

學校體育推廣計劃—劍擊

《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		
			花劍	重劍	佩劍	花劍	重劍	佩劍
活動對象	小學及中學生	小學生	小學四年級或以上學生及中學生					
內容簡介	介紹劍擊運動器材、服裝、基本技術及比賽規則，並透過同樂，讓學生嘗試劍擊運動。	是項課程以花劍訓練為主，內容包括：握劍、實戰姿勢、刺、進退步法、弓步、弓步回收、防守還擊及比賽規則。教練會因應不同的教學環境使用遊戲作為教學媒介。	改進動作技巧、提高劍擊基本技術、加強劍擊比賽戰術運用。			增強專項技術、進階比賽戰術運用、體能訓練及改善動作反應，從而建立個人自信心。 每校最多可為 20 名學生申請持續性的校隊訓練，有關名單須在學期初提交康文署，教練將按時為校隊成員作技術評估。		
場地需求	禮堂或有蓋操場							
費用	每節 770 元 (同日延續 每節 490 元)	每個課程 570 元	每個課程 2,000 元			每個課程 2,580 元		
由學校提供的器材	播放短片的影音器材	學校須為學生安排所需器材； 每套器材包括面罩、劍及練習服。						
其他體育器材	面罩、劍及練習服 (由總會提供)	不適用						
活動時數	每節 1 小時	每個課程 4 堂， 每堂 1 小時 (共 4 小時)	每個課程 8 堂，每堂 2 小時 (共 16 小時)					
每節/課程預算參加人數	80 人 (每節參與同樂 人數 10 人)	20 人						
建議活動日期/時間	星期一至星期五 下午 3 時前 星期六: 下午 1 時前	星期一至日 (屯門、元朗、上水及離島區學校可選星期六下午及星期日)						
技術評核	不適用	章別獎勵計劃 (見活動須知 4)						

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		
			花劍	重劍	佩劍	花劍	重劍	佩劍
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進行。 學員應穿著運動服及運動鞋參加活動。 劍擊項目另設運動領袖訓練課程, 詳情請參閱有關章程 (第 136 頁)。 凡參與簡易運動計劃或外展教練計劃劍擊訓練班的學員, 教練會於課程完結前根據簡易劍擊章別的金、銀及銅章級別或外展教練武士章別的金、銀及銅章級別的考核標準進行技術評核, 成績達標者將獲康文署免費頒發章別及證書。詳情請參閱 https://www.lcsd.gov.hk/tc/ssp/badges.html。 若小學四年級或以上學生的技術達章別獎勵計劃的銅章要求, 學校可為學生報讀外展教練訓練課程。 曾於 2023 年 9 月至 2024 年 12 月內參加簡易運動計劃劍擊訓練的學校, 可參加本計劃於 2025 年舉辦的「簡易運動大賽—劍擊(花劍)比賽」, 詳情將稍後公布。 曾於 2023 年 9 月至 2024 年 11 月內參與外展教練計劃的學校可參加「隊際外展劍擊(花劍)比賽」, 詳情將稍後公布。 凡第一次參與本計劃的劍擊(花劍)訓練的學校可向康文署借用訓練器材, 為期六個月, 詳情可向本署職員聯絡。 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							