



藝術體操教練諮詢會

2026年6月

中國香港體操總會擁有是次諮詢會議的版權。請勿拍照, 錄像或錄音。
多謝合作。

困難

- 場地不足
- 教練不足 (人數/水平 [教練角色/技術/教學])
- 裁判不足 (人數/服務意願)
- 初級運動員人數已飽和
- 未有本地國際賽事 (c.f. 彈網)
- 港隊成績未如理想 (亞洲獎牌)(成年組?)
- 太多投訴 → 影響形象/發展/資助

基層運動員的參與動機 (張怡潔、吳聰義、林季燕，2013)

1. 健康體適能
2. 成就需求
3. 技術需求
4. 社會需求 (隊友/同儕/家人/教練) → 參與動機

聯校/
分齡賽

港隊

精英

聯校/俱樂部/興趣班

公開賽

體院要求 (四年)

- 對總會要求: 10 分 + 世錦賽獎牌/奧運入場卷/全運會獎牌
- 成年 (senior) 男/女
- 少年 (junior) 男/女
- 賽事級別: 2 分/ 3 分/ 4 分/ 5 分
- 國際賽成績: 獎牌/ 前8/ 前1/3 (經驗/練習賽?)

數據 (2026分齡賽)

- 比賽日數:5-6日

全港藝術體操分齡比賽2026					
	初/U10&U8	中/U12	高/U13	人數	人次
預備級	426	155	38	371	619
丙組	28	145	266	162	439
乙組			126	36	126
甲組			77	22	77
	預備級	丙組	乙甲		
集體	5	7	9		21
				591	1282
全港藝術體操分齡比賽2025					
	A-SB	A-C	AB	人數	人次
預備級	593			357	593
初級		250		115	250
高級			223	67	223
	預備級	初級	高級		
集體	7	6	6	19	114
				558	1180

討論：賽事安排

- 保留分齡賽? (推廣)
- 保留聯校賽事?(推廣); 增加訓練日數?
- 組織學界比賽? 俱樂部賽事?
- 前16名中級運動員3-4項決賽?
- 公開賽/國際邀請賽 (中/高級運動員)
- 目的: 提升運動員水平

建議賽事安排

組別		年齡					項目
甲組	成人組	16或以上			俱樂部賽事	公開賽/國際邀請賽	四項
乙組	少年組	12-15歲		分齡賽	俱樂部賽事	公開賽/國際邀請賽	四項
丙組	兒童組	9-11 歲	聯校	分齡賽	俱樂部賽事	公開賽/國際邀請賽	三項
新秀組		6-8 歲	聯校	分齡賽	俱樂部賽事		二項

俱樂部賽事 (建議)

- 中級或精英水平
- 要求 (難度)及水準 (演出) 比分齡賽高
- 加入港隊 → 參加國際賽
- 進入公開賽人數??

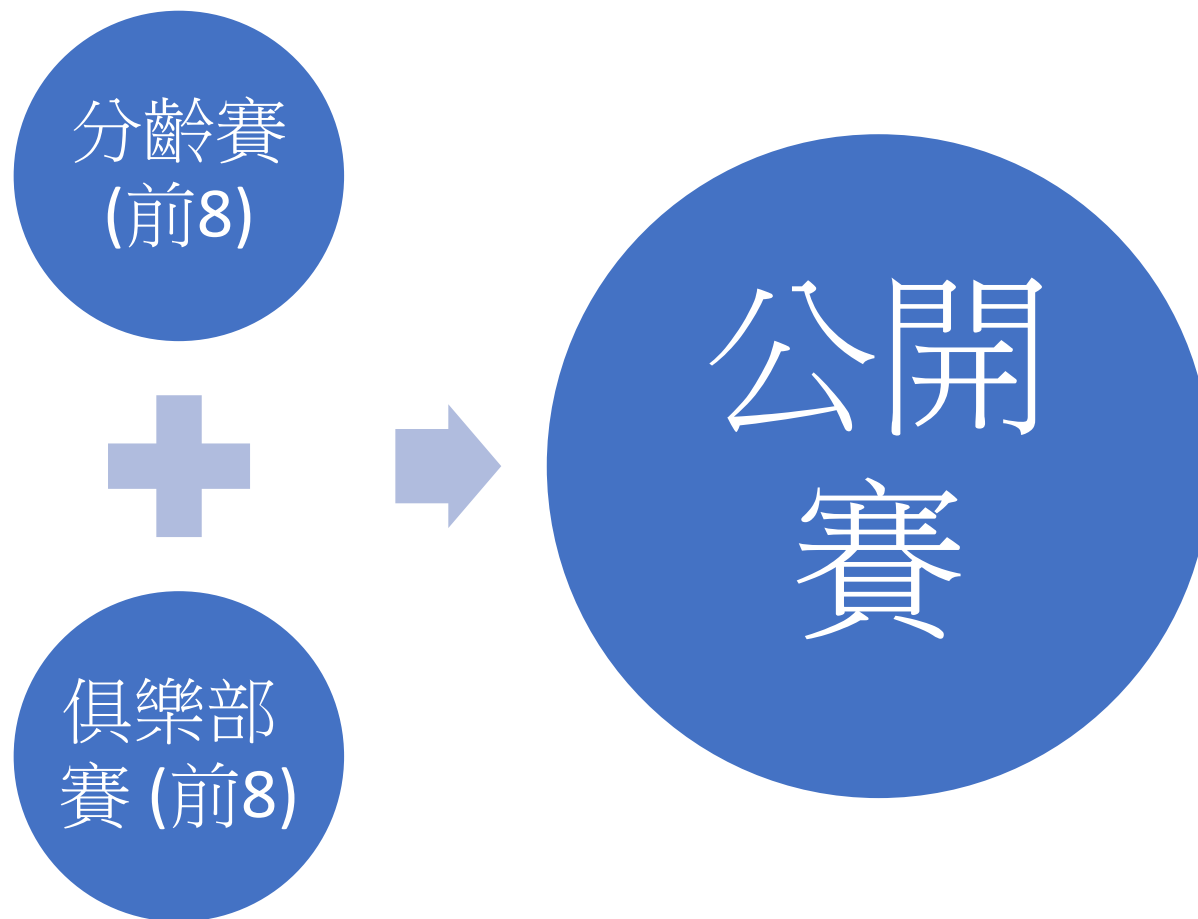
俱樂部賽事 (建議)

- 以俱樂部/機構為單位
- 各俱樂部/機構派一隊 (5人)參賽
- 各俱樂部/機構需派員參與組織賽事
- 體操總會認可及協調賽事
- 自負盈虧
- 獨立參賽人士??

賽制 (建議)

- 目的: 普及化/推廣/精英化
- 鼓勵參與/限制人數? (每機構只可派出若干人數)
- 限制每組每機構參賽人數
- 限制難度
- 初賽 → 決賽 (俱樂部賽事 → 公開賽)?
- 進入決賽資格 (每機構2名運動員)?
- 達到一定分數
- 分組 (只能參加一次新秀組賽事)

建議：



建議：

- 難度
- 規定/半規定動作?
- 項目 (3項/4項)
- 規定動作/音樂 (同一時間, 兩位運動員同場進行比賽)
- 徒手/不需音樂
- 獎項/證書 (分數)

裁判(建議)

- DA+DB+A+E (3-4位)
- 中立裁判 (中/高級組) (成本)
- 參賽俱樂部必須提供裁判
- 裁判服務獎
- 增加裁判薪酬

建議：

- 成人組 (16歲或以上) 四項 (16 x 4)
- 少年 (甲) 組 (14-15歲) 四項 (16 x 4)
- 少年 (乙) 組 (12-13歲) 四項 (16 x 4)
- 兒童 (甲) 組 (10-11歲) 三項 (16 x 3)
- 兒童 (乙) 組 (8-9歲) 三項 (16 x 3)

提問及意見

- 策略: 提升水平
- 可行性 (場地/參賽及裁判人數)
- 可將意見以書面形式，於6月30日前提交到體操總會
- mail@gahk.org.hk

謝謝

參考文獻

- 張怡潔、吳聰義、林季燕 (2013)。台灣基層選手社會支持對運動參與動機之影響。《運動教練科學》，第30期，15-25。