



中國香港龍舟總會 HONG KONG CHINA DRAGON BOAT ASSOCIATION

常見問題（學員）

問 1 龍舟總會恆常有什麼課程及測試的呢？

答 1 總會恆常有「初級龍舟訓練證書」、「中級龍舟訓練證書」、「高級龍舟訓練證書」、「一級龍舟舵手證書課程」、「一級龍舟舵手證書考試」、「二級龍舟舵手證書課程」、「室內龍舟證書課程」、「游泳測試」、「學校及少年制服團隊龍舟訓練計劃」、「龍舟團隊體驗日」、「康樂及文化事務署—學校體育推廣計劃」等。

問 2 現時在總會最少可參與龍舟活動的年齡是多少歲？

答 2 8 至 12 歲的兒童可參與龍舟活動，但必須在落水前向職員提交責任聲明書及訓練時有監護人一同在龍舟上參與。本會「龍舟團隊體驗日」已開設親子課程。

問 3 賽員證號碼是否等於個人會員號碼呢？

答 3 不同的，賽員證是專為比賽之用，每年會費\$50。而個人會員會費每年\$30，參加總會各項課程之用。

問 4 如果一班朋友想同時報讀總會的課程，可以自行選定日子嗎？

答 4 可以，總會有團體課程／測試，各團體可向總會申請為其開辦團體課程／測試。

問 5 參加各項課程時，有甚麼入班要求？

答 5 「龍舟團隊體驗日」	8 歲以上，有監護人一同在龍舟上參與； 或 12 歲或以上及能穿著輕便衣物游泳 50 米
「初級龍舟訓練證書」	只要年齡 12 歲或以上及能穿著輕便衣物游泳 50 米
「中級龍舟訓練證書」	1.持有中國香港龍舟總會頒發的「初級龍舟訓練證書」 2.能穿輕便衣物游泳 50 米
「高級龍舟訓練證書」	1.持有中國香港龍舟總會頒發的「中級龍舟訓練證書」 2.能穿輕便衣物游泳 50 米
「一級龍舟舵手證書課程」	1.總會有效個人會員 2.年齡 15 歲或以上 3.持有中國香港龍舟總會頒發的「中級龍舟訓練證書」 4.完成總會的游泳測試

問 6 游泳測試的內容是甚麼的？有沒有有效期的呢？

答 6 能穿輕便衣物完成游泳 100 米、踩水 2 分鐘及深水自行登岸。
完成測試會獲發「游泳測試證明書」，若遺失則需重新考核，總會不會補發。游泳測試只需要考一次。

問 7 在 2014 年或之前已取得總會舵手證書，還需要從新報讀「初、中級訓練證書」嗎？

答 7 不用，持有 2014 年或之前總會發出的「一級龍舟舵手證書」或「靜水舵手證書」即可直接報讀「高級龍舟訓練證書」。



中國香港龍舟總會 HONG KONG CHINA DRAGON BOAT ASSOCIATION

- 問 8 如果已持有 2014 年之前「一級龍舟舵手證書」或「靜水舵手證書」，要怎樣做才可報一級龍舟教練證書課程呢？
- 答 8 報讀「高級龍舟訓練證書」及報考「游泳測試」。
- 問 9 總會舉辦的「一級龍舟舵手證書」考試，要具備甚麼條件才可以參加？
- 答 9 只要參加者本身持有「中級龍舟訓練證書」及完成「游泳測試」及懂得掌舵技術就可以報名參加，在報名後，秘書處會將所考核的筆試範圍內容電郵給你，在事前自行溫習筆試範圍，並可選擇以中文或英文試卷作答考，試當日在 30 分鐘內完成 30 題選擇題，並答對 21 題以上，再考技術試，兩部份合格就可以取得證書。
- 另外，2015 年開始只有報名參加考試，再沒有半天理論課程後才考試，所有考生都需事前為自己作好準備！
- 問 10 如果在「一級龍舟舵手證書」考試其中一部份不合格，怎麼辦？
- 答 10 需要重新報考「一級龍舟舵手證書」考試。
- 問 11 如果想學舵手技術，可以怎樣做？
- 答 11 只要持有「中級龍舟訓練證書」及完成「游泳測試」，就可以報「一級龍舟舵手證書」課程，課程中會教授基本的掌舵方法及理論，當你有信心考取證書時，再報考「一級龍舟舵手證書」考試考獲證書。
- 問 12 參加「一級龍舟教練證書」課程的資格是甚麼？
- 答 12 合乎所有參加資格 1-7 要求
1. 總會有效個人會員（可在報名同時申請入會）；
 2. 持有中國香港龍舟總會頒發的「一級龍舟舵手證書」或以上資歷；
 3. 持有中國香港龍舟總會頒發的「高級龍舟訓練證書」資歷；
 4. 完成本會「游泳測試」；
 5. 年滿 18 歲或以上，不分性別；
 6. 能閱讀及書寫中文，並能以粵語溝通；
 7. 對龍舟運動有一定認識，並有志於參與教練工作者均可報名參加。
- 問 13 想報考「一級龍舟舵手證書」，但「唔識字」可以點算？
- 答 13 總會特設語音發聲試卷，在預定考試前向總會提出，並另定日子安排筆試（不可在評核技術試當日使用發聲讀卷服務），而總會將需另外收取每位\$100，作為行政費用。筆試時間由原本 30 分鐘增至 1 小時。
- 問 14 本身的英文閱讀能力較好，可以以英文作答「一級龍舟舵手證書」課程的筆試試卷嗎？
- 答 14 可以。本會備有英文試卷，請在報名時提出要求。



中 國 香 港 龍 舟 總 會
HONG KONG CHINA DRAGON BOAT ASSOCIATION

問 15 持有二級龍舟舵手證書，可以在報讀課程上獲優先取錄嗎？

答 15 2019 年度開始，一級龍舟教練證書課程將會加入持有「二級龍舟舵手證書」者為其中一項優先取錄原則。

問 16 若我向總會包班，可否指定教練任教？

答 16 可以，由 2018 年開始，課程若是由兩位教練任教，申請人可自行選擇一位本會註冊教練任教，而另一位則需要由本會安排。



中國香港龍舟總會 HONG KONG CHINA DRAGON BOAT ASSOCIATION

常見問題（舵手／教練／屬會）

問 1 屬會可以自行開辦那些課程？程序又是怎樣呢？

答 1 屬會可以向秘書處領取「龍舟運動訓練計劃－屬會申辦認可課程」申請表格。根據以下程序處理。

室內龍舟證書 或 初 / 中級龍舟訓練證書		
開辦課程前	屬會於擬開辦課程一星期前，於網上提交「開辦課程申請表格」。 秘書處收到申請後會致電教練確認有關申請。	
課程當天	教練於課程完結時在個人訓練紀錄冊簽名。	
課程完成 2 星期內	屬會於課程完成後兩星期內提交	
	1.「申領證書表格」；	2.香港身份證副本；
	3.所需費用；	
	4.學員之初級龍舟訓練證書副本(中級龍舟訓練證書課程適用)。	
交齊文件 1 個月內	總會約於接獲申領後一個月內發出證書，並會發電郵通知屬會負責人領取。 屬會負責人在接獲電郵通知後一個月內自行列印並帶同通知信於辦公時間內到總會辦事處領取證書。 屬會負責人在領取證書後盡早將證書發放予學員。 如屬初、中級龍舟訓練證書，屬會註冊教練需在證書上簽署，證書方為有效。	
一級龍舟舵手證書		
舵手技能測試 一個月前	屬會於擬定「一級龍舟舵手證書」技能考試前一個月，提交「一級龍舟舵手證書考試申請表格」及所需費用。 未能在一個月前交齊相關文件及費用，將需要額外收取行政費。	
舵手技能測試 三星期前	總會通知屬會申請結果。如不獲批准，屬會提交之文件及已繳交之費用將被退還。 如獲批准，屬會負責人按其申請內容委派教練及安排課程及考試所需器材、場地（包括筆試及技術試）及有關航道設置。	
舵手技能測試 兩星期前	屬會需繳交參加考試之學員名單、證書副本（中級龍舟訓練證書及游泳測試證明書）、個人會員資料、身份證副本。	
考試當日	1.舵手技術考試當日請自行安排 10 位划手協助測試。 如舵手技術試時龍舟上划手不足 10 人，考官有權即時終止測試，已繳交之費用將不會發還。 2.筆試及考核舵手技術，即日得悉考試成績。 3.合格者即日獲發證書及布章。 4.考官即時在個人訓練紀錄冊上簽署	

問 2 「高級龍舟訓練證書」可以由屬會或教練自行開辦嗎？

答 2 不可以，「高級龍舟訓練證書」只可由總會開辦，屬會或團體可要求總會協助開辦，屬會不可以自行開班。



中國香港龍舟總會 HONG KONG CHINA DRAGON BOAT ASSOCIATION

- 問 3 「一級龍舟舵手證書」屬會可以自行開辦嗎？
- 答 3 可以，屬會和註冊二級龍舟教練一同向總會申請「屬會龍舟訓練計劃」開辦「一級龍舟舵手證書」課程，但如要考獲證書，需向總會申請安排考官考核學員舵手水平。
- 問 4 註冊一級龍舟教練可以任教總會那些課程呢？
- 答 4 「初級龍舟訓練證書」、「中級龍舟訓練證書」、「室內龍舟證書」（2011 年或之前考獲教練證書者必須持有室內龍舟導師證書）及一般龍舟訓練及舵手工作。
- 問 5 已持有一級龍舟教練證書，如果我想任教總會的「室內龍舟課程」可以怎樣辦呢？
- 答 5 持有 2012 年或以後的一級龍舟教練證書均可直接申請「室內龍舟導師」證書。如在 2012 年前考的一級龍舟教練證書者，則要修讀「室內龍舟導師證書」或「室內龍舟導師進階課程」。
- 問 6 註冊二級龍舟教練可以任教總會那些課程呢？
- 答 6 「初級龍舟訓練證書」、「中級龍舟訓練證書」、「高級龍舟訓練證書」、「一級龍舟舵手證書課程」、「一級龍舟舵手證書考試」、「二級龍舟舵手證書課程」、「室內龍舟證書課程」（2010 年或之前考獲二級龍舟教練證書者，必須持有室內龍舟導師證書）、「游泳測試」及一般龍舟訓練及舵手工作。
- 問 7 在 2010 年取得總會的二級龍舟教練證書，怎樣才可以擔任總會課程的教練呢？
- 答 7 1.擔任導師者，必須「曾參加過二級教練工作坊 2014 年」或「註冊三級教練」。
2.未曾參加二級教練工作坊 2014 者，在日後希望擔任各個課程導師，可以在各個課程或考試中擔任整個課程義務教練，作一次實習後，日後方可擔任該課程的教練。
- 問 8 龍舟教練印章如何使用呢？
- 答 8 1.為總會任教完相關課程後，為學員在「個人訓練紀錄冊」上蓋章。
2.為總會擔任考官，考生在該課程合格後蓋上印章。
3.印章只派發予註冊教練。
4 如有遺失重新向總會要求訂制，每個一百元。
- 問 9 註冊教練制服何時要穿著呢？
- 答 9 1.由 2015 年 4 月 1 日起，仍由總會安排的教練／舵手工作（包括義務工作），均需要穿著註冊教練制服。
2.如另行購買註冊教練制服，每件一百五十元，但首次註冊均會派發一件。
3.註冊教練如擔任舵手工作亦可穿教練制服，如想擁有舵手制服，需另付一百五十元制服費。



中 國 香 港 龍 舟 總 會

HONG KONG CHINA DRAGON BOAT ASSOCIATION

問 10 教練制服布章怎樣可以得到呢？

答 10 1.根據各級別領取證書時會派發一個，日後不會另行補發。
2.如另行購買教練布章，每個五十元。

問 11 如屬會開辦的「一級龍舟舵手證書」課程，學員並未考取「游泳測試」，該怎麼辦？

答 11 1.可以個別報考每月(4-10月)的公開「游泳測試」。
2.屬會包班考試，自選康文署的公眾游泳池（水深必須達 1.8 米以上），可自定日期、時間、地點然後向總會提出。（包班：人數上限為 11 人）

問 12 教練或舵手布章可以縫在制服上嗎？

答 12 可以，教練或舵手可以自由選擇是否縫在制服左上臂中間位置。

問 13 各個課程的考官有什麼特定要求？

答 13 在 2017 年之前，凡考獲相關教練證書者即可任該課程的考官，但在 2019 年開始，一／二級龍舟舵手證書、一級龍舟教練證書及游泳測試考官必須完成考官測試方可任該課程之考官。



中國香港龍舟總會 HONG KONG CHINA DRAGON BOAT ASSOCIATION

常見問題（註冊）

問1 想做註冊舵手，以前不是先要做實習的嗎？

答1 由2016年6月起，已取消實習要求。

問2 如果只持有總會的「一級龍舟舵手證書」或「靜水龍舟舵手證書」，可以註冊成為舵手嗎？

答2 可以。必須合乎以下條件：

1. 持有總會發出之各級龍舟舵手證書
2. 2014年或以前考獲舵手證書者，需同時繳交游泳測試證明書。（2015年之後考獲證書者則不需繳交）
3. 持有以下機構發出的有效急救證書
 - A. 香港聖約翰救護機構；或
 - B. 香港紅十字會；或
 - C. 香港醫療輔助隊
4. 年滿十八歲
5. 必須為總會之有效普通會員
6. 繳交註冊費，首次註冊\$300，續會註冊每年\$100。未有連續註冊者，均以新註冊論。

問3 怎樣成為註冊教練？

答3 只要你持有總會發出的各級的教練證書，就可以註冊成為教練，當在註冊為教練時，就可以自動註冊為同級的舵手。如考獲高一級的教練證書，需自行通知總會要求更改註冊教練級別。

1. 持有總會發出之各級龍舟教練證書。
2. 持有以下其中一個機構發出的有效急救證書
香港聖約翰救護機構；香港紅十字會；香港醫療輔助隊
3. 必須每三年至少參加一次由總會舉辦的教練研討會或工作坊
4. 必須為總會之有效普通會員
5. 繳交註冊費，首次註冊\$300，續會註冊每年\$100。未有連續註冊者，均以新註冊論。

問4 註冊教練還需要另外註冊為舵手嗎？

答4 為方便教練，不需另外註冊。只需要在註冊表格上註明申請，亦不需額外繳交註冊舵手費，但不會獲舵手制服。

問5 原本只有舵手證書，已經註冊成為註冊舵手，若我考獲教練證書，我需要重新註冊嗎？

答5 需要。填表申請、繳交文件及相關費用，將獲發教練制服。

問6 原本只是註冊一級舵手，若在同一年度考獲二級舵手證書，希望註冊為註冊二級舵手，有什麼程序？

答6 只需要向總會繳交表格及所需文件，而不需要再繳交該年度的註冊舵手費用。



中 國 香 港 龍 舟 總 會
HONG KONG CHINA DRAGON BOAT ASSOCIATION

- 問 7 原本只是註冊一級教練，若在同一年度考獲二級教練證書，希望註冊為註冊二級教練，有什麼程序？
- 答 7 只需要向總會繳交表格及所需文件，而不需要再繳交該年度的註冊教練費用，但需繳付一百元作教練印章製作費。
- 問 8 請問急救證書除了接納香港聖約翰救護機構、香港紅十字會或香港醫療輔助隊，還承認其他急救資歷嗎？
- 答 8 要視乎情況，但如果閣下本身是醫生、護士、救護員，請繳交相關證明。
但如只屬持有政府部門的急救證書，亦可同時繳交課程內容，待總會批核。

更新日期：2019 年 1 月 1 日