



2021/22 青苗乒乓球培訓計劃 - 甄選日  
評核方法與技術測試內容

**評核方法：**

測試時需記下累積板數，對照該板數可獲之有關分數；

除計算及參考累積板數及分數外，重要的是評核以下條件：

1. 動作之協調性及基本動作上沒有大錯；
2. 反應靈敏度；
3. 控球能力及步法；
4. 球速及旋轉質量

備註：以上四項為質量評分，詳情可於本會網頁參閱附件「甄選評分標準」。

如遇左手考生時，應以平時習慣訓練線路測試（即反手對推直線）。

**技術評核內容與計分法：**

	A 組		B 組	
<b>第一部份</b>				
正手對攻球 (由陪考發球)	以單球測 <b>右半檯</b> 對攻球， 計算 5 球累積球數。		以單球測 <b>左半檯</b> 對攻球， 計算 5 球累積球數。	
	7 – 8 歲	9 – 10 歲	11 – 12 歲	13 – 14 歲
	(男)15 球 (女)10-15 球	25 球	30 球	40 球
<b>第二部份 (考生須先通過第一部份的測試，方可進入第二部份測試)</b>				
1. 正手對攻球： (由考生發球)	以單球測 <b>右半檯</b> 對攻球， 計算 1 分鐘累積球數。 (不限球數)		以單球測 <b>左半檯</b> 對攻球， 計算 1 分鐘累積球數。 (不限球數)	
2. 擺速： (由陪考員發球)	考生一球反手及一球正手 連續交替擊球至陪考員反 手位，一反一正算 2 球， 計算 1 分鐘累積球數。 (不限球數)		考生一球反手及一球正手 連續交替擊球至陪考員反 手位，一反一正算 2 球。 計算 1 分鐘累積球數。 (不限球數)	
3. 搓及側身拉/攻球： (由陪考員發球)	由陪考員先發一下旋球，對搓三板內需側身拉/攻球。 共測 20 球，計算命中率。			
4. 發球測試： (由考生發球)	上旋及下旋發球測試各 10 球，總共 20 球， 計算命中率及評核旋轉質量。			
	不限斜 / 直線交替發球， 落球需於指定範圍內。 (45 x 45cm)		要求斜 / 直線交替發球， 落球需於指定範圍內。 (45 x 38cm)	



## 2021/22 青苗乒乓球培訓計劃－甄選日

削球員評核方法與技術測試內容**評核方法：**

削球員技術測試是採用獨立甄選、獨立評分；

除計算及參考板數及分數外，重要是評核以下條件：

1. 整體動作之協調性
2. 摩擦球之能力
3. 步法起動速度與跑動範圍

備註：以上三項為質量評分，詳情可於本會網頁參閱附件「甄選評分標準」。

**技術評核內容與計分法：**

	A 組		B 組	
<b>第一部份</b>				
正手對攻球 (由陪考發球)	以單球測 <b>右半檯</b> 對攻球， 計算 5 球累積球數。		以單球測 <b>左半檯</b> 對攻球， 計算 5 球累積球數。	
	7 – 8 歲	9 – 10 歲	11 – 12 歲	13 – 14 歲
	(男)15 球 (女)10-15 球	25 球	30 球	40 球
<b>第二部份 (考生須先通過第一部份的測試，方可進入第二部份測試)</b>				
1. 正手對攻球：(由考生發球) 以單球測 <b>右半檯</b> 對攻球， 計算 1 分鐘累積球數(不限球數)。	最高累積板數 61 球			
2. 搓及側身拉/攻球：(多球測試) 由陪考員派發下該球，考生用一搓一拉/ 攻球，搓拉為一球。	共測 15 球，計算命中率。			
3. 正反手搓球：(多球測試) 由陪考員派發下旋球，考生在左右半檯用 正反手各搓一球。	連續測試 30 球，計算命中率。			
4. 正反手削球：(多球測試) 由陪考員派發上旋球，考生在左右半檯用 正反手各削一球。	連續測試 30 球，計算命中率。			
5. 多球步法測試：(由考官發多球) 接左、右半檯長球 及 短球， 4 球為 1 組 × 5 組，測試步法起動速度與 跑動範圍；及觀察考生摩擦球能力。	評核內容： ● 起動速度與跑動範圍 ● 摩擦球之能力 ● 整體動作之協調性			

**評分說明：**

- 削球員雖然是獨立甄選、獨立評分，但仍須具備**一定控球能力**；
- 重要是觀察考生整體動作協調性、以及正、反手搓球、削球技術動作；
- 多球步法，是測試考生步法起動速度與跑動範圍，球能否削到檯不是主要考慮因素。