



體育精神與躲避盤(Dodgebee)

(F1SPS001W)

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。

此課程主要內容包括「躲避盤」的基本知識、傳接技術、防守訓練、攻擊訓練、戰術運用和比賽體驗。學員不但可以從中鍛煉體魄、增進手眼協調及享受運動的刺激感，同時亦可提升專注力、進取心態、社交能力等，並培養團隊合作精神，啟發個人成長。

這個夏天，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」是不錯的選擇！

活動種類

課程

導師

香港躲避盤總會教練

對象



- 只限於 2020 至 2021 學年就讀中三至中六的香港資優教育學苑學員
 - 名額：40 名
- * 先到先得

講授語言



粵語

預期學習成果

完成本課程後，學員應能：

1. 掌握「躲避盤」的基本知識和戰略
2. 結識到一班志同道合的「躲避盤」愛好者
3. 享受「躲避盤」的刺激感及趣味性
4. 提升團隊合作精神、專注力、社交能力等
5. 獲得由香港躲避盤總會頒發的青年 Dodgebee 金章證書

截止報名日期

2021 年 8 月 6 日正午 12 時

日程表



日期	2021 年 8 月 13 日（星期五） 2021 年 8 月 16 日（星期一） 2021 年 8 月 18 日（星期三） 2021 年 8 月 20 日（星期五） 2021 年 8 月 25 日（星期三）
----	--

時間	下午 4 時至 6 時
----	-------------

地點	香港資優教育學苑 105 室
----	----------------

準備及注意事項：

1. 如報名人數不足，學苑有權取消課程。
2. 學員須穿著合適的運動裝束參與。
3. 學員需要帶備飲用水和毛巾。
4. 為配合課程發展的需要，香港資優教育學苑職員會在個別課堂進行觀課、拍攝/攝錄上課實況及/或保留學生作品作為示例，以供教學評估、研究及/或公開展示用途。
5. 本課程或會因應 2019 冠狀病毒病疫情發展及香港教育局有關面授課程的最新公布而改期或轉為網上課程。請密切留意香港資優教育學苑發出的電郵通知及網上通告。
6. 倘若受到惡劣天氣影響，課堂安排以「惡劣天氣下學生課程/活動的安排」為準。詳情可瀏覽學苑網站：

<https://www.hkage.org.hk/b5/students/important-information/bad-weather>

備註

查詢



如有查詢，請致電 3940 0101 (選擇語言後，按「4」字) 與情意教育部聯絡。

PERSONAL AND SOCIAL DEVELOPMENT
個人、社會及發展