

中國香港中國國術龍獅總會 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－舞龍及舞獅**  
**（活動章程）**

活動類別  活動摘要	運動示範	簡易運動計劃		外展教練計劃
				非校隊訓練
	舞獅	舞獅	舞龍	舞龍
活動對象	小學生及中學生	小學生		小學生 (技術已達銅章或以上)
內容簡介	介紹舞獅器材、服裝、基本技術及比賽規則，並透過同樂，讓學生嘗試舞獅運動	教授舞獅基本功如步法、常用姿態、鼓樂的基礎知識等，使學生可掌握基本舞獅技術	- 以總會現行的章別獎勵計劃銅章技術要求為訓練大綱 - 教授舞龍基本功，使學生可掌握基本舞龍技術	- 以總會現行的章別獎勵計劃銀及金章技術要求為訓練大綱 - 教授更多動作技巧，使學生更全面掌握舞龍技術，讓揮動的舞龍充分呈現龍的形態
場地需求	面積約一個籃球場大小的禮堂或有蓋操場			
費用	每節 850 元	每個課程 1,200 元	每個課程 1,020 元	每個課程 1,430 元
由學校提供的器材	無線咪及擴音器	學校可自行購置練習用舞獅/舞龍器材 總會已訂定有關舞獅/舞龍器材之規格和要求，詳情請聯絡總會 [若學校未能為學生安排所需器材，學校可向康文署商討借用有關器材]		
活動時數	每節 2 小時	每個課程 5 堂，每堂 2 小時（共 10 小時）		
每節/課程預算參加人數	40 人	15 人		
建議活動日期/時間	星期一至星期五 上午 8 時至下午 6 時 星期六 上午 8 時至下午 1 時			
技術評核	不適用		章別獎勵計劃（見活動須知 3）	
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	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「繳費安排及活動安排」。			
活動須知	1. 學校宜安排年滿 18 歲的負責人或老師監督活動進行。 2. 學員應穿著運動服及運動鞋參加活動。 3. 凡參與簡易舞龍課程的學員可於課程完結前考核「銅章」。完成一期外展教練課程的學員，可於課程完結前考核「銀章」。銀章學員完成二期外展教練課程，可於課程完結前考核「金章」。成績達標者將可向總會自費購買章別及證書。詳情請參閱 <a href="https://www.lcsd.gov.hk/tc/ssp/badges.html">https://www.lcsd.gov.hk/tc/ssp/badges.html</a> 。 4. 曾於 2024 年 9 月至 2025 年 12 月內參加簡易運動計劃舞龍訓練的學校，可參加本計劃於 2026 年舉辦的「簡易運動大賽－舞龍比賽」，詳情將稍後公布。 5. 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。 6. 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。 7. 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 / <a href="http://www.lcsd.gov.hk/tc/ssp/index.html">http://www.lcsd.gov.hk/tc/ssp/index.html</a>			