

體育 Sportsman



完成下列各項：

1. 對隊際及個人活動如球類、田徑、單車、游泳、溜冰等之規則有良好的認識。
2. 做一個有良好體育精神、熟練技巧及熱心於一項個人和一項隊際運動的運動員。
3. 與主考討論參加體育活動所能獲得的好處，並與主考談述你對所選擇的兩種體育活動的歷史有良好認識。
4. 認識兩位國際或本地知名運動員的姓名，並與主考討論有關他們的動態，及顯示你曾研究一些有關他們的事情。



以持續參與活動不少於十二星期（當中參與時間不少每兩星期兩小時），即合共不少於十二小時而完成此章，可與香港青年獎勵計劃銅章級康樂體育科之相應項目對等。