

親愛的家長、小朋友您好：

我是來自清華大學體育研究所的研究生黃慧珊，目前在清華大學師資培育中心服務。謝謝您們願意配合我們的計畫進行小米手環穿戴期間的資料收集。透過此方式我們可以分析兒童們用此裝置所取得的資訊，往後可根據此分析資料建構更有意義的研究，並協助改善相關問題。以下項目請閱讀後進行手環測試與安裝。

#### 壹、計畫中要蒐集的資料

1. 身體活動量：每日走路步數、距離、心率等。
2. 睡眠資訊：每日深層睡眠時數、淺眠時數、睡眠期間的清醒時數。

#### 貳、資料取得注意事項

1. 資料取得時間：共計 30 日(儘量連續，無法連續也沒關係，資料蒐集至 30 日即可)
2. 每日請協助檢視資料是否更新，點一下 APP 即可更新。
3. 查閱資料時手機要靠近手環才能檢視更新資料，但平日攜帶手環運動或睡眠可不用靠近手機。在手環有電的情況下資料會自動記錄。

#### 參、安裝步驟

任何一個系統或手機品牌皆可安裝小米運動 APP

1. 請開箱後依照說明書步驟進行充電(充飽應該要兩至三小時以上，可以連續使用至一個月左右)、下載小米運動 APP 並進行手機號碼註冊與綁定。
2. 如果小米運動 APP 中會詢問您是否要使用運動相關資料測量，請皆勾選是，這樣才能收集比較詳細的身體活動量數據。
3. 設定個人資料：請至個人資料填寫區設定您小朋友相關資訊。
3. 加入好友-請掃描我的四維條碼，加入好友我就可以看到您小朋友的活動量與睡眠資料。請放心，其他您手機內相關隱私與個資我完全不會知道。只能知道此小米運動 APP 的資訊而已。

肆、嘗試操作，多點選其中的相關項目試用看看，當開通後戴著此手環就已經會開始記錄相關資料囉！請隨時注意電池量，小米運動 APP 在低於 10% 會提醒您充電。

伍、如不能與我連結為好友，請您與我聯繫，並在有電的情形下照常使用。

我的聯絡方式：0937-401423 mail：[sunny@mail.nd.nthu.edu.tw](mailto:sunny@mail.nd.nthu.edu.tw)

最後，請您於下載APP後開始讓您的小朋友配戴手環，如他適應良好，可以整天都戴著不用拿下。如有適應不良斷斷續續的問題也不用勉強，有收集到30天（含）以上的資料就可以將此小米手環送給您與孩子哦！

小叮嚀：如一直無法加我為好友，到最後可向我索取表格，進行資料填寫。人體試驗同意書上有我的指導教授—謝錦城教授的聯絡方式，有任何問題可直接與我聯繫，或跟他請教皆可。再次感謝您

清大體育所研究生 黃慧珊 敬上