

中國香港棍網球總會 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－棍網球**  
**（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		校隊訓練	
活動對象	小學生	中學生	小學生	小學生	中學生	小學生	中學生
內容簡介	介紹棍網球運動，包括規則、歷史及器材等。以簡單遊戲示範傳接、剷球及射門等，讓學生體驗棍網球的樂趣。		教授一般棍網球常識、手眼協調練習、球棍控制、傳接、剷球及射門。	教授基本及進階技巧，包括傳接、突破、射球、防守步法、比賽規則及戰術運用等。		透過進階訓練，教授比賽規則及戰術，包括突破、進攻及防守技巧、進攻模式及防守戰術等。	
場地需求	禮堂或有蓋操場			面積約一個籃球場戶外場地			
費用	每節 410 元 （同日延續 每節 210 元）	每節 320 元 （同日延續 每節 120 元）	每個課程 600 元	每個課程 1,600 元	每個課程 3,300 元	每個課程 3,400 元	每個課程 4,800 元
由學校提供的器材	雪糕筒 20 個			雪糕筒 30 個			
其他體育器材	棍網球器材 （由總會提供）						
活動時數	每節 1 小時		每個課程 5 堂， 每堂 1 小時 （共 5 小時）	每個課程 8 堂 每堂 1 小時 （共 8 小時）	每個課程 8 堂 每堂 1.5 小時 （共 12 小時）	每個課程 10 堂 每堂 1.5 小時 （共 15 小時）	每個課程 10 堂 每堂 2 小時 （共 20 小時）
每節/課程預算參加人數	30 人	30 人	10 人	20 人	15 人	20 人	15 人
建議活動日期/時間	星期一至星期六 上午 9 時至下午 6 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	1. 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」。 2. 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	校隊訓練
活動須知	<div><div>1. 學校宜安排年滿 18 歲的負責人或老師監督活動進行。</div><div>2. 學員應穿著運動服及運動鞋參加活動。</div><div>3. 凡參與「簡易運動計劃」或「外展教練計劃」棍網球訓練班的學員，教練會於課程完結前根據金、銀及銅章級別的考核標準進行技術評核，成功通過測試的學員，可自費向總會申請有關章別及證書。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>。</div><div>4. 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。</div><div>5. 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。</div><div>6. 如總會／康文署未能安排活動，已遞交的支票將退還學校。</div></div>			
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>			