

# 中國香港體操總會

## 體操教練守則

### 行為守則 (本會聘用教練)：

1. 除技術指導外，教練需培養運動員有良好的紀律、個人品格和修養。
2. 教練必須準時出席有關訓練課程，不得無故早退、遲到或缺席。如需請假，必須 48 小時前知會總會或總教練，以作安排。
3. 教練需在課程期間及總結時對學員進行評估，好讓學員、家長及會方了解訓練進度。
4. 教練必須出席教練工作會議及家長會議，商討現行之訓練計劃及進度，並與家長保持良好溝通。
5. 教練要把運動員之出席率、測試成績、訓練進度及報告定期交予召集人簽署及辦公室存檔。
6. 教練必須樹立良好榜樣，嚴禁在運動員面前吸煙、粗言穢語及酗酒等不良行為。
7. 教練訓練時必需穿著運動服裝，以保持教練的專業形象。
8. 教練須與技術委員會、其他教練、運動員、會方代表及總會職員保持聯絡，並以禮相待，互相信任及尊重，共同推廣本港體操運動。
9. 教練需要支持及提倡公平競賽原則，並對各有關人士履行任務時不偏不倚，公正誠實，務求達到預期目標，令運動員發揮最高水準。
10. 教練不可介紹或招募運動員參加任何私人性質的授課或作任何商品宣傳。
11. 教練須參與有關體操推廣活動，並在技術上擔任指導角色；但不得擅自代表總會發言及接受訪問。

### 個人守則 (所有註冊教練)：

12. 教練應了解運動員的素質和可塑性，誘導及提高他/她們的練習興趣。
13. 教練對運動員應以讚賞、鼓勵及公平對待每位學員，使其發揮個人潛能及天分。
14. 教練應避免作出騷擾及歧視行為，包括性別、種族、殘疾及家庭崗位歧視。
15. 教練應閱讀及明白中國香港體操總會防止性騷擾機制及政策。  
(詳情見 <http://www.gahk.org.hk/doc/Preventsexualharassment.pdf> 中的附錄一)
16. 教練必須提供「性罪行定罪紀錄查核」紀錄以作審核。  
(詳情見 <http://www.gahk.org.hk/doc/Preventsexualharassment.pdf> 中的附錄二)
17. 教練應培養良好體格並提高個人專業知識，研讀有關體操運動、運動生理、心理、力學及急救等知識，務求保持個人專業質素。
18. 教練應有高尚個人品行，如誠實、尊重他人、負責任等。

### 安全守則 (所有註冊教練)：

19. 教練對教授內容要有充份的準備，提供及上載訓練計劃，並確保自己對教授內容及保護方法有充分認識。
20. 教練於訓練前，宜細心檢查各訓練器械，並對訓練進行仔細風險評估，確保運動員在一個安全的環境下訓練。
21. 教練須確保訓練符合運動員的能力及年齡，並進行適切的熱身準備及活動後的鬆弛運動。
22. 如有任何意外，教練應保持冷靜，為運動員施以合適的救治 (持有有效急救證書者)，如有需要送院，必需通知場館，並須陪同傷者到醫院，直至家長到達醫院。
23. 教練應避免使運動員過度訓練，並在訓練過程中留意運動員的反應及精神狀態。
24. 教練要教導運動員愛惜及適當使用器械，並於使用後放回原處。
25. 如非教學用途，教練不得使用手提電話或其他電子工具。

\*本人已閱讀及清楚明白此教練守則及附錄一、二。

教練姓名：\_\_\_\_\_ 教練簽名：\_\_\_\_\_ 日期：\_\_\_\_\_