



基督教香港信義會信義中學

學校活動通知書 23080 《多元智能挑戰營》

12/10/2013

ELCHK Lutheran Secondary School ELCHK Lutheran Secondary School ELCHK Lutheran Secondary School ELCHK Lutheran Secondary School

敬啟者：

「多元智能挑戰營」由教育局與香港少年領袖團合辦，透過一連串的紀律和體能活動、領導才能訓練和講座，讓學生從經驗中學習，培養他們成為自律、自信、合群和具抗逆力的青年人，並將所學習的成果應用在日常生活中。

貴子弟獲選參加「多元智能挑戰營」，詳情如下：

日期：2023年10月30日(星期一)至11月3日(星期五)共5日4夜

地點：民安隊圓墩營(新界青龍頭)

營前簡介會日期：2023年10月17日(星期二)

營前簡介會時間：9:00am至12:00am

營前簡介會地點：民安隊總部(渡華路八號)

車費：每位同學繳交車費一百三十元(已包括營前簡介會及多元智能挑戰營)

統籌老師：羅皓名老師

隨營老師：羅皓名老師，李寶粧老師

學校聯絡電話：27802291(辦公時間)

入營聯絡電話：4680 2456 (民安隊多元智能營總指揮) 3651 9332 (民安處「多元智能挑戰營」辦公室電話)

集合日期及時間：2023年10月30日8:00am

集合地點：真理堂門前

解散日期及時間：2023年11月3日6:00pm

解散地點：真理堂門前

閣下如同意 貴子弟參加上述活動，請填妥附頁回條及學生健康狀況申報表，並連同交通費用於2023年10月13日(星期四)或以前交予羅皓名老師或李寶粧老師，以便作出安排。

此致

貴家長

校長

 謹啟



二零二三年十月十二日

附件：1. 家長須知

2. 挑戰營概要

3. 包括學員須知

4. 學員守則

5. 自備裝備核對表

6. 惡劣天氣警告訊號的安排

7. 流感預防及應變措施

(請於 2023 年 10 月 12 日或以前交予羅皓名老師或李寶粧老師)

敬覆者：

本人已知悉有關「多元智能挑戰營」的詳情，現答覆如下：

- 本人不准許敝子弟參加「多元智能挑戰營」。
- 本人准許敝子弟參加「多元智能挑戰營」，並同意下列事項：
- (1) 學生出席學生出席 2023 年 10 月 17 日於民眾安全服務隊總部舉行的營前聚會，以及 2023 年 10 月 30 日(星期一)至 2023 年 11 月 3 日(星期五)由教育局及民眾安全服務隊合辦在民安隊圓墩營(新界青龍頭)舉辦的「多元智能挑戰營」。
 - (2) 教育局及民眾安全服務隊於整個計劃期間(包括跟進活動)拍攝「多元智能挑戰營」的活動花絮和訪問參加學生，拍攝內容日後可能用作教學或宣傳用途。
 - (3) 教育局於「多元智能挑戰營」前後進行問卷調查，以評估計劃的成效。
 - (4) 教育局及民眾安全服務隊收集敝子弟之健康狀況資料以用作評估其是否適合參與「多元智能挑戰營」，有關資料將於本學年結束時銷毀。
 - (5) 繳交交通費 130 元。
- 本人及 _____ 位家屬將 *會 / 不會 出席 2023 年 11 月 3 日(星期五)的「多元智能挑戰營」畢業典禮。

本人對「多元智能挑戰營」仍有下列查詢/意見：

此覆

梁校長

家長簽署： _____

家長姓名： _____

學生姓名： _____

班別： _____ 班號： _____

緊急聯絡電話： _____

二零二三年十月十一日



教育局與民眾安全服務隊合辦
「多元智能挑戰營」運動調查問卷

學生姓名：_____

- (a) 你以前曾否參加「多元智能挑戰營」？ 從沒參加 曾經參加
- (b) 若曾經參加，該「挑戰營」由下列哪一個部隊舉辦？
- 香港警務處 入境事務處 民眾安全服務隊
- 香港消防處 香港懲教署 香港海關

填寫須知

- (一) 此問卷內容譯自加拿大運動生理學會 PAR Q - 1994 年修訂版；
- (二) **第一部分**「是否適宜運動」之目的是評估學生是否適宜參加「多元智能挑戰營」(“挑戰營”)的訓練活動。雖然問卷的設計主要適用於 15 至 69 歲的人士，惟所有參加「挑戰營」的學生均須填報；
- (三) 15 歲以下學生仍可以此作為是否適宜進行「挑戰營」訓練運動的參考；
- (四) 家長或監護人應根據子女的狀況決定是否讓其參加「挑戰營」，並在有懷疑時徵詢醫生意見，然後再填寫問卷的**第二部分**。

第一部分(請家長或監護人陪同參加「挑戰營」的學生填寫，並在適當方格內加上 ✓ 號)

【是否適宜運動】問卷「簡稱『運動問卷』」

(適合年齡由 15 至 69 歲的人士填報)

請回答下列七個問題，決定是否應在運動前或增加運動量前先徵詢醫生意見。

請小心閱讀每條問題，然後在適當方格內加上 ✓ 號：

問題內容	有/是	沒有/否
(一) 你的醫生曾否說過你有心臟的問題 和 只可做由醫生建議的運動？	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
(二) 當你運動時有否感覺胸痛？	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
(三) 在過去的一個月裏，當你並非進行運動時，曾否有感覺胸部疼痛？	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
(四) 你曾否因暈眩而失去平衡，或曾試過失去知覺？	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
(五) 你曾否在改變運動方式時感覺骨骼或關節毛病惡化？	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
(六) 你現時是否需要服用由醫生處方用以醫治血壓或心臟病的藥物？	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
(七) 你知否「任何其他」令你不應進行運動的原因？	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

如答案曾經修改，請家長或監護人加簽

假如你的答案有一個或以上的「有/是」：

在增加運動量或接受體能評核前，請先與醫生商談，告訴醫生你在本問卷內答案是「有/是」的問題及內容，並徵詢醫生意見。

- (a) 你可以做任何運動 — 只要開始時慢慢進行，逐漸增加運動量，或是只做一些你認為安全的運動。
告訴醫生你想參與的運動並聽從他的指示。
- (b) 找出對你安全及有益身心的康樂活動。

如所有答案都是「沒有/否」：

你在誠實回答本問卷的問題後而所有答案都是「沒有/否」，你有充份理由可以：

- (a) 開始增加運動量 — 開始時要慢，逐漸增多。這是最容易及最安全的做法。
- (b) 接受體能評核 — 這是測定你的體能水平之最佳方法，可為未來的運動作出合適的計劃。



暫延增加運動量：

- (a) 如你因任何暫時性疾病而身體不適 — 須待康復後才可增加運動量；或
- (b) 如你已經或可能懷孕 — 應在增加運動量前先徵詢醫生意見。

備註：如你因為個人健康狀況有所改變，而令上述任何問題的答案成為「有/是」的話，請告訴指導你的健身專業人士，並詢問他/她有否須要改變你/妳的運動計劃。

第二部分 (由家長或監護人填寫)

(如有其他與 貴子弟的健康狀況有關的補充資料,請詳細填寫,以便隨營教師和部隊教官對 貴子弟加以適當的照顧。)

回 條

本人 _____ (家長或監護人姓名) 已詳閱並明白「多元智能挑戰營」概要及訓練程序表 (包括學員須知、學員紀律要求、學員攜帶物品須知等文件),並同意小兒/女 _____ (學生姓名) (_____ 學校 _____ 班學生) 參加「多元智能挑戰營」。

現謹聲明小兒/女 (@ 請在適當的 內加「✓」)

只選一項;如曾經修改,請家長/監護人加簽

- @ 身體健康及體能良好,適宜參與「多元智能挑戰營」的所有訓練活動。本人已叮囑他/她遵守部隊教官和老師們的所有指示,如他/她在「挑戰營」期間感到不適,必須立即通知部隊教官和老師。
- # 雖然在上述運動問卷的答案中有一個或以上「有/是」,但**醫生 #**認為他/她適宜參與「多元智能挑戰營」的所有訓練活動。本人已叮囑小兒/女遵守部隊教官和老師的所有指示,如他/她在「挑戰營」期間感到不適,必須通知部隊教官和老師。
(# 須附上由醫生發出之健康證明文件)
- 因 _____ (原因),不適宜參加「挑戰營」內的訓練活動,所以退出「多元智能挑戰營」。

其他與小兒/女健康狀況有關的補充資料(如適用):

【例如:蠶豆症、任何敏感症、哮喘等徵狀、嚴重程度及建議處理方法】,或特殊教育需要。

本人(參加「挑戰營」之學生及其家長或監護人)已閱讀、明白問卷的全部內容,並對所有問題都已認真誠實作答。

學生簽署: _____

家長/監護人*簽署: _____

學生姓名: _____

家長/監護人*姓名: _____

日期: 2023 年 _____ 月 _____ 日

與參加學生的關係: _____

日期: 2023 年 _____ 月 _____ 日

第三部分 (由學校老師作為核實人填寫)

本人(核實人)已核對回答/填報這份問卷人士的身分,並對所有問題的答覆或相關的疑問都已了解及核實。

核實人姓名: _____

核實人簽署: _____

核實人職位: _____

日期: 2023 年 _____ 月 _____ 日

**請刪去不適用者*

『多元智能挑戰營』

家長須知

附件 1

家長請於子女入營前，細閱下列各項，並與學校統籌教師保持聯絡。

1. 訓練營前：

- ◆ 仔細閱讀學校派發有關挑戰營的資料，如挑戰營目的、活動程序、集合及解散資料、學校負責教師之姓名及其聯絡方法等；
- ◆ 出席校方所舉辦之「家長營前聚會」（如有），或主動致電校方了解挑戰營之詳情；
- ◆ 小心填寫「多元智能挑戰營」之學生健康狀況申報表，並了解有關紀律部隊對學員的體格要求；
- ◆ 安排時間出席結業典禮，以示對子女參加挑戰營的支持和鼓勵；
- ◆ 提醒子女帶齊所需物品入營（詳情可參閱「自備裝備核對表」）；
- ◆ 學員不應攜帶手提電話。若有特別需要，請與統籌教師商議；
- ◆ 訓練期內，子女如需服用藥物，請預先通知統籌教師。

2. 入營期間：

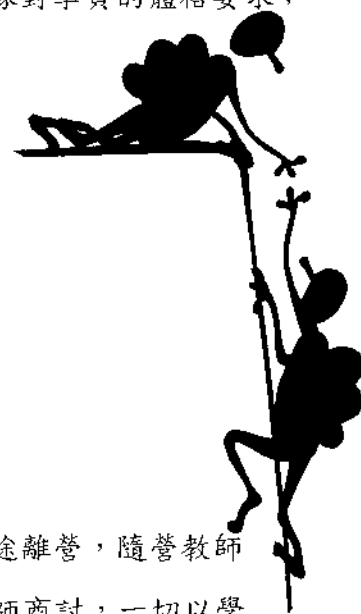
- ◆ 鑒於挑戰營在遠郊地方，故不設學員延遲入營或提早離營的安排；
- ◆ 為免影響學員訓練，如非緊急事故，家長毋須致電營中子女；
- ◆ 倘若學員於訓練過程中因身體不適需外出就醫，或基於特殊情況而要中途離營，隨營教師會通知家長，而家長須親自前往營地接回學員。若有困難，請與隨營教師商討，一切以學員的安全為首要考慮。

3. 結業禮：

- ◆ 由於訓練過程要求嚴格，學員需付出極大努力才能成功結業，故家長出席結業禮，表達認同及讚賞，對學員尤為重要；
- ◆ 結業禮結束後，校方負責安排學員離開訓練營地，並於所屬學校解散。如個別家長或學員需有特別安排，煩請家長於入營前向校方提出申請。有關學員於訓練營後的回程安排，可向校方統籌教師查詢。

4. 挑戰營後：

- ◆ 請支持子女參與營後學校舉辦的跟進活動，並鼓勵完成在營中所訂立的目標。
- ◆ 對子女的進步要多加讚賞。



民眾安全服務隊
「多元智能挑戰營」

附件 2

概要

- 目的 : 透過嚴謹的紀律及體能訓練，提昇學生自律能力、自信、抗逆力、團隊合作精神和人際相處技巧。
- 對象 : 每間學校二十八名中二/中三學生
- 受訓日期 : 2023 年 10 月 30 日（星期一）至 11 月 3 日（星期五）
- 營前聚會時間 : 2023 年 10 月 17 日（星期二）
上午九時 至 中午十二時正
- 營前聚會地點 : 民安隊總部（香港九龍油麻地渡華路八號）
- 受訓營地 : 民安隊圓墩營（新界青龍頭）
- 訓練導師 : 民安隊長官
- 費用 : 訓練費用全免（由教育局資助）
- 交通 : 學校自行安排學生往返營地及學校
- 入營時間 : 2023 年 10 月 30 日（星期一）上午九時正
- 結業典禮 : 2023 年 11 月 3 日（星期五）下午四時十五分
（歡迎校長、教師及家長出席）
- 離營時間 : 2023 年 11 月 3 日（星期五）下午五時三十分
- 備註 : 參加挑戰營的學生的制服由教育局資助

學員須知

1. 學員在訓練期間須學習紀律的生活，並準備接受各項挑戰。
2. 如受訓期間需要服用藥物，須通知導師。
3. 挑戰營不設延遲入班或提早出班的安排。
4. 學員須遵守一切訓練指示，若有違規、屢勸不改者，會被取消訓練資格。
5. 如有任何緊急事故，家長可致電 4680 2456 民安隊多元智能營總指揮
留言待覆。
6. 學員守則：請參閱附件四。
7. 自備裝備核對表：請參閱附件五。

香港少年領袖團聯絡電話：

查詢訓練詳情：3651 9332 課程主任 民安處行動及訓練主任 王少珊女士

受訓期間之緊急聯絡電話：4680 2456 民安隊多元智能營總指揮

民眾安全服務隊 「多元智能挑戰營」

學員守則

1. 訓練期間，學員需自律進取，集中精神遵守長官指示，盡力完成任務。
2. 不可攜帶貴重物品入營。不可佩戴任何飾物，例如戒指、耳環、手鍊等。
3. 嚴禁吸煙、吸毒、飲酒、賭博及說污言穢語。
4. 圓墩營位處偏遠的郊野公園禁區範圍內，如無特別原因及課程主任的核准，不可延遲或提早入營，亦不得私自離隊。
5. 受訓期間要佩戴名牌以便長官識別。
6. 集隊時要穿著整齊指定服裝(制服/常服)。集隊及行進時要列隊。
7. 不可進入任何未經許可的範圍，如營內非「挑戰營」活動的地點、他人的宿舍或營區。
8. 訓練期間須積極主動，以“是/不是!長官” 回應長官。
9. 發問前，需先舉手示意及獲得批准方可發言。

自備裝備核對表

(甲) 訓練制服 (由民安隊在營前聚會時派發)

- 白色長或短袖 T 恤 3 件
- 藍長褲 2 條太陽帽 1 頂
- 腰帶 1 條 (暫借)
- 風褸 1 件 (如有需要, 在營內派發)

(乙) 自攜物品一覽表

- T 恤 / 運動服 (非訓練時穿著)
- 運動鞋
- 波褲及運動長褲
- 風衣、禦寒及足夠後備衣物及梳洗物品
- 透明或淺色輕便雨衣
- 背囊或旅行袋 (另加一輕便小背囊預備遠足訓練時使用)
- 厚長襪、拖鞋
- 餐具
- 書寫工具 (筆和紙)
- 小電筒連後備電池

- 蚊怕水、防蚊貼或防蚊膏
- 個人藥物（如有醫生處方）
- 睡袋（基於個人衛生，強烈建議學生帶備個人睡袋）
- 地蓆*（如有個人衛生考慮，亦可自行帶備）
- 床單*
- 眼鏡帶*

手提電話及智能手錶*（整個挑戰營期間，由老師代為保管）

*自行決定攜帶物品

（乙）不可攜帶物品

- 具危險性之物品如玻璃製品（小鏡除外）
- 攻擊性武器如萬用刀、斧頭、開山刀等
- 有毒物質、爆炸品或腐蝕性化學品等
- 貴重物品如金飾、微型音響設備、電子遊戲機等
- 不雅或意識不良刊物或用具
- 賭具包括啤牌等
- 零食及大量現金

「多元智能挑戰營」

惡劣天氣警告信號下的安排

* 「多元智能挑戰營」營前聚會：

倘遇天氣惡劣(例如颱風、暴雨)而教育局在電台和電視台宣布所有上午校及全日制學校停課時，營前聚會將延期舉行，更改詳情會另行通告。

* 挑戰營舉行首天天氣惡劣下的安排：

各種惡劣天氣警告信號	安排
a. 黃色暴雨警告 b. 雷暴警告	* 除非教育局宣佈停課，否則挑戰營照常舉行。
c. 紅色或黑色暴雨警告 d. 一號(或以上)熱帶氣旋警告信號 e. 空氣質素健康指數到達嚴重(10+)級別 *按照[荃灣區一般監測站]指數	* 上午六時仍然生效，首日的訓練取消，學生回校照常上課。(如教育局宣布停課，則學生遵照停課指示。) * 訓練營將延至第二天依原有程序開始。

* 挑戰營延期後第二天的安排：

暴雨/熱帶氣旋警告信號	安排
* 若營期的第二天上午六時前已除下所有惡劣天氣警告信號	* 挑戰營改為四日三夜，學生依照第一天的原定時間在原地點報到。
* 若營期的第二天上午七時c至e項的惡劣天氣警告信號仍然生效	* 整個挑戰營取消，學生回校照常上課。(如教育局宣布停課，則學生遵照停課指示)

* 如挑戰營前天氣惡劣，教師應密切留意電台/電視台的公布。

* 若在挑戰營進行期間天文台發出任何惡劣天氣警告信號，教官會因應實際環境，在安全情況下安排學生留在香港少年領袖團萬宜訓練營或離營回校解散。

* 若在挑戰營進行期間空氣質素健康指數到達嚴重(10+)級別，教官會停止戶外活動，逗留在戶內進行非體力消耗活動。

* 如有任何緊急事故，學生需要特別安排(例如離營)，隨營教師須盡快通知家長有關事宜。

「多元智能躍進計劃」

流感預防及應變措施

附件 7

為減低師生在參與「多元智能挑戰營」期間感染流感的風險，教育局訓育及輔導組制定了以下的預防及應變措施，以供學校參考並作出配合。

入營前

- 如校內發現確診個案，應盡快通知教育局訓育及輔導組，本局及相關紀律部隊會視乎實際情況而決定是否需要取消有關訓練。
- 密切留意入營學生的健康狀況，提醒參與「挑戰營」的學生要有充足睡眠和保持身體健康。

入營當日

- 離校登上旅遊車前，所有入營教師及學生必須量度體溫以確保沒有出現發燒等流感徵狀。
- 如出發當日有入營學生出現發燒、咳嗽、流鼻水和喉嚨痛等流感徵狀，請勿讓該生入營受訓，應立即聯絡其家長安排學生求診。
- 為減低流感傳播的風險，可建議師生在旅遊車上戴上口罩，並打開車窗以保持空氣流通。

營中

- 每天早上訓練活動開始前，隨營教師需負責為所有師生量度體溫，並紀錄在「營內體溫紀錄表」內，以確保各人身體狀況良好。
- 隨營教師需密切留意學生的健康狀況，如有學生出現流感徵狀，應通知教官並盡快安排該生到醫院或診所就醫，並遵照醫生的指示安排學生留院或回家休息。
- 學員需保持營房內的清潔，並打開部份窗戶，以保持空氣流通。
- 隨營教師需提醒學生經常使用梘液及清水洗手或使用酒精搓手液消毒，以保持個人衛生。
- 提醒學生補充足夠水分，並有充分休息，以增加抵抗力。

備註：如要獲取更多有關流感的資訊，可瀏覽衛生署衛生防護中心網頁