

**體育教師暑期學校 2010**  
**教學工作坊**  
**課程資料**

**A. 基本資料**

課程名稱: (中文)	射箭工作坊
(英文)	Archery Workshop
編號:	AZ
日期:	27, 28, 29 & 30/07/2010
時間:	09:00 - 17:00
地點: (中文)	聖保羅書院，香港般咸道 67-69 號
(英文)	St. Paul's College, 69 Bonham Road, Hong Kong
對象:	在職中小學體育教師
名額:	25 人

**B. 導師**

導師名稱: (中文)	余鑑明 先生
(英文)	Mr. Yu Kam Ming
資歷 / 簡介: (中文)	香港射箭總會二級反曲弓教練 香港射箭總會三級複合弓教練 香港射箭總會副主席兼裁判總監 亞州射箭協會州際裁判 國際射箭協會準國際裁判
(英文)	Archery Coach, Level 2 (Recurve) Archery Coach, Level 3 (Compound) HKAA Vice-Chairman cum Judge Director AAF Continental Judge FITA International Judge Candidate

**C. 課程概要**

課程大綱 (中文)	本課程旨在讓學員認識正確及有系統的射箭訓練，從而透過射箭訓練發展學生的創造力與批判性思考能力
(英文)	The purpose of this workshop is to introduce the proper and systematic archery training program to secondary and primary school PE teachers to enable them to cultivate students' Creativity and Critical Thinking through Archery.
學員所需自備之裝束/ 設備 (中文及英文)	輕便體育服裝及運動鞋 Well-fit polo T-shirt suite and sport shoes

D. 課程大綱及時間表

日期	時間	教授主題
27/07/2010	09:00 – 17:00	Brief History of Archery 射箭歷史簡述 Introduction to Sport Archery 射箭運動入門 Sport Archery Equipments (i) 射箭運動器材(i) Safety Rules in Archery 射箭安全守則 Basic Archery Skills 射箭基礎技巧 Archery Practice (i) 射箭練習(i)
28/07/2010	09:00 – 17:00	Archery Federations & Organizations 射箭團體及組織 Sport Archery Equipments (ii) 射箭運動器材(ii) Setting up of Archery Field & Equipments 射箭場地及設備的裝置 Archery Learning and Teaching 射箭的學與教 Archery Practice (ii) 射箭練習(ii)
29/07/2010	09:00 – 17:00	Archery Competitions 射箭比賽 Scoring in Archery 射箭計分法 Improvement in Archery Skills(i) 射箭技巧進階(i) Archery Practice (iii) 射箭練習(iii)
30/07/2010	09:00 – 17:00	Archery Equipment Maintenance 射箭器材保養 Improvement in Archery Skills(ii) 射箭技巧進階(ii) Archery Practice (iv) 射箭練習(iv) Archery Knowledge Quiz 射箭知識測驗 Simulation of Archery Competition 模擬射箭比賽

參考資料：