

# 壘 球

(2025 年 8 月版)

| 技 能 (54%)：每項技能成績 15% + 每項技術質素 3% |                                                                                                                   |                                                 |      |                                                             |      | 平時分 | 筆試  |  |
|----------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------|------|-------------------------------------------------------------|------|-----|-----|--|
| 考試                               | 肩上傳接球<br>[男 / 女]                                                                                                  | 擊球(5 球)<br>[男 / 女]                              |      | 投球(6 球)<br>[男 / 女]                                          |      |     |     |  |
|                                  |                                                                                                                   | 球數                                              | 分數   | 球數                                                          | 分數   | 26% | 20% |  |
| 成績                               | 兩人互相傳接球,<br>每成功傳接一球<br>(第 1-10 球)可得一分,第 11 球起<br>可得 0.5 分, 限時 30 秒                                                | 4 球                                             | 15 分 | 4 球                                                         | 15 分 |     |     |  |
|                                  |                                                                                                                   | 3 球                                             | 12 分 | 3 球                                                         | 13 分 |     |     |  |
|                                  |                                                                                                                   | 2 球                                             | 9 分  | 2 球                                                         | 10 分 |     |     |  |
|                                  |                                                                                                                   | 1 球                                             | 6 分  | 1 球                                                         | 7 分  |     |     |  |
| 附註                               | -傳接距離<br>10m (男子); 7m (女子)<br>-傳接時必須雙腳站在界線後<br>-球不能著地<br>-每人有 3 個備用球                                              | -自拋及擊出球須於 12m(男子);<br>6m(女子)以外著地<br>-擊球點須低於肩膊高度 |      | -投擲距離<br>11.5m(男子);9.5m(女子)<br>-靶面積 92cm x 46cm<br>-計算命中靶球數 |      |     |     |  |
| 技術質素分                            | 3 分 — 考試表現中, 能夠達到技術質素要求, 且動作極之流暢及熟練<br>2 分 — 考試表現中, 尚能達到技術質素要求, 且動作一般流暢及熟練<br>1 分 — 考試表現中, 未能達到技術質素要求, 且動作並不流暢及熟練 |                                                 |      |                                                             |      |     |     |  |
| 考試次數                             | 1                                                                                                                 | 1                                               |      | 1                                                           |      |     |     |  |