

香港排球總會 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 — 聯校專項訓練計劃  
聯校排球訓練課程(進階)  
**章 程**

**宗旨** : 為進一步提高各學校排球校隊球員的技術及戰術運用水平, 香港排球總會(排總) 採用「排球小組陣式」和「比賽戰略運用」為聯校排球進階課程訓練內容, 讓學員深入了解比賽戰術要求, 從而提升學生的比賽技術水平。

**參加資格** : 1. 參加者須現為該校就讀的中學生及排球技術達校隊水平;  
 2. 參加者如符合以下其中一項資格, 可獲**優先資格**(其資歷須由學校老師確認):  
 -曾經參與聯校專項訓練計劃  
 -具備最少兩年或以上的排球校隊之經驗;  
 -參加學界比賽最少有兩年或以上之經驗。

**課程內容** : (甲) 進階技術訓練

發球及進攻訓練、防守及攔網訓練、小組配合、比賽戰術

(乙) 戰術應用比賽

所有參與訓練的學員在完成進階技術訓練課程後, 教練將安排學員分隊進行「戰術應用比賽」, 並在比賽進程中向學員講解各項戰術的要點, 及在賽後與學員分析比賽情況, 以加強及鞏固各技術的訓練。

**課程安排** : - 每課程全期共 12 小時, 分 4 節進行  
 (包括 9 小時的進階技術訓練及 3 小時戰術應用比賽兩部份)  
 - 學員必需完成首 9 小時進階技術訓練課程後, 才可參加戰術應用比賽課程。

**訓練場地、日期及時間** :

	訓練班編號	組別	日期	名額	時間	地點
課程(一)	VA/20/NT/P/G01	女子進階訓練課程	2020年4月5,19,26及5月3日 (星期日)	25人	1pm - 4pm	元朗體育館 (室內主場)
	VA/20/NT/P/B01	男子進階訓練課程	2020年4月5,19,26及5月3日 (星期日)	25人	4pm - 7pm	
課程(二)	VA/20/KLN/P/G02	女子進階訓練課程	2020年5月10,17,24及31日 (星期日)	25人	1pm - 4pm	界限街一號體育館 (室內主場)
	VA/20/KLN/P/B02	男子進階訓練課程	2020年5月10,17,24及31日 (星期日)	25人	4pm - 7pm	

**教練** : 由排總安排資深教練任教。

**費用** : 每名學生每期課程費用\$155。

**名額** : 每班 25 名學生

**報名日期** : 即日起至 3 月 13 日 (以郵戳為準)

**報名辦法及須知** :

1. 由於課程一及課程二的內容是相同，故每名申請人只可報讀其中一課程，並遞交獨立報名表及支票(\$155)。劃線支票抬頭書「香港排球總會有限公司」，背面請清楚寫上學校及學員名稱。如所報讀的課程名額已滿，申請人可選擇接受或不接受本署安排入讀另一課程。
2. 請把填妥的報名表格，連同繳付報名費的劃線支票，於報名日期內寄回康樂及文化事務署「學校體育推廣小組」。信封面請註明申請「聯校排球訓練課程(進階)」(地址：沙田排頭街 1-3 號康樂及文化事務署總部 1 樓)。截止收表限期以郵戳日期計算。
3. 若按申請人的**優先資格**取錄學員後，所剩名額不足以取錄餘下的申請人，主辦機構將以抽籤方式決定入選學員。未被取錄的申請人亦會抽籤排序以作候補名單的先後次序。若有人選學員退出，主辦機構將依次序補上。
4. 名額抽籤於 2020 年 3 月 16 日上午 10 時在康樂及文化事務署總部 201 室(學校體育推廣小組辦事處)舉行。若學員未被取錄，支票將會退還予學校。
5. 若有關課程報名人數不足，主辦機構有權取消該課程。
6. 報名一經本署接納，報名費將不會發還。
7. 學校及參加者提供的資料只用於康文署及香港排球總會舉辦的康體活動報名事宜及活動宣傳之用。在遞交申請表後，如學生欲更改或查詢經由學校申報的個人資料，需經由學校與本署職員聯絡。如以個人方式報名，可直接與本署職員聯絡。
8. 學校如於 3 月 23 日或以前仍未收到傳真回覆的課程安排，請即致電 2601 7615 或 2601 7603 聯絡本署職員。

**參加須知** :

1. 成功報名參加本計劃的學員，請珍惜資源，依時積極出席訓練。
2. 各參加者必須穿著合適運動服及不脫色運動鞋，並請帶後備衣襪替換。
3. 請參加者帶備足夠飲用清水。
4. **惡劣天氣的安排**
  - (i) 如活動舉行前 2 小時天文台發出 8 號或以上熱帶氣旋警告、紅色或黑色暴雨警告信號，或教育局宣布停課，當日活動即告取消。
  - (ii) 如環境保護署公布在舉行的活動地區的一般監察站錄得空氣質素健康指數達「嚴重」水平(即 10+級)，教練應中止體力消耗活動，並可於該時段內安排非體力消耗活動，如體育理論課或講解有關運動知識；如有需要，教練可取消課堂。
  - (iii) 所有受上述惡劣天氣影響而取消的課堂，均不設補課及退款。

**查詢電話** : 2601 7603 / 2601 7648

**學校體育推廣計劃 — 聯校專項訓練計劃**  
**聯校排球訓練課程(進階)報名表格**

【報讀課程】(請於方格□填上✓號)

報讀的課程：	<input type="checkbox"/> 元朗體育館 (課程一)
	<input type="checkbox"/> 界限街一號體育館 (課程二)
*如報讀的課程名額已滿，本人 <input type="checkbox"/> 接受 / <input type="checkbox"/> 不接受 大會安排入讀另一課程。	

劃線支票抬頭：香港排球總會有限公司

【申請人資料】

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

學生聯絡電話 / 手提電話：\_\_\_\_\_

就讀學校：\_\_\_\_\_

就讀學校傳真號碼：\_\_\_\_\_ (此號碼用作收取此活動通訊文件)

就讀班別：\_\_\_\_\_

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

【排球經驗】(請以✓號表示有以下經驗)

曾參與聯校專項訓練課程

(上一次參與的課程日期\_\_\_\_\_ (月/年) 及名稱\_\_\_\_\_)

兩年 / \_\_\_\_\_ 年以上的排球校隊經驗

兩年 / \_\_\_\_\_ 年以上參加學界排球比賽的經驗

【聲明】

**年滿十八歲或以上的申請人須填寫此聲明**

我聲明：我的健康及體能良好，適宜參加上述活動。

申請人簽署：\_\_\_\_\_

日期：\_\_\_\_\_

**未滿十八歲的申請人須由家長或監護人填寫此聲明**

我聲明：\_\_\_\_\_ (申請人姓名) 的健康及體能良好，適宜參加上述活動。

家長/監護人簽署：\_\_\_\_\_

日期：\_\_\_\_\_

【學校老師推薦書】

老師姓名：\_\_\_\_\_ (先生/女士) 聯絡電話 / 手提電話：\_\_\_\_\_

- 本人願意推薦上述學員參加聯校排球訓練課程(進階)，並確認上述學員【排球經驗】一欄內的資料正確。

- 本人明白若按申請人的優先資格取錄學員後，所剩名額不足以取錄餘下的申請人，主辦機構將以抽籤方式決定入選學員。

老師簽署：\_\_\_\_\_ 日期：\_\_\_\_\_ 學校蓋章：\_\_\_\_\_

**注意事項：**你提供的資料，只作康文署及香港排球總會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，請與康樂及文化事務署職員聯絡，查詢電話：2601 7615/2601 7603。