



# 中國香港閃避球總會有限公司

## Dodgeball Association of Hong Kong, China Limited

Affiliated to : Sports Federation & Olympic Committee of Hong Kong, China (SF&OC),  
World Dodgeball Association, Asian Dodgeball Federation, Asian Dodgeball Confederation  
附屬於：中國香港體育協會暨奧林匹克委員會、世界閃避球總會、亞洲閃避球總會、亞洲閃避球聯盟

### 教練組織制度 2024

規條：T01

日期：2024 年 8 月

負責：訓練委員會

#### 1 目的

發展閃避球運動，以健全教練制度提昇閃避球教練素質、培養優秀教練人才、分級從事教練工作。

#### 2 管理

所有教練均由本會訓練委員會負責管理。

#### 3 義務

- 3.1 維護閃避球運動及本會的良好形象。
- 3.2 熟習本會之最新賽例。
- 3.3 積極推廣閃避球運動。
- 3.4 於執行教練工作時，穿著本會指定的制服。
- 3.5 每年向本會登記註冊。
- 3.6 每兩年參加一次「教練及裁判研討會」
- 3.7 接受及遵從本會的政策、制度與規條。

#### 4 級別及工作

證書課程		教練資歷 - 可教授及考核之課程							
		註冊指導員		註冊一級教練		註冊二級教練		註冊三級教練	
		教授	考核	教授	考核	教授	考核	教授	考核
技術證書	一級技術證書	C	C	C	C	C	C	C	C
	二級技術證書	C	C	C	C	C	C	C	C
	三級技術證書	C		C	C	C	C	C	C
	四級技術證書			C	C	C	C	C	C
	五級技術證書			C	C	C	C	C	C
	六級技術證書			C		C	B	C	B
	七級技術證書					C	B	C	B
教練證書	指導員證書			B		B	B	B	B
	一級教練證書					B		B	A
	二級教練證書							A	A
	三級教練證書							A	A

A：由總會指派及安排

B：由團體會員 / 屬會安排及申請，並獲總會審批

C：教練可自行安排



# 中國香港閃避球總會有限公司

## Dodgeball Association of Hong Kong, China Limited

Affiliated to : Sports Federation & Olympic Committee of Hong Kong, China (SF&OC),  
World Dodgeball Association, Asian Dodgeball Federation, Asian Dodgeball Confederation  
附屬於：中國香港體育協會暨奧林匹克委員會、世界閃避球總會、亞洲閃避球總會、亞洲閃避球聯盟

### 5. 課程開辦、內容及檢定

#### 5.1 指導員課程

開辦程序	由總會主辦或團體會員向本會申辦及經審批後，依據本會既定課程內容授課。由團體會員安排註冊一級或以上資歷之教練教授，並由總會委派主考進行考核。
參加資格	1. 年滿 18 歲、65 歲以下；及 2. 本會有效會員；及 3. 持有本會發出之「五級技術證書」；及 4. 熱心閃避球運動並願意協助有關工作。
課程時數	總時數： 4.5 小時 – 課程：1 天，共 3 小時 – 考核：1 天，共 1.5 小時
師生比例	1 名教練對 12 名學員； (13 至 18 名學員需要有一名主教練及一名助教)
課程內容	1. 閃避球運動概念、 2. 閃避球基礎技術及攻防理念 3. 基礎閃避球教學概念 4. 閃避球指導員注意事項
考核	由總會指派主考依據考核內容負責考核： 1. 課程出席率達 100%；及 2. 理論試合格；及 3. 指導員技術試合格。
獲發證書資格	1. 本會有效會員；及 2. 完成所有考核並取得合格；及 3. 獲本會訓練委員會通過。
證書簽發	由舉辦者/參加者負責向本會申請簽發。



中國香港閃避球總會有限公司

Dodgeball Association of Hong Kong, China Limited

Affiliated to : Sports Federation & Olympic Committee of Hong Kong, China (SF&OC),

World Dodgeball Association, Asian Dodgeball Federation, Asian Dodgeball Confederation

附屬於：中國香港體育協會暨奧林匹克委員會、世界閃避球總會、亞洲閃避球總會、亞洲閃避球聯盟

## 5.2 「一級(單/複球式)教練及裁判課程 A 部共通部份」

開辦程序	由總會主辦或屬會向本會申辦及經審批後，依據本會既定課程內容授課。由團體會員安排註冊一級或以上資歷之教練教授，並由總會委派主考進行考核。
參加資格	<ol style="list-style-type: none"><li>1. 年滿 18 歲、65 歲以下；及</li><li>2. 本會有效會員；及</li><li>3. 持有本會發出之「指導員證書」或「助理裁判證書」；及</li><li>4. 熱心閃避球運動並願意協助有關工作。</li></ol>
課程時數	3 小時
師生比例	1 名教練對 20 名學員；
課程內容	<ol style="list-style-type: none"><li>1. 本會現行架構及發展歷程</li><li>2. 閃避球運動基礎知識</li><li>3. 閃避球場地及用具知識</li><li>4. 閃避球教練及裁判注意事項</li></ol>
考核	課程出席率達 100%；
獲發證書資格	<ol style="list-style-type: none"><li>1. 本會有效會員；及</li><li>2. 完成課程；及</li><li>3. 獲本會訓練委員會通過。</li></ol>
證書簽發	由舉辦者/參加者負責向本會申請簽發。



中國香港閃避球總會有限公司

Dodgeball Association of Hong Kong, China Limited

Affiliated to : Sports Federation & Olympic Committee of Hong Kong, China (SF&OC),

World Dodgeball Association, Asian Dodgeball Federation, Asian Dodgeball Confederation

附屬於：中國香港體育協會暨奧林匹克委員會、世界閃避球總會、亞洲閃避球總會、亞洲閃避球聯盟

### 5.3 一級教練

一級閃避球(單球式)教練課程單元 B 部份 或 一級閃避球(複球式)教練課程單元 D 部份

開辦程序	由總會主辦或屬會向本會申辦及獲審批後，由總會委派註冊三級；或總會委任之教練，依據本會既定課程內容教授，並由總會指派主考進行考核。
參加資格	<ol style="list-style-type: none"><li>1. 年滿 18 歲、65 歲以下；及</li><li>2. 本會有效會員；及</li><li>3. 持有本會發出之「六級技術證書」；及</li><li>4. 熱心閃避球運動並願意協助有關工作；及</li><li>5. 持有本會發出之「一級(單/複球式)閃避球教練及裁判課程 A 部共通部份」；及</li><li>6. 持有下列其中一項資格[未能出示之申請將不會受理。]：<ul style="list-style-type: none"><li>- 「指導員證書」；或</li><li>- 持有任何一個本會認可體育總會發出之教練證書(例如：中國香港體育協會暨奧林匹克委員會之屬會)；或</li><li>- 現正 / 曾經在本港任何大專院校，修讀與康樂或體育有關的科目(一年或以上課程,並且已修讀多於 1 年)之人仕。</li></ul></li></ol>
課程時數	總時數：12 小時 - 課程：面授時數 6 學時，自習時數 3 學時，最少 2 天，共 9 小時 - 考核：1 天，共 3 小時
課程內容	<ol style="list-style-type: none"><li>1. 閃避球進階技術</li><li>2. 閃避球進階攻防概念</li><li>3. 閃避球裁判基礎技術</li><li>4. 閃避球訓練計劃及策略剖析</li><li>5. 教學法及教案的準備</li></ol>
考核	由總會指派主考依據考核內容負責考核： <ol style="list-style-type: none"><li>1. 課程總時數出席率達 90%或以上；及</li><li>2. 理論試合格；及</li><li>3. 技術試合格；及</li><li>4. 教案及教學試合格</li></ol>
獲發證書資格	<ol style="list-style-type: none"><li>1. 本會有效會員；及</li><li>2. 完成所有考核並取得合格；及</li><li>3. 持有認可機構發出的有效「急救證書」；及</li><li>4. 完成一級閃避球教學實習；及</li><li>5. 獲本會訓練委員會通過。</li></ol>
證書簽發	由舉辦者/參加者負責向本會申請簽發。



# 中國香港閃避球總會有限公司

## Dodgeball Association of Hong Kong, China Limited

Affiliated to : Sports Federation & Olympic Committee of Hong Kong, China (SF&OC),  
World Dodgeball Association, Asian Dodgeball Federation, Asian Dodgeball Confederation  
附屬於：中國香港體育協會暨奧林匹克委員會、世界閃避球總會、亞洲閃避球總會、亞洲閃避球聯盟

### 5.4 「二級(單/複球式)教練及裁判課程 A 部共通部份」

開辦程序	由本會主辦並安排由總會委派教練教授/考核·依據本會既定課程內容授課/考核。
參加資格	1. 年滿 21 歲、65 歲以下；及 2. 本會有效會員及教練；及 3. 持有本會發出之「六級技術證書」；及 4. 本會發出之「一級(單/複球式)教練證書」 5. 熱心閃避球運動並願意協助有關工作。
課程時數	6 小時 - 課程：1 天
師生比例	1 名教練對 6-12 名學員； (13 至 18 名學員需要有一名主教練及一名助教)
課程內容	1. 閃避球發展及現行架構 2. 團隊合作訓練
考核	課程出席率達 100%；
獲發證書資格	4. 本會有效會員；及 5. 完成課程；及 6. 獲本會訓練委員會通過。
證書簽發	由本會簽發。



# 中國香港閃避球總會有限公司

## Dodgeball Association of Hong Kong, China Limited

Affiliated to : Sports Federation & Olympic Committee of Hong Kong, China (SF&OC),

World Dodgeball Association, Asian Dodgeball Federation, Asian Dodgeball Confederation

附屬於：中國香港體育協會暨奧林匹克委員會、世界閃避球總會、亞洲閃避球總會、亞洲閃避球聯盟

### 5.4 二級教練

二級閃避球(單球式)教練課程單元 B 部份 或 二級閃避球(複球式)教練課程單元 D 部份

開辦程序	由本會主辦並安排由總會委派教練教授/考核，依據本會既定課程內容授課/考核。
參加資格	<ol style="list-style-type: none"><li>1. 年滿 21 歲、65 歲以下；及</li><li>2. 本會有效會員及教練；及</li><li>3. 熱心閃避球運動並願意協助有關工作；及</li><li>4. 持有本會發出之「一級教練證書」後連續註冊 2 年或以上；及</li><li>5. 持有本會發出之「七級技術證書」；及</li><li>6. 持有本會發出之「二級(單/複球式)教練及裁判課程 A 部共通部份」；及</li><li>7. 持有下列其中一項資格：<ul style="list-style-type: none"><li>- 曾主辦或協助本會舉辦 2 個指導員或教練證書課程；或</li><li>- 代表本會參與海外賽事。</li></ul></li></ol>
課程時數	總時數：12 小時 - 課程：面授時數 6 學時，自習時數 3 學時，共 9 小時 - 考核：1 天，共 3 小時
課程內容	<ol style="list-style-type: none"><li>1. 閃避球高階訓練計劃</li><li>2. 閃避球高階策略剖析</li><li>3. 課堂及球隊管理</li><li>4. 閃避球技術教授要點</li><li>5. 訓練班注意事項</li></ol>
考核	由總會指派主考依據考核內容負責考核： <ol style="list-style-type: none"><li>1. 課程出席率達 90%；及</li><li>2. 理論試合格；及</li><li>3. 技術試合格；及</li><li>4. 教學試合格。</li></ol>
獲發證書資格	<ol style="list-style-type: none"><li>1. 本會有效會員及教練；及</li><li>2. 完成所有考核並取得合格；及</li><li>3. 持有認可機構發出的有效「急救證書」；及</li><li>4. 持有認可機構或本會發出的有效「體適能基礎綜合理論」；及</li><li>5. 完成二級閃避球教練實習；及</li><li>6. 獲本會訓練委員會通過。</li></ol>
證書簽發	由參加者負責向本會申請簽發。
豁免	凡擁有附錄內資歷人士，可獲豁免本會的「體適能基礎綜合理論」證書



# 中國香港閃避球總會有限公司

## Dodgeball Association of Hong Kong, China Limited

Affiliated to : Sports Federation & Olympic Committee of Hong Kong, China (SF&OC),  
World Dodgeball Association, Asian Dodgeball Federation, Asian Dodgeball Confederation  
附屬於：中國香港體育協會暨奧林匹克委員會、世界閃避球總會、亞洲閃避球總會、亞洲閃避球聯盟

### 5.4 三級教練

開辦程序	由本會主辦並安排由總會委派教練教授/考核，依據本會既定課程內容授課/考核。
參加資格	<ol style="list-style-type: none"><li>1. 年滿 25 歲或以上；及</li><li>2. 本會有效會員及教練；及</li><li>3. 熱心閃避球運動並願意協助有關工作；及</li><li>4. 持有本會發出之「二級教練證書」後連續註冊 3 年或以上；及</li><li>5. 曾協助本會舉辦 2 個或以上教練證書課程；及</li><li>6. 獲本會訓練委員會通過參加申請；</li></ol>
考核	由總會指派主考依據考核內容負責考核： <ol style="list-style-type: none"><li>1. 課程出席率達 90%；及</li><li>2. 理論試合格；及</li><li>3. 技術試合格；及</li><li>4. 教學試合格。</li></ol>
獲發證書資格	<ol style="list-style-type: none"><li>1. 本會有效會員；及</li><li>2. 完成所有考核並取得合格；及</li><li>3. 持有認可機構發出的有效「急救證書」；及</li><li>4. 持有認可機構或本會發出的有效「體適能基礎綜合理論」；及</li><li>5. 完成三級閃避球教練實習；及</li><li>6. 獲本會訓練委員會通過。</li></ol>
證書簽發	由參加者負責向本會申請簽發。

### 6. 註冊

- 6.1 未有註冊的教練或指導員不可擔任任何教授、考核及證書簽發工作。
- 6.2 教練註冊有效期為每年 4 月 1 日至該年 3 月 31 日。
- 6.3 教練必須每兩年參加一次「教練及裁判研討會」方符合註冊條件。
- 6.4 於註冊有效期滿前向總會就下年度註冊登記。
- 6.5 註冊教練有效期已過，希望重新註冊，需報讀研討會。

### 7. 獎懲

- 7.1 本會每年將根據教練對閃避球運動及本會的貢獻及積極性而作出表揚及獎勵。
- 7.2 如或本會發現個別教練操守欠佳、有損閃避球或本會形象，將召開紀律聆訊小組處理，有關教練負面行為一經證實，將予懲處。



# 中國香港閃避球總會有限公司 Dodgeball Association of Hong Kong, China Limited

Affiliated to : Sports Federation & Olympic Committee of Hong Kong, China (SF&OC),  
World Dodgeball Association, Asian Dodgeball Federation, Asian Dodgeball Confederation  
附屬於：中國香港體育協會暨奧林匹克委員會、世界閃避球總會、亞洲閃避球總會、亞洲閃避球聯盟

## 8. 體適能理論豁免附錄

二 / 三級教練	<ol style="list-style-type: none"><li>1. 本地*/非本地大學或專上院校所頒發的體育、運動科學或相關專業的學位、文憑、證書·或</li><li>2. 香港教練培訓委員會頒發的「運動教練理論基礎證書」或「高級運動教練理論證書」·或</li><li>3. 香港教練培訓委員會頒發的「運動通論 (甲部)第一級證書」或以上級別證書·或</li><li>4. 香港浸會大學持續教育學院 - 體適能導師證書·或</li><li>5. 中國香港體適能總會頒發的「體適能基礎證書」。</li></ol> <p># 本會保留修改上列資歷豁免名單的最終權利。</p> <p>*</p> <p>香港大學 - 運動及健康 - 理學士課程 香港中文大學 - 健康與體育運動科學 - 教育學士課程 香港中文大學 - 運動科學與健康教育 - 兩年制理學士課程 香港浸會大學 - 體育及運動- 文學士課程 香港教育大學 - 健康與體育 - 教育學士課程 香港教育大學 - 運動科學 - 科學教育學士課程 香港高等教育科技學院 - 運動及康樂管理 (運動教練) - 社會科學學士課程 香港高等教育科技學院 - 運動及康樂管理 (運動治療) - 社會科學學士課程</p>
----------	--



訓練委員會  
2024年8月