

學校體育推廣計劃－滑浪風帆

《活動章程》

活動類別 活動摘要	運動示範	外展教練計劃		聯校專項訓練計劃
		非校隊訓練		
		初級證書班	技術改良班	
活動對象	小學及中學生	中學生 (12 歲或以上)	中學生 (12 歲或以上) (學生須持有滑浪風帆初級證書)	小學及中學生 (8 歲或以上及持有滑浪風帆初級證書 - 必須由老師或教練推薦)
內容簡介	播放短片介紹滑浪風帆運動發展歷史及相關器材。教練會利用模擬風帆器進行技術示範及安排學生嘗試操作，令他們掌握操控滑浪風帆的基本概念。	教導學生認識滑浪風帆的基本操作技巧和知識，包括下水、出發、登陸、航行技巧和站立姿勢、帆板操作及裝嵌、自我救援技術、航行理論及安全守則等。	為學生進一步提供技術改良的機會，令他們更熟習基礎技術，包括強化逆風轉向及順風轉向等技巧。	本課程是為具備潛質的滑浪風帆運動學生，提供持續及有系統的訓練。課程分為： - 銀隊組別；及 - 金隊組別 內容包括介紹各種帆及板的種類及其特性，學習使用器材的技巧和航行規則。表現優異的學生將會獲總會選拔加入「青少年培訓隊預備組」接受進一步培訓，作為香港青少年代表隊接班人。
場地需求	學校戶外場地或樓高 17 呎或以上的有蓋操場或禮堂	康文署轄下水上活動中心： - 赤柱正灘水上活動中心 - 大美督水上活動中心		
費用	每節 760 元 (同日延續每小時 119 元)	每個課程 1,380 元	每個課程 1,380 元	【銀隊組別】 每個訓練課程 150 元/天， 每期課程共 10 天 每人每期合共 1,500 元 【金隊組別】 每個訓練課程 120 元/天， 每期課程共 10 天 每人每期合共 1,200 元
由學校提供的器材	無線咪、電視機、光碟播放機及播音器材	不適用		
其他體育器材	模擬風帆器 (由總會提供)	滑浪板及救生衣 (由康文署提供)		
活動時數	每節 3 小時	兩天課程 每天 7 小時 (共 14 小時)		一天課程 (共 7 小時) (最少報名參加 10 天或以上的課程)
每節/課程預算參加人數	80 人 (每節參與同樂人數 20 人)	每班 5 人 (同期最多 2 班，共 10 人)		【銀隊組別】 每班 5 人 【金隊組別】 每班 8 人

活動類別 活動摘要	運動示範	外展教練計劃		聯校專項訓練計劃
		非校隊訓練		
		初級證書班	技術改良班	
建議活動日期/時間	星期一至星期五 上午 9 時至 下午 12 時 30 分 或 下午 1 時至 4 時 30 分	星期一至日(星期三除外) 上午 9 時至下午 5 時 星期六及日及學校假期較佳		(由總會編定)
技術評核	不適用	總會評核	不適用	總會評核
報名表格	運動示範報名表 (第 134 頁)	外展教練計劃— 獨木舟、龍舟和滑浪風帆報名表 (第 149 頁)		聯校滑浪風帆訓練計劃 報名表 (請參閱總會網址) (http://www.windsurfing.org.hk)
報名方法	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」。			<ol style="list-style-type: none"> 1. 學生可於總會網頁下載報名表格, 填妥的活動報名表連同活動費用 (支票抬頭書 [香港滑浪風帆會]) 寄回香港滑浪風帆會 (地址: 香港銅鑼灣掃桿埔大球場徑 1 號奧運大樓 1001 室)。 2. 信封面請註明「聯校滑浪風帆訓練計劃」。申請如不被接納, 支票將被退回予申請人。
活動須知	<ol style="list-style-type: none"> 1. 學校宜安排年滿 18 歲的負責人或老師監督活動進行。 2. 所有參加滑浪風帆外展教練計劃及聯校專項訓練計劃的學員必須能穿夠著衣服游畢 50 米。 3. 學校須自行安排交通工具往返場地。 4. 凡參與外展教練計劃或聯校專項訓練計劃的學員, 教練會於課程完結前進行評核, 成績達標者可獲總會於航海日誌上簽發證書。 5. 學員須自行向總會購買航海日誌(每本 30 元), 以記錄個人成績。如有查詢, 請於活動首日向教練提出。 6. 本計劃將於每年 4 月及 10 月在康文署轄下水上活動中心舉行「聯校滑浪風帆比賽」, 讓學員藉此交流切磋, 增加學員對滑浪風帆的興趣, 提升技術水平。歡迎曾經參加「聯校專項訓練計劃」的學員報名, 詳情將稍後公布。 7. 參加者的年齡以活動舉行日期計算, 如發現學員未滿指定年齡, 康文署會取消該名學員參加訓練的資格, 報名費用恕不退還。 8. 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 190 元; 外展教練計劃訓練班 380 元), 餘額由總會直接退還學校。 9. 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。 10. 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			