

敬啟者：本園現參與由衛生署中央健康教育組「幼營喜動校園計劃 2017-2018」，全港學界「健康生活小勇士」大行動。本學年的主題是「多喝清水」和「多做體能活動」，主旨在於培養幼兒從小愛喝清水和多做體能活動的好習慣，使一家人享受健康快樂的生活。我們期望與家長攜手合作，為孩子訂下每天至少喝**四杯清水(1 杯進=240 毫升)**及每天以**累積 180 分鐘**的體能活動時間為目標，體驗多喝水和多做運動的好處和樂趣。現將有關活動詳列如下：

活動日期： 二零一七年十月二十九日 (星期日)至二零一七年十一月二十五日(星期六)，共四周舉行。

家長協作：

1. 請家長為孩子訂下每天至少喝四杯清水(1 杯進=240 毫升)的目標，當孩子達到上述目標時，家長就可以在活動卡的方格內，給他/她貼上一枚「水杯」貼紙，作為獎勵。
2. 請家長為孩子每天安排不同形式的體能活動，以累積 180 分鐘活動時間為目標。完成每日目標後，可請孩子貼上一枚「波鞋」貼紙，作為獎勵。
3. 家長請把已記錄的「小勇士健康生活日誌」活動卡，逢星期二或之前讓孩子帶回校交班任老師審閱。

獎 勵：

1. 老師會查閱兒童每天喝水的份量及每天體能活動時間，如一星期七天，兒童都能達到目標，老師便會獎勵他們一枚「健康小勇士」大貼紙在「小勇士健康生活日誌」活動卡內。
2. 兒童能完成四週的「健康生活小勇士」活動卡，並準時把已記錄的活動卡交班任老師審閱，便可獲紀念品一份。

我們誠意邀請各位家長參與及支持這計劃，幫助幼兒建立多喝水、多做運動的健康生活模式，培養良好的健康生活習慣。

此致
貴家長

九龍城浸信會慈愛幼稚園啟

主曆二零一七年十月二十七日