

中華基督教會基真小學

各位家長：

三、四年級游泳課

為鼓勵學生積極參與有益身心戶外活動，校方在三、四年級體育課安排四小時游泳教學，學生須往荔枝角公園泳池上課，學校聘請合資格教練負責指導及訓練，並由體育老師帶隊往返。

	班級	日期	時間	備註
星期一	三信 四信	25/9、9/10、16/10、23/10	12:00noon.-1:00p.m.	1. 帶備泳衣 / 泳褲、泳鏡、大毛巾、泳帽及拖鞋 2. 教授蛙泳及捷泳
星期二	三望 三愛 四望	19/9、26/9、3/10、10/10	12:00noon.-1:00p.m.	
星期四	三智 四愛 四誠	21/9、28/9、12/10、26/10	12:00noon.-1:00p.m.	
星期五	三誠 四智	22/9、29/9、6/10、13/10	12:00noon.-1:00p.m.	

游泳時間表分配表

11:25a.m.-1:00p.m.	
約 11:15a.m. - 11:25a.m.	集隊往泳池
約 11:25a.m. - 11:50a.m.	泳池更換泳衣
約 11:50a.m. - 11:55a.m.	熱身運動
約 11:55a.m. - 12:00noon.	陸上學習泳式
約 12:00noon. - 12:40p.m.	水中學習泳式
約 12:40p.m. - 12:50p.m.	沖身及更換運動服
約 12:50p.m. - 1:00p.m.	步行回校
約 1:05p.m.	午膳

入場費及教練費：\$70(費用將在上學期教材費內一併繳交)(凡參加游泳課送學校泳帽一頂)

時 間：12:00noon.-1:00p.m.

地 點：荔枝角游泳池

- 備 註：
1. 學生穿運動服上學，帶備泳衣/泳褲、泳鏡(自備)、學校泳帽、毛巾及拖鞋。
 2. 游泳後，學生只作簡單沖身，換上內衣褲及運動服回校。
 3. 游泳體育課乃學校常規學習，因特殊理由不參加者，請填寫原因。
 4. 學生忘記帶游泳用品不能上游泳課，將安排到泳池旁在陸上學習泳式。
 5. 對三、四年級游泳課有任何查詢，請致電本校何志豪主任 (2741 9907)。

統籌老師：何志豪主任

校長 _____ 謹啟

----- ✂ -----
回 條

(請於9月5日或之前交班主任)

洪校長：本人敬悉 通告(003)：三、四年級游泳課內容。

- 本人 同意 / 不同意 敝子弟參加游泳課。

(不同意原因：_____)

班別：_____ 學生姓名：_____ ()

家長簽署：_____

日期：2017 年 ____ 月 ____ 日

*請在適當 加上 ✓