

《請保留此通告作日後參考》

敬啟者：

本校已報名參加由康樂及文化事務署主辦，教育局協辦的 SPORTACT 獎勵計劃。本年度計劃將於二零一七年十二月三日（星期日）至二零一八年一月二十七日（星期六）進行。盼望各位家長鼓勵 貴子弟積極參與。有關事項詳列於下：

活動目的：

「SPORTACT 獎勵計劃」的重點是以一人一運動為目標，鼓勵學生多做運動，並按自己的能力訂立適量的運動計劃，建立恆常運動的習慣，使他們的體魄與心智能健康地成長。學生們應多嘗試、多參與，從而選擇適合自己興趣的運動項目，勤加學習和鍛鍊，提升技術，享受運動帶來的樂趣和益處。

「SPORTACT 獎勵計劃」獎項分級標準如下：

金 獎	每星期內須最少進行 3 次運動，合共最少 5 小時 (8 星期總計活動紀錄最少 18 次及 30 小時)
銀 獎	每星期內須最少進行 3 次運動，合共最少 4 小時 (8 星期總計活動紀錄最少 18 次及 24 小時)
銅 獎	每星期內須最少進行 2 次運動，合共最少 3 小時 (8 星期總計活動紀錄最少 12 次及 18 小時)

備註：

1. 建議的運動強度達中等或以上程度，即會令人流汗、心跳加速和呼吸加重；
2. 每次運動不少於 20 分鐘，每日最多記錄 2 小時(不包括體育科的上課時數)；
3. 家長、教練或監護人可作核證人員，負責核實及簽署學生的運動紀錄；
4. 計劃完結後，請學生將填妥的《SPORTACT 運動日誌》於 1 月 29 日交回班主任，以作紀錄及申請獎項之用。

請家長填妥回條於 11 月 28 日前交班主任辦理。如有任何查詢，歡迎致電 2757 0322 與利玉鐸老師聯絡。

此致
貴家長台鑒

校長

謹啟

(王彩娣)

2017 年 11 月 24 日

附件：SPORTACT 運動日誌

家長回條

E130/2017 號

(請於 11 月 28 日前把回條交班主任)

敬覆者：

本人已知悉有關《SPORTACT 運動日誌》通告事宜。

此覆
聖公會油塘基顯小學

班 別：_____年級_____班

學生姓名：_____ ()

家長簽署：_____

2017 年 11 月 日