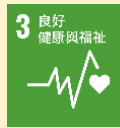


新興運動 — 軟式曲棍球

小童軍親子同樂日

軟式曲棍球Floorball源於瑞典，近年受本港學界推崇。本校幼童軍團為荃灣區小童軍支部於5月20日舉辦新興運動 — 軟式曲棍球小童軍親子同樂日。活動當日共有超過百名區內小童軍、家長及童軍領袖參與。小童軍成員及其家人透過親子體能活動提升彼此間的溝通，從而增進感情及親子關係，最重要的是能鼓勵參加者透過恆常運動建立良好的生活習慣以達致聯合國可持續發展目標 3 — 良好健康與福祉。



SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS



關於軟式曲棍球

軟式曲棍球Floorball於1970年代起源於瑞典。軟式曲棍球的比賽方式與冰上曲棍球十分相似，基本用具包括球桿、球及龍門，惟場地與規則略有調整，例如軟式曲棍球在石屎地、室內運動場木地板甚至草地均能進行。

球桿

一般是用玻璃纖維、聚碳酸酯或碳纖維製造。這些材料不但輕而且使用壽命長，球桿一般重約250克，長短一般從地面到球員肚臍的高度為準。

球

軟式曲棍球所使用的球為空心的塑料球，上面有26個圓孔。球的直徑為72毫米，重量約重20至23克。

玩法

正式比賽由兩隊對賽，方式與冰球相似，每隊派出6位球員應戰，包括5名場區球員及1名守門員，於比賽時限內每位球員用球桿帶球，作出傳、接、護、運的動作，最後把球射進對方的龍門為入球，勝利歸於入球較多一方。

場地

國際比賽在長40米、寬20米的圓角矩形場地進行，其四周圍有圍板，圍板高50厘米。



軟式曲棍球技術篇



正手傳球



正手射球(拍射)



雙手(正手)持桿姿勢



可掃描左方二維碼認識軟式曲棍球各項基本技術！

