



澳門網球總會
ASSOCIAÇÃO DE TÊNIS DE MACAU
MACAU TENNIS ASSOCIATION

2025 澳門青少年網球學校考核制度

(初階班、進階班)

1. 考核方式

- 1.1. 每年一次考核，考核項目設有 2 項，包括技術及體能測試，均以量化方式計算成績，兩項測試比重各佔 50%；
- 1.2. 學員年度考核成績為上述兩項測試的總分，評分方式見表一及表二。

2. 參與考核資格：

- 2.1. 初階班出勤率達 50%以上的學員可參與晉升進階班考核；
- 2.2. 進階班出勤率達 80%以上的學員可參與晉升集訓隊考核。

3. 晉級方式：

- 3.1. 按考核分數由高至低排名，排名前列的初階班學員可獲晉級至進階班，晉級名額根據每年進階班空缺的數量而定；
- 3.2. 按考核分數由高至低排名，排名前列的進階班學員可獲晉級至集訓隊，晉級名額根據每年集訓隊空缺的數量而定，選拔集訓隊隊員由青少年網球學校學員填補，另外亦可透過參加澳門網球總會公開選拔的球員填補（詳情參閱公開選拔章程）；

4. 注意事項：

- 4.1. 凡未能按時出席考核者，須提前以書面申請，如申請理由不獲批准，或無故缺席者，視同自願放棄測試資格處理；
- 4.2. 青少年網球學校學員年齡上限為 14 歲，如超出上限年齡，將不允許保留學籍；
- 4.3. 考核結果由教練團提交予澳門網球總會訓練及培訓委員會審核並呈交體育局，教練團和訓練及培訓委員會的委員中，凡與被評分學員有三親等以內的親屬關係、學員就讀學校的師生關係、或私人聘請之教練關係，必須作出申報及迴避。



澳門網球總會
ASSOCIAÇÃO DE TÊNIS DE MACAU
MACAU TENNIS ASSOCIATION

表一：

初階班學員測試表 Novice Student Test Form										
姓名 Name :		性別 Gender:			出生年 Year of Birth:					
測試項目 Test Items	底線 Ground Stroke		網前 Net		發球 Server	技術總評分 Technical Score	體能 Fitness			體能總 評分 Fitness Score
	正拍 Forehand	反拍 Backhand	截擊 Volley	高壓 Smash			折返跑 Suicide Run	米字跑 Eight Point Footwork	耐力跑 Endurance Run	
評分方式 Scoring methods	正手一直一斜線繞桶10球 反手一直一斜線繞桶10球 截擊一正一反加起來10球、高壓10球 發球左右邊共10球 打進一球10、滿分100分						六個球折返跑 15秒內完成100分 20秒內完成80分 25秒內完成60分	七個點放球 40秒內完成100分 50秒內完成80分 60秒內完成60分	繞場15圈 6分鐘內完成100分 6分30秒內完成80分 7分鐘內完成60分	
百分比 Percentage						50.00%				50.00%

表二：

進階班學員測試成績表 Advance Student Test Form											
姓名 Name :		性別 Gender:			出生年 Year of Birth:						
測試項目 Test Items	底線 Ground Stroke		網前 Net		發球 Server	技術總評分 Technical Score	體能 Fitness			體能總評分 Fitness Score	
	正拍 Forehand	反拍 Backhand	截擊 Volley	高壓 Smash			跳繩 Jump rope	折返跑 Suicide Run	米字跑 Eight Point Footwork		耐力跑 Endurance Run
評分方式 Scoring methods	正手一直一斜線繞桶20球 反手一直一斜線繞桶20球 截擊一正一反一高壓加起來20球 發球左右邊個10球、共20球 打進一球5分、滿分100分						一分鐘內 一下2分 滿分100 可以累加計算	六個球折返跑 10秒內完成100分 15秒內完成80分 20秒內完成60分	七個點放球 30秒內完成100分 35秒內完成80分 40秒內完成60分	繞場15圈 5分鐘內完成100分 5分30秒內完成80分 6分鐘內完成60分	
百分比 Percentage						50.00%				50.00%	