活動索引

可供選擇的運動項目

項次	體育項目		小學				中學				
			運動示範	簡易運動計劃	外展教練計劃	聯校專項訓練計劃	運動示範	簡易運動計劃	外展教練計劃	聯校專項訓練計劃	運動領袖計劃
1	射箭		✓	-	✓	-	✓	-	✓	-	-
2	田徑		✓	✓	＊✓	-	✓	-	＊✓	-	✓
3	羽毛球		-	＊✓	＊✓	-	-	-	＊✓	-	✓
4	棒球		✓	✓	✓	-	✓	-	✓	-	-
5	籃球		✓	＊✓	✓	✓	✓	-	✓	✓	✓
6	桌球		-	-	-	-	✓	-	✓	-	-
7	健美		-	-	-	-	✓	-	-	-	-
8	拳擊		-	✓	-	-	✓	-	✓	-	-
9	獨木舟		-	＊✓	-	-	-	＊✓	#＊✓	-	-
10	板球		✓	✓	✓	-	✓	-	✓	-	-
11	單車	單車	✓	＊✓	＊✓	✓	✓	-	＊✓	✓	-
		小輪車(BMX)	✓	-	✓	-	✓	-	✓	-	-
		場地單車	✓	-	-	-	✓	-	#✓	✓-	-
12	體育舞蹈		✓	＊✓	✓	-	✓	＊✓	✓	-	-
13	龍舟		-	-	-	-	✓	-	#＊✓	#＊✓	✓
14	舞龍/舞獅	舞獅	✓	✓	-	-	-	-	-	-	-
		舞龍	-	＊✓	＊✓	-	-	-	-	-	-
15	劍擊		✓	＊✓	＊✓	-	✓	-	＊✓	-	✓
16	足球		-	-	✓	-	-	-	✓	-	✓
17	門球		✓	✓	-	-	✓	-	＊✓	-	-
18	高爾夫球		✓	-	-	-	-	-	-	-	-
19	體操	健美體操	✓	-	✓	-	✓	-	✓	-	-
		競技體操	-	-	＊✓	-	-	-	＊✓	-	-
		藝術體操	✓	-	＊✓	#＊✓	✓	-	＊✓	-	-
20	手球	手球	✓	✓	✓	-	✓	-	✓	-	✓
		沙灘手球	✓	✓	✓	-	✓	-	✓	-	-
21	曲棍球		✓	✓	✓	-	✓	-	✓	-	-
22	柔道		✓	-	✓	-	✓	-	✓	-	-
23	空手道		✓	✓	-	-	✓	-	-	-	-
24	小型賽車		✓	-	-	-	✓	-	-	-	-
25	劍道		✓	-	-	-	✓	-	-	-	-

項次	體育項目		小學				中學				
			運動示範	簡易運動計劃	外展教練計劃	聯校專項訓練計劃	運動示範	簡易運動計劃	外展教練計劃	聯校專項訓練計劃	運動領袖計劃
26	合球		✓	-	✓	-	✓	-	✓	-	-
27	草地滾球		✓	✓	✓	-	✓	-	✓	-	-
28	拯溺		✓	-	-	-	✓	-	-	-	-
29	攀山及攀登	運動攀登	✓	✓	-	-	✓	-	#✓	-	-
		山藝	✓	-	-	-	✓	-	✓	-	-
30	泰拳		-	-	-	-	✓	-	✓	-	-
31	投球		✓	＊✓	-	-	✓	-	＊✓	-	-
32	野外定向		✓	✓	-	-	✓	✓	✓	-	-
33	滾軸運動		✓	-	-	-	✓	-	-	-	-
34	賽艇		✓	-	#✓	✓	✓	-	#＊✓	✓	-
35	欖球		✓	＊✓	-	-	✓	-	＊✓	✓	-
36	帆船		✓	-	-	-	✓	-	-	-	-
37	足毽		✓	＊✓	＊✓	-	✓	-	＊✓	-	-
38	壘球		✓	✓	-	-	✓	-	-	-	-
39	壁球		✓	✓	✓	✓	✓	-	✓	✓	-
40	乒乓球		-	-	✓	-	-	-	✓	-	✓
41	跆拳道		✓	-	✓	--	✓	-	✓	-	-
42	網球		✓	＊✓	＊✓	✓	✓	-	＊✓	-	-
43	保齡球		✓	-	✓	-	✓	-	✓	-	✓
44	三項鐵人		✓	＊✓	✓	-	✓	-	✓	-	-
45	排球	排球	-	✓	-	-	-	-	＊✓	#✓	✓
		沙灘排球	-	-	-	-	✓	-	✓	✓	-
46	舉重及健力		-	-	-	-	✓	-	✓	-	-
47	滑浪風帆		✓	-	-	#✓	✓	-	#✓	#✓	-
48	武術		-	-	#＊✓	-	-	-	#＊✓	-	-

註： 附 ＊號的項目設章別獎勵計劃
附 # 號的項目設進階訓練課程

活動索引
運動教育計劃活動項目

項目	選項	主講者	備註
運動展覽	A 組： 運動與健康、 運動的價值、 運動與營養及 運動創傷	不適用	詳情請參閱 114 頁
	B 組： 運動與多元智能發展及 運動與壓力管理		
	C 組： 運動與認識自我及 運動與體重管理		
	D 組： 認識體適能		
	E 組： 介紹運動獎勵計劃		
運動講座	1. 運動的價值	香港中文大學體育運動科學系學生	每間參加運動講座的學校，在完成講座後將獲康文署贈送所選講題的資料光碟一隻。 詳情請參閱 115 頁
	2. 運動與營養		
	3. 運動與健康		
	4. 運動創傷		
	5. 運動與科學		
	6. 運動與壓力管理	香港浸會大學體育學系學生	
	7. 運動與多元智能發展		
	8. 運動與認識自我		
	9. 運動與體重管理		
	10. 運動與生活		
體育場地參觀	1. 香港大球場	不適用	參加學校須自行為學生安排交通工具往返活動場地。 詳情請參閱 113 頁
	2. 屯門康樂體育中心		
	3. 康樂及文化事務署轄下水上活動中心： - 賽馬會黃石水上活動中心 - 聖士提反灣水上活動中心 - 赤柱正灘水上活動中心		