



保良局百周年李兆忠紀念中學 學生領袖訓練營

敬啟者：

秉承保良局五育並重的辦學宗旨，著重學生全人教育，本校特為中五學生舉辦「學生領袖訓練營」，旨在透過團隊活動、歷奇體驗和領袖訓練，培養學生的自信心，提升他們的團隊精神和領袖才能，並豐富其學習經歷。活動詳情臚列如下：

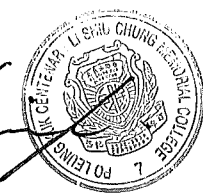
- 日期：二零二四年三月六日至八日（星期三至星期五）
活動地點：保良局賽馬會大棠渡假村
集合時間：三月六日上午八時十五分
集合地點：本校籃球場
解散時間：三月八日下午四時三十分
解散地點：本校籃球場
費用：二伯元正（費用已包括營費、膳食費、教練費、保險及車費。）
- 獲學生資助辦事處學校書簿津貼計劃全額資助的學生可獲豁免費用；
- 家庭現正領取綜合社會保障援助的學生可獲豁免費用。
- 若學生近期家境有特別困難，亦可申請減免營費，校方將按個別情況處理。
帶隊老師：黎婉儀老師、湯浩言老師、劉君楹老師、何家強老師、薛可兒小姐
備註：各項活動均由合資格專業教練帶領。

是項活動乃本年度中五級新高中課程中「其他學習經歷」的指定學習項目，所有中五級學生必須參加。學生如因特殊健康理由未能參與，必須具醫生證明書申請。

請填妥回條及「訓練營參加者個人健康狀況調查」，並囑咐貴子弟於二月二十八日前交回班主任。各班請於二月二十九日至三月五日小息或 3:45 p.m. – 4:15 p.m. 到學校正門以入達通繳交。

同學必須留意，三月六日至八日為學校上課日，因特殊健康原因而未能參加訓練營的學生，必須在該段期間每日依正常上課時間 8:15 a.m. 回校完成由校方安排的指定課業，敬希垂注。

此致
貴家長



保良局百周年李兆忠紀念中學
呂恒森校長謹啟

二零二四年二月二十二日



保良局百周年李兆忠紀念中學
學生領袖訓練營回條

敬覆者：來函有關「學生領袖訓練營」事宜，現已得悉。本人 *同意/不同意 敝子弟參加是次活動。
本人聲明本頁的「訓練營參加者個人健康狀況調查」內容正確無誤。

此覆

保良局百周年李兆忠紀念中學

家長簽署：_____

學生姓名：_____

班 別：中五 學號：_____

緊急聯絡人姓名：_____

緊急聯絡電話：_____

二零二四年二月_____日

*請刪去不適用者。

訓練營參加者個人健康狀況調查

為確保 貴子弟之安全，作為釐定訓練難度調節之參考，請 貴子弟填寫以下調查表，其內容絕對保密，多謝合作。

填表日期：二零二四年_____月_____日

(1). 在未開始活動之前，請先誠實回答下列問題，請用「✓」表示你的答案。

問題

是	否	
☐	☐	1. 你的醫生曾否說過你的心臟有毛病？
☐	☐	2. 你是否經常覺得心臟及胸口部位疼痛？
☐	☐	3. 你是否經常感暈眩，或曾否嘗試過一陣陣嚴重的昏厥？
☐	☐	4. 你是否有醫生說過你的血壓過高？
☐	☐	5. 你的醫生曾否告訴你，你的骨骼或關節毛病(例如:關節炎)已因運動而加深，或可能因運動而惡化？
☐	☐	6. 除上述各項外，是否有其他健康上的理由令你不能參加是次體能測驗？請註明：_____
☐	☐	7. 你是否平時極少參與運動，且不慣於進行劇烈運動？

以上問卷中，如果有其中一題答『是』的話，請於運動前先請示醫生。

(2). 個人健康問卷：

為 貴子弟個人及整體安全設想，敬請誠實作答，以『✓』表示你的答案。

A. 你是否曾經/現時患有下列所列舉之疾病：

- ☐ 心臟病 ☐ 高血壓 ☐ 哮喘病 ☐ 痲瘋症
☐ 畏高 ☐ 胃病 ☐ 空間幽閉恐懼 ☐ 其他(請註明:_____)

B. 你有否長期/定期服食藥物的習慣或需要？ ☐ 沒有 ☐ 有(請註明:_____)

C. 你最近三年內曾否入住醫院？ ☐ 沒有 ☐ 有(原因:_____)

D. 曾往醫院接受外/內科手術？ ☐ 沒有 ☐ 有(原因:_____)

E. 曾否有看過心理醫生？ ☐ 沒有 ☐ 有(原因:_____)



保良局百周年李兆忠紀念中學
「學生領袖訓練營」減免收費申請表

敝子弟（學生姓名：_____ 班別：中五_____（_____））參加 貴校舉辦之學生領袖訓練營，現申請豁免收費，原因如下：

- #☐ 本人現正領取綜合社會保障援助（須呈交社署之批核文件副本）
☐ 小兒 / 小女獲學校書簿津貼計劃全額資助
☐ 其他原因：（需附家長信）

備註：獲批准的申請恕不通知，不獲批准的申請將於 29/2 或之前另行通知。

家長姓名：_____
 家長簽署：_____
 日期：_____

#請於適當方格☐內加上✓號

二零二四年____月____日

此欄由校方填寫

核准人姓名

核准人簽署

日期