

香港網球總會 主辦 康樂及文化事務署 資助 教育局 協辦

學校體育推廣計劃 - 聯校網球訓練計劃章程

(2011年4月至8月)

1. 宗旨： 本計劃是為有潛質並有志在網球運動方面提升技術水平的學員，提供一個持續發展架構，藉以提升香港學界網球運動的水平。
2. 參加資格：
 - a. 學員年齡必須在十二歲或以下學生（以開班日期計算，男女均可）；
 - b. 本計劃是一項進階課程，參加者必須具備基礎的網球技巧及達到指定水平，由教練或老師推薦方可報名參加；
 - c. 參加者必須出席由香港網球總會安排的技術測試甄選日，通過評核及表現優秀的學員將獲接納參加聯校網球訓練課程
3. 名額： 每班 16 人
4. 課程安排： 每期課程共 16 節，每節 2 小時(全期共 32 小時)。
5. 費用： 每名申請人每期(32 小時)課程費用共 500 元正。
6. 報名日期： 由 2011 年 2 月 1 日至 3 月 1 日截止。(如郵寄以郵戳為準)

7. 課程日期及時間

訓練場地	課程編號	上課日期		費用	上課時間	甄選安排
香港仔 網球及壁 球中心	TA/ATSC/10-11/01-04	2011 年	4 月	13, 20, 24, 27 日	\$500	逢星期三 下午 6 至 8 時 及 星期日 下午 1 至 3 時
			5 月	4, 11, 15, 18, 22, 25, 29 日		
			6 月	1, 5, 8, 12, 15 日		
	TA/ATSC/10-11/05-08	2011 年	6 月	19, 22, 26, 29 日	\$500	
			7 月	3, 6, 10, 13, 17, 20, 24, 27, 31 日		
			8 月	3, 7, 10 日		
九龍 摩士公園 網球場	TA/MP/10-11/09-12	2011 年	4 月	13, 17, 20, 24, 27 日	\$500	逢星期三 下午 6 至 8 時 及 星期日 上午 10 至 12 時
			5 月	4, 8, 11, 15, 18, 22, 25, 29 日		
			6 月	1, 5, 8 日		
	TA/MP/10-11/13-16	2011 年	6 月	12, 15, 19, 22, 26, 29 日	\$500	
			7 月	3, 6, 10, 13, 17, 20, 24, 27, 31 日		
			8 月	3 日		
屯門鄧肇 堅運動場 (網球場)	TA/TSK/10-11/17-20	2011 年	4 月	14, 16, 21, 28, 30 日	\$500	逢星期四 下午 5 至 7 時 及 星期六 下午 1 至 3 時
			5 月	5, 7, 12, 14, 19, 21, 26, 28 日		
			6 月	2, 4, 9 日		
	TA/TSK/10-11/21-24	2011 年	6 月	11, 16, 18, 23, 30 日	\$500	
			7 月	2, 7, 9, 14, 16, 21, 23, 28, 30 日		
			8 月	4, 6 日		
大埔 運動場 (網球場)	TA/TP/10-11/25-28	2011 年	4 月	3, 10, 12, 17, 19, 24, 26 日	\$500	逢星期二 下午 5 至 7 時 及 星期日 下午 2 至 4 時
			5 月	3, 8, 15, 17, 22, 24, 29, 31 日		
			6 月	5 日		
	TA/TP/10-11/29-32	2011 年	6 月	7, 12, 14, 19, 21, 26, 28 日	\$500	
			7 月	3, 5, 10, 17, 24, 31 日		
			8 月	7, 14, 16 日		

需持續參與網球訓練才可有理想進度，建議參加者應申請同一編號系列的兩期訓練課程(共 64 小時)。

8. 甄選安排：
- 考核範圍及內容由香港網球總會釐訂，考核項目包括：正手、反手擊球（直線及斜線），網前截擊（正手、反手），上手發球及其他項目（詳情參閱附件三）。
 - 申請人需往指定場地進行甄選。
 - 如參加人數超過預計名額，主辦機構有權另行安排甄選日期及時間。
 - 申請人須穿著運動服裝及不退色運動鞋，帶同球拍及附有照片及出生年份之有效證明文件（例如：手冊、學生證等）出席甄選。申請人如未能出示有關證明文件，主辦機構有權拒絕為申請人進行甄選測試。
 - 康文署將於 **2011年3月19日下午1時至5時**於維多利亞公園 10-13 號網球場進行甄選測試。
 - 康文署將於各甄選日後三個工作天內通知各申請者甄選結果，表現優秀的學員將獲優先取錄；而暫未被取錄者將會按成績排序並列入後補名單內，如正選學員退出，將由後補名單學員補上。
9. 課程內容： 包括理論、基本技術、體能及比賽模擬訓練等
10. 教練： 由香港網球總會安排資深教練任教。
11. 器材： 學員需自備球拍，其他基本器材由香港網球總會提供。
12. 獎勵：
- 出席率達八成或以上的學員，將獲康文署頒發出席證書。
 - 教練將於課程完結前，推薦表現出色的學員參加網總「青訓班」或「青苗培訓計劃」的技術測試，通過測試及表現優異的學員將有機會獲總會接納參加上述訓練班接受進一步培訓。
13. 報名表格： 申請人可向學校索取或在康文署網頁下載。
(網址：<http://www.lcsd.gov.hk/lschemes/sch-sport/b5/index.php>)
14. 報名須知：
- 所有參加聯校網球訓練課程之申請人須以個人名義參加。而每人只可選擇一個最適合自己的訓練中心。
 - 申請人須於 **2011年3月1日前**填妥報名表格(附件二)，並由**教練/老師簽署的推薦書**(報名表最後部份)及連同**報名費用的劃線支票**(兩期之訓練課程(共 64 小時) 款額為 1,000 元正(每期款額為 500 元正)，抬頭書「香港網球總會有限公司」，背面清楚寫上學校及申請人名稱)，寄沙田排頭街 1-3 號，康文署總部 1 樓，學校體育推廣小組收，信封面請註明「聯校網球訓練計劃」。恕不接受逾期申請。
 - 所有申請人必須參加由香港網球總會安排的「聯校網球訓練計劃」技術測試，通過評核及表現優秀的學員將獲發信通知接納參加網球聯校訓練課程。技術達標而暫未被接納申請的學員，會保留在後補名單上。若最終申請仍未被接納者，主辦機構將退回支票予申請人。
 - 如報名人數不足，主辦機構有權取消該課程。
15. 查詢電話： 歡迎致電 2601 7604 或 2601 7648 與康文署職員聯絡或 2504 8267 與香港網球總會職員聯絡。

香港網球總會 主辦 康樂及文化事務署 資助 教育局 協辦

學校體育推廣計劃 - 聯校網球訓練計劃

報名表

【申請人資料】：

姓名(中文)：_____ (英文)：_____

性別：* 男 / 女 年齡：_____ 出生年份：_____ 年 (甄選日須出示附有近照及出生年份之證明文件)

電話：(日) _____ (夜) _____ 傳真號碼： _____

電郵地址：_____ 通訊地址：_____

(如本人於活動時遇上緊急事故，請致電 _____ 聯絡人：_____)

就讀學校名稱：_____ 地址 _____

本人*曾 / 不曾 參加本計劃之 *聯校網球 / 外展教練 / 簡易運動 網球訓練課程 (* 請刪去不適用者)

【選擇課程】請用「u」選擇參加以下訓練課程：(每位參加者只可選擇一個上課地點)

持續參與訓練才可理想進度，主辦機構建議參加者應申請同一編號系列的兩期訓練課程(共64小時)。(舉例：學校如選取課程編號TA/ATSC10-11/33-36，則可同時選取TA/ATSC10-11/37-40作為第二期的訓練)兩期課程報名費合共1,000元正(每期500元正)

上課地點 (限選一個)	課程編號		費用
香港仔網球及壁球中心	()	TA/ATSC/10-11/ 33-36	HK\$500
	()	TA/ATSC/10-11/ 37-40	HK\$500
九龍摩士公園網球場	()	TA/MP/10-11/ 41-44	HK\$500
	()	TA/MP/10-11/ 45-48	HK\$500
屯門鄧肇堅運動場(網球場)	()	TA/TSK/10-11/ 49-52	HK\$500
	()	TA/TSK/10-11/ 53-56	HK\$500
大埔運動場(網球場)	()	TA/TP/10-11/ 57-60	HK\$500
	()	TA/TP/10-11/ 61-64	HK\$500
支票號碼：()	費用總額：HK\$ ()		

【家長/監護人聲明書】 (申請人須由家長或監護人填寫此聲明)

本人聲明： _____(申請人姓名)的健康及體能良好，適宜參加「聯校網球訓練課程」。如果申請人因他/她的疏忽或健康或體能欠佳，而引致於參加這項活動時傷亡，主辦機構及康樂及文化事務署則無須負責。

家長/監護人姓名及簽署： _____ 聯絡電話： _____ 日期： _____

注意事項：

- 若學員得到教練/老師的推薦並證實技術合乎要求，請於2011年3月1日前填妥此報名表，連同**教練/老師推薦書**及**報名費用之劃線支票**(抬頭書[香港網球總會有限公司]，背面清楚寫上學校及學員名稱)寄沙田排頭街1-3號，康文署總部1樓學校體育推廣小組收。信封面請註明「聯校網球訓練計劃」，恕不接受逾期申請。申請如不被接納，主辦機構將退回支票予申請人。
- 你提供的資料，只作康文署及主辦機構舉辦的康體活動報名事宜、統計、日後聯絡及活動意見調查之用。遞交申請表後，如欲更正或查詢個人資料，請與康文署職員聯絡，查詢電話：2601 7604 / 2601 7648。

【教練/老師推薦書】

本人證明 _____(申請人姓名)經評定已具備網球的基礎技巧並有發展潛能，現推薦他/她參加「聯校網球訓練計劃」的訓練課程。

*教練/老師姓名： _____ *教練/老師簽署： _____

電話：(日) _____ (夜) _____ 日期： _____

*請刪去不適用者



(學校蓋印)

學校體育推廣計劃 – 聯校網球訓練計劃

甄選考核範圍及內容

香港網球總會教練有權決定及更改測試內容，一切以考核當日教練的決定為準。

考核範圍	
(A).	能夠使用 <u>正手或反手</u> 把教練投放的球擊回指定場區。 教練會從以下 4 項根據球員的擊球技巧作評分。
1	正手擊球 (直線)
2	反手擊球 (直線)
3	正手擊球 (斜線)
4	反手擊球 (斜線)
(B).	能夠以 <u>上網截擊</u> 方式把教練投放的球擊回指定場區。 教練會從以下 2 項根據球員的擊球技巧作評分。
5	網前截擊 (正手)
6	網前截擊 (反手)
(C).	能夠以 <u>上手發球</u> 之方式各每邊場區發球。 教練會根據球員的發球技巧作評分。
7	發球
(D).	<u>其他</u>
8	來回跑
9	重覆跳
10	整體表現