



天水圍官立小學

2016/2017 年度 甲類通告 第 19 號
有關「SportACT 獎勵計劃」事宜

各位家長：

為鼓勵學生定期參與運動，本校特別推行「SportACT 獎勵計劃」，希望家長鼓勵及支持子女參加此項計劃。「SportACT 獎勵計劃」詳情如下：

- 活動目標：
1. 鼓勵學生恒常參與運動，養成良好的運動習慣。
 2. 學生透過參與運動，提升整體心理和身體質素。

- 活動日期：
- 2016年10月3日至2016年12月9日 (第一期)
2017年2月6日至2017年4月14日 (第二期)

- 推行方法：
1. 學生須完成家課冊內(第62頁)的「每週累計記錄表」，並記下每週的運動次數和統計每周的運動時數。
 2. 學生完成**連續8星期**的運動計劃後須自行統計總成績。
 3. 學生須於指定日期將家課冊交回體育科老師，以便統計。
 4. 家長可於平日或假日鼓勵子女在家中或戶外完成活動。

「SportACT 獎」獎項分級	
學生於 連續8星期 內，每次運動不可少於 20分鐘 ，每日 最多記錄2小時 ，不包括體育課的運動時數。如運動量達到下列的指標便可獲發證書。	
銅獎	1星期中運動最少2次，合共最少3小時(總計活動紀錄最少12次及18小時)
銀獎	1星期中運動最少3次，合共最少4小時(總計活動紀錄最少18次及24小時)
金獎	1星期中運動最少3次，合共最少5小時(總計活動紀錄最少18次及30小時)

學生交回家課冊的時間：第一期(2016年12月12日至2016年12月16日)
第二期(2017年4月24日至2017年4月28日)

二零一六年九月十三日

(劉婉珊校長)

✂

回 條

劉校長：

天水圍官立小學 2016/2017 年度甲類通告第 19 號有關「SportACT 獎勵計劃」事宜，本人已知悉，並盡力給予協助，鼓勵子女積極參與活動。

()班學生：_____ ()

家長簽署：_____

二零一六年九月____日