

保良局朱正賢小學
家長教師會通告

檔號：21-23 / PTA-003 號


【「童喜動爸媽」工作坊 2022】

各位家長：

為加強親子間的聯繫，提升親子間的凝聚力，本會參與賽馬會家校童喜動計劃「童喜動爸媽」工作坊 2022，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「體育素養」的認識，促進家庭運動文化。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、家庭健康等主題，成功報名之家庭將可獲得簡易運動器具，活動詳情請參閱本通告第二頁。

有興趣參與之家長請於 11 月 26 日(星期五)或之前自行報名(於以下網址報名)，名額有限，報名從速。

報名網址：<https://forms.gle/ZB7bYckPSsptsHL87>


第十四屆家長教師會主席
蔡敏婷 謹啟

二零二一年十一月十二日

「童喜動爸媽」工作坊 2022

透過互動活動體驗，深入淺出加強家長對「體育素養」的認識，同時促進家庭運動文化。



立即報名



截止報名日期: 2021年11月26日

1. 網上實時親子班

- ❖ 逢週末早上與「童喜動」教練齊齊做運動!
- ❖ 星期六、日班 (小一至小二: 10:00-10:45; 小三至小六: 11:00-11:45), 參加家庭只需選擇出席其中一班;
- ❖ 活動前必需已觀看課前短片, 作好準備。



課堂時間表

參與家庭將於 2022 年 1 月 31 日前獲短訊或電郵通知所屬組別及課堂連結

	組別一*	組別二*
第一堂	2022年2月12或13日	2022年4月8或9日
第二堂	2022年2月19或20日	2022年4月23或24日
第三堂	2022年2月26或27日	2022年4月30或31日
第四堂	2022年3月5或6日	2022年5月7或8日
第五堂	2022年3月12或13日	2022年5月14或15日
第六堂	2022年3月19或20日	2022年5月21或22日
第七堂	2022年3月26或27日	2022年5月28或29日
第八堂	2022年4月2或3日	2022年6月4或5日

2. 運動小知識短片

我們會每週上載一段短片(約長 10 分鐘)至家長資源平台, 家長可於每週活動班舉行前隨時觀看; 並完成短片內的小任務。

3. 活動計量器

隨機抽樣部分家庭於以下工作坊期間, 連續佩戴 7 天

前測: 2021 年 12 月至 1 月中旬

後測: 2022 年 3 月下旬

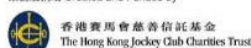
*兩次佩戴的日期將於佩戴前最少 3 天通知



成功報名之家庭將可獲贈簡易運動器具 (軟壘球、軟飛盤、阻力帶)

查詢: 5938 7912

策劃及捐助 Created and Funded by



香港賽馬會慈善信託基金
The Hong Kong Jockey Club Charities Trust

聯合策劃 Co-created by



香港中文大學
The Chinese University of Hong Kong

協辦機構 Co-organisers



香港中文大學陳遠本樓607室 Room 607, 6/F, Chen Kou Bun Building, The Chinese University of Hong Kong
Tel: (852) 3943 6098 Fax: (852) 3749 5895 Website: www.funtomove-jc.hk