

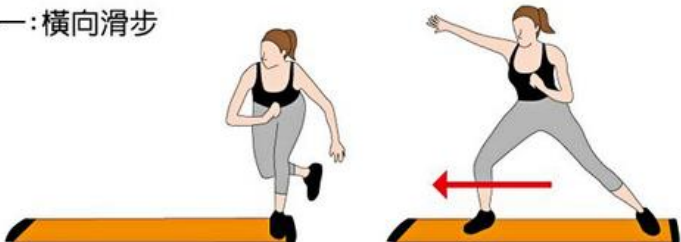
STEM in PE 24-25

Smart Sliding Training

智能滑步訓練

Po Leung Kuk Luk Hing Too Primary School

一：橫向滑步



組員介紹



5S	戴卓文	Caeser
5S	薛藹霖	Carina
4D	湯啟靖	Javen
4R	林駿逸	Lucas
4R	黃仲楷	Kaiyer

Pain Point:

冰球訓練的場地、訓練時間及裝備 都對推廣冰球運動帶來不少限制

場地：

全港只有7個溜冰場，即使計算其他仿冰場地，也不足以分配合各項冰上運動進行訓練及比賽，一般冰球訓練只分得二分之一或更小的場地。

訓練時間：

需先預約到費用昂貴的冰場，多為平日晚上，訓練時間不足及受到限制。

裝備：

整套保護裝備及球棍所費不貲(租借費亦較不少運動裝備昂貴)，攤分後租場的費用仍不少。

Project Details

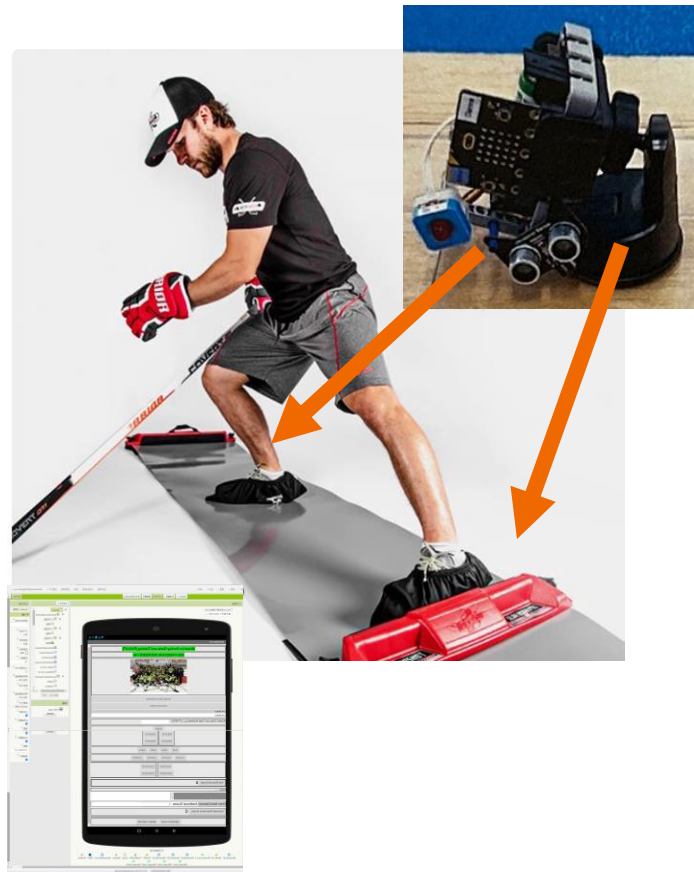
理念：

冰球訓練包括溜冰、運用球棍、以至學習進行球賽的技巧及戰術。其中運球需要結合溜冰技術及控球技巧，對球員的體能要求也高。

智能滑步訓練能模擬溜冰的動作，藉此鍛鍊球員的下肢肌肉、耐力及平衡力。亦期望學生能達至MVPA60。

作品原理：

利用micro:bit超聲波感應器檢測球員在特定時限內進行橫向滑步的次數，配合手機應用程式持續收集及分析數據。



受眾

- 全校師生
- 家長（家長日可供家長與學生享受滑步的樂趣）
- 公眾人士（學校開放日可供來賓體驗）



Innovative Idea

- 橫向滑步訓練器材簡單、佔地少亦不會發出嘈音，卻能帶給人們滑冰一樣的速度感及訓練效果
- 智能裝置能有效收集在特定時限內完成滑步的次數，累積運動記錄及挑戰自我
- 可於滑步期間同時利用裝置練習橫向運球及控球，同步統計成功次數。



與外界的合作

- 我們在網上搜尋到已經有不少人士開始使用滑步墊來做運動，我們加入的智能系統(micro:bit及APP)可給參與者提供互動運動的體驗。
- 此裝置還可以與學校合作舉辦智能運動日去體驗智能運動裝置。



多謝

