

有關體適能獎勵計劃

敬啟者：

本校參加了由教育局及香港兒童健康基金合辦的學校體適能獎勵計劃，目的是提高學生對健康體適能的意識及鼓勵他們經常參與體育活動。為確定學生的體適能狀況，體育老師將為全體學生進行體適能測試，有關測試詳情如下：

日期	2026年4月29日至5月14日
時間	體育堂隨堂
地點	本校
服裝	運動校服
測試項目	1. 坐地體前伸
	2. 一分鐘仰臥起坐
	3. 手握力
	4. 小一至小三：6分鐘耐力跑 小四至小六：9分鐘耐力跑
獎勵	如學生的測試成績達到指定標準，可獲香港兒童健康基金頒發章級證書—金獎、銀獎、銅獎。
備註	測試前如有身體不適，需立即通知負責老師。

如有任何疑問，請向何慶榮老師查詢。

此致
全體家長

二零二六年四月二十八日

校長



周劍豪

謹啟

荃灣商會學校通告 25-197/N07 <請交班主任轉交何慶榮老師>
有關體適能獎勵計劃



敬覆者：

有關體適能獎勵計劃事宜，本人已經知悉。

本人 * 同意 敝子弟參加體適能獎勵計劃，並聲明其沒有任何疾病及適宜參加此計劃。
 不同意 敝子弟參加體適能獎勵計劃。

此致

荃灣商會學校周劍豪校長

二零二六年四月____日 _____班學生_____ () 家長簽署：_____