

保良局田家炳千禧小學

通告 159/2020 號

分發名單：一至六年級學生及家長

【「2020-2021 年度賽馬會家校童喜動-童喜動爸媽工作坊」】

近年，世界衛生組織及聯合國教科文倡議「優質體育」。當中，家庭教育乃一重要的媒介。「賽馬會家校童喜動計劃」將舉辦一系列家長工作坊，透過網上互動和活動體驗，以深入淺出及有趣的方式加強家長對「優質體育」及「體育素養」的認識。工作坊由專家學者帶領，內容設計結合理論與實踐，涵蓋個人身體管理及家庭健康等主題元素。

完成指定學習時數之家庭更可獲得「簡易運動器具」、「個人體育素養評估報告」及「工作坊出席證書」等獎勵。詳情請參閱活動之宣傳單張。

工作坊現正招募家長成為協同伙伴，冀盼所有參與本計劃的家長，能有機會一同經歷「優質體育」運動的體驗！

「童喜動爸媽工作坊」有關課堂安排、參加詳情和辦法臚列之如下：

日期	2021 年 1 月至 5 月期間 (*簡介會將於 2021 年 1 月透過 Zoom 舉行，確實日期和時間將另行通知)
時間	平日放學後時段或星期六、日早上
地點	自訂
內容	請參閱附件宣傳單張
活動形式	活動採用 Zoom 視像會議方式舉行(Zoom 視像會議及運動體驗)
名額	工作坊名額限制為 30 人，網上報名，先到先得，額滿即止。 (家長在網上報名時已經知悉名額是否已滿，毋須致電回校查詢)。
報名方法	- 家長瀏覽網上報名系統： (選取報讀之課堂，填寫簡單個人資料，並提供手提電話號碼或電郵地址以便計劃發送課堂連結訊息) - 費用全免
備註	- 家長須確保個人、子女及各參與家庭成員身體健康狀況良好，並無任何疾病以致不能參加此項活動 - 請在安全的家居環境下進行運動(例如空氣流通、地板平整、不濕滑、移開附近之大型雜物) - 請穿著舒適、輕便的衣物 - 運動過程中如感到不適，應立即停下 - 運動後必須補充水份 - 如反應理想，主辦單位將考慮繼續推行。 - 因採用 Zoom 視像會議方式舉行，由計劃團隊支援相關資訊科技，參加者可以簡易電子通訊方式(如電話和電腦)，並依據指示提供的連結登入便可加入參與課堂。
活動查詢	如有任何疑問，可直接致電 3943-3818「賽馬會家校童喜動計劃」辦公室查詢。

校長：



陳寶玲

二零二零年十二月二日

「童喜動爸媽」工作坊



特色

- ❖ 滿“Fun”親子運動體驗
- ❖ 網上課堂 學習時間更彈性!
- ❖ 個人體育素養及體適能綜合報告 (包含BMI指數、肌耐力、柔軟度及跑、跳、擲、接等測試)



立即報名

父母同時參加，更可獲額外一枚運動手帶連匙扣



- 👤 : 小一至小六之家長
- 📅 : 2021年1月至5月 (約6節)
- 🕒 : 放學後時段或週末早上 (時間表將另行通知)
工作坊完結後備有錄影片，方便未能全部出席實時課堂的家長重溫
- 📝 : 1. 透過學校報名參加或
2. 自行填寫計劃網頁上的報名表格
www.funtomove-jc.hk
- 🗣️ : 粵語主講
- ☎️ : 3943 7936 / 3943 9440

完成指定學習時數，
即有機會得到以下獎勵



- ❖ 簡易運動器具套裝
- ❖ 動樂Everywhere桌遊
- ❖ 出席證書