

各體育總會 主辦 康樂及文化事務署 資助
教育局 香港中文大學 香港浸會大學 協辦

學校體育推廣計劃
體育總會及教練須知

1. **活動簡介**

「學校體育推廣計劃」(本計劃)是由相關的體育總會主辦，並由康樂及文化事務署(康文署)資助的體育推廣活動。本計劃除了由康文署負責統籌及推行外，並得教育局、香港中文大學及香港浸會大學協辦。計劃的服務對象為全港中、小學和特殊學校的學生。本計劃會配合學校的日常運作，以編排各項體育活動，讓學生在課餘時間和熟悉的學校環境中參與這項計劃。

2. **學校體育推廣計劃的目標：**

- (a) 使學生的生活更加充實；
- (b) 為學生提供持續參與體育活動的機會；
- (c) 提高學生體育水平；
- (d) 訓練更多體育義工；
- (e) 發掘有運動潛質的學生，作進一步的培訓；及
- (f) 推廣校園體育文化。

3. **體育總會 / 教練 / 助教 / 工作人員的職責安排**

- (a) 體育總會須安排教練任教及監察本計劃內各項體育活動的進行，並提醒教練必須遵守康文署的教練守則。
- (b) 體育總會於開班前最少四星期通知本署授課教練 / 助教 / 工作人員的名字及電話，以便本署聯絡學校；如有更改，請立即通知本署。
- (c) 由於每所學校校隊水平均有差異，本署建議外展教練訓練班的教練於活動前兩星期致電聯絡學校負責教師，商討有關課程內容的安排。
- (d) 體育總會須提醒教練切勿私自更改活動日期、時間及地點。如教練因突發事故不能上課，請盡早通知學校體育推廣小組職員、所屬體育總會及學校負責教師，以便作出適當安排。
- (e) 如學校向教練要求更改活動日期、時間或地點，請教練盡快通知所屬體育總會。該體育總會則必須盡早通知學校體育推廣小組職員，以便作出跟進。
- (f) 如教練發現參與學生的數目超出活動名額，請盡快聯絡學校體育推廣小組職員，以便作出跟進。
- (g) 教練須留意自己的身體狀況，當發覺身體不適或懷疑感染傳染病時，應暫停授課及盡快求醫，並立即通知學校、所屬體育總會及本署，以安排替補教練或另訂補課日期。

(h) 簽到事宜:

- (i) 教練 / 助教 / 工作人員必須準時到學校或場地上課，切勿無故缺席、遲到或早退。
- (ii) 學校會事先準備「學員及教練出席表」，並存放於負責教師/領隊/學校內(如校務處)，教練可向負責教師/領隊查詢，教練亦可帶備空白表格備用。教練必須每堂點名及核對每堂的出席人數，並須每次在「學員及教練出席表」(附錄一)上簽名，絕對不可要求別人代簽或代替別人簽名。
- (iii) 活動完畢後，教練必須立即把「學員及教練出席表」正本送回所屬體育總會，以便體育總會安排發放服務費。並於活動完畢後一星期內將「學員及教練出席表」傳真至康文署，以作統計之用。

4. **教練守則**〔節錄自香港教練培訓委員會〕

- (a) 教練在不同場合，擔當不同的角色，例如運動員的老師、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：
 - (i) 對待每一運動員為獨立個體，幫助運動員發揮其天份；
 - (ii) 讓運動員明白運動的益處，並鼓勵終身參與運動；
 - (iii) 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；
 - (iv) 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；
 - (v) 充實有關教練的新知識，提高個人水平；
 - (vi) 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；
 - (vii) 確保訓練及比賽符合運動員的年齡及體能；
 - (viii) 以身作則，不可粗言穢語；及
 - (ix) 避免作出騷擾或歧視行為，包括性騷擾，種族及傷殘歧視。
- (b) 其他守則
 - (i) 上課時，須留意參加者的學習情況及行為，並應提醒他們注意安全、愛惜體育用具及保持場地清潔；
 - (ii) 教練必須穿著合適的服裝出席課堂；對參加者必須有禮貌，亦需注意其個人操守，服務質素及儀容；
 - (iii) 教練如在工作上有需要與參加者有身體接觸，必須確保有必要且程度恰當，並對自己的言行舉止保持警覺，以免引起誤會；
 - (iv) 教練不得介紹或招募參加者參加任何私人性質的授課或學習活動，或作任何商品宣傳及銷售任何商品；
 - (v) 教練不得擅自代表康文署/體育總會發言及接受任何媒體訪問或錄影；
 - (vi) 必須指導參加者進行適當和足夠的熱身準備及活動後作適當鬆弛運動；以及

- (vii) 活動進行期間，除緊急情況下，切勿使用流動電話或擅自離開崗位，以防發生意外。

5. 交通津貼

- (a) 在**離島(包括東涌)**工作的教練 / 助教 / 工作人員，可按照以下原則在首小時／首節獲得交通津貼：
 - (i) 不論有關人員由何處啟程，在星期一至六，除原有的服務費外，該名人員可在首小時／首節獲得\$40的交通津貼；以及
 - (ii) 不論有關人員由何處啟程，在星期日和公眾假期，除原有薪酬外，該名人員可在首小時／首節獲得\$60的交通津貼。
- (b) 教練 / 助教 / 工作人員同一天在同一場地或地區任教多於一個課程/籌備工作，則只獲發“首小時／首節”的交通津貼。至於第二個及隨後的課程及工作，均只會獲發原有的服務費。

6. 場地安全

- (a) 教練必須於活動開始前10分鐘到達學校/活動場地，檢查場地是否適合舉辦該項活動，有關器材或設備是否足夠及齊備，設施是否安全。如發現有任何損壞或不足，請立即通知有關負責教師及本署，以便本署跟進。
- (b) 在活動/工作進行中，如遇突發事故(例如：參加者發生意外)，須參照以下程序處理：
 - (i) 必須立即暫停有關活動/工作，並即時給予有需要人士適當照顧及維持現場秩序；
 - (ii) 立刻通知學校負責教師協助及知會學校體育推廣小組職員；
 - (iii) 當負責教師作出適當安排後(例如：報警或召喚救護車)，請教練盡快填寫「康樂及文化事務署體育資助計劃—意外事件報告表格」(附錄二)，並交予所屬體育總會蓋印作實。總會須於三個工作天內將報告提交予本署以作記錄；以及
 - (iv) 學校的負責人必須通知參加者的家長或監護人。

7. 預防傳染病安排

在上課前應留意參加者身體狀況，如發覺參加者身體不適或有傳染病病徵，如發燒、呼吸道徵狀(如咳嗽、流鼻水、喉嚨痛)、紅眼症、紅疹、皮膚破損等，應先向參加者了解情況，如獲確認，必須立刻勸喻有關參加者停止參與活動及盡快求醫診治，並通知負責該項活動的教師。

8. 惡劣天氣或特殊情況時活動的一般安排

- (a) 因應不同情況及活動性質，個別活動有不同的安排，請參閱「學校體育活動在惡劣天氣下的安排」(附錄三)及個別活動的「學校/學員須知」。如在活動前或活動進行中遇上惡劣天氣，教練須聯絡負責該項活動的教師/本署學校體育推廣小組活動負責人，商討適當的安排，包括取消或延期(如未能即時作實，可容後通知學員)，並向學員宣佈有關安排。
- (b) 如活動當日學校因應教育局宣佈停課，當日活動即告取消。

- (c) 無論在任何場地進行的活動：
如天文台於活動開始前兩小時，發出紅色或黑色暴雨警告信號、八號或以上熱帶氣旋警告信號，當日活動即告取消。
- (d) 在室外場地進行的活動：
如天文台於活動開始前兩小時，發出任何暴雨警告信號、三號或以上熱帶氣旋警告信號，當日活動即告取消。
- (e) 在戶外地方進行的活動（如水上活動場地及郊野地方等）：
如天文台於活動開始前兩小時，發出任何暴雨警告信號、任何熱帶氣旋警告信號，當日活動即告取消。在水上活動場地進行的活動，可參照下表：

活動類別	雷暴警告	任何暴雨警告或熱帶氣旋警告信號或強烈季候風信號
一天的課程	如天文台於活動開始前兩小時，發出上述警告信號，學員仍須到水上活動中心/場地報到。活動進行與否，將會由中心/場地職員或教練按當時的天氣情況決定。	如天文台於活動開始前兩小時，發出上述警告信號，活動將會取消。
多天的活動	(如訓練課程內有海上旅程，有關部份將會取消)	如天文台於活動開始前兩小時，發出上述警告信號，當日課程將會取消，有關補課安排將另行通告。課程其餘的活動日期不變。

- (f) 有關個別運動項目在惡劣天氣下的安排，請參閱**附錄三**。
- (g) 因惡劣天氣或特殊情況而未能按原定課程的日期或時間上課，應盡快與學校安排補課，若因場地或特殊情況而未能補課時，學校可要求取消有關課程。如取消課程，體育總會須將已繳付的報名費用退回學校/學生。

9. 配合空氣質素健康指數(空氣指數)的活動安排

- (a) 空氣指數在 7 級以下屬「中」或「低」健康風險級別(健康風險)，所有活動照常舉行。
- (b) 對不同強度的體育活動/運動的耐受程度是因人而異，一般取決於個人健康狀況、過往的鍛煉情況及其體能程度。須特別留意已患有心臟、呼吸系統或慢性疾病的學童情況，並按醫生的建議(如有)安排有關活動。教練亦應運用專業判斷作適當的安排及調整。
- (c) 如環境保護署於活動當日公布的空氣指數為 **7 或 8-10 級**（即健康風險達「高」或「甚高」水平），**所有活動仍照常舉行**，惟教練必須即場告知參加者相關的健康風險（載列於下文(d)至(f)段），同時，教練亦須留意參加者在活動期間的身體狀況，並提醒學生應多用鼻呼吸，並在活動開始前、中段及活動後多喝水。學生若出現與空氣污染有關的徵狀（例如眼睛不適、咳嗽、胸部緊迫等），應停止該學生的訓練活動，並安排留在室內休息；如有需要，可建議受影響的學生徵詢註冊醫生的意見。

- (d) 當空氣指數 **達 7 級屬「高」健康風險**時，教練應安排學童**減少**戶外體力消耗及**減少**在外逗留的時間，特別在交通繁忙地方，並將有關活動強度及時間維持於中等程度。**患有心臟、呼吸系統或慢性疾病的學童**，應**盡量減少**戶外體力消耗及在戶外逗留的時間，特別在交通繁忙地方，並在體能活動期間多作歇息。
- (e) 當空氣指數 **達 8-10 級屬「甚高」健康風險**時，教練應安排學童**盡量減少**戶外體力消耗及**盡量減少**在外逗留的時間，特別在交通繁忙地方，並將有關活動強度及時間應維持於中至低等程度。**患有心臟、呼吸系統或慢性疾病的學童**，應**避免**(室內、室外及戶外)體力消耗及在戶外逗留，特別在交通繁忙地方。
- (f) 當空氣指數達 **10+屬「嚴重」健康風險**時，教練應**避免**讓學童進行室內、室外及戶外體力消耗活動，以及避免在戶外逗留，特別在交通繁忙地方。
- (i) 在室內舉行而沒有涉及體能消耗的活動如運動講座或體育理論課可如常舉行。
- (ii) 在室內進行的訓練課程，教練應**中止**體能消耗活動，並可於該時段內安排非體力消耗活動，如體育理論課或講解有關運動的知識；如有需要，教練可與學校負責老師商討，安排**取消或延期**舉行有關體能消耗的體育活動。
- (iii) 如比賽活動在室內場地進行期間，該活動地區的空气指數 **達 10+屬「嚴重」健康風險**時，所有進行中的比賽活動需**即時停止**。
- (iv) 如比賽舉行前兩小時，該活動地區的空气指數已達 10+時，當天活動**將會取消**。
- (g) 有關詳情請參閱**附錄四**。
- (h) 若課堂因上述情況需要取消，總會或教練收到學校的補課安排後，請將有關資料通知本署職員，以作備案及跟進。

10. 因惡劣天氣而取消活動時，有關教練服務費的安排將根據康樂及文化事務署的相關指引，例如：

	情況	應得服務費
(a)	教練到達上課場地，但沒有開始授課	一小時服務費用
(b)	教練已開始授課	教練當日已授課的時數 〔不夠一小時當一小時計算〕

11. 如學校沒有於活動前兩小時通知本署、有關體育總會或教練而自行取消有關活動，以致教練因沒有接獲通知而到達活動場地，教練可獲支付一小時服務費用。而有關活動/課堂不會安排補課。
12. 如有任何查詢，請與本署學校體育推廣小組活動負責人聯絡。

學校體育推廣計劃 -

學員及教練出席表

本署職員姓名： _____
 本署職員電話： _____
 本署職員電郵： _____
 申請編號： _____

**請填妥本出席表並於 _____ 前連同「學校回覆」便條傳真本署 (傳真號碼：2684 9076)

學校名稱： _____ 活動日期： _____ 時間： _____ 教練姓名： _____

地點： _____ 報名人數： _____ 人 學校聯絡人姓名/電話： _____

姓名	性別		班別	上課日期												如有章別測試結果請教練於本欄記錄所獲章別	
	男	女		1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.	10.	11.	12.		
1																	
2																	
3																	
4																	
5																	
6																	
7																	
8																	
9																	
10																	
11																	
12																	
13																	
14																	
15																	
16																	
17																	
18																	
19																	
20																	
21																	
22																	
23																	
24																	
25																	
(由教練填寫) 出席人數總計																	
教練姓名 () 簽署：																	
教練/助教姓名 () 簽署：																	
教練/助教姓名 () 簽署：																	
教練/助教姓名 () 簽署：																	
教師備註 (可記錄任何有關活動的事項)：																	

註：負責教師/領隊須核實上述學員及教練出席紀錄。課程完結後，請將影印本表存檔，並將**正本**交予教練，以便教練交回所屬體育總會；及於課程完畢後一個星期內將**本出席表**連同章別獎勵計劃-教練評核紀錄表(如適用)，傳真本署。如本表格不敷應用，請自行影印。

康樂及文化事務署體育資助計劃

Leisure and Cultural Services Department Sports Subvention Scheme

意外事件報告表格 Accident Report Form

體育團體名稱： _____ 致： 助理康樂事務經理(學校體育)
 Name of Association : _____ To: ALMI/II(SSP)
 電話號碼： _____
 Tel no. : _____

1. 地點 / 場地： _____
 Location / Venue : _____

2. 活動名稱： _____
 Name of Programme : _____

3. 日期： _____ 星期()
 Date : _____ Day of the week : _____

4. 事發時間： _____ 事發當天是 / 不是 *公眾假期
 Time of accident : _____ It was / was not * a public holiday

5. 傷者資料：#
 Particulars of injured person : #

(i) 姓名： _____
 Name : (中文 in Chinese) (英文 in English)

(ii) 性別： 男/女* (iii) 國籍： _____
 Sex : M / F* Nationality : _____

(iv) 年齡： _____ (v) 香港身份證/護照號碼*： _____
 Age : _____ HKID No./Passport No.*: _____

(vi) 電話： _____ (vii) 職業： _____
 Telephone : _____ Occupation : _____

(viii) 地址： _____
 Address : _____

6. 處理意外事件的工作人員姓名和身份：
 Name and status of the officer/official attending the case :

7. 如有目擊意外者，請列明其個人詳情
 Particulars of person(s) witnessing the accident

(i) 姓名： _____
 Name : (中文 in Chinese) (英文 in English)

(ii) 地址： _____ (iii) 電話： _____
 Address : _____ Tel. : _____

(iv) 目擊意外者的口供於 _____ / / 錄取，並夾附為附件
 Witness statement(s) taken on _____ / / and attached as Appendix _____

目擊意外者已在供詞內作出書面同意，署方可就意外的調查工作（不論是否打算採取法律行動）及／或進行與這宗意外有關的法律訴訟，向第三者披露供詞內容及／或提供供詞的副本。
Witness(es) has/have endorsed consent on the statement(s) that the same may be disclosed and/or copies be provided by the Department to any third party for the purposes of or in connection with investigation of the accident (whether or not legal action has been contemplated) and /or any legal action in relation thereto.

8. 意外發生原因、傷勢和已採取的救援措施：

Cause of accident, details of injuries and action taken :

9. 召喚救護車：

Calling of ambulance :

(i) 召喚時間及召喚人士：

Time of call and by whom :

(iii) 救護車離開時間：

Time of departure :

(ii) 救護車抵達時間：

Time of arrival :

(iv) 救護車號碼：

Ambulance No. :

10. 傷者離開場地時的狀況：

State of the injured person on leaving the venue :

11. 送院後詳情：

Details after conveyance to hospital :

(i) 需要/不需要*留院

Hospitalization is/is not required

(iii) 出院日期：

Discharged from hospital on :

(ii) 醫院名稱：

Name of Hospital :

(iv) 證實死亡日期：

Date certified dead :

12. 警務處報案簿編號：

Police Report Reference Number :

註 Notes

傷者已獲告知，他提供的資料會供康樂及文化事務署和主辦團體作記錄用途，傷者如欲更改或查詢本報告所載的個人資料，應與主辦團體聯絡。

The victim has been informed that the information provided will be used for the record of the Leisure and Cultural Services Department and the organizer. For correction of or access to personal data collected by means of this report, the victim should contact the organizer.

* 請刪去不適用者

Delete as appropriate

13. 本人聲明上述所提供的資料均屬正確。

I declare that the above particulars are true.

填寫報告人士簽署：

Signature of the person

making the report:

姓名及職銜：

Name & Title :

聯絡電話：

Contact Tel. No. :

體育團體印鑑：

Official chop :

日期：

Date :

手提電話/傳呼機：

Mobile

phone/Pager :

學校體育活動在惡劣天氣下的安排

如教育局宣佈停課，所有活動即告取消。除特別聲明外，如活動舉行前 2 小時天文台發出以下警告信號，有關安排如下：

天氣情況	活動安排（「✓」表示在安全情況下如常上課；「✗」表示活動取消）				
	陸上活動			水上活動	
	室內活動	室外活動	戶外活動	非泳池	泳池
	各類可在室內進行之運動訓練、示範和參觀	包括：田徑、棒球、籃球、板球、單車、小輪車、足球、手球、沙灘手球、曲棍球、投球、欖球、運動攀登、網球、三項鐵人、排球、沙灘排球等及各類在室外進行之運動訓練和示範	包括：野外定向及三項鐵人	包括：獨木舟、龍舟、水上賽艇、帆船及滑浪風帆	包括：拯溺
強烈季候風信號	✓	✓	✓	✗	✓
雷暴警告	✓	✓	✗	✓	✓
				（視乎實際情況而定，學員和教練仍須到場）	
黃色暴雨警告信號	✓	✗ (如活動改在室內進行可如期舉行)	✗	✗	✗ (如活動改在室內進行可如期舉行)
一號熱帶氣旋警告信號	✓	✓	✗	✗	✓
三號熱帶氣旋警告信號	✓	✗ (如活動改在室內進行可如期舉行)	✗	✗	✗ (如活動改在室內進行可如期舉行)
八號或以上熱帶氣旋或紅/黑色暴雨警告信號	✗	✗	✗	✗	✗

備註：

- 為了學員的安全，主辦單位可能會因應當時天氣的變化而取消活動或更改活動位置，活動教練須留意和跟進。
- 請保持警覺，留意新聞報導、天氣變化並監察活動的進展，以便適時通知校方、帶領活動的教師和學員有關安排。
- 教練另可考慮預先與學校負責人互相交換緊急聯絡電話號碼，以便隨時在突發的情況下可以即時聯絡。
- 如警告信號取消後，有部份的活動或可如期舉行，惟需在交通、場地許可及安全的情況下方可進行。
- 如教練就取消警告信號後活動應否繼續進行或延期之安排有任何疑問，應盡早向學校體育推廣小組活動負責人查詢。

**配合「空氣質素健康指數」
學校體育活動的安排**

健康風險 級別 (健康風險)	空氣質素 健康指數 (空氣指數)	活動安排 (「✓」表示在安全情況下如常上課；「✕」表示活動取消)		
		陸上活動		水上活動
		室內活動	室外活動 / 戶外活動	
高	7	✓	✓ ◆ 減少戶外體力消耗 ◆ 減少在外逗留的時間 ◆ 活動強度及時間可維持於中等程度	✓ ◆ 減少戶外體力消耗 ◆ 減少在外逗留的時間 ◆ 活動強度及時間可維持於中等程度
甚高	8-10	✓	✓ ◆ 盡量減少戶外體力消耗 ◆ 盡量減少在外逗留的時間 ◆ 活動強度及時間應維持於中至低等程度	✓ ◆ 盡量減少戶外體力消耗 ◆ 盡量減少在外逗留的時間 ◆ 活動強度及時間應維持於中至低等程度
嚴重	10+	✓ ◆ 避免室內體力消耗 - 非體力消耗活動安排 (見備註6) - 訓練課程安排 (見備註7) - 比賽活動安排 (見備註8-9)	✕	✕

備註：

- 空氣質素健康指數 (空氣指數) 在 7 級以下屬「中」或「低」健康風險級別(健康風險)，所有活動照常舉行。
- 對不同強度的體育活動/運動的耐受程度是因人而異，一般取決於個人健康狀況、過往的鍛煉情況及其體能程度。
- 須特別留意已患有心臟、呼吸系統或慢性疾病的學童情況，並按醫生的建議(如有)安排有關活動，亦應運用專業判斷作適當的安排及調整。
- 患有心臟、呼吸系統或慢性疾病的學童，當空氣指數達 7 級屬「高」健康風險時，學童應**盡量減少**戶外體力消耗及在戶外逗留的時間，特別在交通繁忙地方，並在體能活動期間多作歇息；當空氣指數達 8 級或以上屬「甚高」健康風險時，學童應**避免**體力消耗及在戶外逗留，特別在交通繁忙地方。
- 當空氣指數達 10+級屬「嚴重」健康風險時，學童應**避免**(室內、室外及戶外)體力消耗，以及**避免**在戶外逗留，特別在交通繁忙地方。
- 在室內舉行而沒有涉及體能消耗的活動如運動講座或體育理論課可如常舉行。
- 如訓練課程在室內進行期間，該活動地區的空氣指數達 10+級屬「嚴重」健康風險時，教練應**中止**體力消耗活動，並可於該時段內安排非體力消耗活動，如體育理論課或講解有關運動的知識；如有需要，教練可與學校負責老師商討，安排**取消或延期**舉行有關體能消耗的活動。
- 如比賽活動在室內場地進行期間，該活動地區的空氣指數達 10+屬「嚴重」健康風險時，所有進行中的比賽活動需**即時停止**。
- 如比賽舉行前兩小時，該活動地區的空氣指數已達 10+時，當天活動**將會取消**。
- 教師及教練應留意最新的空氣指數情況，並採取上文所述的相關措施。
- 本指引應與教育局於 2013 年 12 月 18 日發出的信件及其「戶外活動指引」內有關空氣指數互相配合。