



香港花式跳繩會

HONG KONG ROPE SKIPPING CLUB

主辦

小學及幼兒教育初級跳繩導師工作坊 <章程>

背景

花式跳繩是一項非常適合訓練大小肌肉的室內體能活動，透過多變的跳繩花式及好玩的遊戲，發展多方面的能力，包括：小肌肉技巧、基礎移動能力、穩定性能力、健康體適能、運動體適能及建立正確的價值觀和社交技巧。

本會致力推廣及發展跳繩運動，為了讓現職教師及準教師了解更多與花式跳繩相關的教學技巧及遊戲活動，本會特別舉行一次免費導師工作坊，誠邀各位教育者參與，詳情如下：

詳情

日期：2023年3月5日、3月19日(星期日) *選其中一日參加

時間：2:00pm 至 5:00pm (共3小時)

對象：幼稚園及小學現職教師、準教師及正就讀教育學系的學生

內容：

1. 介紹適合幼兒的跳繩活動
2. 介紹與花式跳繩相關的遊戲活動
3. 跳繩課的示範及花式跳繩運動體驗
4. 老師如何解決上花式跳繩課時遇到的常見困難

名額：兩日各60人

地點：創知中學（何文田公主道14號）

費用：全免

*參加者完成工作坊後可申請證書(附中文姓名)，申請費\$100

*參加者須自備拍子繩，訂購價\$100，每人限購1條

截止報名：2023年2月24日(星期五)，上午10時

報名方法

掃描以下QR-CODE，並於2023年2月24日上午10時前，完成網上報名及付款。



(連結：<https://coursesystem.hkrsc.com.hk/event/p/22216>)

Hong Kong Rope Skipping Club 香港花式跳繩會

電話: 5692-1969(可 whatsapp 查詢)

電郵: event@hkrsc.com.hk

Facebook: facebook.com/hkrsc.hk

****香港花式跳繩會擁有是次活動之最終決定權****