



保良局百周年李兆忠紀念中學
Po Leung Kuk Centenary Li Shiu Chung Memorial College

校長訊息 – 四月

敬啟者：

四月共有三則訊息，詳情如下：

1. 各級更換夏季校服安排

隨著夏天到臨，學生須更換夏季校服。依據學校行事曆，三月十二日至三月二十七日為過渡期，學生可選擇穿著夏季校服或冬季校服上課。由四月八日開始學生回校必須穿著整齊的夏季校服。(有關夏季校服之要求，請參閱學生手冊二十四頁至三十一頁)。

2. 中一至中四級班主任課及課後活動安排

學校將於下表所示日期的第八節班主任課及課後時間舉辦活動，相關級別同學將留校參與至下表所列時間，敬希垂注。

日期	級別	活動內容	地點	活動時間
8/4 (星期一)	中三級	選科困惑 (I)	班房	下午2:50 – 4:00
	中二及中四級	「唱好人生」才藝大比拼	禮堂	下午2:50 – 4:30
16/4 (星期二)	中一級	認識自我 (I)	班房	下午2:50 – 4:00
	中三級	反欺凌講座	禮堂	
24/4 (星期三)	中三級	選科困惑(II)	班房	

3. 中一至中三級體育科游泳課

游泳乃是強身健體之運動及求生技能的項目，亦是本校體育科課程當中一個重要元素。體育科將於下學期稍後時間安排學生上游泳課。因時間及場地所限，學校只能為中一至中三級學生安排游泳課。期間各班每循環週次上游泳課一次，共三至四次，地點為屯門西北泳池，上課日期及地點詳見下表。如當天未能上游泳課者，須填寫家長信或出示醫生證明書請假。

女學生 (習泳池)						
班別	3AC (Day I)	3BD (Day II)	2AC (Day III)	2BD (Day IV)	1AC (Day V)	1BD (Day VI)
日期	16/4, 3/5, 30/5	25/4, 23/5, 31/5	18/4, 26/4, 16/5, 24/5	19/4, 17/5, 4/6, 7/6	22/4, 30/4, 9/5, 28/5	23/4, 2/5, 10/5, 6/6
男學生 (室內訓練池)						
班別	3AC (Day I)	3BD (Day II)	2AC (Day III)	2BD (Day IV)	1AC (Day V)	1BD (Day VI)
日期	16/4, 3/5, 30/5	25/4, 23/5, 31/5	18/4, 26/4, 16/5, 24/5	19/4, 17/5, 4/6, 7/6	22/4, 30/4, 9/5, 28/5	23/4, 2/5, 10/5, 6/6

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

二零二四年三月二十七日

體育科泳課備忘

日期: 16/4/2024 - 7/6/2024

地點: 屯門西北泳池(近寶田邨)

1. 所有學生必須預備連身泳衣/泳褲一件及單色泳帽一頂，如有泳鏡者可帶備使用。仍沒有連身泳衣/泳褲/單色泳帽之同學應盡快購買。
2. 其他應備之用品:體育衫、梳、毛巾、沐浴用品、拖鞋、膠袋及個人用品。
3. 泳池內不可使用太陽油。
4. 所有學生須預備五元硬幣乙個以作借用儲物櫃之用。
5. 離校前應帶備所用物品於上午十時四十分前到學校後門集合(新翼地下操場)，班長點名後才一起步行前往屯門西北泳池。
6. 如因病或事未能上泳課，須出示家長簽署之手冊/醫生紙。學生仍須穿著整齊之體育服裝到泳池觀察該課之進行。
7. 因更衣需時，故午膳時間可能稍為延遲。
8. 泳課後，所有同學於泳池解散午膳，但絕不可折返泳池內。午膳後須穿著整齊校服準時回校上課。