



中國香港閃避球總會

Dodgeball Association of Hong Kong, China

Affiliated to: World Dodgeball Association, Asian Dodgeball Federation, Asian Dodgeball Confederation

附屬於：世界閃避球總會、亞洲閃避球總會、亞洲閃避球聯盟

基本證書訓練制度

規條：T02

日期：2018年5月

負責：訓練委員會

1 目的

發展閃避球運動，以健全基本訓練制度推廣閃避球運動、提昇閃避球技術素質、培養優秀球員、並為獲取教練或裁判資格作準備。

2 管理

所有基本證書制度均由本會訓練委員會負責管理。

3 證書種類

- 銅章證書
- 銀章證書
- 金章證書
- 初級證書
- 高級證書

中國香港閃避球總會

訓練委員會

2018年05月25日





中國香港閃避球總會

Dodgeball Association of Hong Kong, China

Affiliated to: World Dodgeball Association, Asian Dodgeball Federation, Asian Dodgeball Confederation

附屬於：世界閃避球總會、亞洲閃避球總會、亞洲閃避球聯盟

銅章證書

1) 參加課程資格：

- 年滿 6 歲

2) 課程：

此課程由本會註冊 **指導員** 或以上資歷教練自行舉辦，並依據本會既定課程內容負責授課及考核。

- 時間： 2 小時
- 內容： 理論 基本規則
 安全須知
 技術 傳球及接球技巧
 基本投擲技巧
 基本攻擊技巧

3) 考核：

由舉辦者負責依據考核內容負責考核：

- 課程出席率達 **100%**；及
- (需符合出席率要求) 理論試合格；及
- (需通過理論試合格) 技術試合格。

4) 獲頒證書資格：

- 完成所有考核並取得合格。

5) 證書簽發：

- 由舉辦者自行負責簽發。





中國香港閃避球總會

Dodgeball Association of Hong Kong, China

Affiliated to: World Dodgeball Association, Asian Dodgeball Federation, Asian Dodgeball Confederation

附屬於：世界閃避球總會、亞洲閃避球總會、亞洲閃避球聯盟

銀章證書

1) 參加課程資格：

- 年滿 6 歲；及
- 持有銅章證書。

2) 課程：

此課程由本會註冊 **指導員**或以上資歷教練自行舉辦，並依據本會既定課程內容負責授課及 **一級或以上**資歷教練考核。

- 時間： 2 小時
- 內容： 理論 基本規則
基本比賽程序
技術 投擲技巧
攻擊技巧及隊形〔短距離〕
基本閃避技巧〔滾地閃避及高飛球〕

3) 考核：

由舉辦者負責依據考核內容負責考核：

- 課程出席率達 **100%**；及
- (需符合出席率要求) 理論試合格；及
- (需通過理論試合格) 技術試合格。

4) 獲頒證書資格：

- 完成所有考核並取得合格。

5) 證書簽發：

- 由舉辦者自行負責簽發。





中國香港閃避球總會

Dodgeball Association of Hong Kong, China

Affiliated to: World Dodgeball Association, Asian Dodgeball Federation, Asian Dodgeball Confederation

附屬於：世界閃避球總會、亞洲閃避球總會、亞洲閃避球聯盟

金章證書

1) 參加課程資格：

- 年滿 6 歲；及
- 持有銀章證書。

2) 課程：

此課程由本會註冊一級或以上資歷教練自行舉辦，並依據本會既定課程內容負責授課及考核。

- 時間：2 小時
- 內容：理論 基本規則及球例
比賽程序
技術 模擬比賽
攻擊技巧及隊形〔長距離、前後夾攻〕
閃避技巧〔平飛球及反彈球〕

3) 考核：

由舉辦者負責依據考核內容負責考核：

- 課程出席率達 100%；及
- (需符合出席率要求) 理論試合格；及
- (需通過理論試合格) 技術試合格。

4) 獲頒證書資格：

- 完成所有考核並取得合格。

5) 證書簽發：

- 由舉辦者自行負責簽發。
- 持有此證書的少年如年滿 12 歲，可向合資格教練或本會申請簽發「初級證書」。





中國香港閃避球總會

Dodgeball Association of Hong Kong, China

Affiliated to: World Dodgeball Association, Asian Dodgeball Federation, Asian Dodgeball Confederation

附屬於：世界閃避球總會、亞洲閃避球總會、亞洲閃避球聯盟

初級證書

6) 參加課程資格：

- 年滿 12 歲。

7) 課程：

此課程由本會註冊 **一級**或以上資歷教練自行舉辦，並依據本會既定課程內容負責授課及考核。

- 時間：6 小時
- 內容：理論 安全須知
規則及球例
比賽程序
技術 模擬比賽
傳球及接球技巧
投擲技巧
攻擊技巧及隊形（短及長距離、前後夾攻）
閃避技巧（滾地閃避、高飛球、平飛球及反彈球）

8) 考核：

由舉辦者負責依據考核內容負責考核：

- 課程出席率達 **100%**；及
- （需符合出席率要求）理論試合格；及
- （需通過理論試合格）技術試合格。

9) 獲頒證書資格：

- 完成所有考核並取得合格；或
- 年滿 12 歲之持有「金章證書」之人士。（可直接向合資格教練或本會申請簽發「初級證書」。）

10) 證書簽發：

- 由舉辦者自行負責簽發。



