



中國香港跳繩總會

HONG KONG ROPE SKIPPING ASSOCIATION, CHINA

地址：新界沙田香港中文大學汾陽樓 G05 室 轉交「中國香港跳繩總會」

電話：9464 9757

傳真：2603 5781

網址：www.hkrsa.com

電郵：hkrsa@hkrsa.com

資深教練申請計劃

目的：

挑選一批經驗豐富及有能力之教練成為資深教練，協助本會開辦各項課程。同時為日後所開辦之課程作制定各項準則，要求。務求建立一套完善的教練制度。

報名資格：

- 考獲初級教練不少於三年#
- 考獲速度跳繩裁判
- 考獲初級花式跳繩裁判
- 參與本會由 2009 年起所舉辦之全港跳繩精英賽，個人及團體比賽各一次^

成為資深教練：

- 乎合成為香港代表隊總教練之最低要求
- 乎合申請成為屬會之基本要求
- 有資格任教本會所舉辦之高級教練課程

申請要求：

- 接受面試
- 提交個人資料，資歷
- 提交高級教練班授課內容建議書*

報名方法：

請將有關文件郵寄至 新界沙田香港中文大學汾陽樓 G05 室 轉交「中國香港跳繩總會」，請註明“資深教練申請計劃”

截止報名日期及聯絡方法：

截止報名日期為 2009 年 3 月 6 日（星期五）

如有任何查詢，歡迎電郵至hkrsa_coach@yahoo.com.hk 或於本會辦公時間內致電 94649757 與杜小姐聯絡。

曾任香港代表隊教練 或 曾任本會教練班課程導師可獲豁免。

^ 是次首批申請可獲豁免

* 教練制度在往後將會有所修改。而資深教練首要任務是要協助定立高級教練課程之各項要求，故此申請者需提交高級教練班內容建議書。而內容包括課程重點，教學方法，評核方法等事項。（可參考附加資料）



中國香港跳繩總會

HONG KONG ROPE SKIPPING ASSOCIATION, CHINA

地址: 新界沙田香港中文大學汾陽樓 G05 室 轉交「中國香港跳繩總會」

電話: 9464 9757

傳真: 2603 5781

網址: www.hkrsa.com

電郵: hkrsa@hkrsa.com

資深教練計劃-附加資料

初級教練資格要求主要於技術上，通過跳繩考試及筆試考核，合格者將獲頒證書，主要對象為有興趣教跳繩的老師、青年人。初級教練有教授興趣班，表演班的能力。

高級教練需具備條件除了一般跳繩技術外，還需要有教學、比賽、管理及行政上的經驗。

高級教練需要擁有：

技術：有能力教授初級教練班、暑期班、技術班等課程之技術

比賽上的經驗：可組織隊伍/比賽小組參加跳繩賽

管理及行政經驗：制訂訓練目標、內容及日程、管理隊伍及處理有關行政工作

教學經驗或知識：可教導不同年紀、學習進度的學員及提升學員技術

資深教練不僅需要具備高級教練的條件，更需要有能力應付更大型的跳繩賽(如亞洲賽及世界賽)的能力、管理精英運動員以及帶領香港代表隊的能力。資深教練亦擔當高級教練的培訓工作，制訂訓練方案、課程內容、日程及考核方法，將學員(即合格的初級教練)提升至高級教練應有的水平。

資深教練計劃的申請者需提交高級教練班的課程建議書，內容需圍繞課程重點、教學內容及方法、評核方法、實習制度等。