

裘錦秋中學(葵涌)
2024-2025 年度
聯校體育課程週年計劃

(一) 聘請專業導師聯校上課日期及課題

中四級 (星期三)

日期	時間	課題	地點	外聘講師
12/2/2025	14:30-16:30	理論課程：熱身與運動創傷 講解一般常見創傷、如何防止受傷等	裘錦秋中學	物理治療師
12/3/2025	14:30-16:30	理論課程：神經系統 講解每組神經作用及反應等	裘錦秋中學	物理治療師
9/4/2025	14:30-16:30	理論課程：肌肉、關節與運動 講解肌肉功能、肌纖維的種類及肌肉收縮的類型	裘錦秋中學	物理治療師

中五級 (星期四)

日期	時間	課題	地點	外聘講師
13/2/2025	14:30-16:30	理論課程：運動心理技能 講解技能掌握和訊息處理、學習階段和學習轉移	裘錦秋中學	物理治療師
13/3/2025	14:30-16:30	理論課程：力學分析 講解力學與運動的關係、各種力學運動的原理及日常運用	裘錦秋中學	物理治療師
10/4/2025	14:30-16:30	理論課程：動作分析 講解人體的解剖學姿勢、人體的面和軸及人體的運動	裘錦秋中學	物理治療師

中六級「球類」實習試詳情如下：

日期	時間	課題	地點	負責學校
待定	待定	足球考試	青衣東北	棉紡
待定	待定	羽毛球考試	八三總理	八三總理
暫定 11/01/2025	08:30-13:00	聯校畢業試	裘錦秋	裘錦秋
待定	待定	籃球考試	裘錦秋	裘錦秋
待定	待定	乒乓球考試	伍若瑜	伍若瑜
待定	待定	排球考試	YMCA	李惠利
待定	待定	考生應試分享會	裘錦秋	八三總理 / 循道

(二) 各校可提供的實習部分的練習(請有興趣的老師預先一星期向負責老師查詢)

項目	田徑	籃球	足球	排球	羽毛球
負責學校	/	裘錦秋	棉紡	/	八三總理
提供練習時間	/	星期六 10:30-12:00	星期五 16:00-18:00	/	星期五 16:00-18:00

科主任姓名： 陳偉雄

科主任簽署： _____