香港欖球總會　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－欖球

《活動章程》

<table>
<tr><td>活動類別
活動摘要</td><td>運動示範</td><td>簡易運動計劃</td><td colspan="2">外展教練計劃</td><td>聯校專項訓練計劃</td></tr>
<tr><td></td><td></td><td></td><td>非校隊訓練</td><td>校隊訓練</td><td></td></tr>
<tr><td>活動對象</td><td>小學生及
中學生</td><td>小學生</td><td colspan="2">中學生</td><td>中學生
– 學校校隊
– 由總會教練推薦</td></tr>
<tr><td rowspan="3">內容簡介</td><td colspan="5">非撞式欖球是總會選定作為發展學界欖球的基礎訓練，非撞式欖球玩法近似傳統英式欖球－全接觸欖球(Contact Rugby)。</td></tr>
<tr><td rowspan="2">介紹非撞式欖球及示範欖球運動技巧，透過遊戲及小組活動，讓學生認識欖球的比賽與訓練模式。</td><td>訓練內容以非撞式欖球為基礎。
內容包括：
運球跑動、傳球技術、防守、閃避法、攔截、小組組織及比賽規則。</td><td>非撞式欖球基礎技術、運球跑動、傳球技術、防守、閃避法、擒抱、鬥牛及比賽規則，並加強、基本戰術運用、攻防概念，以及個人、小組及位置等處理技巧。</td><td>內容主要以全接觸欖球(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。

(如學校未能安排草地場作為活動場地，教練將以非撞式欖球進行實習訓練。)</td><td>以全接觸欖球(Contact Rugby)的正統訓練為基礎，進行持續及有系統的訓練，逐步提升學生的個人技巧及讓學生掌握及運用隊際戰術。</td></tr>
<tr><td colspan="4">香港欖球總會要求所有參加全接觸欖球(Contact Rugby)訓練及比賽的學生均“必須”配戴牙膠。</td></tr>
<tr><td>場地需求</td><td>學校室外籃球場
或
室內禮堂</td><td colspan="2">學校室外籃球場
或
有蓋操場
或
室內禮堂</td><td>學校室外籃球場
或
有蓋操場
或
室內禮堂
(草地場較佳)</td><td>由康文署預訂訓練場地，詳情請參閱個別章程。</td></tr>
<tr><td>費用</td><td>每節 398 元</td><td>每個課程
895 元</td><td>每個課程
1,240 元</td><td>每個課程
1,540 元</td><td>第一期：
每隊 3,250 元
第二期：
每隊 1,860 元</td></tr>
<tr><td>由學校提供的器材</td><td>不適用</td><td colspan="3">4 號(小學)或 5 號(中學)欖球 4 至 6 個及
飛碟或雪糕筒 24 個</td><td>不適用</td></tr>
<tr><td>其他體育器材</td><td>欖球及
其他器材
(由總會提供)</td><td colspan="3">不適用</td><td>欖球及其他器材
(由康文署提供)</td></tr>
</table>

<table>
<tr><td>活動類別
活動摘要</td><td>運動示範</td><td>簡易運動計劃</td><td colspan="2">外展教練計劃</td><td>聯校專項訓練計劃</td></tr>
<tr><td></td><td></td><td></td><td>非校隊訓練</td><td>校隊訓練</td><td></td></tr>
<tr><td>活動時數</td><td>每節 1.5 小時
(建議學校於同日連續安排多於一節的示範)</td><td>每個課程 4 堂，
每堂 2 小時
(共 8 小時)</td><td colspan="2">每個課程 5 堂，每堂 2 小時
(共 10 小時)</td><td>每年舉辦兩期課程
每堂 1.5 小時
第一期 15 堂
(共 22.5 小時)
第二期 8 堂
(共 12 小時)</td></tr>
<tr><td>每節/課程預算參加人數</td><td>100 人</td><td colspan="3">每班 20 人</td><td>每隊 25 人，
名額共 8 隊</td></tr>
<tr><td>建議活動日期/時間</td><td colspan="4">星期一至五 上午 9 時至中午 12 時及下午 2 時至 6 時
及
星期六 上午 9 時至中午 12 時</td><td>第一期為
十月至翌年二月
及
第二期為
四月至六月</td></tr>
<tr><td>技術評核</td><td>不適用</td><td colspan="3">章別獎勵計劃(見活動須知 3)</td><td>不適用</td></tr>
<tr><td>報名表格</td><td>運動示範報名表
(第 123 頁)</td><td>簡易運動計劃
報名表
(第 133 頁)</td><td colspan="2">外展教練計劃報名表
(第 136 頁)</td><td>聯校欖球訓練班
報名表
(詳情請參閱
個別章程)</td></tr>
<tr><td>報名方法</td><td colspan="4">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：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」。
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。</td><td>康文署稍後會向各學校以傳真方式發出個別章程及報名表，請留意康文署宣傳資料。</td></tr>
<tr><td>活動須知</td><td colspan="5">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. 凡參與簡易運動計劃或外展教練計劃欖球訓練班的學校，可額外申請參加欖球章別獎勵計劃，教練會於課程完結前根據各章別的考核標準為學員進行技術評核，評級在 C 級或以上的學員，將獲康文署免費頒發章別及證書，以資鼓勵。詳情請參閱「學校體育推廣計劃－欖球章別獎勵計劃手冊」。
4. 曾於 2018 年 9 月至 2019 年 12 月內參加簡易運動計劃欖球訓練的學校，可優先參加本計劃於 2020 年舉辦的「簡易運動大賽－Touch 欖球比賽」，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 182 元 ; 簡易運動計劃或外展教練計劃訓練班 364 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。</td></tr>
<tr><td>查詢電話/網址</td><td colspan="5">2601 7602 / http://www.lcsd.gov.hk/tc/ssp/index.html</td></tr>
</table>