

香港躲避盤運動體育聯會 教練制度實施  
2017年10月02日訂立

### 壹、依據

本制度由香港躲避盤運動體育聯會執行委員辦理及通過。

### 貳、目的

旨在提昇本港躲避盤運動水準及教練之素質，培養運動人才，發揮大眾運動潛力為目的。

### 參、教練資格鑑定

各級教練/指導員資格之基本條件包括：

- (一) 本會登記會員。
- (二) 對躲避盤運動具有熱誠。
- (三) 品行端正。
- (四) 熟悉比賽規則。
- (五) 曾參加本會教練課程並經通過考核。

### 肆、教練等級區分

- (一) 指導員
- (二) 一級教練
- (三) 二級教練
- (四) 三級教練

### 伍、晉級

- (一) 一級教練
  - (1) 必需為本會合資格之指導員
  - (2) 年滿二十歲或以上
  - (3) 必需為本會合資格之 C 級裁判

具備以上條件者，並參加本會舉辦之一級教練課程。  
通過考核及實習，即可取得一級教練資格，由本會頒發一級教練證書。

## (二) 二級教練

- (1) 具備一級教練資格兩年或以上。
- (2) 實際參與教學工作至少一年以上。
- (3) 申請晉級時須繳交心得報告一篇 (字數不少於300字)。
- (4) 持續進修學分達 30 分或以上
- (5) 最少以選手身份參加一次任何機構舉辦之躲避盤賽事

具備以上條件者，由各屬會或委員會推薦，即可取得二級教練資格，由本會頒發二級教練證書。

## (三) 三級教練

- (1) 具備二級教練資格兩年或以上。
- (2) 實際參與教學工作至少一年以上。
- (3) 申請晉級時須繳交心得報告一篇 (字數不少於500字)。
- (4) 持續進修學分達 80分或以上
- (5) 曾擔任任何隊伍之教練，並帶領該隊伍參加任何躲避盤之賽事

具備以上條件者，由各屬會或委員會推薦，即可取得三級教練資格，由本會頒發三級教練證書。

## 陸、權責

### 基本權責

- (1) 積極發展躲避盤運動
- (2) 協助推動本會舉辦之比賽
- (3) 精進個人技術
- (4) 熱心培養運動選手

### 各級級權責

#### (1) 指導員

開辦銅章課程及擔任主教，註冊指導員可以向本會申請銅章證書。

#### (2) 一級教練

開辦銅章、銀章課程、學校教練證書課程及擔任主教，註冊一級教練可以向本會申請銀章及學校教練證書。

#### (3) 二級教練

開辦銅章、銀章、金章、學校教練、基礎技術證書課程及擔任主教，註冊二級教練可以向本會申請以上課程之證書。並可擔任指導員證書課程之考官。

#### (4) 三級教練

開辦銅章、銀章、金章、學校教練、基礎技術證書、指導員課程及擔任主教，註冊三級教練可以向本會申請以上課程之證書。並可擔任一級教練及指導員證書課程之考官。

### 柒、持續進修學分

持續進修學分為教練晉級之必需手段，由註冊一級教練開始計算。參加以下各類項目均可獲得學分，各級教練請自行參與。實際學分以發佈為準。

#### (一) 研討會 (4 學分)

各級教練研討會，教練須依各該等級資格，參加研討會。內容可包括：戰術及策略、運動心理學、體能訓練。

#### (二) 帶隊參加本會賽事 (5 學分)

本會每年均有中小學及公開組別賽，各級教練應積極參與校隊訓練。

#### (三) 體驗日推廣 / 校隊訓練 (每堂2學分)

協助本會或其他機構均可。(其他機構請提供證明)

#### (四) 課程助教 (4 學分)

於本會的課程中擔任實習助教。

#### (五) 參加賽事 (5學分)

以選手身份參加本會公開組事賽或經本會參加海外賽事。

實施方法：請每次完成該項活動前提供證明，有效信件之類等，電郵交給本會處理。

### 捌、獎懲

#### (一) 獎勵：

- (1) 遵照本會頒訂之「頒獎辦法」規定辦理。
- (2) 教練具特殊貢獻或表現優異者，由本會表揚或經屬會呈報獎勵。
- (3) 所屬運動員參加國際運動比賽活動成績優良教練由各單位或委員會建議本會予以獎勵。
- (4) 績優事蹟，可作為教練晉級資格之參考。

## (二) 懲罰：

- (1)無故缺席任何相關之活動或工作，而無合理解釋者，將不再任用。
- (2)行為不檢，受刑事處分者，取消教練資格。

## 玖: 教練守則

### (跟據香港教練培訓委員會指引)

教練在不同場合，擔當不同的角色，有如運動員的老師、模範、顧問、家長及訓練員等；而優秀的教練能使運動員在參與過程得到正確體驗，培養良好的體育精神。香港教練培訓委員會為了提高教練的水平，特別制定了一套教練守則，讓教練遵從：

1. 對待每一運動員為獨立個體，幫助運動員發揮其天份
2. 提倡公平競賽，尊重他人及接受其體育項目所釐定之規則條文及精神
3. 充實有關教練的新知識，提高個人水平
4. 確保運動員有一個安全的訓練及比賽環境，運動器材及設施達安全標準
5. 確保訓練及比賽符合運動員的年齡及體能
6. 讓運動員明白運動的益處，並鼓勵終身參與運動
7. 避免過度訓練運動員，並維持運動員的興趣及提升他們對體育的熱愛
8. 以身作則，不可粗言穢語
9. 避免作出騷擾及歧視行為，包括性騷擾，種族及傷殘歧視