

中華基督教會基真小學

(適用於全校學生)

各位家長：

「步行至月球」運動計劃

全球疫情仍然肆虐，抗疫期間學生須減少外出。本校有感學生長期缺乏運動和團體活動，影響身心發展。有見及此，本校聯同全港學界以及「全城街馬」協作「步行至月球」運動計劃，希望鼓勵學生在家多做運動，維持身心健康。

是次計劃旨在動員全校師生一同運動，由本年四月至七月間每天持續步行，每日步行數公里，希望計劃完結時所有參加學校能合共累積 38 萬步行里數—即地球與月球的距離。希望各位家長多多鼓勵 貴子弟積極參與。是次計劃亦歡迎各位家長與 貴子弟一起參與。計劃詳情如下：

目標	鼓勵參加者持續運動
活動時期	2021 年 5 月 17 日至 2021 年 7 月 20 日
內容	100 間中學、100 小學及 100 幼稚園，鼓勵學生於 5 月 17 日至 7 月 20 日期間，最少花上 21 天時間，每天至少步行：5 公里（中學）；3 公里（小學）；1 公里（幼稚園），以達到累計 38 萬公里總步行里數。
對象	本校全體學生，家長與老師亦可參與
費用	是次計劃將會向每位參賽者收取\$80，支出用作以下經費：「精美獎牌」乙塊、電子及紙本證書乙張及「全城街馬」舉辦是次活動的行政費用。 *學生的費用由學校活動經費支付，學生不需支付報名費。 *有關財政安排報告於合辦機構網頁公開發放，以便查詢。
備註	完成活動後合資格參加者可獲「精美獎牌」乙塊、電子及紙本證書乙張

- 1 網上報名截止日期：2021 年 5 月 12 日（星期三），如家長有興趣，歡迎於以上路徑自行網上報名。
- 2 如有垂詢，請致電本校與課外活動組羅順銘主任聯絡(2741 9907)。
- 3 活動詳情：活動詳情可於 <https://runourcity.org/walk-to-the-moon-2021/> 網頁內查閱。

統籌：羅順銘主任

校長  謹啟

-----><-----

回 條 (請於5月12日或之前用電子通告回覆)

彭校長：本人敬悉 通告(150)：「步行至月球」運動計劃內容。

- 本人 不同意 敝子弟報名參加「步行至月球」運動計劃
 同意 敝子弟報名參加「步行至月球」運動計劃
- 本人 不會報名參加「步行至月球」運動計劃
 會自行報名參加「步行至月球」運動計劃

班別：_____ 學生姓名：_____ () 聯絡電話：_____

家長簽署：_____ 日期：2021 年 5 月 ____ 日

*請在適當 加上 ✓

附件 1：

「步行至月球」學生版 — 步行里數的記錄方法及步驟

學生參與「步行至月球」運動計劃後，請按以下指引下載軟件及上載步行里數的記錄。

一. 軟件下載：

方法：1

1. 安裝「Strava」
2. 請使用軟件的基本版本，不需要購買任何完整版本或升級功能
3. 創建/登入帳戶，在「個人檔案」選擇「編輯個人檔案」，以編輯用戶姓名
4. 新用戶請在「名字」一欄填寫「CCCKCPS」，以便有關機構識別本校參加者；現有用戶請更改「名字」一欄為「CCCKCPS」
5. 在「姓氏」一欄填上學生的班別、學號及姓名 例如：「1F01 陳小明」，以便本校識別參加的學生
6. 選擇「探索」，再選「社團」，搜尋「Walk to moon 2021」
7. 加入群組

方法：2

1. 安裝其他計算步行里數或計步器之軟件

二. 上載步行里數的方法

1. 學生需每次記錄兩星期的步行里數，並自行存檔。
2. 每兩星期上載所步行里數至校方的網上表格(GOOGLE FORM)

三. 記錄覆核

校方會定時覆檢學生的步行里數，確保學生能按大會要求提交有關數據，並完成是次運動計劃。如發現里數異常，會個跟進。

附件 2 :

「步行至月球」家長版 — 報名方法

各位家長，「步行至月球」活動亦歡迎家長參與。現提供家長參加方法，詳細報名資訊如下：

一. 報名與付款：

1. 請按以下連結報名：<https://form.iotform.com/210531935843455>
2. 填寫所需資料後，上述網頁會導向至 PayPal 付款，請以 PayPal 或信用卡支付\$80 報名費

二. 軟件下載：

方法：1

1. 安裝「Strava」
2. 請使用軟件的基本版本，不需要購買任何完整版本或升級功能
3. 創建/登入帳戶，在「個人檔案」選擇「編輯個人檔案」，以編輯用戶姓名
4. 新用戶請在「名字」一欄填寫「CCCKCPS」，以便有關機構識別本校參加者；現有用戶請更改「名字」一欄為「CCCKCPS」
5. 在「姓氏」一欄填上學生的班別、學號及姓名 例如：「1F01 陳小明家長」，以便本校識別參加者
6. 選擇「探索」，再選「社團」，搜尋「Walk to moon 2021」
7. 加入群組

方法：2

1. 安裝其他計算步行里數或計步器之軟件

三. 上載步行里數的方法

1. 家長需每次記錄兩星期的步行里數，並自行存檔。
2. 每兩星期上載所步行里數至校方的網上表格(GOOGLE FORM)

三. 記錄覆核

校方會定時計算家長的步行里數，確保家長能按大會要求提交有關數據，並完成是次運動計劃。如發現里數異常，會個聯絡家長。

如有垂詢，請致電本校與羅順銘主任聯絡（27419907）。