

足 球(男)

(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	<u>運 球</u>	<u>12 碼罰球</u>	<u>傳控球</u>	26%	20%									
內 容	(1) 50 呎內豎立標誌 10 個，「之」字形來回運球 1 次 (2) 最後必須運球返回起點才停表	(1) 射球：4 次 (4 球計算最高分 3 球) (2) 計分法：參照下圖 6 呎 <table><tr><td>5</td><td>3</td><td>5</td></tr><tr><td>4</td><td>2</td><td>4</td></tr><tr><td>3</td><td>1</td><td>3</td></tr></table> 2.5 呎	5	3	5	4	2	4	3	1	3	(1) 兩人 1 組 (2) 1 個足球 (另有 1 個備用足球) (3) 40 呎距離 (4) 限時 40 秒 互相傳控球 評分: 以累積球數計算，首 10 球成功的傳控球每球得 1 分，之後成功的傳控球每球得 0.5 分，20 球可得滿分 15 分。兩人得分相同。 闊 17 呎 相距 40 呎		
	5	3	5											
	4	2	4											
	3	1	3											
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 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 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											

足 球(女)

(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	<u>運 球</u>	<u>9 碼罰球</u>	<u>傳控球</u>	26%	20%
內 容	(1) 50 呎內豎立標誌 10 個， 「之」字形來回運球 1 次 (2) 最後必須運球返回起點才停表	(1) 射球：4 次 (4 球計算最高分 3 球) (2) 計分法：參照下圖 6 呎 5 3 5 4 2 4 4 1 4 2.5 a. 射中柱、楣入可得分，彈出作失敗論 b. 射中繩，球往那方格入網，計算該格成績 c. 射中十字繩彈出，得 4 分 d. 射中單繩彈出，計高分	(1) 兩人 1 組 (2) 1 個足球(另有 1 個備用足球) (3) 30 呎距離 (4) 限時 35 秒 互相傳控球 評分： 實際分數:傳 1 球得 1 分,滿分 15 分 例如:成功傳 15 球,兩人同得 15 分 闊 17 呎 相距 30 呎 a. 如足球傳出長方形以外的區域，該球將不計算入總積分內		
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 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 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		