

沙田崇真中學中三級體育科專題研習

Shatin Tsung Tsin Secondary School

Secondary 3 Physical Education Project

分析體育總會運作結構的強與弱



組員名單：

3B(12) 蔡浩強 3B(13) 蔡佳洋 3B(17) 馮國民

3B(31) 曹卓焱 3B(40) 嚴明俊

班別 Class : 3B

組別 Group : 第5組 Group 5

目錄

引言	P.3
香港的體育總會	P.4
港協暨奧委會	P.5-P.7
大型體育活動事務委員會	P.8-P.12
香港乒乓總會和香港壁球總會	P.13-P.22
香港單車聯會和香港體操總會	P.22-P.25

引言

香港有不同的體育總會，我們這次是分析幾個不同的體育總會的結構，並比較它們的運作結構

香港最大最出名的總會是「中國香港體育協會暨奧林匹克委員會」最有權威性代表香港體育。體育總會或其相類的組織緊密合作，培育及促進本港具潛質運動員的發展，讓他們於大型運動會及國際賽事中獲取佳績。推動精英體育、資訊及經驗的交流，提升本港國際體壇的地位及聲譽。制訂、策劃及推行精英體育計劃，全力促進、推動、提升及引發本港及其他地區人士於精英體育及有關發展的關注。

香港的體育總會

域多利遊樂會
南華體育會
香港中華基督教青年會
香港業餘田徑總會有限公司
香港劍擊總會
中國香港體操總會
中國香港手球總會
中國香港賽艇協會
香港業餘游泳總會
香港舉重健力總會
香港射箭總會
香港羽毛球總會有限公司
香港籃球總會
香港拳擊總會
香港獨木舟總會
香港單車聯會
香港足球總會有限公司
香港曲棍球總會
香港馬術總會
中國香港柔道總會有限公司
香港排球總會
香港草地滾球總會
香港小型足球總會
香港射擊聯合總會
香港壘球總會

香港乒乓總會
香港網球總會有限公司
香港帆船運動總會
香港保齡球總會有限公司
香港武術聯會有限公司
香港欖球總會
中國香港空手道總會有限公司
香港壁球總會
香港劍道協會有限公司
香港少年棒球聯盟有限公司
香港學界體育聯會
香港殘疾人奧委會暨傷殘人士體育協會
香港弱智人士體育協會
香港中國國術龍獅總會有限公司
香港跆拳道協會
香港野外定向總會
香港冰球協會有限公司
香港滑冰聯盟有限公司
香港大專體育協會
香港滾軸運動總會有限公司
香港滑浪風帆會
香港三項鐵人總會
香港棒球總會有限公司
香港板球總會
香港體育舞蹈聯盟

香港高爾夫球總會有限公司
香港象棋總會
香港投球總會
香港足毬總會有限公司
香港聾人福利促進會
香港圍棋協會有限公司
香港橋牌協會
中國香港攀山及攀登總會
中國香港體適能總會有限公司
香港潛水總會有限公司
香港小型賽車會有限公司
中國香港健美總會
香港運動醫學科學學會有限公司
香港龍舟協會
中國香港門球總會有限公司
香港滑翔傘協會
香港飛行總會有限公司
香港桌球總會有限公司
香港飛盤總會
香港拯溺總會
香港滑水總會有限公司
中國香港滑雪總會有限公司
香港泰拳理事會有限公司
中國香港合球總會
香港活木球協會有限公司

港協暨奧委會歷史

香港業餘體育協會暨奧林匹克委員會早於1950年成立，並於1951年正式獲認可為國際奧林匹克委員會（國際奧委會）成員，至1999年3月8日，中國香港業餘體育協會暨奧林匹克委員會正式改名為中國香港體育協會暨奧林匹克委員會（簡稱港協暨奧委會）分別為國際奧委會、亞奧理事會及東亞運動會聯會的會員，並負責籌組香港代表團參加奧林匹克運動會（夏季及冬季）、亞運會（夏季及冬季）、東亞運動會及全國運動會。現時港協暨奧委會合共有74個會員（即本地體育總會），並且是香港體壇的代言人。另外，港協暨奧委會架構非常精簡，分別為一名會長，而下設八名副會長，再加上一名義務秘書長及三名義務副秘書長和一名義務司庫，組成港協暨奧委會的領導階層。

作為地區奧委會，本會致力於發展推廣體育運動，由義務委員管理並依據社團條例辦事。港協暨奧委會的73個會員其實乃各國際體育聯會和亞洲體育聯會旗下的會員。各體育總會獲授權組織及管理所屬體育項目的本地活動，例如舉辦體育賽事、初級及精英運動員的訓練活動、組織及甄選運動員參加本地及國際比賽和訓練教練、裁判等等。透過本會，香港的優秀運動員可受惠於奧林匹克團結基金獎學金，資助他們在本地及海外的訓練。另外，在國際體育聯會及體育總會的推薦下，有傑出表現的教練經本會向國際奧委會提名後，可有機會到海外接受高水平的訓練。於2001年及2003年，霍震霆會長亦分別被選為國際奧委會委員及再度獲選為亞奧理事會副會長；而彭義務秘書長及劉掌珠副會長於2002年亦分別被推選為亞奧理事會「文化及教育委員會」和「女子委員會」成員。

港協暨奧委會及各體育總會的義務委員均屬志願性質，且對所負責的體育範疇有專業知識和了解。他們同時捍衛地區奧委會和各體育總會的自主權，保證香港市民可享有高質素的體育及消閒活動。

半個世紀以來，港協暨奧委會都會在每年三月開始，舉辦長達三個月的綜合性體育活動——「香港體育節」。港協暨奧委會亦為各體育界領袖、行政人員、教練及技術人員提供免費的培訓課程。當中最著名的，就是「香港奧林匹克學院」，免費向學員教授體育管理、運動醫學及科學課程、向中學生宣揚奧林匹克精神的學校運動教育計劃——奧林匹克主義與2009年東亞運動會及青少年運動營。在贊助商的支持下，港協暨奧委會自2000年起每年均會舉辦「香港傑出運動員選舉」，以表揚運動員的成就。

港協暨奧委會的宗旨

- 在香港推動公眾對體育運動的興趣。
- 推動民意，爭取社會人士支持來促使政府增設更多完善的體育設施，供各運動員使用。
- 審批及執行劃一的法規，藉此鼓勵及監管香港的體育活動，此外並處理任何違例事件，以及協調和或仲裁體育或組織之間的爭議。
- 協調所有本地體育組織，以及本著各方利益與各組織合作。
- 與矢志推廣國際體育競技活動的世界性或個別地區組織結盟。
- 提倡奧林匹克精神 — 透過運動建立跨越國界和種族的友誼。
- 籌備國際體育賽事及鼓勵更多香港運動員參與。
- 審批代表香港參加奧林匹克運動會、亞運會、東亞運動會、中國全國運動會、中國城市運動會及所有其他地區及國際性運動會的運動員人選，以及全權負責決定關於香港代表隊的事宜。
- 執行所有其他合法的連帶或有關行動，以實現上述目標。

港協暨奧委會的成員名單

會長:霍震霆先生

副會長:

胡法光GBS太平紳士 江偉先生 王華生先生 湯恩佳先生 劉掌珠BBS太平紳士
許晉奎GBS太平紳士 郭志樑先生MH 余國樑MH太平紳士

義務秘書長:彭冲先生, SBS

義務副秘書長:王敏超太平紳士 梁美莉教授 霍啟剛先生

義務司庫:黃良威先生

大型體育活動事務委員會簡介

大型體育活動事務委員會(委員會)是體育委員會(體委會)轄下三個事務委員會之一，就香港大型體育活動的舉辦政策及資源分配透過體委會向政府提出意見。委員會設有決策架構，以決定對本地舉辦的大型體育活動提供資助的優先次序及政府的參與方式。有關政策訂明政府在舉辦大型體育活動方面的角色，並提供按既定準則評估有關建議的機制。政策亦訂明監察有關活動的程序，以確保採用恰當及具成本效益的方法使用公帑。

為了扶植更多可持續舉行的大型體育活動，委員會於2004年11月設立了“M”品牌制度及支援計劃(“M”品牌制度)，把“M”品牌授予在香港舉行並獲認可的大型體育活動。為迎合個別“M”品牌活動的需要，委員會將特別制定整套支援措施，以協助這些活動發展為市場主導及有利可圖的定期活動。

設立“M”品牌制度的目的

發展大型體育活動可為香港培養可持續的體育文化，培養市民的自豪感和促進社會凝聚力，並為社會帶來實質的經濟利益，以及有助把香港的形象提高為亞洲體育盛事之都

制定有關政策，以便通過商界及廣大市民更積極參與和支持，協助香港的體育總會發展可持續的大型體育活動

倘若認為一次過的國際體育盛事能為社會帶來好處，可考慮支持體育總會申辦和主辦有關賽事

為“M”品牌活動提供的支援方案

委員會轄下的諮詢委員會就“M”品牌活動的籌辦、贊助、推廣及宣傳策略提供專業意見

統籌各有關政府部門的後勤支援，以支持“M”品牌活動的策劃和舉辦
增加在本地及海外宣傳“M”品牌活動的機會

資助“M”品牌活動，包括提供免息貸款，或等額撥款或直接補助金(兩者均以遞減方式發放)，為期以三年(免息貸款或直接補助金)至六年(等額撥款)為限

資助“M”品牌活動使用康樂及文化事務署場地的費用，但有關活動須符合資助條件

大型體育活動事務委員會的職權範圍

就下列事宜經體育委員會向政府提供意見：

- 在香港推廣和主辦大型體育活動的策略及計劃
- 與體育界、旅遊業及私營機構加強合作，舉辦大型體育活動的策略
- 撥款資助大型體育活動的準則、程序及監察機制
- 大型體育活動的撥款先後次序



大型體育活動事務委員會的成員名單

(2011年1月1日至今)

主席：高威林先生

副主席：史密夫先生

成員(19名)：

陳淑玲女士 陳晴女士 趙詠賢小姐 霍啟剛先生 郭家明先生

梁芷茵小姐 林亨利先生 倪文玲女士 鄧鉅明先生 王賢訊先生 黃達東先生

王敏超先生 郭志樑先生(中國香港體育協會暨奧林匹克委員會代表)

民政事務局代表 康樂及文化事務署代表 政府新聞處代表 旅遊事務署代表

香港乒乓球總會的管理架構

執行委員會-委員

會長：余潤興先生

副會長：梁適華先生

馮永逸先生

主席：余國樑先生

副主席：梁家治先生

義務秘書：張達全先生

義務總幹事：吳欣榮先生

義務司庫：郭嘯南先生

執行委員：洪子邦先生 (裁判小組主委)

蘇根源先生 (公關小組主委)

陳昌麒先生 (排名小組主委)

謝國華先生 (場地小組主委)

伍澤連先生

劉普榮先生

詹美芬女士

余國賢先生

何乃光先生

蕭潔雯女士

香港乒乓總會現時的訓練架構



香港乒乓總會的乒乓球訓練班架構

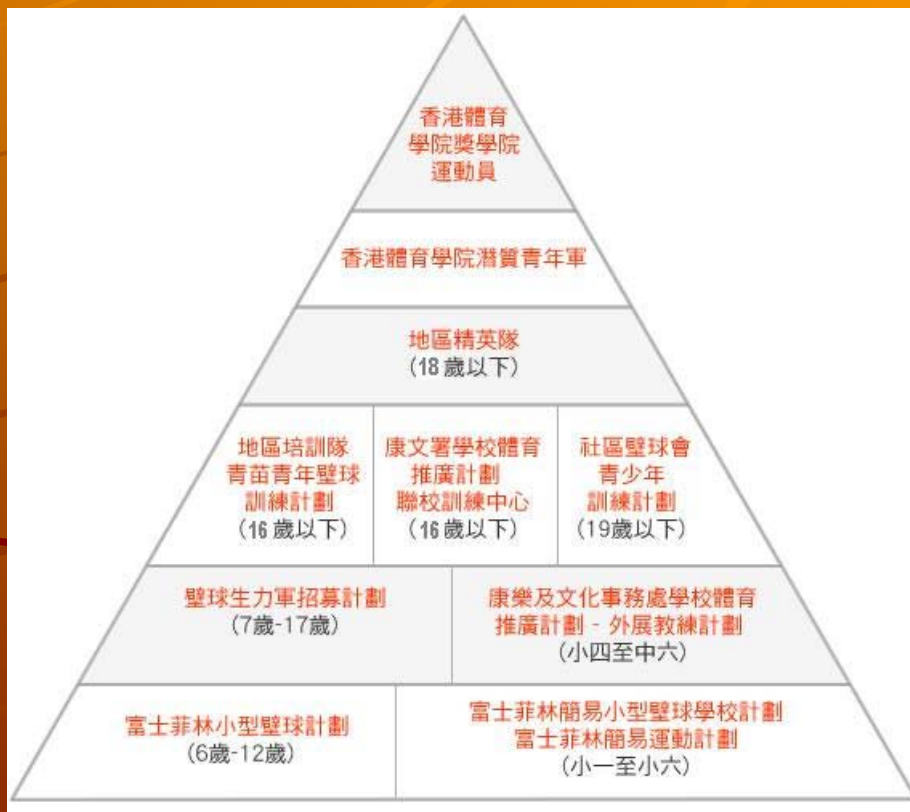
不同年齡及技術級別學員可參考以下列表選擇參與合適的訓練班接受培訓。

技術級別	年齡														
	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18 或以上	
初學者	新一代乒乓球訓練班														成人進修班
初中級	初中級進修班														
中級			青苗乒乓球培訓計劃												
高級	少兒精英隊(12或以下) 恆生精英隊														

香港乒乓總會的乒乓球教練架構

類別	報讀要求	參加人數	課程時數	課程內容	實習時數
教練預備班	有志投身教練工作人士	每年約開 4-6 班 每班約 30 人	8 小時	介紹教練預備班技術考試要求； 課堂主要以實習個人技術及派發多球技術兩部份內容。	
教師教練班	在職教師	不定期舉辦 每班約 30 人	27 小時	課程內容與初級教練班相若 教練評級分為「教師教練」及「初級教練」。	60 小時
初級 教練訓練班	通過教練預備班 技術測試者及獲 得豁免資格者	每年一班 每班 30-35 人	24 小時	乒乓球運動基本知識、球拍種類、性能、握拍法、擊球的五個要素、擊球的基本環節和動作結構、步法移動的種類與移動方法、新一代訓練、多球訓練之要求。	20/30 小時
中級 教練訓練班	必須具有三年 初級教練經驗	25-30 人	30 小時	基礎訓練之要求、專項運動意識、如何提高擊球的速度/力量/旋轉/落點、不同年齡組別的教學要點、各種基本技術要求及其訓練方法、教練在比賽中之作用及要求、心理訓練、體能訓練要求、如何制訂訓練計劃。	60 小時
高級 教練訓練班	必須具有五年 中級教練經驗	15-20 人	45 小時	當今技術發展趨勢與要求、不同類型打法的技術組合與訓練方法、不同類型打法的戰術組合與訓練方法、如何提高適應能力、如何解決訓練與比賽的銜接問題、比賽現場對球員作實地數據分析。	100 小時

香港壁球總會的青少年發展架構



香港壁球總會的管理架構

常務委員會	執行委員會	附屬委員會	辦事處
職位		姓名	
主席		梅應源太平紳士	
副主席		黃英敏先生	
榮譽秘書		郭文緯先生, SBS, IDS	
榮譽司庫		高連仕先生	
行政總監		麥明樂先生	
總教練		蔡玉坤先生	
委員		班禮思先生 包偉霆先生 陳啟基先生 陳兆根博士 邱達根先生 戴雅婷女士 高登先生 孔祥堅醫生 葉流全先生 李達朗先生 石愛蓮女士 蘇福志先生 田啟文先生 田洸熙先生 王季麟先生	

香港壁球總會的教練架構

第一級教練 - 可於一般球會或初級訓練班任教

運動通論課程 (甲部) 20小時

壁球專項課程 (乙及丙部) 最少18小時

實習 (丁部) 20小時

第二級教練 - 可教授較高水平的球員

運動通論課程 (甲部) 29小時

壁球專項課程 (乙及丙部) 最少30小時

實習 (丁部) 30小時

第三級教練 - 可培訓港隊成員

運動通論課程 (甲部) 43小時

壁球專項課程 (乙及丙部) 最少30小時

實習 (丁部) 由亞洲壁球協會

若教練希望能被評定為「活躍」類別，每年必須符合教練延續培訓計劃(CCEP)的有關準則如下：

第一級教練 CCEP之準則

任教時間 每年任教不少於30小時

教練培訓課程 每年參加不少於6小時的教練培訓課程

第二級教練 CCEP之準則

任教時間 每年任教不少於60小時

教練培訓課程 每年參加不少於9小時的教練培訓課程

第三級教練 CCEP之準則

任教時間 每年任教不少於120小時

教練培訓課程 每年參加不少於12小時的教練培訓課程



香港乒乓總會和香港壁球總會的架構比較



這二個的架構都是由三角形來的，即是話它們是由低去到高，有一個層遞的關係，由最低級的去到最上的級別，這是一個不錯的結構。

香港乒乓總會和香港壁球總會的教練架構比較

類別	報讀要求	參加人數	課程時數	課程內容	實習時數
教練預備班	有志投身教練工作人士	每年約開 4-6 班 每班約 30 人	8 小時	介紹教練預備班技術考試要求； 課堂主要以實習個人技術及派發多球技術兩部份內容。	
教師教練班	在職教師	不定期舉辦 每班約 30 人	27 小時	課程內容與初級教練班相若 教練評級分為「教師教練」及「初級教練」。	60 小時
初級教練訓練班	通過教練預備班技術測試者及獲得豁免資格者	每年一班 每班 30-35 人	24 小時	乒乓球運動基本知識、球拍種類、性能、握拍法、擊球的五個要素、擊球的基本環節和動作結構、步法移動的種類與移動方法、新一代訓練、多球訓練之要求。	20/30 小時
中級教練訓練班	必須具有三年初級教練經驗	25-30 人	30 小時	基礎訓練之要求、專項運動意識、如何提高擊球的速度/力量/旋轉/落點、不同年齡組別的教學要點、各種基本技術要求及其訓練方法、教練在比賽中之作用及要求、心理訓練、體能訓練要求、如何制訂訓練計劃。	60 小時
高級教練訓練班	必須具有五年中級教練經驗	15-20 人	45 小時	當今技術發展趨勢與要求、不同類型打法的技術組合與訓練方法、不同類型打法的戰術組合與訓練方法、如何提高適應能力、如何解決訓練與比賽的銜接問題、比賽現場對球員作實地數據分析。	100 小時

第一級教練 - 可於一般球會或初級訓練班任教	
運動通論課程 (甲部)	20小時
壁球專項課程 (乙及丙部)	最少18小時
實習 (丁部)	20小時
第二級教練 - 可教授較高水平的球員	
運動通論課程 (甲部)	29小時
壁球專項課程 (乙及丙部)	最少30小時
實習 (丁部)	30小時
第三級教練 - 可培訓港隊成員	
運動通論課程 (甲部)	43小時
壁球專項課程 (乙及丙部)	最少30小時
實習 (丁部)	由亞洲壁球協會
若教練希望被評定為「活躍」類別，每年必須符合教練延續培訓計劃 (CCEP) 的有關準則如下：	
第一級教練 CCEP之準則	
任教時間	每年任教不少於30小時
教練培訓課程	每年參加不少於6小時的教練培訓課程
第二級教練 CCEP之準則	
任教時間	每年任教不少於60小時
教練培訓課程	每年參加不少於9小時的教練培訓課程
第三級教練 CCEP之準則	
任教時間	每年任教不少於120小時
教練培訓課程	每年參加不少於12小時的教練培訓課程

它們都把教練分了不同的級別，初級中級高級，讓不同階別的教練去教導在三角結構當中不同的人，令到受教的隊員可以有一些合適的訓練。

香港乒乓總會和香港壁球總會的管理架構比較

執行委員會-委員

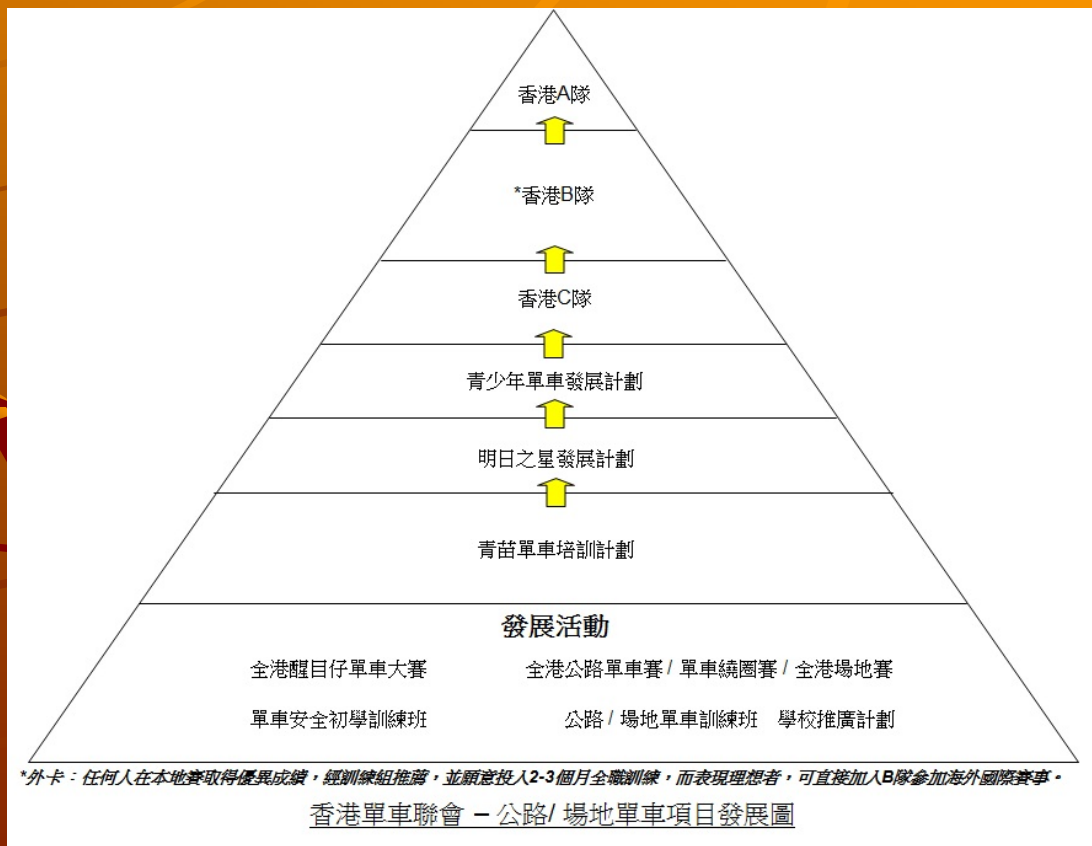
會長：余潤興先生
副會長：梁適華先生
馮永逸先生
主席：余國樑先生
副主席：梁家治先生
義務秘書：張達全先生
義務總幹事：吳欣榮先生
義務司庫：郭嘯南先生

執行委員：洪子邦先生 (裁判小組主委)
蘇根源先生 (公關小組主委)
陳昌麒先生 (排名小組主委)
謝國華先生 (場地小組主委)
伍澤連先生
劉普榮先生
詹美芬女士
余國賢先生
何乃光先生
蕭潔雲女士

常務委員會	執行委員會	附屬委員會	辦事處
職位	姓名		
主席	梅應源太平紳士		
副主席	黃英敏先生		
榮譽秘書	郭文緯先生, SBS, IDS		
榮譽司庫	高連仕先生		
行政總監	麥明傑先生		
總教練	蔡玉坤先生		
委員	班禮思先生 包偉霆先生 陳啟基先生 陳兆根博士 邱達根先生 戴雅婷女士 高登先生 孔祥堅醫生 葉流全先生 李達朗先生 石愛蓮女士 蘇福志先生 田啟文先生 田光煦先生 王季麟先生		

左方的是香港乒乓總會的架構，乒乓球的總會只有執行委員會，而在右方的是壁球總會的架構，和乒乓球總會一樣都有執行委員會，但比它多了常務委員會，附屬委員會和辦事處，在這個架構的方面比乒乓球的架構好，因為他們分別分開了三個不同的委員會去執行，比起只有一個執行委員會的更好。

香港單車聯會的架構



香港體操總會的架構

競技體操

藝術體操

技巧體操

彈網

健美體操

普及體操

競技體操



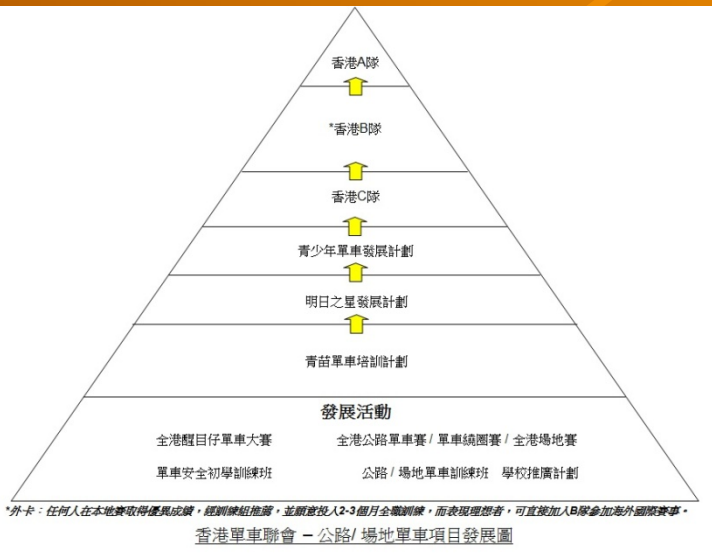
競技體操是國際奧林匹克運動會重點比賽項目之一。體操運動歷史悠久，早在公元二千多年前，古埃及的古書註釋中，已有人做體操的翻騰動作。

現代體操則起源於十八世紀，第一屆奧運會在1896年開始了最早的體操比賽，直至1936年第十一屆奧運會才有男子六項比賽，而女子四項比賽則到1952年第十七屆奧運會才開始確定下來。

所謂男子六項是指：自由體操、跳馬（縱馬）、雙槓、單槓、吊環及鞍馬
女子四項是指：跳馬（橫馬）、高低槓、平衡木、自由體操

競技體操也是一種追求完美、向難度動作自我挑戰的運動，在各個項目中將個人的潛能發揮，邁向著個人憧憬的理想目標的運動。

香港單車聯會和香港體操總會的架構比較



競技體操



競技體操是國際奧林匹克運動會重點比賽項目之一。體操運動歷史悠久，早在公元二千多年前，古埃及的古書註釋中，已有人做體操的翻騰動作。

現代體操則起源於十八世紀，第一屆奧運會在1896年開始了最早的體操比賽，直至1936年第十一屆奧運會才有男子六項比賽，而女子四項比賽則到1952年第十七屆奧運會才開始確定下來。

所謂男子六項是指：自由體操、跳馬（縱馬）、雙槓、單槓、吊環及鞍馬
女子四項是指：跳馬（橫馬）、高低槓、平衡木、自由體操

競技體操也是一種追求完美、向難度動作自我挑戰的運動，在各個項目中將個人的潛能發揮，邁向著個人憧憬的理想目標的運動。

左方的架構是香港單車聯會，是由三角形的架構，以層遞的方式上到最高級別，但是在右方的架構（香港體操總會）是並列的，三角形的是你由最基本功去到最高的，但是這個長方形沒有制定應由基本功直上，而是主要專注在其中一個而接受訓練，我們認為三角形的比較好，因為由一層一層地上，就正如我們讀書由一年級一直讀到中三，學的東西是愈來愈強的，所以我們認為三角形架構是比較好的。

~ 完 ~
~ The End ~

