以來對駐軍工作的關心與支持。

回顧駐港26年履職親民

行政長官李家超，中聯辦主任鄭雁雄，駐港國家安全公署署長董經緯，外交部駐港特派員公署署理特派員潘雲東，駐香港部隊司令員彭京堂和政治委員賴如鑫擔任主禮嘉賓。

招待會在雄壯的中國人民解放軍軍歌聲

中開始。現場播放了反映駐香港部隊建設發展成就的主題短片《守護》。

彭京堂在致辭中回顧了96年來人民軍隊在中國共產黨領導下為黨和人民建立的偉大歷史功勳，回顧了駐軍進駐香港26年來堅決聽黨指揮、忠實履行防務、真誠愛港親民的奮鬥歷程，對香港特別行政區政府和社會各界長期以來對駐軍的關心支持表達了衷心感謝。

彭京堂表示，黨的二十大擘畫了「一國兩制」事業發展的宏偉藍圖，香港進入了從由亂到治走向由治及興的新階段，駐香港部隊全體官兵將高舉習近平新時代中國特色社

會主義思想偉大旗幟，深入學習貫徹習近平強軍思想，堅決聽從黨中央、中央軍委和習主席指揮，嚴格遵守香港基本法、駐軍法，加強部隊全面建設，不斷提高履行使命能力，堅定支持行政長官和特區政府依法施政，與香港社會各界一道攜手同心、齊力奮進，為維護國家安全和香港長期繁榮穩定，為推進「一國兩制」實踐在香港行穩致遠作出新的更大貢獻。

特區政府主要官員、中央駐港機構有關負責人、駐港中資機構代表、部分港區全國人大代表和政協委員、愛國愛港社團代表以及駐軍官兵代表等200餘人出席招待會。



▲7月30日，駐港部隊在昂船洲軍營舉行慶祝中國人民解放軍建軍96周年招待會。

調查：整體運動時間遜疫情前 礙身心發展 七成學童運動量不足 快樂感下降

教育線上

一項針對本港學童運動量的調查顯示，超過七成受訪學童運動量不達標，少於三成每星期運動七小時，運動時間遠低於疫情之前。窒礙他們運動的元兇，主要是學業繁重和沒有人陪伴等。調查機構指出，學童運動量不足，除了影響體魄，快樂感覺也會下降。

調查又發現，約半數受訪學童表示「很想」或「幾想」與父母一同做運動，反映親子運動十分重要。

大公報記者 陳正



根據世界衛生組織的標準，兒童每天應進行60分鐘以有氧運動為主的中等至高強度身體活動，亦即是每周應做至少七小時運動。香港小童群益會於今年1月14日至4月6日進行有關調查，以電話、網上及紙本問卷，訪問了801名6至17歲兒童及青少年學生。調查結果顯示，72.7%受訪學童的每周運動量未能達到世衛標準，61.8%學童屬於「不活躍」或「低級活躍」，較疫情前上升7.9%。相反，符合世衛標準的受訪者急跌至27.3%，幅度接近一成。

原因：功課忙 沒人陪

至於窒礙兒童及青少年運動的三大因素，分別是「功課或學業繁忙，沒有時間」、「家中空間不足」以及「沒有人陪伴」。調查又發現，運動時間愈長，學童的快樂感覺和對生活狀況的滿意度愈高。如果父母有運動習慣，有助提高學童的運動時間，促進親子關係。

香港小童群益會總幹事劉艷表示，學校和家庭有需要平衡學科學習和體育活動的時間，適度調節課業及考測的要求，令學童有足夠時間運動。該會建議，

政府推廣對場地和時間要求較低的新興運動，並且把握大型國際盛事，如維港泳和龍舟邀請賽等，以宣傳運動的益處和樂趣。此外，家長亦應以身作則，多安排合適運動讓子女參加，最好親身陪伴子女做運動，讓他們健康成長。

近兩成港童屬於肥胖

事實上，今年中公布、由社區事務委員會督導、康文署統籌的「全港社區體質調查」，亦揭示了本港學童缺少運動，導致肥胖問題日趨嚴重。該調查由2021年7月至2022年12月進行，一共收集了8419個樣本，其中7至11歲兒童組別共有426人（225男、201女），他們平均身高為137.1厘米、平均體重33.6公斤、平均身體質量指數（BMI）為17.5。

按照世衛年齡與性別的BMI參考標準，18.2%的受訪兒童屬於過重（包括肥胖），66.3%受訪兒童未有達到世衛建議的體能活動量，即平均每天做60分鐘或以上中度至劇烈強度體能活動，但有84.4%兒童卻以為自己運動量充足。專家指出，本港兒童對運動量的認知上有極大落差，情況值得關注。

如何提升學童運動量？

- 吃早餐前，先做輕鬆簡單的柔軟體操。
- 多走路和行梯級，勿只搭升降機或扶手電梯。
- 做簡單的家務，如起床後收拾被鋪，用膳後協助清理飯桌和洗碗。
- 溫習至疲倦時，做一些伸展運動，舒展筋骨。
- 每天到公園或休憩空間嬉戲，打鞦韆、捉迷藏、跳飛機。
- 課餘多做動態消閒活動，如跳繩、跳舞、踢足球、打籃球。
- 周末或假期多做戶外活動，如遠足、郊外旅行、騎單車、游泳。
- 切忌長時間沉迷打遊戲機和上網，妨礙肢體伸展。

資料來源：衛生防護中心網頁

世界衛生組織對「身體活動」建議

5至17歲（兒童和青少年）	18至64歲（成年人）
<ul style="list-style-type: none"> ● 一周裏，平均每天應進行60分鐘中等強度到高强度身體活動，以有氧運動為主。 ● 每周至少三天進行高强度有氧運動及增強肌肉骨骼的運動。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 每周應做至少150至300分鐘的中等強度有氧運動，或一周至少75至150分鐘的高強度有氧運動。 ● 每周兩天以上以中等或更高強度，進行包含主要肌群的肌力強化訓練，可以帶來額外的健康益處。

◀調查顯示，超過七成受訪本地學童運動量不達標，約半數受訪學童希望與父母一同做運動，反映親子運動十分重要。

何謂身體活動？

根據WHO的定義，身體活動是由骨骼肌肉產生的需要消耗能量的任何身體動作，除了一般運動，還包括閒暇時間的活動，如往返不同地點等。

WHO指出，中等強度和高強度的身體活動，可增進健康。常見的活動方式包括走路、騎腳踏車、體育運動、玩遊戲等。

經常做身體活動，有助預防和控制一些非傳染性疾病，如心臟病、中風、糖尿病和癌症、高血壓，也可保持健康的體重、改善心理健康、提高生活質量和幸福感。

資料來源：世界衛生組織2020年發布的《關於身體活動與久坐行為指引》



教師語文能力評核出爐 英文寫作卷逾半不及格

【大公報訊】記者華英明報道：自2001年起，考評局與教育局合辦教師語文能力評核，以評核考生是否具備任教英文及普通話科的語文能力。2023年教師語文能力評核報告昨日（31日）出爐，考評局表示，本屆共有1475名考生參加英國語文科評核，其中逾半（54%）寫作卷考生不及格，而說話卷則有近三分之一考生不及格。由於參加評核者必須在各試卷中獲得第三等或以上成績才算達標，即有54%考生未能通過卷二的寫作卷，需重考該分卷才能達標教授英文科。

普通話方面，本屆參加普通話評核者共1810人。考評局表示，普通話卷一，參加評核者在乙部的表現良好，在丙部表現次之。相比之下，甲部、丁部則表現略為遜色。當

中丁部的「聆聽與認辨」僅44.5%考生達標，合格率較去年減少13%。由於參加評核者同樣須在所有試卷中取得第三等或以上成績才算達標，意味有逾千名考生未達標，需重考通過標準後，才能教授普通話。



▲學生學習語文會受到教師的水平影響，考評局的教師語文能力評核報告廣受關注。



▲食環署在暑假期間巡查全港各區學校午膳飯盒供應商廠房，以保障食物安全。



▲食物安全中心早前為小學安排網上講座，介紹食物安全危害如窒息風險和食物過敏。

食環署加強巡查飯盒廠衛生 保障開學食安

【大公報訊】新學年下月開始，為提升學校午膳飯盒持牌食物製造廠的食物安全和衛生意識，食環署食物安全中心及環境衛生部展開行動，巡查全港相關持牌食物製造廠，保障學童食物安全。

今年初爆出學校午膳「活力午餐」爆食安風波，令人關注學童午膳安全問題。7月27日起至8月期間，食

環署人員到學校午膳飯盒供應商廠房巡查，確保在處理和製作食物時遵守相關牌照條件及符合法例訂明的衛生標準，並檢取食物樣本化驗。同時，食環署人員亦會向負責人及員工派發食物安全小冊子，提醒他們處理學生飯盒的正確方法。

另外，8月初食安中心將與業界舉行網上會議，提醒飯盒供應商在準

備食物時須保持良好的衛生習慣，並根據「食物安全重點控制」系統制定食物安全計劃，降低食物受污染的風險。食安中心於7月28日為小學安排網上講座，介紹食物安全留意事項（如窒息風險和食物過敏），提醒教職員多加注意；同時亦提醒學校選用已獲食環署簽發可供應午膳飯盒的持牌食物製造廠。