

中國香港拳擊總會 主辦 康樂及文化事務署 資助 教育局 協辦  
**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
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"> <li>- 中國香港拳擊總會簡介</li> <li>- 拳擊運動基本介紹</li> <li>- 拳擊裝備介紹</li> <li>- 基本技術講解及示範</li> <li>- 基本比賽規則講解及比賽技術示範</li> <li>- 同樂活動</li> </ul> <p>[若示範於搏擊中心進行]</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 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)</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- 中國香港拳擊總會簡介</li> <li>- 拳擊運動背景及發展介紹</li> <li>- 拳擊裝備介紹及使用方法</li> <li>- 動作示範及講解</li> <li>- 基本技術練習</li> <li>- 基本比賽規則講解及練習</li> <li>- 基本體能訓練</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 中國香港拳擊總會簡介</li> <li>- 拳擊運動基本介紹</li> <li>- 拳擊裝備介紹</li> <li>- 基本技術講解及練習</li> <li>- 基本比賽規則講解及練習</li> <li>- 體能訓練</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 比賽規則講解</li> <li>- 技術練習</li> <li>- 體能訓練</li> <li>- 模擬比賽</li> </ul>
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 760 元 (同日延 續，每節 600 元)	每節 660 元	每個課程 1,620 元	每個課程 2,190 元	每個課程 3,860 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 139 頁)	簡易運動計劃 報名表 (第 150 頁)	外展教練計劃報名表 (第 153 頁)					
報名方法	<ol style="list-style-type: none"> <li>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：<a href="mailto:applicationssp@lcsd.gov.hk">applicationssp@lcsd.gov.hk</a>。有關繳費詳情，請參閱活動簡介第 6 頁「繳費及活動安排」。</li> <li>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。</li> </ol>							
活動須知	<ol style="list-style-type: none"> <li>學校宜安排年滿 18 歲的負責人或老師監督活動。</li> <li>學員應穿著運動服及運動鞋參加活動。</li> <li>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 210 元；簡易運動計劃或外展教練計劃訓練班 420 元），餘額由總會直接退還學校。</li> <li>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。</li> <li>如總會／康文署未能安排活動，已遞交的支票將退還學校。</li> </ol>							
查詢電話/ 網址	2601 7602 / <a href="http://www.lcsd.gov.hk/tc/ssp/index.html">http://www.lcsd.gov.hk/tc/ssp/index.html</a>							

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。