

學校體育推廣計劃—拳擊

《活動章程》

活動類別 活動摘要	運動示範		簡易運動計劃— 兒童健體拳擊	外展教練計劃	
	校內 示範	搏擊中心 示範		非校隊訓練	校隊訓練
				校內訓練	
活動對象	中學生		小三至小六 學生	中學生	
內容簡介	<ul style="list-style-type: none"> - 中國香港拳擊總會簡介 - 拳擊運動基本介紹 - 拳擊裝備介紹 - 基本技術講解及示範 - 基本比賽規則講解及比賽技術示範 - 同樂活動 <p>[若示範於搏擊中心進行]</p> <ul style="list-style-type: none"> - 搏擊中心設施介紹 (如速度球及沙包) 及試用(如擂台及個人裝備) 		<ul style="list-style-type: none"> - 中國香港拳擊總會簡介 - 拳擊運動背景及發展介紹 - 拳擊裝備介紹及使用方法 - 動作示範及講解 - 基本技術練習 - 基本比賽規則講解及練習 - 基本體能訓練 	<ul style="list-style-type: none"> - 中國香港拳擊總會簡介 - 拳擊運動基本介紹 - 拳擊裝備介紹 - 基本技術講解及練習 - 基本比賽規則講解及練習 - 體能訓練 	<ul style="list-style-type: none"> - 比賽規則講解 - 技術練習 - 體能訓練 - 模擬比賽
場地	地面平滑的 室內或室外 場地	深水埗 北河街 體育館 6 樓 搏擊中心 (見備註)	地面平滑的 室內或室外 場地	地面平滑的室內或室外場地	
費用	每節 720 元 (同日延 續, 每節 565 元)	每節 640 元	每個課程 1,530 元	每個課程 2,190 元	每個課程 3,760 元
由學校提供的器材	播音器材	不適用	播音器材	播音器材	不適用 (學生可自行 購買紮手帶)
活動時數	每節 2 小時		每個課程 4 堂, 每堂 1.5 小時 (共 6 小時)	每個課程 8 堂, 每堂 2 小時 (共 16 小時)	每個課程 12 堂, 每堂 2 小時 (共 24 小時)

活動類別 活動摘要	運動示範		簡易運動計劃— 兒童健體拳擊	外展教練計劃	
	校內 示範	搏擊中心 示範		非校隊訓練	校隊訓練
				校內訓練	
每節/課程預算參加人數	40 人		30 人	30 人	20 人
建議活動日期/時間	由學校自行訂定				
報名表格	運動示範報名表 (第 137 頁)		簡易運動計劃 報名表 (第 148 頁)	外展教練計劃報名表 (第 151 頁)	
報名方法	<ol style="list-style-type: none"> 請於報名截止日期前 (見活動簡介第 5 頁「申請辦法」), 把填妥的電子報名表格以電郵方式遞交康文署, 電郵地址: applicationssp@lcsd.gov.hk。有關繳費詳情, 請參閱活動簡介第 6 頁「繳費及活動安排」。 如報名參加外展教練計劃訓練班, 請在報名表格上註明是校隊或非校隊訓練。 				
活動須知	<ol style="list-style-type: none"> 學校宜安排年滿 18 歲的負責人或老師監督活動。 學員應穿著運動服及運動鞋參加活動。 如總會已應學校申請安排教練進行活動, 而學校最終要求取消活動, 總會將從每項活動的活動費中扣除行政費用 (運動示範 204 元; 簡易運動計劃或外展教練計劃訓練班 408 元), 餘額由總會直接退還學校。 如學校在運動示範當日臨時取消活動, 將不獲安排改期或補課, 已繳費用概不退還。 如總會/康文署未能安排活動, 已遞交的支票將退還學校。 				
查詢電話/ 網址	2601 7602 / http://www.lcsd.gov.hk/tc/ssp/index.html				

備註： 搏擊中心場地由康文署安排，惟學校須自行安排交通工具往返場地。