

2023-24 學校閃避球 推廣邀請函(中學)

誠邀 貴校參與到發展閃避球運動的歷史
並向所有在上年度及以往一直支持我們的 學校致謝
有賴 您們的信任與支持才可以推動香港體育發展
為學童提供有意義的運動經歷與學習機會

引言

香港閃避球總會 **Hong Kong Dodgeball Association**

(下稱「本會」)致力推動香港閃避球發展。疫後學生慣於久坐家中，甚少機會活動身體，難免感到沉悶並缺乏動力。現特奉此函誠邀 貴校於試後活動及新學年舉辦閃避球活動。

透過閃避球讓同學嘗試有趣刺激的新興運動，增加與人合作的機會，促進疫後身心全面發展，發展健康興趣。

本會介紹

本會 **HKDA** 成立於2008年，為香港**首個正式註冊**，領導閃避球發展的組織。同時為世界閃避球協會及亞太洋閃避球協會之創會會員。2022年9月，本會於加拿大舉行的閃避球世錦賽中，香港女子隊奪得**世界亞軍**、男子**世界第4**及混合**世界第8**。

而本會，而至國際間現時集中推廣的閃避球；與本地所見的「**單球閃避球**」不同。乃是**正規的閃避球 Dodgeball**。亦有名為「國際式」/「美式」或「複式」閃避球

閃避球運動

✓ 安全

使用**國際正式閃避球用球**，優點在於用球為**海棉製造**，直徑為**17.8米**，重**140克**，球質輕軟容易掌控，有效保障球員安全，降低參與者對球沖擊的恐懼，對活動更投入及感興趣。



✓ 樂趣

真正的閃避球以**6個球進行**，對學生來說非常新穎及刺激。而且有更多機會及時間活動，多項技術令不同能力水平的學生也能發揮所長。閃避球運動有趣刺激，激發學生主動及自主學習的能力

✓ 國際性

80多個國家/地區發展這種閃避球模式，為全球新興的國際運動項目。最高水平賽事為「**世界閃避球錦標賽**」。同時亦有在國際及區域性的賽事供球員參加。

為什麼要引入閃避球運動？



潮流趨勢

體育、演藝、文化及出版界立法會議員；中國香港體育協會暨奧林匹克委員會副會長 **霍啟剛先生JP** 及中國香港體育協會暨奧林匹克委員會義務副秘書長 **黃寶基先生MH** 支持本會及閃避球的發展，認可本會為發展規範化閃避球運動的正式機構。

自2023年1月，本會得 **康樂及文化事務署** 的「新興體育活動資助先導計劃」資助推廣閃避球運動。獲撥款活動之對象為青少年及兒童，可見是以普及化方向推動發展



獨特意義

體育育人，我們相信運動是一個很好的載體去教育學生建立並實踐正面正向的品格與價值觀。

於閃避球運動當中，我們強調「**誠實**」、「**堅韌**」及「**合作**」三個元素。例如「誠實」：由於真正的閃避球是以6個球進行，在比賽時裁判難免未能觀察全場動向，故我們鼓勵球員即使在未有人察覺自身犯規或出局時，亦要勇於自我管理及承擔後果，**實踐正確價值觀的行為**。

如「堅韌」：則是因為閃避球需要與對手正面交鋒，透過運動磨練心志，使學生能應用於人生中能**正面應對難關**。而「合作」：則是透過在球場上如何進行**有效的溝通**，理解別人想法，實為學生在現實生活中不可或缺的能力。



運動創新

閃避球作為新興運動的意義：**提供新穎有趣的項目予傳統活動未能照顧或吸引的學生去參與**。我們明白最理想的教育就是觸發學生學習的興趣，使他們能夠**自主學習**。而達到此目的之前提就是需要**引發他們的動機**。

學生，甚至老師都曾聽過及玩過的閃避球，究竟是如何正式的進行？原來是以6個球去進行？這些疑問相信必定能夠吸引到他們投入當中了解。

由專業教練帶領學生親身實踐，讓他們學會如何實作，並相信自己擁有解決問題的能力。相信是各位教育工作者樂見之事！



把握學界熱潮！
中小學界比賽參與隊數
3年增長6倍
按年增長約20%



學界背景

本會於2008年成立，因以前專注發展商界聯賽及國際學校，因此這段時期並未向本地學童介紹此種國際間正規形式的閃避球 Dodgeball 競技項目。直至2018年調整架構，開始整理方向，並在2019年開辦首屆以本地學校為發展方向的學界比賽。

學界近況

2023年1-3月，「閃動校園」學校閃避球體育推廣計劃由康樂及文化事務署資助，透過本會到中小學校提供免費閃避球體驗課。等待批核開展第二期計劃並擴大參加名額。

2022年12月「全港中小學界閃避球錦標賽」，67支校隊參賽，共800多位中小學生參加。

2021年12月「全港中小學界閃避球錦標賽」，57支校隊參賽，近700位中小學生參加。

2019年12月「全港中學閃避球錦標賽」，11支校隊參賽，近132位中學生參加。

除了學界錦標賽，本會亦提供**青少年公開賽**、**兒童分齡賽**供有興趣參加之學校報名。

未來，我們亦因應需求加設學界新秀賽及分區賽，供學校隊伍更多競技機會，為校爭光！



已接觸學校(2022-2023)：

小學：35間 中學：54間



已接觸學生(2022-2023)：

小學：約1050人 中學：約1,620人



參加比賽學校 (按2022學界比賽)

小學：12間 中學：18間



參加比賽隊數(按2022學界比賽)

小學：20隊 中學：47隊

參加2022年學界比賽之小學名稱 (排名不分先後)：九龍灣聖若翰天主教小學、吳氏宗親總會秦伯紀念學校、沙田圍胡素貞博士紀念學校、東華三院鶴山學校、林村公立黃福鑾紀念學校、保良局王賜豪(田心谷)小學、基督教香港信義會葵盛信義學校、順德聯誼總會胡少秉紀念小學、聖文德天主教小學、滙江小學、蘭僑小學、藍田循道衛理小學

參加2022年學界比賽之中學名稱 (排名不分先後)：漢基國際學校、沙田官立中學、沙田循道衛理中學、香港教師會李興貴中學、循道中學、仁濟醫院林百欣中學、佛教葉紀南紀念中學、香港中文大學校友會聯會陳震夏中學、香港教育工作者聯會黃楚標中學、九街坊婦女會孫方中書院、順德聯誼總會鄭裕彤中學、獅子會中學、筲箕灣東官立中學、聖公會聖本德中學、瑪利諾神父教會學校、廠商會中學、嶺南中學、靈樞堂怡文中學



2023-24 學界時間表

本會 HKDA 希望透過此提案邀請 貴校舉辦閃避球活動體驗，甚至開設班組供同學發展興趣或接受訓練

我們清楚明白 老師們安排課程的需要及辛勞之處。所以我們能夠提供更多的協助，彈性安排，即時溝通，合適報價以方便安排活動或課程。樂意為 老師們分擔在行政工作上的壓力，順利安排活動予學生。

2023-24年度學界活動簡介

因應學界日漸旺盛的需求，我們於今年度對學界比賽作出重大更新，由以往每年12月舉辦中小學界比賽，擴展規模舉辦「學界三部曲」，即是：**新秀賽**、**分區賽及錦標賽**。務求令不同加入時期與程度的學校都能夠發揮所長，亦讓學生可以接觸各校球員以擴闊眼界和汲取經驗。

未曾 / 有興趣接觸之學校：

透過試後活動日，安排體驗示範、年級活動或全校活動予學生以觀察並挑選合適球員繼續發展。

如情況許可，可在暑假期間安排班組，接受基本訓練。或在9月新學期開始時，以體育堂舉辦數節推廣體驗活動以正式招生。接受數堂訓練後參加專為新閃避球校隊而設的新秀賽感受氣氛，檢驗成果。並參加往後比賽。

已有經驗之學校：

可透過試後活動日安排活動予校隊團隊，接受本會專為學員而設的領袖訓練或特別訓練，以加強他們的團隊意識、合作能力及個人技術。

在暑假期間及開學後繼續安排本會教練授課訓練，由於新秀賽只為未曾參加 / 得獎過閃避球學界賽的隊伍而設，所以可以將目標放於2023年12月的分區賽及按上述比賽成績排名的2024年3月學界錦標賽。

2023 -
June 06

試後活動日 / 推廣期

2023 -
July 07
Aug 08

暑期班 / 暑期訓練

2023 -
Sep 09

新學年開始
推廣 招生
開始班組

賽季開始

2023 -
Oct 10

全港中小學學界
閃避球新秀賽 2023
Hong Kong
Inter-School Dodgeball
New Talent Championship
2023

2023 -
Dec 12

全港中小學學界
閃避球分區賽 2023
Hong Kong Inter-School
Dodgeball District
Competition 2023

2024 -
Feb 02

全港中小學學界
閃避球錦標賽2024
Hong Kong Inter-School
Dodgeball Championship
2024



活動介紹

本會經驗豐富，與學校及社福機構合作無間。曾為不同服務對象(本地 / 非華語 / SEN / 特殊教育)之學童提供閃避球活動服務。我們發展及訓練部同工為學校安排貼合校方、老師、同學需要的閃避球活動，由運動體驗、個人與團隊成長、技術訓練皆能安排。

試後活動日 / 同樂日

以6個專用海棉製進行的閃避球運動，同學可以盡情抒發考試後壓力，享受「放電」機會。我們會按學校需求、人數、目的、地點、時長、預算各方面去客製計劃。形式如：全校同樂日、班際比賽、體驗示範等。也可以包括不同學科內容安排活動，例如週主題、英文授課等等

建議人數：30人以上

建議時數：1.5hr 或以上

參考費用：\$ 60 - 80/人/hr

包括內容設計、活動帶領、教練/導師、器材



到校推廣

真正的閃避球非常安全，以海棉製國際正式用球進行；刺激有趣的內容對學生的吸引力亦非常大，6個球令更多同學參與其中。常見同學因為專業的活動安排與閃避球獨特的玩法令同學可以在體驗中迅速投入，取得成功感與樂趣，使他們熱愛運動，樂而忘返。

建議人數：15-30人 (30人以上請與我們聯)

建議時數：1 - 2hr / 或以體育堂時數安排

參考費用：\$ 50/人/hr

包括內容設計、活動帶領、教練/導師、器材



學校興趣班

趣之一字，一路「走」來，以「取」其效。培養學童的興趣促進全人成長。使身心都能夠學習與滿足。興趣班以安全趣味的內容引導學生認識閃避球基礎規則及技術。

建議人數：10 - 20人

建議時數：1 - 2hr

參考費用：\$ 25 - 175/人/hr

包括課程設計、教練、行政安排 (如適用)



校隊訓練

此階段之課程以參加學界賽事作主要方向。除了正面正向的價值觀與品格培養外，本會安排的教練會在學員體能、個人技術及團體戰術三方面提供合適且專業的教學。透過與學員進行目標設定，適時進行檢討並量度進度以進行調整。

建議人數：12 - 30人

建議時數：1.5 - 3hr

參考費用：\$ 25 - 210/人/hr

包括課程設計、教練、行政安排 (如適用)



班組價錢會因應學校性質、班組時期時長、人數、程度、地點等等因素而定

以上數字謹供參考，報價會按實際情況調整

方案舉隅

本會經驗豐富，與學校及社福機構合作無間。曾為不同服務對象(本地 / 非華語 / SEN / 特殊教育)之學童提供閃避球活動服務。我們發展及訓練部同工為學校安排貼合校方、老師、同學需要的閃避球活動，由運動體驗、個人與團隊成長、技術訓練皆能安排。

全年活動 (閃避球)

有學校以全年活動形式安排，首先在體育課安排**體驗活動(2-3節的1小時活動)**、再從中招生以舉辦**全年課外活動(共20節的2小時訓練)**。當中費用包括**購置用具(閃避球及護具)**、**比賽報名費用(學界比賽)及帶隊費**。

人數：---

時數：體驗 - 1hr / 訓練 - 2hr

參考費用：\$49,800/整個學期

包括內容設計、活動帶領、教練/導師、器材

閃避球學校推廣

學校可以在學期任何時段安排到校推廣服務

內容包括**閃避球介紹**、**趣味熱身**、**小組技術體驗**及**分組比賽**。多於體育堂連課安排**1小時體驗**，或放學後進行**1.5 - 2小時活動**。

人數：20人 時數：1 hr / 節

場地：學校之室內 / 戶外場地

參考費用：\$ 1,000 / 節

包括內容設計、活動帶領、教練導師、器材

由本會安排教練的優點



教練質素

必符合任教資格，需留意坊間良莠不齊的認證。如學校原先已有教練，可指定該教練繼續任教



參賽保證

由本會安排教練的學校隊伍，本會將預定參賽位置優先參加。如比賽名額有限，只供由本會安排教練的班組參加。



閃避球優惠

本會提供優惠價 \$630/套予由本會安排教練開設活動及課堂的學校隊伍。正價為\$850/套。



器材優惠

可以優惠價錢添置護膝、護肘予學校隊員。以上裝備除閃避球外，亦適用於排球、手球等等運動。

國際 / 直資學校閃避球班

如現時仍在持續舉辦閃避球班的學校例子，特別要求需要以**英文授課及對教練資格有要求**。

該校以**興趣班**形式運作，安排於**星期五放學後**時段，**1小時女子及1小時男子**分開上課。於有賽事時出隊參加。

人數：20人 時數：1hr, 10課

場地：學校體育館

參考費用：\$ 35,000 / 10課

包括內容設計、活動帶領、教練

資助學校閃避球班

於閃避球界發展多年的學校校隊，由老師挑選成員參加並在學期開始時進行選拔，然後安排**訓練課**，在平日放學時間，**一星期兩課**，進行**2小時**的訓練。以學界賽事錦標作為目標。

人數：20人 時數：2hr, 共24課

場地：學校籃球場

參考費用：\$24,000 / 24課

包括內容設計、活動帶領、教練

以上數字謹供參考，報價會按實際情況調整



如欲查詢，取得報價

我們了解每間學校的需要及想法各有不同，若貴校有興趣體驗及開展閃避球活動
歡迎 Whatsapp / Email / 致電我們以商討方案

 WhatsApp 5342 2559

 info@hkodgeball.com

 <https://www.hkdodgeball.org/>

   @HKdodgeball

 12/F, Room 1207, The Star, 18 Yip Shing Street, Kwai Chung



成立於2008年，為香港首個正式註冊，領導閃避球發展的組織。

本會是唯一獲 **World Dodgeball Federation** 認可於香港帶領發展閃避球 Dodgeball 運動，以正規規範的內容及專用海棉閃避球進行安全的體育活動。為保障學生及消除安全疑慮，請避免使用其他形式或球具代替，以免學生在活動中受傷或未能有效認識國際式的6球閃避球運動。