

主辦

贊助



民政事務局

及

青年發展委員會

香港棒球總會

青年內地交流資助計劃

2018-2019 中港青少年棒球交流計劃

「夢想·棒球」交流團

21-26. 4. 2019

上海、無錫

活動報告



2018-19 年度「青年內地交流資助計劃」
活動報告
[必須在整項交流計劃完成後三個月內提交]

(活動報告須與有關交流計劃的實況紀錄的相片及錄像片段(如有)一併提交，當中須紀錄交流團出發前及回程後各項活動(每項活動最少 3 張團體合照)，如啟動禮、訓練營、分享會等，以及交流期間活動的實況(最少 10 張，當中最少一半須為團體合照)。所有相片須加上附註說明相片內容。團體可同時附上錄像片段紀錄上述提及的內容。)

1. 交流計劃編號：HAB/CA1/7-5/2(2018-19) (383)
2. 交流計劃名稱：「夢想·棒球」交流團
3. 舉行日期：4 月 21-26 日
4. 目的地：上海、無錫
5. 參加交流計劃的青少年總數目： 20 人 [為下列(a)項及(b)項總和]
 - (a) 香港青少年數目：12-24 歲 20 人 25-29 歲 人
 - (b) 內地青少年數目：12-24 歲 人 25-29 歲 人
(如活動屬雙向交流項目)
6. 首次參加內地交流計劃的人數 13 人
(以下項目可另紙補充)
7. 交流計劃目的及主題：
主題：「夢想·棒球」

活動目標：透過體育運動的交流，促進香港青年人認識和了解中國國情，以及與內地人民的交流，提高他們的國民身分認同。

活動內容：參與國內職業棒球隊的訓練
與國內學校棒球隊進行友誼賽
與當地學生進行文化交流，了解內地與香港在文化差異上
參觀當地著名旅遊景點

8. 籌備交流計劃的宣傳、招募及推廣方法：
於交流計劃前兩月將章程及報名表上載至香港棒球總會網及 Facebook，並且電郵至本會會員、註冊屬會、註冊球隊及有參與棒球的中學及大專院校進行宣傳及招募。
9. 籌備各項活動計劃的組織及分工：
活動內容由主辦單位香港棒球總會與南通、無錫接待單位的負責人共同

籌備及安排。香港方面負責由初期工作準備，與內地接待單位聯絡及草擬行程、準備章程及招生事宜。到中期，收生後安排機票、制服、保險，安排出發前講座，以簡介活動安排及「基本法」及「一國兩制」。而內地單位則安排膳食、住宿、聯絡學校的球隊以安排場地練習及比賽，以及制定景點參觀及文化交流的行程。最後按確定的行程安排交通及活動。

10. 交流計劃詳情：

[請依舉辦活動(包括出發前、交流團期間和回程後)的先後次序，分別填報各項活動名稱、時間、內容、參加人數及當天住宿安排(如適用)等，並夾附有關宣傳刊物、單張、照片等文件。請參考頁首有關照片的要求。]

2018年10月		公開收生 -於香港棒球總會網頁公布交流計劃章程及報名表進行招募 請參閱附件(一)至(三)
2019年2月28日		截止報名及付款 -共收到19名參加者報名，截止後再後加1名參加者，總共20名參加者報名 請參閱附件(四)
2019年3月7日	晚上	「出發前講座」 -簡介交流計劃及「一國兩制」和《基本法》 -共有17位參加者出席 請參閱附件(五)至(六)
2019年4月21日	上午	出發 -原定10點25時航班被延後及取消，最終改為下午2點45分航班出發前往上海，20名參加者成功出發。
	晚上	抵達 -下午約6時抵達上海浦東國際機場，然後乘坐旅遊巴前往無錫。
	晚上	-晚飯品嚐無錫菜 晚上約10點抵達無錫酒店，團隊到酒店放好行李後，就到酒店餐廳用膳，品嚐了無錫骨、太湖三白等無錫菜。
	晚上	分享會 -各參加者分享當天活動的感受，及講解第二天的活動安排 請參閱附件(七)

2019年4月22日	上午	參觀無錫的景點，遊覽歷史古蹟
	上午及下午	<p>靈山大佛</p> <ul style="list-style-type: none"> -為國家 5A 級旅遊區，認識源遠流長的佛教文化 -到達時剛好遇上九龍灌浴表演，是一個結合音樂及噴泉表演。內容依據佛經中所記載佛祖出生時的故事建造而成。周圍蹲踞的九條巨龍將一齊噴出弧形水柱，九股水柱直冲天際、交匯，沐浴佛身。 <p>靈山梵宮</p> <ul style="list-style-type: none"> -見識糅合了中國佛教石窟藝術與傳統佛教建築元素的梵宮，見識了集合東陽木雕、敦煌壁畫、揚州漆器等藝術珍品。更看到神態各異的人形十二生肖金像。 -品嚐素食自助餐 <p>萬佛殿</p> <ul style="list-style-type: none"> -為世界上最高(88 米)的露天青銅釋迦牟尼立像，是無錫市標志之一。遊覽過佛像基座內的佛教文化展覽館，了解中國五方五佛、漢藏南傳三路佛教文化及故事後，登上佛像，抱抱佛腳。 <p>五印壇城</p> <ul style="list-style-type: none"> -外形與西藏布達拉宮相似，內裏則有不少的唐卡、佛教、轉經筒等，充滿藏族風格。登上頂層可以遠眺靈山大佛。
	晚上	<p>品嚐無錫菜</p> <ul style="list-style-type: none"> -嚐試了數道前菜，白蝦、招牌南乳肉、雙菇面筋等
	晚上	<p>夜遊拈花灣</p> <ul style="list-style-type: none"> -為一個充滿禪意小鎮，鎮內建設物以唐風宋韻古典建築風格建設，充滿古色古香。 -觀看拈花塔燈光表演，是通過塔對面的燈光，將燈光圖案投射到塔身上，陪隨舞者舞蹈，燈光遂層亮燈。
	晚上	<p>晚操</p> <ul style="list-style-type: none"> -進行約 1 小時的熱身訓練 -各參加者分享當天活動的感受，及講解第二天的活動安排 <p>請參閱附件(八)</p>

2019年4月23日	上午	<p>棒球練習</p> <p>-上午於無錫棒球運動訓練基地於江蘇省職業梯隊進行訓練及友誼賽</p>
	中午	<p>午餐</p> <p>-於訓練基地飯堂享用午餐，是廚師專業為運動員烹煮，營養均衡</p>
	下午	<p>參觀何振梁與奧林匹克陳列館</p> <p>-何振梁是國際奧委會首位中國籍委員，亦是是1993年和2001年北京申奧代表團陳述人之一</p> <p>-由陳列館工作人員帶領下參觀，介紹館內各項收藏，包括何振梁從事體育事業後所獲得證書和獎章、受聘及任職證書，各項活動收集的紀念品等</p> <p>-更深厚認識中國舉辦奧運的發展歷程</p>
	下午	<p>觀看江蘇職業隊訓練</p> <p>-透過觀察職業球員訓練時的動作、反應，學習打棒、接球技巧。</p>
	晚上	<p>晚操</p> <p>-進行體能訓練後，飯後為拉筋時間。</p> <p>-各參加者分享當天活動的感受，及講解第二天的活動安排</p> <p>請參閱附件(九)</p>



2019年4月24日	上午	<p>到訪無錫汽車工程高等職業技術學校</p> <ul style="list-style-type: none"> -先與學院副校長及老師見面、交流 -由學院老師帶領下參觀校園，經過一幅由眾多汽車標誌組成的展示欄，學校街道均以汽車品牌命名 -參觀寶馬 BEST 無錫培訓基地，見識汽車維修、保養工作間 -參觀上海通用汽車 ASEP 校企合作項目實訓中心，認識噴塗技術 -參觀無人機發展部門，認識無人機發展歷史及嘗試控無人機 -最後，到訪建築系，學校學生正在作家居裝修練習
	中午	<p>午餐</p> <ul style="list-style-type: none"> -與學校副校長及老師於學校老師飯堂共同用膳品嚐無錫菜，互相交流香港、無錫兩地的學校、運動等不同資訊
	下午	<p>慢速壘球練習及比賽</p> <ul style="list-style-type: none"> -首次接觸慢速壘球，球的尺寸大小與投球方法均與棒球均大有不同，對球員來說是一個新鮮的嘗試 -於學校足球場內進熱身 -與學校慢速壘球隊進行友誼賽 -經過 3 局比賽，最後 2 隊打成平手
	晚上	<p>晚飯品嚐無錫小籠包</p> <ul style="list-style-type: none"> -一嚐江南特色的無錫小籠包及其他著名無錫菜 <p>請參閱附件(十)</p>

2019年4月25日	上午	<p>到訪無錫市特殊教育學校</p> <ul style="list-style-type: none"> -為無錫市唯一一所為聽障學生提供15年教育的學校 -是次香港參加者亦有部分為聽障學生，到訪此學校更具意義 -到達後，學校學生表演棒球操，及學校領導致歡迎辭 -香港領隊接受無錫電視台訪問
	上午	<p>Tee 波練習及比賽</p> <ul style="list-style-type: none"> -於學校操場內進熱身 -由學校領導進行開球禮後，比賽開始 -雙方學生實力相約，最後比數打和
	中午	<p>品嚐咖啡及曲奇餅，與老師共同午膳</p> <ul style="list-style-type: none"> -由學校學生沖泡的咖啡及曲奇餅 -學生示範咖啡制作及表演拉花 -香港參加者嘗試制作咖啡及拉花 -與老師共同午膳
	下午	<p>參觀學校</p> <ul style="list-style-type: none"> -由老師帶領參觀各種課室，講解學校歷史及對聽障學生各種支援，從中深深知道內地學校對聽障學生提供全面發展的支援，反觀香港學校為聽障學生提供的支援實在不足。 -參觀了刺繡室、家政室、泥人製作室、木工室等，了解到學校不但對注重學生學習，還注重才能發展的培育，以培育學生全能發展。
	下午	<p>乘搭旅遊巴前往上海</p> <ul style="list-style-type: none"> -重溫「一國兩制」和《基本法》
	下午	<p>到達上海酒店</p>
	晚上	<p>晚操</p> <ul style="list-style-type: none"> -進行體能訓練 -各參加者分享當天活動的感受，及講解第二天的活動安排
	晚上	<p>晚飯-品嚐著名上海生煎包</p> <ul style="list-style-type: none"> -順道欣賞了上海外灘夜景 <p>請參閱附件(十一)</p>



2019年4月26日	下午	返港 -完成早餐後，進行交流總結 -下午2時30分航班回香港 請參閱附件(十二)
2019年5月10日	晚上	分享會 -參加者分享行程的感受及得著 請參閱附件(十三)

2018-19年度「青年內地交流資助計劃」
活動報告



11. 交流計劃評估：

(請略述舉行交流計劃所獲經驗、遭遇到的困難和限制、解決方法，並評估是否達到推行是項交流計劃的預期目的。)

交流計劃所獲經驗

是次交流活動對參加者於多方面而言，均是獲益良多。此次活動不但包括了遊覽了當地著名景點，認識了佛教文化及歷史，亦更了解了無錫的體育發展，而且透過與學校參觀及交流，更深刻了解無錫人的文化、生活。透過棒球，香港及無錫兩地球員能有更多的學習與交流。

是次活動參靈山大佛時，了解源遠流長的佛教文化及發展歷史。遊覽拈花灣時，見識到唐風宋韻的古典建築特色，見證了透過科技技術，中國文化能以生動形式傳承下去。

此外，到訪不同學校與學生交流，使參加者能對中國有更深認識及了解。透過參觀汽車工程學院，參加者知道技術學校的課程內容，了解到其與傳統學校的分別，當中亦能親手嘗試控球無人機，為一個難得的體驗。而參觀無錫特殊學校，參加者有更深的體會，明白到發展一間特殊學校並不容易。而學校對學生的培育更是著重全面發展，在學習知識外能有一技之長。而於特殊學生發展方面，香港是需要學習的地方。

而活動主題-棒球更令參加者得益不少，與職業球隊練習、進行友誼賽，令參加者能汲取經驗外，更加知道自身不足，從而學習對方的優點，提升技術水平及知識。有不少參加者亦是首次踏入正式棒球隊比賽，對他們而言是一個非常深刻的經驗。

另外，是次交流活動不單只限於棒球，亦有參與其他似棒球動，如慢速壘球及 Tee Ball 棒球，認識不同玩法，吸取其他運動的長處，融合運用於棒球運動中。

是次交流活動，於交流部分及棒球比賽的安排比例合適，參加者可以有三場比賽，每日一場比賽確保了參加者可以有充足的休息。參觀學校、與師生交流大大提高了兩地的交流了解，短暫經驗內地學生的學校生活。

遭遇到的困難和限制

於交流計劃開始接受報名時，反應不太踴躍。交流計劃當初的設計是安排於聖誕節期間進行，以配合學校假期，期望能夠吸引更多參加者。但目標參加者因為聖誕假期後要考試，需要預留時間溫習以致未能參與，而已經報名的參加者數目亦未能達標，結果交流計劃要延後至復活節舉行。

改期後收到 20 位參加者報名，確認交流團能如期出發後與內地接待單位討論住宿、行程等安排。因是次交流團以棒球為主題與各學校進行交流，於參加者當中未有合適的人選可作領隊或教練，需要另外尋找人選。臨出發前約 1 星期，收到內地接待單位通知因該市將舉行大型活動，未

能提供招待。然後立即嘗試接觸其他可行單位，可幸最後與無錫棒球協會了解，當地單位樂意接待，促進兩地交流。因臨近出發，時間倉促，在與學校安排活動內容及時間上有許不足，學校及棒球隊已有活動安排，只能以短暫時間與學生球員進行交流。

另外，因為場地問題，於出發前未能安排球員進行練習，無法了解各參加者技術水平以及未能培養默契以應付比賽。而在交流時間，亦受限於場地及時間，參加者只能於酒店附近細小的平地進行熱身、拉筋及簡單練習。於第三天到訪無錫棒球訓練基地時，原來希望能於交流空間使用基地設置的專業器材，一試職業球隊的專業訓練，但最後因時間所限，基地球員需要進行訓練以致未能使用訓練設施。

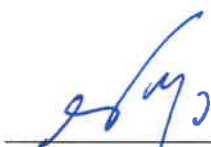
因是次比賽強度不算太高，參加者體力能應付整個交流活動，沒有出發疲勞或受傷情況。

評估及總結

總括而言，是次交流活動很成功。參加者不但認識更多中國文化、歷史，對中國國情亦有更深了解。在運動交流方面，透過參觀奧林匹克陳列館，了解到中國申請舉辦奧運的多種工作、過程，亦都知道中國在國際體育事務上的各項參與，從而提高參加者對國家的認同感。另外，以棒球為媒介，除了能加強中港兩地交流，亦能從對方身上學習更多棒球技術和了解到自身不足。

於交流期間，有參與之學校表示希望日後能繼續參與，作單向/雙向交流，兩地互相學習、了解。期望日後能夠邀請更多內地青年人來港交流外，亦希望可以讓更多青年人有機會走進中國，繼而認識世界，擴闊眼界。

活動計劃負責人簽署：



團體印鑑：



活動計劃負責人姓名：

杜佩綺

(-先生/女士*) 日期：

- 6 AUG 2019

團體名稱：香港棒球總會

職銜：高級體育事務經理

聯絡電話：2504 8330

傳真號碼：2504 4663

電郵地址：hkbsa@hkolympic.org

* 請刪去不適用者

備註：

香港特別行政區政府已成立青年發展委員會，負責監察青年發展政策的制訂和協調，並督導相關政策局和部門推動青年發展工作。前青年事務委員會已納入青年發展委員會。因此，本資助計劃內所有關於青年事務委員會及其工作小組的內容和其可行使的權力，已由青年發展委員會及/或其轄下專責小組全權繼承及管理。

2018-19 年度「青年內地交流資助計劃」
活動報告



▶ 首頁 ▶ 交流活動 ▶ YDC青年內地交流資助計劃

- 🏠 首頁
- 👤 關於我們
- 🏆 關於棒球
- 👥 香港代表隊
- 📅 訓練課程
- 🏈 六人棒球
- 🔄 交流活動
- 📄 我們的出版
- 👤 會員天地
- 🏟️ 本地聯賽
- 🌐 國際賽事
- 👕 屬會和球隊
- 🏠 設施
- 🏢 機構管治
- 📄 表格下載
- 🔒 安全與保險
- 👤 職位空缺

交流活動

YDC青年內地交流資助計劃

青年內地交流資助計劃
Funding Scheme for Youth Exchange in the Mainland (Chinese only)

資助單位: [民政事務總局及青年事務委員會](#)

資助計劃目的: 促進香港青年人認識和了解中國國情，以及與內地人民的交流，提高他們的國民身分認同。

活動資料	活動日期	截止報名	公布或通告	下載	活動花絮
Ref.: YDC002/18 2018-2019 中港青少年 棒球交流計劃	原定2018年 12月21-26日舉行 現延至 2019年4月21-26 日 地點 上海、南通	2019年 1月10日	接納報名單 2019年1月15日或以前公布 出發前講座 2019年3月7日(四)晚上7時於奧運大樓舉行 出國須知 2019年3月7日或以前公布 回程後分享會 2019年5月10日(五)晚上7時於奧運大樓舉行	活動章程 報名表 更新中	活動進行 期間提供

私隱政策 | 版權聲明 | 網站導航 | 本會標誌 | 聯絡資訊 | 本頁瀏覽人次: 2516

版權所有 © 2004-2018 香港棒球總會 版權所有不得轉載

請用 Google Chrome 或 Mozilla Firefox 瀏覽器 · Internet Explorer 瀏覽器無法有效瀏覽本頁

網站設計 by [Aresnet Ltd](#)



主辦
香港棒球總會

贊助
民政事務局 及 青年發展委員會

青年內地交流資助計劃
2018-2019 中港青少年棒球交流計劃
21-26. 04. 2019 上海、南通

- 主辦：香港棒球總會
- 贊助：民政事務局 及 青年事務委員會
- 活動主題：「夢想·棒球」交流團
- 活動目標：透過體育運動的交流，促進香港青年人認識和了解中國國情，以及與內地人民的交流，提高他們的國民身分認同。
- 活動內容：
 - ∞ 參與國內棒球隊的訓練
 - ∞ 與國內棒球隊進行友誼賽
 - ∞ 與當地學生進行文化交流，了解內地與香港在文化差異上
 - ∞ 參觀當地著名旅遊景點
 - ∞ 參加者必須出席「出發前講座」、「回程後分享會」
 「出發前講座」於 3 月 7 日(四)下午 7 時於奧運大樓舉行
 「回程後分享會」於 5 月 10 日(五)下午 7 時於奧運大樓舉行
 奧運大樓位於香港銅鑼灣大球場徑一號
- 活動日期：2019 年 4 月 21 日(日)至 4 月 26 日(五)
- 內地接待單位：南通夢想棒球俱樂部
- 參加者資格：必須持有有效香港永久性居民身份證
 隊員：年齡 15-29 歲，男女均可
 領袖生：年齡 21-29 歲，曾修讀香港棒球總會舉辦的棒球教練培訓課程且取得合格成績，協助交流活動期間訓練及友誼賽進行，具管理團隊經驗者優先，需接受本會面試。
- 參加費用：
 - 隊員：1600 港幣元
 - 領袖生：可獲本會全費資助參加。
- 名額：30 人，包含 2 名領袖生。
 註：團隊中年齡 25-29 歲不可超過實際參加人數的 10%，安排如下：
 10-19 名參加者只接納 1 位 25-29 歲人士；
 20-29 名參加者只接納 2 位 25-29 歲；
 30 名參加者只接納 3 位 25-29 歲。
- 往返上海交通：飛機，航班待定
- 住宿安排：賓館或同級住宿（男女參加者不可同房。）
- 膳食安排：學校食堂
- 團隊管理：本會將委派職員隨團出發擔任團隊管理；領袖生須提供協助。
- 報名：填妥報名表格連同回鄉證副本於 11 月 6 日前逕交本會；
 隊員報名以先報先收形式取錄；領袖生由本會遴選委員會選出。
- 查詢：香港棒球總會黃小姐(Kary)，電話 2504 8330

民政事務局及青年發展委員會簡介

民政事務局

民政事務局在青年發展方面的政策目標是 -

- 推動多元卓越文化，為不同志向的青年人，提供多元化的學習、培訓和個人發展機會；
- 鼓勵青年人養成積極的人生觀和正面的社會意識；
- 加深他們對香港和國家發展的認識；
- 擴闊他們的國際視野；及
- 讓他們既充分了解個人權利，也樂於承擔對社會的義務。

民政事務局與青年事務委員會緊密合作，推行各項計劃，以期達到上述目標。民政事務局呼籲青年人積極參與各項計劃，並籲請非政府機構、學校、家長、私營機構共同努力，讓年青人盡顯才華，為香港的發展作出貢獻。民政事務局的詳細資料，載於 www.hab.gov.hk。

青年發展委員會

青年發展委員會的職權範圍如下：

- (一) 監督青年相關政策、策略和措施的檢討、制定和落實；
- (二) 督導及加強決策局、政府部門及其他持份者的協作，以推行與青年相關的政策、策略和措施；
- (三) 就青年工作推動跨界別協作，以及就青年發展事宜推動相關諮詢及法定組織的參與；
- (四) 推動青年參與及收集他們對與青年相關的政策、策略和措施的意見，其中包括舉辦行政長官青年高峰會；及
- (五) 按需要設立專責小組、工作小組及其他模式的附屬小組處理相關工作。

青年發展委員會轄下設三個專責小組，負責特定範疇的工作，分別為：

- (一) 青年交流和實習專責小組；
- (二) 青年發展基金和計劃專責小組；
- (三) 及 青年外展和參與專責小組。

活動計劃的內容須具備以下元素：

- a. 認識中國的歷史、政治、經濟、文化、藝術、科學、體育運動、人民生活、社會制度、《基本法》、「一帶一路」策略、內地與香港的關係、中央與地方的關係等；
- b. 內地的活動須包括與內地人民的交流及／或親身體驗內地人民的生活，以加深香港青年人對國家和民生狀況的認識。活動可包括用以提高香港青年對內地與香港在文化差異上的尊重與包容的項目；及
- c. 整個交流項目必須包括適當及在香港舉行的配套活動，包括出發前活動(如建立團隊精神活動、包含提高對「一帶一路」策略的認識及/或提倡「尊重與包容」概念等元素的工作坊等)，以及回程後的總結活動(包括總結會、分享會，亦可包括其他活動如舉辦活動展覽，與社會人士分享經驗等)。

主辦
香港棒球總會

贊助
民政事務局 及 青年發展委員會

青年內地交流資助計劃
2018-2019 中港青少年棒球交流計劃
21-26. 4. 2019 上海、南通
報名表格

張貼近照
乙幀

請於合適方格內加上剔號

隊員 (年齡 15-24 歲) 隊員 (年齡 25-29 歲)

領袖生 (年齡 21-29 歲, 詳情請參閱章程內參加者資格) 如未獲取錄為領袖生, 本人願意全費參加交流計劃
 如未獲取錄為領袖生, 本人不願意全費參加交流計劃

第一部份：個人資料

參加者姓名： (中) _____ (英) _____ (必須持有有效香港永久性居民身份證)
性別： _____ *出生日期：(日/月/年) _____ 香港身份證號碼： _____
回鄉證編號： _____ 回鄉證有效期至： _____
住址 (英文) _____
聯絡電話： (電話一) 接收短訊用(祇限一個號碼) _____ (電話二) _____
(電話三) _____ (電郵) _____
身高： _____ cm 體重： _____ kgs 胸圍： _____ cm 腰圍： _____ cm 頭圍： _____ cm
所屬球會或球隊： _____ 棒球球齡： _____
就職機構/就讀學校名稱： _____ 職位/就讀班級： _____
緊急聯絡資料：
聯絡電話： _____ 聯絡人姓名： _____ 關係： _____

第二部份：個人資料

備註：參加者所提供的資料只用於本會的活動報名事宜及活動宣傳之用。在遞交表格後，如欲更改或查詢你的個人資料，可與本會職員聯絡。

第三部份：責任聲明

敝子弟/本人身體健康良好，適宜參加「香港棒球總會」舉辦之活動，本人現在清楚表示同意遵守總會所訂之全部規則及條件，亦清楚了解棒球運動存有危險性，本人同意如敝子弟在甄選、訓練或比賽中身體受傷或死亡或導致他人身體受傷或死亡、或任何財物損失、或任何器材損毀、損壞、損失，一概不會向香港棒球總會或其執行委員、工作人員、職員或會員等作出任何形式之追究行動或索償，謹此聲明。同時，本人明白參與由香港棒球總會舉辦之活動期間，本人/敝子弟有可能被拍攝及錄像，本人同意香港棒球總會使用本人/敝子弟之相片或錄像於推廣或宣傳棒總活動之刊物內及香港棒球總會總網頁或社群網路平台上，謹此聲明。

參加者簽署： _____ 日期： _____

18 歲以下參加者須由家長簽署

家長姓名： _____

(請以正楷填寫)

辦公室用欄

報名資格： 及格 不及格 原因： _____

領袖生： 豁免參加費 # 取錄為領袖生，由遴選委員會簽署確認： _____ 委員姓名 _____



會主頁 > 網上服務 > 報名及註冊 > 課程

申請

一般用戶選項

申請

查詢登記

付款 (0)

未完成之交易

交易記錄

已報名活動

會籍申請續會記錄

帳戶設定

更改密碼

快速報名

課程

2019年度六人棒球推廣計劃

19-20年度棒球推廣計劃 第二期

2019/2020年度大專生棒球精英培訓及體驗計劃

YDC 中港青少年 棒球交流計劃

證書課程 技術人員培訓

YDC 中港青少年 棒球交流計劃 [「夢想·棒球·交流盃」]

課程編號	開始日期 / 時間	地點	開班 / 學生人數	收生人數 / 報名人數	截止報名	費用
	2019-04-21 09:00-18:00	上海 黃浦	10 / 30	22 / 22	2019-06-21	HK\$2000.0

截止

「夢想·棒球」交流盃

團 - 參加量

***只限已交回報名費之參加者繳交費用，費用已包括400元保證金。

***參加者必須出席「出發前講座、出發前講座、出發前講座、出發前講座」、「回程後分享會」。
缺席者將會沒收保證金，保證金將於活動完結後退回至全數出席者。
「出發前講座、出發前講座」2019年3月7日(四)晚上7時於奧運大樓舉行
「回程後分享會、回程後分享會」2019年5月10日(五)晚上7時於奧運大樓舉行
奧運大樓位於香港銅鑼灣海傍道一號

***活動於2019年4月21-26日進行

系統支援 | 免費支援 | 網上報名 | 報名查詢 | 本頁返回頂部

版權所有 © 2024-2019 香港棒球總會。保留所有權利。

網頁: Google Chrome 或 Mozilla Firefox 瀏覽器 · Internet Explorer 瀏覽器均無效。請使用最新版本的瀏覽器。

備註: 由 Ameyo Ltd







2018-2019 中港青少年棒球交流計劃

「夢想·棒球」交流團

2019年4月21-26日

出發前講座

◆ 民政事務局及青年發展委員會贊助

- 透過舉辦或資助不同類型的青年發展活動，讓青年人各展所長，提升他們的競爭力，並培育他們成為有視野、具創意、對社會有承擔、具領導才能的香港未來主人翁。

◆ 民政事務局

- 推動多元卓越文化
- 鼓勵青年人養成積極人生觀及正面社會意識
- 加深對香港及國家發展的認識
- 擴闊國際視野
- 了解個人權利，樂於承擔社會義務

◆ 青年發展委員會

- (一) 監督青年相關政策、策略和措施的檢討、制定和落實；
- (二) 督導及加強決策局、政府部門及其他持份者的協作，以推行與青年相關的政策、策略和措施；
- (三) 就青年工作推動跨界別協作，以及就青年發展事宜推動相關諮詢及法定組織的參與；
- (四) 推動青年參與及收集他們對與青年相關的政策、策略和措施的意見，其中包括舉辦行政長官青年高峰會；及
- (五) 按需要設立專責小組、工作小組及其他模式的附屬小組處理相關工作。

「一國兩制」

- 『一個國家，兩種制度』
中華人民共和國內，十二億人口的大陸實行社會主義制度，特別行政區則實行資本主義制度。
- 用以去實現國家統一，藉此希望可以同時保證港、澳、台三個地區社會繼續繁榮和穩定。
- 『一國』是強調國家統一、主權和領土完整，『兩制』則顯示高度自治。在『一國兩制』下，『一國』與『兩制』是有不可分離的關係。
- 高度自治權
行政管理權、立法權、獨立的司法權和終審權

「一國兩制」的落實，保證了香港市民早已習慣的生活方式、思想觀念，以及各種經濟利益和生活水平，可以延續下去，使香港特區保持繁榮和穩定。

「基本法」

- 全國人大在一九九〇年四月四日通過及公佈香港特區的《基本法》，並已於一九九七年七月一日實施。
- 是香港特別行政區的憲制性文件，它以法律的形式，訂明「一國兩制」、「高度自治」和「港人治港」等重要理念，亦訂明了在香港特別行政區實行的各項制度。
- (a) 《基本法》正文，包括九個章節，160條條文；
- (b) 附件一，訂明香港特別行政區行政長官的產生辦法；
- (c) 附件二，訂明香港特別行政區立法會的產生辦法和表決程序；及
- (d) 附件三，列明在香港特別行政區實施的全國性法律。
- 本法的解釋權屬於全國人民代表大會常務委員會。
- 本法的修改權屬於全國人民代表大會。

行程安排

◆ 4月21-26日

- 棒球訓練
- 棒球比賽
- 介紹Baseball 6
- 參觀無錫棒球運動訓練基地
- 景點參觀

◆ 其他資料

- 帶備物品清單
- 香港棒球代表隊球員一般守則
- 中國香港棒球代表隊隊規
- 團體旅行保險
- 日程表

行程表(草擬)

團體: 香港棒球總會
 活動名稱: 「夢想·棒球」交流團
 日期: 2019年4月21日至2019年4月26日(為期六天)

交流團日程(初擬)

日數 Day	日期 Date 2019	時間 Time	地點	活動 Activities	備註 Remarks
第一天	21/4 (日)	上午	飛機上	香港往上海	選擇一)ETD0935 ETA1205 選擇二)ETD0925 ETA1210
			上海	抵達上海 乘搭大巴前往南通	
		中午	南通	抵達南通 辦理入住手續	
				下午	參觀球場/簡介會/歡迎晚會 晚餐
第二天	22/4 (一)	8:00	南通-球場	早餐	
		上午		參觀球隊、練習	
		12:00	南通	午餐	
		下午		景點參觀 晚飯	
18:00		當天檢討及翌日安排			
第三天	23/4 (二)	7:00	南通	早餐	
		上午		共同訓練	
		12:00		午餐	
		下午		棒球交流賽- Baseball Six	
		18:00		晚飯	
19:00		當天檢討及翌日安排			
第四天	24/4 (三)	7:00	南通	早餐	
		上午		棒球訓練	
		12:00		午餐	
		16:00	無錫	乘搭大巴前往無錫	
		19:00		晚飯	
20:00		當天檢討及翌日安排			
第五天	25/4 (四)	7:00	無錫	早餐	
		上午		參觀無錫棒球訓練基地	
		12:00		午餐	
		下午	景點參觀		
		18:00	上海	乘搭大巴前往上海 晚飯	
19:00		檢討會			
第六天	26/4 (五)	7:00	上海	早餐	
		8:00		景點參觀	
		12:00		午餐	
		下午	機場	活動總結及問卷評核 上海返香港	
		下午		返港	選擇一)ETD1430 ETA1715 選擇二)ETD1325 ETA1620

































































民政事務局 青年發展委員會

資助

2018-2019 中港青少年棒球交流計劃

「夢想·棒球」交流團

2019年4月21-26日

5月10日分享會



活動回顧

- 出發日航班延誤、取消
- 需時十多個小時到達酒店
- 參觀靈山大佛、抱佛腳
- 夜游拈花灣
- 與無錫職業隊共同訓練、比賽
- 觀看無錫職業隊訓練
- 參觀汽車工程學校
- 體驗慢速壘球
- 參觀特殊學校
- 進行TeeBall比賽
- 夜游上海外灘







分享會



王雪盈

充實，獲益良多，大開眼界
這三個詞語是我用來形容這旅程的總結。

從上海無錫棒球隊的球員身上學到不少球技心態，甚至更多不同的棒球訓練的方式，廣闊了我的視野。

加上在無錫特殊學校看到聾生們每一次 at bat 也有想打全壘打的決心，令我感到了聾生的能力總不比健聽的弱，心態才是主要決定高低，激發了對於棒球感到不太有信心的我：

在這六天的交流下，我的確獲益良多，感受也很深刻，一切都盡在不言中。
謝謝上海無錫和你們



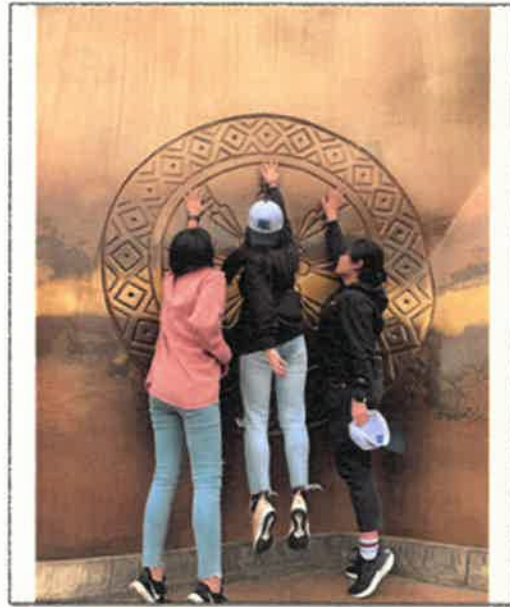
黃紫欣

上海，無錫棒球交流團

這六日五夜的旅程，或許在我人生中的時間相比之下根本不值一提，但卻令我留下深刻的回憶，在那個江蘇青年球隊中我看的每一個動作每一個精神都不是我所有的。

而在無錫特殊學校中看到那些小朋友的手工藝或是球技，都令我深感慚愧，但這亦令我真的體會到什麼叫做學習並不是只在課堂上，亦是真的在每一個地方每一個畫面，只要你有被打動到或是吸引到就已經是你的一個好學習。

感謝無錫，上海帶給我的這份回憶。



羅依琪

參加這次的上海，無錫棒球交流團真的令我獲益匪淺，當中有很多人或事令我印象深刻。

首先是與江蘇隊交流棒球，他們即使連基本功的每個細緻位都會好用心地練，

他們一個動作可以每日練上百次甚至千次，這個永不放棄，要求自己練到最好的精神都像我們值得學習的。

其次，今次的交流團不單止是學習棒球，還參觀了拈花灣和何振梁奧林匹克成列館等無錫著名的景點。

這些景點均令我嘆為觀止，更獲益良多！

最後，今次的交流團更認識了不少新朋友，在6日5夜的棒球訓練和比賽中，才知道自己的不足及要改善的地方，並下定決心更努力，專注去練習！並幫助自己進步，吸收更多經驗！



姚凱庭

今次無錫-上海棒球交流團令我獲益良多。

首先係令我大開眼界, 以前一直在學校都以為自己係高水平既球員, 但係離開學校後先知道原來自己仲細過粒棒球。

另外, 見到青年隊練波後, 令我肯定佢地既實力不是天生, 佢地既練波是將所有最基礎的動作不停重覆做, 希望達至最高。

而言我知道是我正正最需要學習的東西。總括而言是次交流令我看清自我和如何令自己進步。



陳穎嵐

- 這次交流活動持續六日, 與很多不同棒球隊進行交流, 令我從中獲益良多, 學到不同的棒球技術, 經歷了不同的經驗。多謝棒球總會舉辦此活動, 希望日後再有機會參加此類的活動。



陳穎蕎

- 這次交流活動持續六日，與很多棒球隊進行交流，令我從中得到很多經驗。多謝棒球總會舉辦這次的交流活動，令我學到很多球技。希望日後再有機會參加這類的交流團。



「夢想・棒球」交流團

活動日期：21/4/2019 – 26/4/2019

地點：無錫、上海

組員：黃焯祺 劉政亨
葉雅榮 方慶輝
張偉源 麥兆笙
陳卓穎



活動內容

- * 參與國內江蘇隊的訓練
- * 與江蘇隊、汽車工程學院、特殊學校棒球隊進行友誼賽
- * 與當地學生進行文化交流，了解內地文化
- * 參觀當地著名旅遊景點 (靈山大佛、拈花灣、何振良奧林匹克成列館、東方明珠塔)

心得與感想

黃焯祺



是次無錫、上海棒球交流團令我獲益良多，活動令我喜出望外。第二天參觀靈山大佛與拈花灣，體驗了內地的文化和見識到中國獨有的美

麗景色。在這次既艱苦又歡樂的交流過程中，令我更加珍惜陪伴我成長的友誼，亦透過活動認識到另一群志同道合的朋友，感激他們為我留下美好的回憶！

葉雅榮

是次無錫、上海棒球交流團令我獲益良多，助我擴闊視野。每一場交流賽都能帶給我不同的體會，例如與無錫的青年棒球隊比賽雖然整個交流團都比較著重觀看形式，但感受他們對自己的要求態度十分高，亦看到職業球隊與自己的差距。



張偉源



是次無錫、上海棒球交流團令我獲益良多，助我擴闊視野。每一場交流賽都能帶給我不同的體會，例如與無錫的青年棒球隊比賽，見識到較為高水平的棒球技術，以及他們穩如泰山的基本功都十分值得學習。此外，參觀無錫及上海不同著名景點，如拈花灣這種古色古香的地方更使我洗滌心靈，心境豁然開朗。

方慶輝

是次交流讓我有機會與江蘇棒球隊練習，他們的訓練有系統性，也比較注重細節位，例如每一球練習傳球都要慢動作坐穩下盤，鎖定位置才傳球，令我注意到傳球的準繩度與這些動作有關鍵，要做好這些基本功才能夠增強穩定性，另外能與他們打一場友誼賽令我獲益良多，也首次與隊友打出行雲流水的進攻，希望日後能再有機會與強隊交流。



劉政亨



這一次夢想棒球交流之旅令我可以親身參觀國內不同既學院同訓練基地。更有幸與江蘇青年軍於球場上交流較量,體驗到國內對球員培訓。國內訓練針對球員的動作細節,國內球員動作的穩定性令我非常佩服。另外,可以到國內聽障兒童學校參觀,看到他們小學生的作品水準非常之高,體驗到國內對聽障兒童的支援真是十分完善令人欣慰。

陳卓穎

我覺得上海很好玩，空氣十分清新，如果沒有放屁的話。去的時候，是我第一次去上海，我十分興奮。這次棒球交流我學會了很多東西，例如接地波，很好玩。我看了大佛，十分大。卻看不到好球，在剛開局的時候，哎呀！這樣就四壞了，淚像海嘯般流。



麥兆笙



十分開心能夠參加這次上海交流計劃，很感激香港棒球總會給了這個機會可以去上海，因為我從未到過上海。今次是一個好好的體驗，參觀了靈山大佛，又到了古色古香的拈花灣。與當地球隊比賽有很多得著，學會接滾地球，技術也進步了不少。

組員總結

在到達江蘇隊的棒球基地和何振良奧林匹克成列館後，我們了解到中國內地棒球的發展，以及對運動的貢獻和歷史。在與內地各棒球團體交流後，深深體會到內地人民的熱情和好客，除了在棒球技術層面上有所提升之外，亦認識到中國內地優良的教育文化及社會積極支持運動的良好風氣。

最後感謝香港棒球總會給予我們這次機會參加是次交流活動，亦感激內地各團體的熱情招待。在教練 Miss fung、實習教練阿蒲和領隊kary姐姐♥的帶領下，交流活動順利地完成，亦使我獲益良多，在此表示萬分感激！

上海、無錫棒球交流團

陳紀尤

是次上海、無錫棒球交流團一共6天5夜，和上海、無錫不同棒球隊切磋，也觀察到他們的訓練方法，令我獲益良多。感謝棒總安排，使我在旅程中不但學到十分多有關棒球的技巧，還參觀了當地一些旅遊景點，接觸到不同背景的人士感受到當地文化擴闊眼界。

張凱欣

我從「夢想·棒球」交流團六天五夜中學到很多經驗，令我留下深刻印象。有一天，我們去特殊學校打棒球友誼比賽，發現原來全部與我們一樣都係聾人，他們用心去努力去打棒球。學校老師辛苦用心教導他們，令他們的運動及其他方面進步很多，令我非常驚訝不已。感謝六天五夜內遇到很多不同背景的人及景點，他們做得比我們努力及辛苦，也見證他們的團結力量，他們令我不禁感嘆。

楊慶霆

今次嘅交流團令我學到好多野 係六日五夜裏面同上海及無錫嘅棒球隊及學校作交流 了解到當地的練習模式 覺得他們的心態很值得我們學習 接觸到其他地區的棒球 我們還參觀了很多文化景點 學習當地的文化特色及生活特色 令我獲益良多

羅震峰

這次6日5夜的上海、無錫棒球交流團，令我學到很多棒球嘅知識。並且可以看見中國棒球隊嘅練習，佢哋會將練習嘅時嘅步驟一步一步咁做好。呢種心態好值得我哋去學習。唔單止可以學習到中國隊嘅練習，還可以去到一啲上海嘅交流景點。令我開闊眼界。

「夢想·棒球」交流團 分享會

朱浩泓

感想

- * 首先好多謝香港棒球總會舉辦是次活動 令我有機會可以背著香港棒球總會名義 與當地棒球隊進行友誼賽
- * 另外亦感謝教練Miss Fung在百忙中抽空來帶領以及教導我們
- * 作為一個已經沒打棒球很久的人 教練亦讓我作為首發球員 上場與無錫青年隊進行比賽 正因這次經驗 令我感到自己的不足
- * 這次令我印象深刻的是在無錫棒球訓練基地 與他們一起訓練 訓練時令我學到如果擔任一名外野手 我看到雖然訓練基本動作 但是他們在訓練時亦認真做好每一步 非常值得我們去