

2023/24 甲類通告第 E026 號

各位家長：

「躍動校園活力人生」  
**MVPA60 獎勵計劃 (2023/24)**

為了培養學生堅毅、勇於接受挑戰等正面價值觀和態度，本校參予了教育局「MVPA60 獎勵計劃」(2023-2024)。現誠邀貴家長支持此計劃，鼓勵貴子女積極參與此計劃。

獎勵計劃詳情如下：

目的	「MVPA60 獎勵計劃」旨在鼓勵學生盡早建立恆常參與體能活動的習慣，以配合世界衛生組織對兒童及青少年應在每星期平均每天累積最少 60 分鐘中等至劇烈強度的體能活動建議。											
對象	全校學生											
活動時間	2023 年 12 月至 2024 年 4 月											
形式	<ul style="list-style-type: none"><li>學生可自選地點和時間，並在計劃期間完成目標。</li><li>學生可以利用「體能活動日誌」紀錄表記錄活動進程。</li><li>學生在計劃期間達以下要求，便可在 MVPA60 獎勵計劃中獲得個人獎勵：</li></ul> <table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"><thead><tr><th>金獎</th><th>銀獎</th><th>銅獎</th></tr></thead><tbody><tr><td colspan="3">運動達 420 分鐘或以上的週數</td></tr><tr><td>最少 12 星期</td><td>最少 10 星期</td><td>最少 8 星期</td></tr></tbody></table>			金獎	銀獎	銅獎	運動達 420 分鐘或以上的週數			最少 12 星期	最少 10 星期	最少 8 星期
金獎	銀獎	銅獎										
運動達 420 分鐘或以上的週數												
最少 12 星期	最少 10 星期	最少 8 星期										
獎勵方式	在計劃期間，學生在每星期體能活動總時間達 420 分鐘或以上之週數，便可獲得金、銀或銅獎證書。											

請於 2024 年 5 月 3 日(星期五)或以前把已完成記錄的「體能活動日誌」交回體育科老師，以便統計個人獎項。如有查詢，請致電 2728 7627 與莫耀華老師聯絡。

二零二三年十一月三十日

校長 鄭玉清

2023/24 甲類通告第 E026 號

鄭校長：

「躍動校園活力人生」  
**MVPA60 獎勵計劃 (2023/24)**

本人已經詳細閱讀甲類通告第 E026 號，並清楚其內容。

\_\_\_\_\_班學生\_\_\_\_\_ ( )

家長簽署：\_\_\_\_\_

聯絡電話：\_\_\_\_\_

家長姓名：\_\_\_\_\_

二零二三年十二月 日

[負責老師:莫耀華]