

東華三院辛亥年總理中學 2023 年至 2024 年度家長通訊第 35 號
有關中三級試後活動時間表修訂及暑期體育訓練班事宜

敬啟者：茲具下列校務奉商：

一、中三級試後活動時間表修訂

中三級試後活動時間表有修訂，詳情請參閱附件一，並請留意以下事項：

1. 7 月 12 日（星期五）放學時間改為上午 11:15。
2. 如有查詢，請聯絡課外活動組林嘉明老師。

二、暑期體育訓練班

體育團隊將於暑假期間舉辦多項體育訓練班，訓練班內容除了隊員恆常訓練外，亦歡迎其他學生參與，善用餘暇。經學校津貼後，有經濟困難學生，將會有額外津貼，各類學生收費如下：

學生類別	收費
一般學生	\$200
書簿津貼半免	\$100
書簿津貼全免及綜援戶	\$50

每名學生可參加多於一項訓練班，上述收費已包括所有訓練班費用，費用主要支付教練費、器材及比賽報名費。暑期體育訓練班費用將會於 7 月 29 日透過自動轉賬收取，沒有申請自動轉賬的學生，請於 7 月 29 日前將有關款項以現金方式交校務處支付有關費用。

注意事項：

1. 訓練時間表可參閱附件二。
2. 現有隊員亦須選擇有關訓練班及繳付相關費用。
3. 如訓練班部分日子與其他訓練相撞，或因事只能出席部分日子，請事先通知負責老師或教練，以作安排。
4. 暑假期間，只有已報名學生才可進入校門，進校時必須於門口簽到。
5. 所有學生必須穿著體育服裝或球隊隊衣，以資識別：否則將會被扣操行分及不能進入校門。
6. 如遇三號風球、紅色或黑色暴雨警號，所有學生不須往集合地點報到。其他情況，所有學生必須往集合地點報到，如有疑問，可致電 24645220 回校查詢。
7. 訓練班名額有限，如超出人數，將由學校因應情況作安排。
8. 如有查詢，請聯絡體育科王日昌老師。

此致

貴家長

東華三院辛亥年總理中學

2024 年 7 月 2 日

東華三院辛亥年總理中學 2023 年至 2024 年度家長通訊第 35 號
有關中三級試後活動時間表修訂及暑期體育訓練班事宜
回條（請於 7 月 5 日或之前回覆）

敝子弟將會參與下列體育訓練班（可選多於一項）：

- 男子長跑
- 男子籃球
- 男子手球
- 男子足球
- 女子手球
- 女子籃球
- 女子長跑
- 男子及女子乒乓球
- 男子及女子排球
- 男子及女子田徑(跑項)
- 男子及女子田徑(跳項)
- 男子及女子田徑(擲項)
- 男子及女子羽毛球(第一及第二堂將會進行選拔，如只參加羽毛球訓練班之學生，未能入選者將不會收費)

- 敝子弟不欲參加暑期體育訓練班

中三級試後活動時間表 (修訂版)

			7月2日 (二)	7月3日 (三)	7月4日 (四)	7月5日 (五)
服飾要求			整齊校服	整齊校服	整齊校服	整齊校服
8:10	-	8:30	早會			
8:30	-	8:45	訓輔講座 禮堂	健康校園講座 禮堂	禁毒講座 5/F 活動室	中電講座 禮堂
8:45	-	9:00				
9:00	-	9:15				
9:15	-	9:30				
9:30	-	9:45				
9:45	-	10:00	放學	小息	小息	小息
10:00	-	10:15		視障體驗工作坊 禮堂	LaC Fun Day 有蓋操場	班級活動 各班課室
10:15	-	10:30				
10:30	-	10:45				
10:45	-	11:00		小息	小息	
11:00	-	11:15		STEAM 交流活動 禮堂	My Way 各班課室	小息
11:15	-	11:30				歌唱比賽 禮堂
11:30	-	11:45				
11:45	-	12:00				
12:00	-	12:15		放學	放學	
12:15	-	12:30				
12:30	-	12:45				
12:45	-	13:00				
13:00						放學

			7月8日 (一)	7月9日 (二)	7月10日 (三)	7月11日 (四)	7月12日 (五)			
服飾要求			/	/	/	整齊體育服	整齊校服			
8:10	-	8:30	早會							
8:30	-	8:45	全體教師會議 學校活動暫停	無須回校	無須回校	體育同樂日 操場、禮堂、 有蓋操場	QEF 航空學講座 禮堂			
8:45	-	9:00								戲劇欣賞 禮堂
9:00	-	9:15								小息
9:15	-	9:30								校長分享 5/F 活動室
9:30	-	9:45								
9:45	-	10:00								
10:00	-	10:15								
10:15	-	10:30								
10:30	-	10:45								
10:45	-	11:00								
11:00	-	11:15								
11:15	-	11:30								
11:30	-	11:45								
11:45	-	12:00								
12:00	-	12:15								
12:15	-	12:30								
12:30	-	12:45								
12:45	-	13:00								
13:00						放學	放學			



東華三院辛亥年總理中學
暑期體育團隊訓練(新、舊隊員)一覽表
2023 - 2024



附件二

項目	日期	時間	集合地點
男子長跑 (王日昌老師負責)	19/7, 22/7, 24/7, 26/7, 29/7, 31/7, 2/8, 5/8, 7/8, 9/8, 12/8, 14/8, 16/8, 19/8 (星期一、三及星期五)	9:00am-11:00am	有蓋操場
男子及女子田徑 (王日昌及何汝齊 老師負責)	跑項 18/7, 19/7, 23/7, 24/7, 27/7, 30/7, 31/7, 3/8, 6/8, 7/8, 10/8, 13/8, 14/8, 17/8 (星期二、三及六)	5:00pm-7:00pm (二、四)	屯門鄧肇堅運動場
		9:00am-11:00am (六)	有蓋操場
	跳項 16/7, 18/7, 23/7, 2/8, 6/8, 9/8, 13/8, 16/8 (星期二及星期五)	10:00am-12:00nn	有蓋操場
擲項 18/7, 23/7, 6/8, 8/8, 13/8, 15/8 (星期二)	9:00am-11:00am	有蓋操場	
男子籃球 (王日昌老師負責)	18/7, 20/7, 25/7, 27/7, 1/8, 3/8, 8/8, 10/8, 15/8, 17/8, 22/8, 24/8, 29/8, 31/8 (星期四及星期六)	7:30am-9:30am (四)	湖山公園籃球場
		8:00am-10:00am (六)	
男子手球 (王日昌老師負責)	18/7, 23/7, 25/7, 30/7, 1/8, 6/8, 8/8, 13/8, 15/8, 20/8, 22/8, 27/8, 29/8 (星期二及星期四)	9:00am-11:00am	學校籃球場
男子足球 (王日昌老師負責)	16/7, 19/7, 23/7, 26/7, 30/7, 2/8, 6/8, 9/8, 13/8, 16/8, 20/8, 23/8, 27/8, 30/8 (星期二及星期五)	11:00am-1:00pm	湖山七人足球場
女子籃球 (何汝齊老師負責)	17/7, 26/7, 29/7, 5/8, 12/8, 19/8, 21/8, 26/8, 28/8	9:00am-11:00am	湖山公園籃球場
女子手球 (何汝齊老師負責)	17/7,	2:00pm-4:00pm	有蓋操場
	24/7,	10:00am-12:00nn	
	14/8, 21/8, 28/8,	4:00pm-6:00pm	
	19/7, 16/8, 23/8, 30/8	6:30pm-9:30pm	新墟手球場
女子長跑 (何汝齊老師負責)	16/7, 18/7, 25/7, 8/8, 13/8, 15/8, 20/8, 22/8 (逢星期二及星期四)	09:00-11:00am	有蓋操場
男子及女子羽毛球 (鍾穎涵老師負責)	17/7, 19/7, 22/7, 24/7, 26/7, 29/7, 31/7, 2/8, 5/8, 7/8, 9/8, 12/8, 14/8, 16/8, 19/8 (星期一、三及星期五)	2:00-4:00pm	學校禮堂
男子及女子乒乓球 (王日昌老師負責)	16/7, 19/7, 23/7, 26/7, 30/7, 2/8, 6/8, 9/8, 13/8, 16/8, 20/8 (星期二及星期五)	4:00-6:00pm	學校活動室
男子及女子排球 (龍子晴老師負責)	18/7, 30/7, 6/8, 13/8, 20/8, 27/8 (星期四)	4:30-6:30pm	學校籃球場

注意事項：

1. **服裝** - 所有學生必須穿著**體育服裝或球隊隊衣**，以資識別；否則，**將會被扣操行分**。
2. **天氣** - 如遇三號風球、紅色或黑色暴雨警號，所有學生**不須**往集合地點報到。
 - 如遇微雨或一號風球而**沒有下大雨**，所有學生**必須**往集合地點報到，如有疑問，可致電**24645220** 回校查詢。
3. **出席率** - 所有學生**不可無故缺席及遲到**，如有要事，必須預先向老師報告或由其他同學轉述，另補回家長信申述理由，否則當作無故缺席處理
4. **門口簽到** - 暑假期間，只有已報名同學才可進校，**進校時必須於門口簽到**。

