「賽馬會家校童喜動計劃」

童喜動趣味活動班 (網上課堂)

由 2020 年 4 月 27 日起,「賽馬會家校童喜動計劃」將試行提供免費網上運動體驗,讓參與學生及家庭隨時隨地輕鬆在家與遠端的童喜動教練一同進行網上童喜動趣味活動班。課堂將提供家居趣味活動及遊戲,以提升參加者之體適能及基礎動作技能表現,同時促進親子關係,讓家長和子女足不出戶也有機會一同享受運動的樂趣!

課堂安排
課堂每節 20 分鐘 (學生班) 或 30 分鐘 (家庭班) ,將採用 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
參加詳情及辦法
每位學生每星期可登記一節學生班 (每節 20 分鐘) 及一節家庭班 (每節 30 分鐘) ,週一至日上、下午時段任擇 (網上課堂時間表請登入網上報名系統查閱); 此外,每名學童亦可額外報讀不多於兩個時段之活動班 (如任何課堂有多餘名額或有已報名之學童退出,本計劃將會以抽籤方式邀請有興趣之學童參與)
報名辦法: 家長可自行登入網上報名系統 https://cloud.itsc.cuhk.edu.hk/mycuform/view.php?id=493633 (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)
名額:每節 10 名學生 (學生班) 或 10 個家庭 (家庭班) – 以 2-4 人為一家庭單位 報名滿 4 人 (或 4 個家庭) 會以提供之通訊方法通知開班訊息,如報名人數不足,本計劃保留取消該課堂之權利

注意事項

- 家長須確保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、輕便的衣物進行活動
- 運動過程中如感到不適,應立即停下
- 運動後必須補充水份

請掃描右方二維碼或登入上述連接網上報名

「賽馬會家校童喜動計劃」

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
ASTRI
香港科技大學 THE HONG KONG UNIVERSITY OF SCIENCE AND TECHNOLOGY

香港中文大學陳國本樓7樓707室 Room 707, 7/F, Chen Kou Bun Building, The Chinese University of Hong Kong
Tel: (852) 3943 6098 Fax: (852) 3942 1013 Website: www.funtomove-jc.hk

Fun to Move @JC 賽馬會家校童喜動計劃

童喜動趣味活動班 (網上課堂)

4 月 27 日至 5 月 3 日網上課堂時間表*

學生班 (20 分鐘)	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	星期日
家庭班 (30 分鐘)	27 / 4	28 / 4	29 / 4	30 / 4	1 / 5	2 / 5	3 / 5
小一/小二	10:30-10:50	10:30-10:50	10:30-10:50	10:30-10:50	10:30-11:00	10:30-10:50	10:30-11:00
小三/小四	11:00-11:20	11:00-11:20	11:00-11:20	11:00-11:20	11:10-11:40	11:00-11:30	11:10-11:30
小五/小六	11:30-11:50	11:30-11:50	11:30-11:50	11:30-12:00	11:50-12:10	11:40-12:10	11:40-12:10
小一/小二	14:30-14:50	14:30-14:50	14:30-14:50	14:30-15:00	14:30-14:50	14:30-15:00	14:30-14:50
小三/小四	15:00-15:20	15:00-15:20	15:00-15:20	15:10-15:40	15:00-15:20	15:10-15:40	15:00-15:30
小五/小六	15:30-15:50	15:30-15:50	15:30-15:50	15:50-16:10	15:30-16:00	15:50-16:10	15:40-16:00

*如反應理想，網上課堂會繼續如上述之時間表每週推行，有關課堂時間表會盡快通知參與學校之負責老師

參與回條

學校名稱：_____

本人 _____ (校長姓名) 已知悉本通告內容及同意敝校學生及家長參與「童喜動趣味活動班

(網上課堂)」，請與_____(負責老師姓名) 聯絡有關招募安排 (電話_____) 。

校長簽署: _____ 簽署日期: _____

煩請填妥及簽署此回條並於 2020 年 4 月 23 日或之前以 WhatsApp 通知賽馬會家校童喜動計劃辦公室。我們建議學校可透過 eClass 將下頁之宣傳訊息發送給家長。如有任何問題，歡迎與我們聯絡 3943-3818。

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
ASTRI
香港科技大學 THE HONG KONG UNIVERSITY OF SCIENCE AND TECHNOLOGY

香港中文大學陳國本樓7樓707室 Room 707, 7/F, Chen Kou Bun Building, The Chinese University of Hong Kong
Tel: (852) 3943 6098 Fax: (852) 3942 1013 Website: www.funtomove-jc.hk

Fun to Move @JC 賽馬會家校童喜動計劃

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
同心 同步 同進 RIDING HIGH TOGETHER

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
ASTRI
香港科技大學
THE HONG KONG UNIVERSITY OF SCIENCE AND TECHNOLOGY

「賽馬會家校童喜動計劃」

童喜動趣味活動班

開班日期: 2020年4月27日(一) 至 2020年5月3日(日)

時間: 10:30 – 16:00 (每天共六節)

種類： 學生班 (每節20分鐘)、家庭班(每節30分鐘)

費用: 全免

報名詳情: 即上 https://funtomove-jc.hk/zh/key-milestone/latest-events