

親子體適能 / 團隊合作體驗 繽紛同樂日營 20/21

營地活動：對象 - 中、小學、幼稚園學生及家長

1.) 親子體適能遊戲/健康體適能講座、運動場/學校操場/戶外康樂親子日營

內容：健康體適能講座(45分鐘) 或 親子伸展健體運動 + 親子體適能遊戲

目的：透過講座認識運動與健康之關係及好處；並可籍著親子運動及遊戲加強與孩子相處及溝通

2.) 親子體適能 及 團隊合作體驗 農莊同樂/戶外康樂日營

內容：透過體適能遊戲活動：如親子心連心、風火轉巨輪、歡樂彩虹傘、集體過河、汽球列車、萬里傳珍珠、信任爬行、領袖及團隊合作訓練等。

目的：參加者透過參與一系列富動感的體能活動，與隊員合作一起進行，不斷檢討及改善，在過程中參加者於啟發的遊戲裡使學員能發掘自我潛能，改善個人自信心和自我肯定



3.) 全新 幼稚園體適能課 & 親子活動同樂日

內容：(南瓜哥哥教室)

幼兒體適能課堂：課程將以兒童為中心，集遊戲及體能項目於一身，使幼兒在不同程序的遊戲中學習各項技能，照顧每一位幼兒的需要

親子活動同學日：藉親子體能遊戲倡導親子互動與關懷兒童教育，並建立家長子女間親情和諧的橋樑，增進家長和學校聯繫，體驗幼兒受教成果；活動促進家長和幼兒體能健康之認識與重視，集體遊戲令家長、幼兒、學校和老師擁有難忘的一天

(活動內容：幼兒律動跳舞，毛巾操，徒手遊戲，多元化集體遊戲，幼兒舒鬆跳舞)

日期：由貴校安排

地點：戶外康樂營 / 貴校校舍

時間：上午 9 時 — 下午 4 時 30 分

費用：NO.1 & NO.2 每位 HK\$248 - \$268 及 NO.3 費用視時段及人數而定

備註：費用包括來回交通、營地費用、午膳、遊戲、獎品、專業導師 / 領隊及活動平安保險等

戶外康樂營可選擇：保良局大棠渡假村、保良局北潭涌渡假村、烏溪沙渡假村、展能運動村、香港浸會園、大潭童軍營等。

本社尚有其他戶外康樂營及外展體驗同樂活動

歡迎各校自組及致電查詢

並有更多訓練課程，歡迎各校自組開班

查詢詳情：2781 0222 / 9012 2678 (SIMON CHAN)

6031 0456 (ZOE WOO)

悠閒假期(國際)有限公司