

啟基學校家長教師會
二〇二一至二〇二二年度第六號通告
「親子運動日日記」獎勵計劃事宜

各位親愛的啟基家長：

為配合學校本年跨學科主題「玩創全運會」，本會與校方共同舉辦「親子運動日日記」獎勵計劃，希望藉此鼓勵家長及學生們培養運動習慣，既可促進親子關係，亦同時鍛鍊身心健康。

本計劃將於2021年12月23日至2022年1月2日(即聖誕及新年假期)進行。每天運動後，大家只需記錄運動方式與時間、運動後的心情與水份補充及曬太陽程度等資料。有關運動形式的選擇、運動量的建議、記錄方法與及獎勵準則，請參考獎勵計劃紀錄手冊中。紀錄手冊將於12月21日派發。

本地疫情雖漸平穩，大家仍需保持防疫措施及個人衛生；除此之外，維持健康體格與生活習慣亦相當重要。本會鼓勵大家趁這假期，享受普天同慶日子，同時提升健康水平。

祝願各位家長與學生「聖誕快樂！身體健康！」

此致

貴家長

啟基學校家長教師會主席



劉偉強 謹啟

二〇二一年十二月二十一日