

學校體育推廣計劃—投球

《活動章程》

活動類別	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
活動摘要				
活動對象	小學及中學生	小學四至六年級學生	中學生	中學生 (供曾參與非校隊訓練的學校參加)
內容簡介	1. 講解投球規則 2. 教授投球基本技巧 3. 學生參與友誼賽及同樂。	訓練內容包括：接球、傳球、步法、進攻、肩上傳球、防守技巧、射球、比賽規則。	投球進階技巧，包括：接球、傳球、步法、進攻、肩上傳球、防守技巧、射球、比賽規則及戰術運用等。	投球高階技巧，包括：控球、進攻、防守及團隊戰術運用等。
場地需求	面積約一個排球場大小，樓高最少 12 呎的室內或室外場地。		籃球場或投球場	
費用	每節 600 元 (同日延續 每節收費 510 元)	每個課程 920 元	每個課程 1,170 元	每個課程 1,460 元
由學校提供的器材	播放短片的影音器材	5 號投球 10 個、投球柱 2 支及投球衣 2 套	5 號投球 10 個、投球柱 2 支及投球衣 2 套	5 號投球 10 個、投球柱 2 支、投球衣 2 套及飛碟 20 個
		[若學校未能為學生安排所需器材，學校可向康文署商討借用有關器材。]		
活動時數	每節 2 小時	每個課程 8 堂， 每堂 1 小時 (共 8 小時)	每個課程 6 堂，每堂 1.5 小時 (共 9 小時)	
每節/課程預算參加人數	70 人	20 人		
建議活動日期/時間	星期一至星期五 上午 8 時至下午 6 時 星期六 上午 8 時至下午 1 時	星期一至星期五 下午 3 時至 6 時 星期六 上午 8 時至下午 2 時		
章別獎勵計劃	不適用	章別獎勵計劃 (見活動須知 3)		
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	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。			
活動須知	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及外展教練計劃投球訓練班的學員，會由教練於課程完結前進行技術評核，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 。 4. 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 194 元; 簡易運動計劃或外展教練計劃訓練班 388 元)，餘額由總會直接退還學校。 5. 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。 6. 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			