

Organised by Hong Kong Tennis Association  
Subvented by Leisure and Cultural Services Department  
Co-organised by the Education Bureau

**學校體育推廣計劃 –**  
**2021 年聯校網球訓練計劃章程**  
**[Prospectus]**  
**School Sports Programme –**  
**Joint Schools Tennis Training Programme 2021**

- 宗旨： 本計劃是為有潛質並有志在網球運動發展的學員，提供一個持續及有系統的訓練，藉此提升他們的網球技術水平。
- 參加資格：
  - 學員必須為十二歲或以下的小學學生（年齡以開班日期計算，男女均可）；
  - 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，並由教練或老師推薦方可報名參加；及
  - 參加者必須出席由香港網球總會安排的技术測試甄選日，通過評核及水平適合本計劃的學員將獲接納參加聯校網球訓練課程。
- 名額： 每班 8 人。  
（如《預防及控制疾病（禁止羣組聚集）規例》（第 599G 章）規定的人數稍後有所修訂，參與學員人數亦會因應當時的有關指引作適當調整。）
- 課程安排： 課程共 32 節，每節 3 小時(共 96 小時)。
- 費用： 每名申請人 (96 小時)課程費用共 **1800 元**正。
- 報名日期： 2021 年 9 月 10 日至 9 月 20 日截止。(如郵寄申請以郵戳為準)

**7. 課程日期及時間**

上課地點	課程編號	上課日期		費用	上課時間	甄選日	
香港仔網球及壁球中心或其他場地 (*2022 年 1-3 月之訓練場地及日期稍後確定)	JST/TA/21/ 0013-0014	2021 年	10 月	9,13,16,20,23,27,30	\$1800	星期三 下午 5 至 8 時 及 星期六 上午 11 至下午 2 時	2021 年 10 月 1 日 (星期五) 下午 4 時 至 8 時 九龍仔 公園 網球場
			11 月	6,13,17,20,24,27			
			12 月	1,4,8,11,18,29			
		2022 年	1 月	稍後確定*			
			2 月				
			3 月				
京士柏遊樂場 (網球場)	JST/TA/21/ 0015-0016	2021 年	10 月	13,20,27	\$1800	星期三 下午 4 至 7 時 及 星期日 上午 10 至下午 1 時	
			11 月	3,7,10,14,17,21,24,28			
			12 月	1,5,8,12,15,19,22,29			
		2022 年	1 月	5,12,19,26,30			
			2 月	6,9,13,16,20,23,27			
			3 月	2			

上課地點	課程編號	上課日期		費用	上課時間	甄選日
屯門 湖山網球場	JST/TA/21/ 0017-0018	2021 年	10 月	9,16,21,23,28,30	\$1800	星期四 下午 5 至 8 時 及 星期六 下午 2 至 5 時
			11 月	4,6,11,13,18,20,25,27		
			12 月	2,9,11,16,18,23,30		
		2022 年	1 月	6,8,13,15,20,22,27,29		
			2 月	10,12,17		
北區運動場	JST/TA/21/ 0019-0020	2021 年	10 月	9,12,16,19,23,26,30	\$1800	星期二 下午 5 至 8 時 及 星期六 上午 11 至下午 2 時
			11 月	2,6,9,13,16,20,23,27,30		
			12 月	4,7,11,14,21,28		
		2022 年	1 月	4,8,11,15,18,22,25,29		
			2 月	5,8		
大埔運動場壁球 及網球中心	JST/TA/21/ 0021-0022	2021 年	10 月	9,11,16,18,23,25,30	\$1800	星期一 下午 4 至 7 時 及 星期六 上午 11 至下午 2 時
			11 月	1,6,8,13,15,20,22,27,29		
			12 月	4,6,11,13,18,20		
		2022 年	1 月	3,8,10,15,17,22,24,29,31		
			2 月	5		
柴灣公園 (網球場) 逢星期四 及 西灣河遊樂場 (網球場) 逢星期日	JST/TA/21/ 0023-0024	2021 年	10 月	10,17,21,24,28,31	\$1800	星期四 下午 4 至 7 時 及 星期日 上午 11 至 2 時
			11 月	4,7,11,14,18,21,25,28		
			12 月	2,5,9,12,16,19,23,30		
		2022 年	1 月	2,6,9,13,16,20,23,27,30		
			2 月	6		

2021 年  
10 月 1 日  
(星期五)  
下午 4 時  
至 8 時  
九龍仔  
公園  
網球場

8. 甄選安排：
- 為遵守《預防及控制疾病（禁止羣組聚集）規例》（第 599G 章）規定，香港網球總會將安排不同時段的甄選測試以配合人數上限規定。並將於 2021 年 9 月 28 日(星期二)於香港網球總會網址(<http://www.tennishk.org/>)公布甄選名單及時間，申請人請自行查閱及於 **2021 年 10 月 1 日(星期五)**到九龍仔公園網球場進行甄選測試。
  - 如申請人數超過活動名額，主辦機構有權另行安排甄選日期及時間。
  - 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（詳情參閱附錄）。
  - 申請人須穿著運動服裝及不脫色運動鞋，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。如申請者未能出席甄選測試，將不被取錄。

- e. 香港網球總會將於甄選日後三個工作天內公布甄選結果，通過評核及水平適合本計劃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候補名單內，如正選學員退出，將由候補名單學員補上。有關甄選結果，可瀏覽總會網頁。
- f. 如甄選測試舉行前兩小時，天文台發出 3 號或以上熱帶氣旋警告、黃色、紅色或黑色暴雨警告信號，或教育局宣布停課，或環境保護署公布在舉行訓練地區的一般監察站錄得空氣質素健康指數達 10+(屬「嚴重」健康風險級別)，當日測試即告取消，而測試將順延至 **2021 年 10 月 3 日(星期日)下午 5 時至 9 時**在九龍仔公園網球場進行。

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. 報名表格： 申請人可在下列網頁下載。

(康文署網址：<http://www.lcsd.gov.hk/tc/ssp/index.html>)

(香港網球總會網址：<http://www.tennishk.org/>)

13. 報名須知：
- a. 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訓練中心。
  - b. 申請人須於 2021 年 9 月 20 日或以前(郵寄申請以郵戳為準)將填妥的報名表連同報名費及繳交費用之劃線支票(抬頭書「香港網球總會有限公司」，並在支票背面寫上學校及申請人名稱)，遞交或寄回沙田排頭街 1-3 號康樂及文化事務署總部 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。**
  - c. 如報名人數不足，主辦機構有權取消該課程。
  - d. 主辦機構將退回支票予未被取錄的參加者。
  - e. 如活動舉行前兩小時，天文台發出 3 號或以上熱帶氣旋警告、黃色、紅色或黑色暴雨警告信號，或教育局宣布停課，或環境保護署公布在舉行訓練地區的一般監察站錄得空氣質素健康指數達 10+(屬「嚴重」健康風險級別)，當日活動即告取消，所有取消之課堂均不設退款。如場地許可，香港網球總會將盡量安排補堂。如天氣不穩，請聯絡負責教練查詢有關訓練之安排。
  - f. 因應場地供應或天氣影響，上課日期或會有所更改，請於上課前聯絡負責教練查詢上課之安排。

14. 因應 2019 冠狀病毒病最新情況的注意事項：

- a. 根據《預防及控制疾病》的有關規例，包括：《(規定及指示)(業務及處所)規例(第599F章)》、《(禁止羣組聚集)規例(第599G章)》、以及《(佩戴口罩)規例(第599I章)》的最新規定，活動人數若超過4人，須安排為不得超過 4人的小組(連導師/助教/工作人員在內)，而每小組或分組之間有至少1.5米距離。(如《預防及控制疾病(禁止羣組聚集)規例》(第599G章)規定的人數稍後有所修訂，參與學員人數或每小組人數亦會因應當時的有關指引作適當調整。)
- b. 參加者在進入體育處所前，須利用手機掃描「安心出行」二維碼，或登記姓名、聯絡電話及到訪處所日期及時間。
- c. 參加者請盡量攜帶自己的運動用品及器材，例如球拍和球，以減少使用公共物品。
- d. 參加者應自備飲用水和個人衛生用品。
- e. 參加者在每堂上課前必須妥善清潔雙手，以及先向教練/工作人員申報體

溫正常及不是正接受政府指定的強制檢疫人士，未能通過健康申報的參加者不應參加課程。

- f. 參加者、教練及工作人員進行活動時，應盡量保持適當的社交距離。
- g. 參加者應穿著運動服裝到場，以避免在更衣室內聚集。
- h. 非參加者不要在場地範圍逗留。
- i. 參加者須保持良好個人衛生，並留意自己身體狀況，如發覺有2019冠狀病毒病最常見的病徵，如發燒、乏力、乾咳及呼吸困難，或其他病徵，包括鼻塞、頭痛、結膜炎、喉嚨痛、腹瀉、喪失味覺或嗅覺、皮疹或手指或腳趾變色，則不應勉強上課。
- j. 如教練/工作人員觀察到參加者的健康狀況不宜上課，或出現上述(i)項所述的病徵，會立刻勸喻有關參加者停止參與活動及盡快求醫診治。
- k. 參加者須根據政府預防及控制疾病的最新規例佩戴口罩。
- l. 疫情期間，參加者佩戴口罩進行運動時，應時刻留意呼吸及心跳等生命體徵的變化，並應適時放緩或停下來休息。此外，流汗和呼氣會弄濕口罩。參加者請適時更換自備的口罩，以策安全。
- m. 因應2019冠狀病毒病發展及相關的法例，香港網球總會有權審視當時的情況修改課程，參加者請留意有關的安排。

**15. 查詢：**

**Enquiries:**

- a. 康樂及文化事務署學校體育推廣小組 (School Sports Programme Unit, LCSD) (電話 Telephone No.: 2601 7604)
- b. 香港網球總會 (Hong Kong Tennis Association) (電話 Telephone No.: 2336 0187)

## 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> 之方式於每邊場區發球。 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

Organised by Hong Kong Tennis Association  
Subvented by Leisure and Cultural Services Department Co-organised by the Education Bureau  
**學校體育推廣計劃 – 2021 年聯校網球訓練計劃**

**報名表格**

[Application Form]

**Joint Schools Tennis Training Programme 2021**

**【申請人資料】**

學生姓名(中文): \_\_\_\_\_ 性別: 男 女 出生年份: \_\_\_\_\_ 年

聯絡電話 / 手提電話: \_\_\_\_\_ 通訊地址: \_\_\_\_\_

就讀學校: \_\_\_\_\_ 就讀班別: \_\_\_\_\_

(如本人於活動時遇上緊急事故, 請致電 \_\_\_\_\_ 聯絡: \_\_\_\_\_)

**【選擇課程】** 請用「✓」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)

上課地點 (限選一個)		課程編號	費用
香港仔網球及壁球中心	( )	JST/TA/21/0013-0014	HK\$1,800
京士柏遊樂場(網球場)	( )	JST/TA/21/0015-0016	HK\$1,800
屯門湖山網球場	( )	JST/TA/21/0017-0018	HK\$1,800
北區運動場	( )	JST/TA/21/0019-0020	HK\$1,800
大埔運動場壁球及網球中心	( )	JST/TA/21/0021-0022	HK\$1,800
柴灣公園(網球場) 及 西灣河遊樂場(網球場)	( )	JST/TA/21/0023-0024	HK\$1,800
支票號碼:			( )

**【未滿十八歲的申請人須由家長或監護人填寫此聲明】**

本人謹此聲明, 本人同意申請人參加上述活動, 並聲明他/她的健康及體能良好, 適宜參加上述活動。

家長 / 監護人姓名: \_\_\_\_\_

家長 / 監護人簽署: \_\_\_\_\_ 日期: \_\_\_\_\_

**注意事項:**

1. 申請人必須具備基礎的網球技巧及達到指定水平, 並由教練或老師推薦方可報名參加。
2. 學員年齡必須為十二歲或以下的小學學生 (年齡以開班日期計算)
3. 申請人須於 **2021 年 9 月 20 日前**將填妥的報名表及繳交費用之劃線支票(抬頭書「香港網球總會有限公司」, 並在支票背面寫上學校及申請人名稱), 遞交或寄回沙田排頭街 1-3 號康樂及文化事務署總部 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。
4. 你提供的資料, 只作主辦機構及康文署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。

**【學校老師/總會教練推薦書】(可於取錄後作後補)**

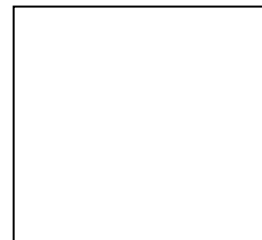
本人證明\_\_\_\_\_ (申請人姓名) 經評定已具備網球的基礎技巧並有發展潛能，現推薦他/她參加「聯校網球訓練計劃」訓練課程。

\*老師/教練姓名：\_\_\_\_\_ (先生/女士) \*老師/教練簽署：\_\_\_\_\_

聯絡電話：\_\_\_\_\_

日期：\_\_\_\_\_

(\*請刪去不適用者)



(學校蓋印)