



F1SPT001C
(代幣課程)

課程

體育精神與躲避盤

香港躲避盤總會教練



2023年11月9日

2023年11月30日

正午**12**時截止報名

2023年11月16日

2023年12月5日

報名結果發佈

預期學習成果

完成本課程後，學員應能：

1. 學習躲避盤運動技術，並達到可以參與香港資優教育學苑校隊選拔的能力
2. 培養良好的體育精神
3. 組成隊伍出外參與比賽，並培養團隊協作精神



◆ 課程簡介

你有沒有聽過「躲避盤」這項運動？其實「躲避盤」是一項近年新興的體育運動，其英文名稱「Dodgebee」由兩個詞語組成，分別是Dodgeball（閃避球）及Frisbee（飛盤），換言之，「躲避盤」是一項用軟飛盤去玩閃避球的運動。

此課程涵蓋了「躲避盤」的各個方面，包括基礎知識、傳接技術、防守和進攻訓練、戰術運用及比賽體驗。透過進階式和深層次的躲避盤技術訓練，學員不僅能提升體能和手眼協調能力，還能體驗到運動的刺激感。此外，亦可提升專注力、進取心、社交能力等，並培養團隊合作精神，啟發個人成長。

如果你希望參與一項能夠全方位訓練腦力和體力的運動，「躲避盤」是最佳的選擇！

◆ 日程表

課節	日期		時間	地點
1	2023年12月20日	(星期三)	下午5:00 – 晚上7:00	香港浸會大學附屬學校王錦輝 中小學室外運動場(小學部) (位置圖)
2	2023年12月21日	(星期四)		
3	2023年12月27日	(星期三)		
4	2023年12月28日	(星期四)		

◆ 對象

- 香港資優教育學苑學員
- 持有青年 Dodgebee 金章證書或具其他體育運動經驗者較佳
- 名額：25名

◆ 講授語言

粵語

◆ 甄選

請作答網上報名表格的甄選題目

* 甄選題目旨在讓學員對所報讀的課程內容及程度有更深入的了解。題目必須由學員作答。學員只可作答一次，報名表格一經提交，學員不得更改答案。只有於作答甄選問題中，能夠顯示其躲避盤知識及學習動機的學員方可參加此課程。

◆ 證書

學員必須達到以下要求方能完成此課程，並獲發電子證書：

- 出席最少3節課堂；及
- 於課程評估中表現良好。