

澳門足球總會 教練手冊



於 2022 年 2 月開始執行

內容

1. 教練培訓系統.....	3
1.1 澳門足球總會培訓架構.....	3
1.2 各級別教練課程資料.....	4
1.3 課程挑選準則及快速培訓程序.....	13
1.4 課程考核及成績上訴程序.....	15
1.5 非本地教練報讀課程及本地教練報讀海外課程.....	16
1.6 證書.....	16
2. 教練註冊.....	17
2.1 本地教練註冊.....	17
2.2 非本地教練註冊.....	18
3. 教練持續進修學分系統.....	20
3.1 教練持續進修學分系統之目的.....	20
3.2 學分項目.....	20
3.3 學分累積及計算.....	21
3.4 非本地教練及海外進修活動.....	21
4. 教練操守管理.....	22
4.1 教練守則.....	22
4.2 一般標準.....	23
4.3 培訓球員.....	27
4.4 培訓和督導教練.....	29
4.5 解決違反專業守則的方法.....	29
4.6 處理違反守則的程序.....	30
5. 教練導師培訓系統.....	31
5.1 本會教練導師系統導師列表.....	31
5.2 導師要求及任命.....	31
5.3 教練導師晉升及新教練導師任命程序.....	32

1. 教練培訓系統

1.1 澳門足球總會培訓架構

1.1.1 以下課程為足總開辦之足球教練課程：

- 澳門足球總會草根足球教練課程
- 澳門足球總會 D 級足球教練課程
- 澳門足球總會 D 級守門員教練課程
- 澳門足球總會 C 級守門員教練課程
- 澳門足球總會基礎五人足球教練課程

1.1.2 以下課程為足總開辦並在亞洲足協教練公約認可之足球教練課程：

- 澳門足球總會 C 級足球教練課程
- 澳門足球總會 B 級足球教練課程

1.1.3 以下課程為足總開辦須由亞洲足協許可之足球教練課程：

- 亞洲足協 A 級足球教練課程
- 亞洲足協 B 級守門員教練課程
- 亞洲足協 A 級守門員教練課程
- 亞洲足協體能教練課程級別一
- 亞洲足協體能教練課程級別二
- 亞洲足協五人足球教練課程級別一
- 亞洲足協五人足球教練課程級別二
- 亞洲足協五人足球教練課程級別三
- 亞洲足協五人足球守門員教練課程級別一
- 亞洲足協五人足球體能教練課程級別一

1.2 各級別教練課程資料

1.2.1 澳門足球總會草根足球教練課程

課程對象：	在校老師、社工及於非牟利機構服務人士
名額：	40 人
教授語言：	粵語(不設翻譯)，配有英文理論內容及考試題目
服務對象：	學校內對足球有興趣之學生
課程內容：	課程內容將教授草根足球原則及如何組織有趣及安全的足球活動等。完成課程者將對幼兒足球發展有初階的認識。
課程時數：	理論課：3 小時；實踐課：5 小時；合共：8 小時
課程評核：	不設考核
實習：	學員必須協助學校/非牟利機構/澳門足球總會所組織的一次草根足球活動，才可獲頒證書

1.2.2 澳門足球總會 D 級足球教練課程

課程對象：	年齡在 18 歲或以上之男女及有志投身教練工作人士
名額：	40 人
教授語言：	粵語(不設翻譯)，配有英文理論內容及考試題目
服務對象：	組織及訓練 12 歲或以下之青少年足球訓練
課程內容：	課程內容將教授教練如何組織，指導和進行基本的足球訓練，並作為澳門足球總會 C 級教練課程之準備課程
課程時數：	理論課：10 小時；實踐課：20 小時；合共：30 小時
課程評核：	1 次實習考核、1 次理論考核(包含一般理論及專業理論)
實習：	學員必須協助澳門足球總會組織一次草根足球活動，才可獲頒證書

1.2.3 澳門足球總會 C 級足球教練課程

課程對象：	各校隊教練及各球隊青訓教練 (須註冊澳門足球總會 D 級教練證或持有同等資格之教練證)
名額：	24 人
教授語言：	粵語(不設翻譯)，配有英文理論內容及考試題目
服務對象：	組織及訓練 15 歲或以下之青少年足球訓練
課程內容：	課程內容將教授基本技術和技能，旨在教授教練針對年輕球員組織，指導和進行基本的足球訓練，並作為澳門足球總會 B 級教練課程之準備課程。
課程時數：	理論課：30 小時；實踐課：50 小時；合共：80 小時
課程評核：	2 次實習考核、1 次理論考核(包含一般理論及專業理論)、1 次球例考核
實習：	60 小時教授經驗並提交教練日誌進行審查，通過後才可獲頒證書

1.2.4 澳門足球總會 B 級足球教練課程

課程對象：	各校隊教練及各球隊青訓教練 (須註冊澳門足球總會 C 級教練證或持有同等資格之教練證至少 24 個月)
名額：	24 人
教授語言：	粵語(不設翻譯)，配有英文理論內容及考試題目
服務對象：	組織及安排各級之青少年足球訓練
課程內容：	課程內容將教授在比賽中更深入的技術和技能、讓教練們能更深入了解技術、技能及戰術，並作為亞洲足球協會 A 級教練課程之準備課程。
課程時數：	理論課：45 小時；實踐課：75 小時；合共：120 小時
課程評核：	3 次實習考核、1 次理論考核(包含一般理論及專業理論)、1 次演講評核
實習：	80 小時教授經驗並提交教練日誌進行審查，通過後才可獲頒證書

1.2.5 亞洲足協 A 級足球教練課程

課程對象：	代表隊教練及聯賽各球隊教練 (須註冊澳門足球總會 B 級教練證或持有同等資格之教練證至少 12 個月)
名額：	24 人
教授語言：	待定
服務對象：	青少年代表隊及聯賽各球隊訓練
課程內容：	課程內容將教授足球戰術、管理技巧及運動員心理。完成課程者將對足球比賽及球隊管理有更深入的理解。並作為亞洲足球協會職業級教練課程之準備課程。
課程時數：	理論課：60 小時；實踐課：120 小時；合共：180 小時
課程評核：	3 次實習考核、1 次理論考核(包含一般理論及專業理論)、1 次演講評核
實習：	100 小時教授經驗並提交教練日誌進行審查，通過後才可獲頒證書

1.2.6 澳門足球總會 D 級守門員教練課程

課程對象：	年齡在 18 歲或以上之男女及有志投身守門員教練工作人士
名額：	20 人
教授語言：	粵語(不安排翻譯)，配有英文理論內容及考試題目
服務對象：	組織及訓練 12 歲或以下之青少年守門員訓練
課程內容：	課程內容將教授教練如何組織，指導和進行基本的守門員訓練，並作為澳門足球總會 C 級守門員教練課程之準備課程。
課程時數：	理論課：5 小時；實踐課：10 小時；合共：15 小時
課程評核：	1 次實習考核
實習：	學員必須協助澳門足球總會組織一次守門員訓練活動，才可獲頒證書

1.2.7 澳門足球總會 C 級守門員教練課程

課程對象：	各校隊及各球隊守門員教練 (須註冊澳門足球總會 C 級教練證或持有同等資格之教練證)
名額：	20 人
教授語言：	粵語(不設翻譯)，配有英文理論內容及考試題目
服務對象：	組織及訓練 15 歲或以下之青少年守門員訓練
課程內容：	課程內容將教授基本技術和守門員功能性訓練，旨在教授守門員教練針對年輕守門員進行訓練，並作為亞洲足協 B 級守門員教練課程之準備課程。
課程時數：	理論課：10 小時；實踐課：20 小時；合共：30 小時
課程評核：	1 次實習考核、1 次理論考核(包含一般理論及專業理論)
實習：	40 小時教授經驗並提交教練日誌進行審查，通過後才可獲頒證書

1.2.8 亞洲足協 B 級守門員教練課程

課程對象：	青年代表隊及聯賽各隊守門員教練 (須註冊澳門足球總會 C 級守門員教練證或持有同等資格之教練證至少 12 個月)
名額：	20 人
教授語言：	待定
服務對象：	組織及安排各級之青少年守門員訓練
課程內容：	課程內容將教授守門員技術和技能、讓守門員教練能了解守門員的技戰術，並作為亞洲足球協會 A 級守門員教練課程之準備課程。
課程時數：	理論課：20 小時；實踐課：40 小時；合共：60 小時
課程評核：	待定
實習：	待定

1.2.9 亞洲足協 A 級守門員教練課程

課程對象：	代表隊及職業球隊守門員教練 (須註冊亞洲足協 B 級守門員教練證或持有同等資格之教練證至少 24 個月)
名額：	20 人
教授語言：	待定
服務對象：	組織及安排成人代表隊及職業球隊守門員訓練
課程內容：	課程內容將教授更深入的守門員技、戰術及運動員心理。完成課程者將對足球比賽及協助訓練有更深入的理解。
課程時數：	理論課：36 小時；實踐課：84 小時；合共：120 小時
課程評核：	待定
實習：	待定

1.2.10 亞洲足協體能教練課程級別一

課程對象：	須註冊澳門足球總會 B 級證或持有同等資格之教練證
名額：	24 人
教授語言：	待定
服務對象：	組織及安排球員進行體能訓練
課程內容：	課程內容將教授專業的足球體能訓練方式。並作為亞洲足協體能教練課程級別二之準備課程。
課程時數：	理論課：35 小時；實踐課：25 小時；合共：60 小時
課程評核：	1 次實習考核、1 次理論考核(包含一般理論及專業理論)
實習：	40 小時教授經驗並提交教練日誌進行審查，通過後才可獲頒證書

1.2.11 亞洲足協體能教練課程級別二

課程對象：	須註冊亞洲足協體能教練課程級別一註冊教練至少 12 個月
名額：	24 人
教授語言：	待定
服務對象：	組織及安排球員進行體能訓練。
課程內容：	課程內容將教授專業的足球體能訓練方式。
課程時數：	理論課：35 小時；實踐課：25 小時；合共：60 小時
課程評核：	1 次實習考核、1 次理論考核(包含一般理論及專業理論)、1 次演講評核
實習：	80 小時教授經驗並提交教練日誌進行審查，通過後才可獲頒證書

1.2.12 澳門足球總會基礎五人足球教練課程

課程對象：	年齡在 18 歲或以上之男女及有志投身五人足球教練工作人士
名額：	20 人
教授語言：	粵語(不設翻譯)，配有英文理論內容及考試題目
服務對象：	組織基本五人足球訓練
課程內容：	課程內容將教授教練基本的五人足球技術，並作為亞洲足協五人足球教練課程級別一之準備課程。
課程時數：	理論課：8 小時；實踐課：12 小時；合共：20 小時
課程評核：	1 次實習考核、1 次理論考核(一般理論及專業理論)
實習：	20 小時教授經驗並提交教練日誌進行審查，通過後才可獲頒證書

1.2.13 亞洲足協五人足球教練課程級別一

課程對象：	各校隊及各球隊教練 (須註冊澳門足球總會基礎五人足球教練證或持有同等資格之教練證)
名額：	20 人
教授語言：	待定
服務對象：	組織及訓練青少年五人足球訓練
課程內容：	課程內容將教授教練如何組織，指導和進行基本的五人足球訓練，並作為亞洲足協五人足球教練課程級別二之準備課程
課程時數：	理論課：25 小時；實踐課：27 小時；合共：52 小時
課程評核：	1 次實習考核、1 次理論考核(一般理論及專業理論)
實習：	40 小時教授經驗並提交教練日誌進行審查，通過後才可獲頒證書

1.2.14 亞洲足協五人足球教練課程級別二

課程對象：	代表隊及聯賽各隊五人足球教練 (須註冊亞洲足協五人足球教練課程級別一或持有同等資格之教練證至少 24 個月)
名額：	20 人
教授語言：	待定
服務對象：	組織進階的五人足球訓練
課程內容：	課程內容將教授教練專業及全面的五人足球訓練，並作為亞洲足協五人足球教練課程級別三之準備課程
課程時數：	理論課：35 小時；實踐課：37 小時；合共：72 小時
課程評核：	2 次實習考核、1 次理論考核(一般理論及專業理論)
實習：	60 小時教授經驗並提交教練日誌進行審查，通過後才可獲頒證書

1.2.15 亞洲足協五人足球教練課程級別三

課程對象：	代表隊及聯賽各隊五人足球教練 (須註冊亞洲足協五人足球教練課程級別二或持有同等資格之教練證至少 24 個月)
名額：	20 人
教授語言：	待定
服務對象：	組織及訓練職業級五人足球訓練
課程內容：	課程內容將教授教練最新及更專業面的五人足球技、戰術，完成課程者將對五人足球比賽及管理有更深入的理解。
課程時數：	理論課：45 小時；實踐課：47 小時；合共：92 小時
課程評核：	3 次實習考核、1 次理論考核(一般理論及專業理論)、1 次演講評核
實習：	80 小時教授經驗並提交教練日誌進行審查，通過後才可獲頒證書

1.2.16 亞洲足協五人足球守門員教練課程級別一

課程對象：	須註冊亞洲足協五人足球教練課程級別一或持有同等資格之教練證
名額：	20 人
教授語言：	待定
服務對象：	組織進階的五人足球守門員訓練
課程內容：	課程內容將教授教練基本的五人足球守門員訓練，並作為亞洲足協五人足球守門員教練課程級別二之準備課程
課程時數：	理論課：18 小時；實踐課：22 小時；合共：40 小時
課程評核：	1 次實習考核、1 次理論考核(一般理論及專業理論)
實習：	40 小時教授經驗並提交教練日誌進行審查，通過後才可獲頒證書

1.2.17 亞洲足協五人足球體能教練課程級別一

課程對象：	須註冊亞洲足協五人足球教練課程級別一或持有同等資格之教練證
名額：	20 人
教授語言：	待定
服務對象：	組織及安排球員進行體能訓練
課程內容：	課程內容將教授專業的足球體能訓練方式。並作為亞洲足協五人足球體能教練課程級別二之準備課程。
課程時數：	理論課：35 小時；實踐課：25 小時；合共：60 小時
課程評核：	1 次實習考核、1 次理論考核(一般理論及專業理論)
實習：	40 小時教授經驗並提交教練日誌進行審查，通過後才可獲頒證書

1.3 課程挑選準則及快速培訓程序

1.3.1 課程評選準則

1.3.1.1 亞洲足協 A 級教練證書課程、澳門足球總會 B 級教練課程（包括海外課程推薦）會根據以下優先次序評選申請：

- 1) 現職澳門代表隊各梯隊教練
- 2) 現職澳門甲組足球聯賽教練
- 3) 曾擔任澳門代表隊各梯隊教練
- 4) 曾擔任澳門甲組足球聯賽教練（至少為一個球季）
- 5) 現職澳門青少年足球聯賽各隊教練
- 6) 曾入選澳門代表隊之球員
- 7) 完成上一級別教練資格之年份
- 8) 持澳門特別行政區永久/非永久居民身分證

1.3.1.2 澳門足球總會 C 級教練課程會根據以下優先次序評選申請：

- 1) 現職澳門青少年足球聯賽各隊教練
- 2) 曾入選澳門代表隊之球員
- 3) 澳門足球聯賽中各球會推薦之職員或球員
- 4) 現職學校及其他機構擔任主教練及助教
- 5) 完成 D 級教練資格之年份
- 6) 持澳門特別行政區永久/非永久居民身分證

1.3.1.3 澳門足球總會 D 級教練課程會根據以下優先次序評選申請：

- 1) 現職學校體育老師或學校興趣班教練
- 2) 曾入選澳門代表隊之球員
- 3) 澳門足球聯賽中各球會推薦之職員或球員
- 4) 持澳門特別行政區永久/非永久居民身分證

1.3.1.4 亞洲足協守門員教練課程會根據以下優先次序評選申請：

- 1) 本會屬會推薦
- 2) 具守門員比賽經驗
- 3) 具守門員訓練經驗
- 4) 持澳門特別行政區永久/非永久居民身分證

1.3.1.5 亞洲足協體能教練課程會根據以下優先次序評選申請：

- 1) 本會屬會推薦
- 2) 具體能教練經驗
- 3) 具體能訓練經驗
- 4) 持澳門特別行政區永久/非永久居民身分證

1.3.1.6 亞洲足協五人足球教練課程會根據以下優先次序評選申請：

- 1) 本會屬會推薦
- 2) 具五人足球比賽經驗
- 3) 具五人足球訓練經驗
- 4) 持澳門特別行政區永久/非永久居民身分證

1.3.2 快速培訓程序

1.3.2.1 如報讀亞洲足協 A 級教練證書課程、澳門足球總會 B 級教練課程未能達到報讀時間要求，滿足以下條件可申請快速培訓程序：

- 1) 曾入選澳門代表隊之球員（至少二十場或以上澳門代表隊比賽經驗）
- 2) 曾任或現任澳門代表隊教練（包括主教練及助理教練，至少協助澳門足球總會一年）
- 3) 曾任或現任甲組聯賽教練（提出申請時兩年內曾任甲組球會至少一個球季，或現時效力於該球會至少一個球季）

1.3.2.2 如滿足以下其中一項條件者可直接申請報讀澳門足球總會 C 級教練課程：

- 1) 十場或以上澳門代表隊國際賽經驗（國際賽 A 級賽事）
- 2) 二十場或以上澳門代表隊比賽經驗

1.3.2.3 亞洲足協教練課程均按亞洲足協指引處理及由亞洲足協審核。

1.3.2.4 本會技術部有權根據其他因素改變優先次序評選。

1.4 課程考核及成績上訴程序

1.4.1 課程考核

1.4.1.1 亞洲足協 A 級教練證書課程的課程考核是根據亞洲足協的指引。

1.4.1.2 澳門足球總會 B 級教練課程設有一次理論考核、三次實習考核、一次演講評核及球隊實習。理論考核包括專項理論及基礎理論，合格分數為 60%，設有補考，最多補考兩次（補考費用壹佰元正）；實習考核合格分數為 70%，至少需通過兩次，不設補考。演講評核合格分數為 60%，不設補考。球隊實習時數為 80 小時，需真實的教授經驗並提交教練日誌進行審查，通過後才可獲頒證書。

1.4.1.3 澳門足球總會 C 級教練課程設有一次理論考核、兩次實習考核及球隊實習。理論考核包括專項理論、基礎理論及球例考核，合格分數為 60%，設有補考，最多補考兩次（補考費用壹佰元正）；實習考核合格平均分數為 70%，不設補考。球隊實習時數為 60 小時，需真實的教授經驗並提交教練日誌進行審查，通過後才可獲頒證書。

1.4.1.4 澳門足球總會 D 級教練課程設有一次理論考核、一次實習考核及一次活動實習。理論考核合格分數為 60%，設有補考，最多補考兩次（補考費用壹佰元正）；實習考核合格分數為 70%，不設補考。活動實習必須全程參與澳門足球總會所舉辦的活動一次，完成後才可獲頒證書。

1.4.1.5 其他亞洲足協教練課程需由亞洲足協教練導師根據亞洲足協相關指引進行考核。

1.4.2 成績覆核程序

1.4.2.1 亞洲足協 A 級教練證書課程、澳門足球總會 B、C、D 級教練證書課程、均設有錄影。學員可在發出成績通知後七日內向本會提出書面覆核，本會技術委員會將處理有關覆核並於一個月內書面回覆。覆核費用為叁仟元正，如覆核成功可獲退還。

1.4.2.2 其他亞洲足協教練課程均不設成績覆核程序。

1.5 非本地教練報讀課程及本地教練報讀海外課程

1.5.1 非本地教練報讀亞洲足協/澳門足球總會教練課程之安排：

申請人條件須滿足以下條件：

- 1) 持有國際足協屬會發出之教練證書
- 2) 持有本會或亞洲足協之教練證書
- 3) 提供自身國籍屬會之同意信(內容為知悉及同意在澳門足球總會報讀教練課程)

*申請程序：

申請人需要事先向本會申請為「註冊非本地教練」，才能申請報讀課程。

- i) 基於亞洲足協條例，本會須優先接納本地教練之申請，故亞洲足協課程評選方法會分為第一類別（本地教練）及第二類別（非本地教練）。
- ii) 如第一類別報名人數未滿名額，本會才會接納第二類別申請人之報名。
- iii) 第二類別之評選會為本會技術部決定。

1.5.2 本會註冊教練報讀海外課程

本會註冊教練須書面向澳門足球總會技術部申請報讀許可信及繳交刑事紀錄證明書（行為紙），如非本會註冊教練恕不受理申請。

1.6 證書

1.6.1 亞洲足協許可之足球教練課程均由亞洲足協印發證書。

1.6.2 亞洲足協教練公約認可之足球教練課程及澳門足球總會教練課程均由本會根據亞洲足協指引印發證書，在證書上具有本會證書編號。

1.6.3 澳門足球總會草根、D級、守門員D級及基礎五人教練課程由本會印發證書。由2021年開始，證書上具有本會證書編號。

1.6.4 澳門足球總會所有教練課程之證書有效期為三年，計算日期由通知成績後開始計算。如在三年內未能繳交相對時數的教案給予技術部進行審查，未領取之證書將被取消在本會可註冊的資格。

1.6.5 所有於 2019 年 12 月 31 日前之已通知合格但未領取證書的教練，如未繳交教案，必須於 2022 年 12 月 31 日前繳交相對時數的教案給予技術部進行審查，否則未領取之證書將被取消在本會可註冊的資格。

2. 教練註冊

2.1 本地教練註冊

2.1.1 註冊須知

- 1) 亞洲足協教練並持有澳門居民身份證(永久及非永久)註冊均視為「本地教練註冊」，亞洲足協教練泛指持有亞洲足協教練證書者。
- 2) 教練註冊期為三年，首次註冊期為 2022 年 1 月 1 日至 2024 年 12 月 31 日。
- 3) 全年均接受註冊申請。
- 4) 非本會發出的教練證書，須提供亞洲足協屬會的有效註冊教練證。
- 5) 每位註冊教練於首次成功註冊後將獲編一個終身的註冊編號，而此註冊編號將永久適用。
- 6) 註冊教練如違反行為守則內的任何條款將會受到本會適當的處分。
- 7) 本會保留絕對權力於任何時候拒絕任何註冊申請及/或註銷任何註冊，亦無責任就該拒絕及/或註銷給予任何原因、解釋或澄清。被拒絕及退回的申請，其費用在任何情況下都不會發還。

2.1.2 註冊要求

- 1) 18 歲或以上。
- 2) 持有有效由本會發出的教練證書。
- 3) 合乎本會教練持續進修學分要求(計算註冊年度 3 個年度內學分總和)。
- 4) 如註冊年度內學分並未達標，在下一個新年度的第一年將禁止註冊，將不能以教練身份參加任何由本會舉辦之比賽、課程及活動等。
- 5) 被禁止註冊之教練如需再次申請註冊，需完成一次同等級之進修課程後，方可再次申請註冊。

教練級別	學分要求
亞洲足協 A 級教練	30 分
亞洲足協/澳門足球總會 B 級教練	30 分
亞洲足協/澳門足球總會 C 級教練	20 分
澳門足球總會 D 級教練	20 分

2.1.3 註冊程序

- 1) 填寫教練註冊表格。
- 2) 將已填妥的註冊表格連同身份證明文件副本、澳門足球總會或亞洲足協教練公約屬會、歐洲足協教練公約屬會(PRO, A, B, C)或國際足聯屬會發出的有效教練證書正本及副本、個人證件相片乙張，交回本會。
- 3) 繳交註冊費。

2.1.4 繳費方式

- 1) 現金 - 澳門幣 100 元正。

2.1.5 權利

- 1) 可於本會舉辦的活動中任教。
- 2) 參與本會舉辦或認可的教練班或進修課程。
- 3) 參與本會舉辦的工作坊或講座。

2.2 非本地教練註冊

2.2.1 註冊須知

- 1) 「非本地教練」資格不會屬於本會教練資格架構內之任何級別。(亞洲足協教練公約屬會及歐洲足協屬會註冊教練除外)。
- 2) 本會認可亞洲足協教練公約屬會(PRO, A, B, C)、歐洲足協教練公約屬會(PRO, A, B, C)或國際足聯屬會發出的有效教練證書，等同本會教練資格架構內。
- 3) 教練註冊期為三年，首次註冊期為 2022 年 1 月 1 日至 2024 年 12 月 31 日。
- 4) 全年均接受註冊申請。
- 5) 每位註冊教練於首次成功註冊後將獲編一個終身的註冊編號，而此註冊編號將永久適用。
- 6) 註冊教練如違反行為守則內的任何條款將會受到本會適當的處分。
- 7) 本會保留絕對權力於任何時候拒絕任何註冊申請及/或註銷任何註冊，亦無責任就該拒絕及/或註銷給予任何原因、解釋或澄清。被拒絕及退回的申請，其費用在任何情況下都不會發還。

2.2.2 註冊要求

- 1) 18 歲或以上。
- 2) 持有有效由屬會或本會發出的教練證書。
- 3) 提供自身屬會之同意信(內容為知悉及同意在澳門足球總會進行教練註冊)。
- 4) 如註冊年度內學分並未達標，在下一個新年度的第一年將禁止註冊，將不能以教練身份參加任何由本會舉辦之比賽、課程及活動等。
- 5) 被禁止註冊之教練如需再次申請註冊，需完成一次同等級之進修課程後，方可再次申請註冊。

教練級別	學分要求
亞洲足協 A 級教練	30 分
亞洲足協/澳門足球總會 B 級教練	30 分
亞洲足協/澳門足球總會 C 級教練	20 分
澳門足球總會 D 級教練	20 分

2.2.3 註冊程序

- 1) 填寫教練註冊表格。
- 2) 將已填妥的註冊表格連同身份證明文件副本，澳門足球總會、亞洲足協教練公約屬會、歐洲足協教練公約屬會(PRO, A, B, C)或國際足聯屬會發出的有效教練證書正本及副本、個人證件相片乙張，交回本會。
- 3) 繳交註冊費。

2.2.4 繳費方式

- 1) 現金 - 澳門幣 100 元正。

2.2.5 權利

- 1) 可於本會舉辦的活動中任教。
- 2) 參與本會舉辦或認可的教練班或進修課程。
- 3) 參與本會舉辦的工作坊或講座。

3. 教練持續進修學分系統

3.1 教練持續進修學分系統之目的

教練持續進修學分系統是為了讓本地教練持續學習，以達到與時並進為目的。而亞洲足協的教練培訓政策中亦要求教練需要進行一定時數之理論及實踐以更新其教練資格。因此，為了加強本地教練之教學能力，本會已於 2021 年 6 月推行此計劃。

3.2 學分項目

本會學分項目分為四項，主要為教練證書課程、教練進修課程、教練講座及教練工作坊。

3.2.1 教練證書課程

教練證書課程包括本手冊項 1.1.2 所列出之課程，所有分數皆為 30 學分。

3.2.2 教練進修課程，以下為相關項目：

- 1) A 級教練進修課程
- 2) B 級教練進修課程
- 3) C 級教練進修課程
- 4) D 級教練進修課程

*課程主要是給相對級別教練之進修課程，分數皆為 20 學分

3.2.3 教練講座

教練講座基本以 3 小時為 1 個節課，1 個節課為 2.5 分計算。本會技術部會按主題及時數決定最終學分。

3.2.4 教練工作坊

教練工作坊基本以 3 小時為 1 個節課，1 個節課為 5 分計算。本會技術部會按主題及時數決定最終學分。

3.3 學分累積及計算

所有學分會累積三年，當中教練註冊學分要求如下：

- 1) A 級及 B 級教練三年內需要累積 30 分
- 2) C 級及 D 級教練三年內需要累積 20 分

*詳細內容可查閱本手冊第 2.1.2 及 2.2.2 項

3.4 非本地教練及海外進修活動

3.4.1 非本地教練

非本地教練均可報讀有關課程，本會於課程完成後發出證明文件。

3.4.2 海外進修活動

- 1) 本會註冊教練於海外參與任何進修活動均可獲得學分。
- 2) 在海外參與任何進修活動前，須以電子郵件方式通知本會，教練須於活動結束後半年內向本會技術部提交學分申請。

4. 教練操守管理

4.1 教練守則

澳門足球總會教練守則：

以下守則，制訂澳門足球總會(下稱足總)教練守則共同理念的框架。所有註冊教練必須遵守，並致力在其專業崗位上實踐。

1) 專業能力

執教時，教練必須維持高水平表現，了解自身能力所在和專業範圍。提供服務和應用技術時，必須合乎所接受的教育、訓練和經驗。若涉及仍未有認可的專業範疇時，教練必須審慎判斷，採取適當預防措施，以保障有關人士。教練應持續進修，以汲取相關的科學和專業知識。教練應恰當地應用科學、專業、技術和行政資源。

2) 良好品格

執行教練工作時，教練務必秉持良好品格，須誠實、公正並尊重他人。闡述或報告個人資歷、服務和訓練方法時，不可提供虛假、誤導或具欺詐成份的資料。教練必須留意自身的信念、價值觀、需要和局限，以及這些因素對工作帶來的影響。教練應嘗試讓相關人士知悉教練本身的角色，並因應本身的角色恰當地處事。

3) 專業責任

教練應秉持專業品德，了解本身的專業角色和責任，就本身的行為適當承擔責任，並因應不同球員的需要採用各種方法。教練應以球員的最大利益為依歸，與其他專業人士或機構商討、參考相關意見和共同合作。雖然教練的道德水平和行為屬個人事宜，但教練的行為不能影響到他們的專業責任或減低公眾對教練的專業及信任。教練應留心其他教練的專業行為，是否符合要求。如有需要，應與其他教練商討，避免出現違反專業行為的情況。

4) 尊重與尊嚴

教練尊重所有參與者的基本權利、尊嚴和價值，並需留意文化、個人和角色上的差異，包括年齡、性別、種族、民族、國家、宗教、性取向、殘障、語言、家庭崗位及社會經濟狀況等各方面。執教時，教練應致力消除任何因上述因素而產生的偏見，及不可在知情下參與或容許不公正的歧視情況發生。

5) 關注他人福祉

教練應專業地致力為工作上有關聯人士謀求福祉。進行專業活動時，教練應兼顧球員和其他參與者的福祉和權利。遇上教練責任與上述關注事項出現分歧，教練應嘗試解決分歧，以負責任的態度避免或減低所產生的傷害。教練應時刻留心自身與他人的權力差異，不會在維持或結束專業關係時剝削或誤導他人。

6) 道德標準

足總教練操守原則乃建基於道德標準範疇。雖然個人行為及私人活動似乎跟教練職責沒有很大關連，但教練應謹記本身是球員的榜樣，任何被認定為不道德或不合法的活動，都會影響整個教學環境。

4.2 一般標準

以下「一般標準」應用於所有教練的專業活動。

4.2.1 能力範圍 (守則 1)

- 1) 教練必須根據所接受的教育、培訓及合適的專業經驗，提供屬於能力範圍以內的服務。
- 2) 教練必須先行接受具備相關能力人士所提供的相關課程或研究、訓練或諮詢後，方可提供新的訓練方法。
- 3) 在某些仍在發展中的範疇，培訓準則仍未確立，教練需要採取合理措施，確保執教品質，並避免球員及其他參與者受到傷害。

4.2.2 保持專業水準 (守則 1)

就自身的體育範疇，教練必須留意現有技術發展和專業資料，並致力保持及提高自身的技術水平。

4.2.3 專業判斷的基礎 (守則 1)

作出專業判斷或參與專業活動時，教練應根據科研和專業的知識作出決定。

4.2.4 簡述訓練服務內容和結果 (守則 2、3)

為個人、團體或機構提供教練服務時，教練解說時必須採用受眾易於理解的語言。提供服務前給予適當資料，讓受眾了解服務內容；提供服務後講解結果，作出總結。

4.2.5 尊重他人 (守則 2、4、5)

對於價值觀、態度和意見與自己有所不同的人士，教練應尊重他們的權利。教練作為球員的導師，應理解就球員的發展，向他們灌輸有關專業操守的價值觀和態度。

4.2.6 防止歧視 (守則 2、3、4、5)

1) 歧視屬法律用語，指基於某人某項受法例保障不得予以歧視的個人特點，而給予較差待遇。歧視分為直接和間接兩類。根據法例，歧視個案包括性別、殘疾、家庭崗位 (包括婚姻及懷孕狀況) 及種族歧視。教練不得涉及任何歧視行為，無論法例有否明文禁止。該等歧視行為包括因年齡、性別、種族、民族、國家、宗教、性取向、殘障、語言、婚姻狀況及家庭崗位，或社會經濟狀況而作出的歧視行為。

a) 直接歧視指某人基於其性別、家庭崗位、種族及 / 或殘疾狀況，而受到比另一人較差的待遇。

b) 間接歧視指向所有人一律施以劃一的條件或要求，但實際上並無充份理由需要加上該等條件或要求，對於某個性別、家庭崗位、種族及/或殘疾狀況的人士不利。教練不得涉及任何歧視行為，無論法例有否明文禁止。此行為包括因年齡、性別、種族、民族、國家、宗教、性取向、殘障、語言、婚姻狀況及家庭崗位，或社會經濟狀況而作出的歧視行為。

4.2.7 防止性騷擾 (守則 2、3、4、5)

1) 一般來說，性騷擾是指受害人或旁觀者視為具侵犯性、侮辱或威嚇的不受歡迎而與性相關的行為。性騷擾可以是多次持續或涉及多個範疇的行為，或是單一次重大或嚴重的行為。按法律所訂，性騷擾可分為兩類：

a) 濫用職權(指向對方要求性服務，讓對方獲得資源、升遷、獲挑選入圍等)。

b) 敵意環境(指不受欢迎而與性相關的行為(肢體上、語言或非語言)，令周遭環境變得具威嚇性、敵意或侵犯性)。

i) 教練不得對任何個人或團體作出性騷擾。

ii) 教練應尊重所有涉及性騷擾投訴的有關人士。

iii) 教練不得因球員涉及性騷擾投訴，而剝奪其訓練。

4.2.8 防止其他形式的騷擾 (守則 2、3、4、5)

- 1) 教練不得因個人的年齡、性別、種族、民族、國家、宗教、性取向、殘障、語言、家庭崗位和社會經濟狀況，向工作上有關聯人士作出騷擾、貶低或不敬的行為。
- 2) 進行訓練時，教練及球員之間難免有身體接觸；教練應確保這些接觸不會被誤解或誤會為不恰當的接觸，並符合有關體育總會就這方面發出的指引。殘疾球員及易受這方面影響人士的需要，尤其須要顧及。

4.2.9 避免傷害他人 (守則 1、3、5)

教練的首要責任，是確保訓練環境的安全。教練應採取合理措施，避免傷害球員或其他參與者。對於可預見和難以避免的傷害，應盡量減低所帶來的影響。

4.2.10 優先考慮兒童福利 (守則 1、3、5)

- 1) 足總有責任保護所有在培訓系統中受訓的兒童 (十八歲以下的青年人)。所有兒童均享有安全受到保障的權利；殘疾兒童及特別需予保護的兒童，其需要亦須獲得照顧。足總明白虐待兒童是各個社會均存在的問題，而在足總受訓的兒童亦可能在家中、學校或進行體育活動時遭受虐待。體育運動提供一個安全環境，讓受虐兒童重建自尊和自信。在受虐兒童的康復過程中，體育運動擔當極其重要的角色。
 - a) 教練應採取合理措施，保護在足總受訓兒童的心理及人身安全。
 - b) 教練如發現任何可能傷害兒童的不當措施或懷疑失當行為，應直接向足總報告。

*附件一「澳門足球總會保護兒童政策」為本條之延伸指引。

4.2.11 避免利益衝突 (守則 2、3、5)

教練的專業判斷及行動可影響別人，因此，他們必須保持警覺，避免個人、財政、社會、機構、政治等因素，引致錯誤地運用本身的影響力。

4.2.12 個人資料(私隱)(守則 2、3、5)

教練應採取合理措施，根據個人資料(私隱)條例，保障球員的個人資料。

4.2.13 避免多重關係 (守則 2、3、5)

- 1) 如果教練與球員或其父母 / 監護人另行建立個人、專業、財政或其他形式的關係或責任，而這種關係或會影響教練的客觀性，又或妨礙教練有效地履行職務，或對球員帶來傷害或剝削，則教練應避免答應或建立這種關係或責任。
- 2) 如果教練發現由於不能預見的因素，一段可能引致傷害的多重關係已經建立，教練必須以受影響人士的利益為依歸，盡力遵照足總教練專業守則所訂，妥善處理。
- 3) 如被要求擔當或會引致衝突的角色，教練必須適當地釐清及調整自己的角色，又或退出有關角色。

4.2.14 避免具剝削成份的關係 (守則 2、3、5)

- 1) 教練不得剝削球員及 / 或由自己督導、評核或有權調控的其他人士。
- 2) 教練不得與球員及 / 或由自己督導、評核或間接有權調控的其他人士建立性 / 愛情關係，因為此類關係或會影響教練的判斷，或引致剝削的情況，並會在隊員間產生不公平的感覺 (見第 4.3.3 條)

4.2.15 下放權力及督導下屬 (守則 1、2、3、5)

- 1) 教練向所督導的人員及助理下放權責時，必須考慮下屬所接受的教育、培訓或經驗，並合理預期有關人士具有所需能力，獨立或在某程度的督導下，有效承擔職責，完成任務。
- 2) 教練為所督導的職員提供適當的培訓和指導，同時採取合理措施，讓有關人士負責任地、稱職又合乎指引下完成工作。

4.2.16 向媒體發放訊息 (守則 1、2、3)

教練若透過公開授課、示範、電台或電視節目、預製錄音、印刷稿件、郵遞材料或其他媒體提供意見或評論，必須採取適當的措施，確保有關內容及表達方式合乎守則。

4.2.17 賽事投注及操控比賽結果 (守則 2、3、5)

- 1) 教練一律不得以任何由本會或其屬下球會主辦或有份參與的球賽進行賭博或下賭注、接受他人贈送的任何賭注、同意接受投注所得的任何收益、或以任何方式參與投注活動、或誘使或鼓勵任何其他人士參與此等活動。
- 2) 教練一律不得操縱或試圖操控比賽結果，例如誘使或鼓勵任何球員或球隊/賽事工作人員在賽事中不盡全力作賽或履行職務。不得直接或間接向任何人士(例如球員或球會)提供或接受任何代價，以圖影響比賽結果。
- 3) 如有人要求相關人士投注在任何賽事或影響任何比賽結果，理應向本會舉報；如懷疑有貪污成分，更應直接向相關執法部門舉報。

4.3 培訓球員

4.3.1 釐訂合作關係 (守則 1、2、3)

- 1) 教練應盡早與球員商討並知會球員相關的訓練事項，例如訓練性質和內容、球員的目標和期望、監察表現的機制，以及所有其他與訓練有關的事宜。
- 2) 教練應盡力回答球員提出的問題，避免有關於訓練上的誤解，並應採用球員能理解的方法，以口頭或書面提供有關資料。

4.3.2 與球員釐清關係界線 (守則 1、2、3、4、5)

在精英運動訓練系統當中，球員是各種關係核心所在，目的在於協助他們發揮體育潛能。在情緒高漲的競技體育環境下，這些關係需有關人士很多時間共同建立。教練的角色關乎與球員之間的信任、領導和權威。與球員保持合乎道德和專業要求的關係界線，責任完全在於教練。因此，所有教練必須留心自己的專業角色和責任，同時與球員保持適當的關係界線。

- 1) 教練不得與 18 歲或以下球員涉及性/愛情關係。
- 2) 由於與前球員涉及親密性關係會動搖公眾對教練專業的信任，故教練也不應與前球員發生親密性關係。

4.3.3 訓練內容準確並客觀 (守則 1、2、3、4、5)

- 1) 訓練時，教練應提供準確資料，並保持客觀。
- 2) 訓練時，教練應了解到自己對球員可行使的權力，因此教練應避免任何貶低球員或其他參與者的行為。

4.3.4 評核球員的表現 (守則 1、2、3)

- 1) 教練應建立一套評核球員表現的適當程序。
- 2) 教練應定期與球員會晤，評估達成目標的進度，並繼續提出改善建議。
- 3) 教練應根據球員在既定相關計劃中的表現，評核球員。

4.3.5 諮詢及轉介 (守則 2、3)

教練應知道本身有其限制，故當主動與其他教練諮詢交流，確保不會局限球員的發展。教練願意因應其專業上認為恰當的情況而作出轉介，以利球員的發展。

4.3.6 履行承諾 (守則 2)

教練應採取一切措施，履行對球員所作的承諾。

4.3.7 挑選隊員 (守則 1、2、3)

教練用以推薦獲甄選隊員的評估、建議、報告和評核論點，均須有專業判斷，以及足以恰當並實質地支持其建議的資料和技術，作為依據。

4.3.8 無禁藥體育 (守則 2、3、5)

教練不應容許球員服用消閒性藥物或提升表現的違禁藥物，並應支持球員不沾禁藥。

4.3.9 喝酒和吸煙 (守則 3、5)

- 1) 教練需勸喻球員在競技場內及祝捷場合不要喝酒和吸煙，同時禁止未成年之球員喝酒。
- 2) 教練不可於培訓期間吸煙或喝酒。
- 3) 教練不可在球員面前吸煙或喝酒。
- 4) 教練應禁止年輕球員吸煙及使用任何非法藥物，並常加監察，確保球員遵守規定。

4.4 培訓和督導教練

4.4.1 設計教練培訓/專業發展計劃 (守則 1、2、3)

負責為其他教練設計培訓/專業發展計劃的教練，必須確保計劃設計完善，提供正確的專業教練培訓，並能符合認證或其他目標所訂要求。

4.4.2 教練培訓/專業發展計劃內容 (守則 1、2、3)

負責為其他教練設計培訓/專業發展計劃的教練，必須確保計劃設計完善，提供正確的專業教練培訓，並能符合認證或其他目標所訂要求。

4.5 解決違反專業守則的方法

4.5.1 熟讀足總教練專業守則 (守則 1、2、3)

教練應熟讀足總教練專業守則以及在工作時的應用方法。遇上違反守則的指控時，教練不得以不認識或不理解任何一條守則，作為辯護理由。

4.5.2 面對違反專業守則的情況 (守則 2、3)

遇上不肯定是否違反足總教練專業守則的特殊情況或行為，教練可徵詢其他熟悉守則的教練、球會或足總，尋求正確答案。

4.5.3 專業守則與機構要求不符 (守則 2、3)

若教練為另一所機構服務，而該機構的要求與足總教練專業守則有所衝突，教練應與雙方釐清衝突的性質，並謀求盡量符合足總教練專業守則的解決方案。

4.5.4 違反專業守則的非正式解決方法 (守則 2、3、5)

若教練相信另一教練違反了專業守則，但並未干犯任何球員的權利或安全，教練可嘗試以同僚協作方式提醒相關教練，循非正式方法解決問題。

4.5.5 舉報違反專業守則 (守則 2、3、5)

若違反專業守則的情況非常明顯，卻不適宜以 4.5.4 項所述的非正式方法解決，又或沒法以上述方法妥善處理。投訴人可親身或書面投訴，本會會保密投訴人的身份。

4.5.6 以合作態度協助有關違反專業守則的調查 (守則 2、3、5)

本會進行與專業守則相關的調查、程序及提出結案要求時，教練予合作。採取不合作態度即違反專業守則。

4.5.7 不當的投訴 (守則 2、3、4、5)

教練不應輕率提出旨在傷害當事人而非捍衛公眾利益的違反專業守則投訴，亦不應鼓勵他人提出此等投訴。

4.6 處理違反守則的程序

4.6.1 教練應該明白澳門足球總會教練守則由足總負責執行，任何教練違反守則，足總均有權按 4.6.2 條之程序進行紀律處分。

4.6.2 本會技術部會處理由公眾、球會、學校、機構及教練的投訴，處理違反專業守則的程序如下：

- 1) 本會收到投訴後，本會的技術部會在 14 個工作日內根據投訴人提供的資料決定是否對投訴展開調查及決定是否需要停止教練工作。
- 2) 若技術部認為需要對投訴展開調查，會在 2 個月內決定是否需要處分及處分內容，再根據 4.6.3 項決定處分內容。

4.6.3 處分內容：

- 1) 口頭警告
- 2) 發信書面警告(若三年內被處罰 3 次書面警告，即暫時吊銷 1 年教練資格)
- 3) 即時停止本會旗下計劃之教練工作
- 4) 終身吊銷教練資格
- 5) 交由執法機構處理

5. 教練導師培訓系統

5.1 本會教練導師系統導師列表

5.1.1 足球教練導師

- 1) 亞洲足協 A 級教練導師/助理導師(澳門足球總會課程導師)
- 2) 亞洲足協/澳門足球總會 B 級教練導師/助理導師(澳門足球總會課程導師)
- 3) 澳門足球總會 C 級教練導師/助理導師(澳門足球總會課程導師)
- 4) 澳門足球總會 D 級教練導師/助理導師(澳門足球總會課程導師)
- 5) 澳門足球總會草根教練導師/助理導師(澳門足球總會課程導師)

5.1.2 守門員教練導師

- 1) 澳門足球總會 C 級守門員教練導師/助理導師(澳門足球總會課程導師)
- 2) 澳門足球總會 D 級守門員教練導師/助理導師(澳門足球總會課程導師)

5.1.3 五人足球教練導師

澳門足球總會基礎五人教練導師/助理導師(澳門足球總會課程導師)

5.2 導師要求及任命

5.2.1 亞洲足協 A 級教練導師/助理導師：亞洲足協職業級或亞洲足協 A 級教練，由亞洲足協許可、本會技術顧問及技術總監推薦及任命。

5.2.2 亞洲足協/澳門足球總會 B 級教練導師/助理導師：亞洲足協職業級或亞洲足協 A 級教練，由亞洲足協許可、本會技術顧問及技術總監推薦及任命。

5.2.3 澳門足球總會 C 級教練導師/助理導師：亞洲足協職業級或亞洲足協 A 級教練，由本會技術顧問及技術總監許可及任命。

5.2.4 澳門足球總會 D 級教練導師/助理導師：亞洲足協職業級或亞洲足協 A 級教練，由本會技術顧問及技術總監許可及任命。

5.2.5 澳門足球總會草根教練導師/助理導師：亞洲足協職業級或亞洲足協 A 級教練，由本會技術顧問及技術總監許可及任命。

5.2.6 澳門足球總會 C 級守門員教練導師/助理導師：根據亞洲足協指引要求。

5.2.7 澳門足球總會 D 級守門員教練導師/助理導師：亞洲足協 A 級教練及亞洲足協守門員(級別一)，由本會技術顧問及技術總監許可及任命。

5.2.8 澳門足球總會基礎五人教練導師/助理導師：亞洲足協 A 級教練及亞洲足協五人(級別二)，由本會技術顧問及技術總監許可及任命。

5.2.9 其他課程導師/助理導師：根據亞洲足協指引要求。

5.3 教練導師晉升及新教練導師任命程序

5.3.1 亞洲足協課程教練導師

所有亞洲足協課程導師之教練導師晉升及任命程序均根據亞洲足協指引處理。

5.3.2 澳門足球總會課程教練導師

5.3.2.1 如本會技術部認為在教練導師編制內出現空缺後會向技術顧問及技術總監請示進行導師晉升及任命程序，在技術顧問及技術總監同意後會進行有關程序。

5.3.2.2 現有導師晉升須滿足相對級別之導師要求，技術部會於合資格導師中選擇合適的人選並進行最少 2 次的實習。技術部會根據導師的實習表現決定是否推薦給技術顧問及技術總監許可及任命。

5.3.2.3 技術顧問及技術總監均需以教練系統的均衡發展及長遠規劃為任命的重要原則。

澳門足球總會執行委員會有權於任何時間作出修改、增刪及解釋本手冊任何條文的最終決定權，如有任何爭議或違反本手冊，出現本手冊未有提及之內容，一切由澳門足球總會自行處理及保留最終決定權