

## 《活動章程》

活動類別	運動示範	簡易運動計劃	外展教練計劃		聯校專項訓練計劃
活動摘要					
活動對象	中學及小學學生	小學學生	各級中學學生		16歲或以下之中學學生 (按學界比賽乙組及丙組之年齡限制計算)
			非校隊訓練	校隊訓練	
內容簡介	<p>香港欖球總會將安排教練前往學校介紹欖球運動、示範欖球運動技巧，並透過遊戲及小組活動，讓學生一同參與該項運動。</p> <p>(TRY 欖球乃香港欖球總會屬下小型欖球會，初階之比賽及訓練模式，有助學員更清楚及正確認識欖球運動。)</p>	<p>TRY 欖球是香港欖球總會選定作為發展學界欖球的基礎訓練，TRY 欖球玩法較近似傳統英式欖球全接觸欖球(Contact Rugby)。</p>			<p>「聯校欖球訓練計劃」的目的是聯繫各活躍欖球運動的學校，透過本署提供場地，在草地場上進行全接觸欖球(Contact Rugby)訓練，從正統訓練參與欖球運動。</p> <p>由香港欖球總會提供持續及有系統的訓練，逐步提升學員的個人技巧及隊際戰術運用上之掌握，藉以提升學界欖球運動的水平。</p> <p>每年更會舉辦「聯校專項訓練計劃 校際欖球比賽」作為訓練課程的總結，各學員可藉此切磋技術，增加比賽經驗及提高技術水平。</p>
		<p>訓練內容以介紹欖球的基礎技術，包括：運球跑動、防守、閃避法、小組組織及比賽規則。</p> <p>建議學校訂立長遠欖球發展計劃，以 TRY 欖球作為訓練基礎。</p> <p>教練會為學員於第三期訓練後進行技術測試，通過考核的學員，將獲本署頒發「簡易運動章別計劃」證書及章別，以茲鼓勵。</p>	<p>訓練內容包括基本技術，基本戰術運用及攻防概念，以及個人、小組及位置等處理技巧。</p> <p>此課程適合不同年齡階層的學員。學校更可透過這項計劃，發掘具潛質的學員，組成學校代表隊，作長遠發展，從而提升學生的欖球技術水平。</p>	<p>學校代表隊的訓練內容集中以全接觸欖球(Contact Rugby)作為訓練基礎，加強比賽技巧的訓練元素，隊伍戰術運用及攻防概念，以及個人和小組技術發展。</p> <p>(如學校能安排草地場作為活動場地，教練將以全接觸欖球模式進行訓練。)</p>	
場地需求	學校室外籃球場或室內禮堂	學校室外或室內籃球場	學校室外或室內籃球場	學校室外或室內籃球場(草地場較佳)	由康文署選定訓練場地 詳情請參閱獨立報名表
費用	每課程 215 元	每課程 600 元	每課程 840 元	每課程 1,040 元	第一期 1,560 元 第二期 2,860 元
由學校提供的器材	器材 由香港欖球總會提供	<p>學校可自行購買 4 號(小學)或 5 號(中學)欖球 4 至 6 個、飛碟或雪糕筒 24 個。</p> <p>[若學校未能及時為學生安排所需器材，康文署可借出有關器材，為期一個學期(約 6 個月)]</p>			器材由本署提供
活動時數	每節 1.5 小時 (建議學校於同日連續安排多於一節的示範)	每課 2 小時，共 8 小時(4 課)	每課 2 小時，共 10 小時(5 課)		每年舉辦二期課程 每課 1.5 小時 (第一期共 12 小時，8 課) (第二期共 22.5 小時，15 課)

活動類別	運動示範	簡易運動計劃	外展教練計劃	聯校專項訓練計劃
活動摘要				
每班/節預算參加人數	80 - 120 人	每班 20 人		每中心 4 隊 每隊 20-25 人
建議活動日期/時間	星期一至五(上午 9 時至中午 12 時及下午 2 時至 6 時) (每年三月除外)			第一期為 4 月至 5 月及 第二期為每年 10 月至 翌年 2 月
章別獎勵計劃	不適用	凡參與學校體育推廣計劃中的簡易運動計劃及外展教練計劃欖球訓練班的學員，將由教練於課程完結前根據各級章別的技术測試內容進行評核，評級在 C 級或以上的學員，將獲康樂及文化事務署免費頒發章別及證書，以茲鼓勵。詳情請參閱「學校體育推廣計劃－欖球章別獎勵計劃手冊」。		不適用
報名表格	運動示範 報名表(第 91 頁)	簡易運動計劃 報名表(第 77 頁)	外展教練計劃 報名表(第 81 頁)	聯校欖球訓練班報名表 (請參閱獨立報名表)
報名辦法	將活動報名表連同報名費的支票(每一節需夾附一張支票，抬頭書「香港欖球總會」，並在支票背面寫上學校名稱)，寄回下列地點。	<ol style="list-style-type: none"> <li>將活動報名表連同報名費的支票(每一課程/活動需夾附一張支票，抬頭書「香港欖球總會」，並在支票背面寫上學校名稱)，寄回下列地點。</li> <li>若總會已按申請安排教練，而最終學校要求取消活動，總會將會從報名費中扣除 244 元，作為安排課程的行政費用，而餘額會由總會直接退還學校。</li> </ol>		<ol style="list-style-type: none"> <li>所有參加聯校欖球訓練班之學員，需由香港欖球總會教練簽署推薦書，以校隊名義參加，連同填妥有關報名表及報名費用的支票，支票抬頭書「香港欖球總會」，背面清楚寫上學校名稱)，寄回下列地點。</li> <li>有關的上課地點、日期及時間，稍後將向各學校發出獨立章程及報名表，請留意本署宣傳資料。</li> </ol>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>將填妥的報名表連同支票一併寄回： 沙田排頭街 1-3 號康樂及文化事務署總部 1 樓 學校體育推廣小組收。</li> <li>有關舉辦活動的申請日期，請參照活動簡介內的申請辦法。(第 6 頁)</li> <li>若體育總會/康文署未能安排有關活動，所遞交的支票款項將發還學校。</li> </ul>			
查詢電話 / 網頁	2601 7602 / <a href="http://www.lcsd.gov.hk">http://www.lcsd.gov.hk</a>			

備註：

- 學校宜安排年滿 18 歲的負責人或老師監督活動進行。
- 為鼓勵學生積極持續參與體育運動，建議學校可訂立及申請整個學期(約 6 個月)的訓練課程，以便教練按時為學生作技術進度評估。
- 同學應穿著適當運動服裝及運動鞋上課。
- 本計劃每年會舉辦「校際簡易運動大賽－TRY 欖球比賽」，由 2008 年起比賽將以 TRY 欖球作為比賽項目，歡迎參與本計劃接受訓練的學員參加，作為學校訓練學生的目標，藉此讓學員交流切磋，增加學員對簡易欖球的興趣，從而提高技術水平。報名詳情容後公佈。