



中銀香港草根足球策劃課程 [9]

BOC Grassroots Football Planner Programme [9]

《課程時間表 Timetable》

日期 Date	時間 Time	內容 Content	地點 Venue
27/9/2022 Tuesday	理論課 Theory	1930-2130 T1 課程簡介/草根足球領袖的角色 Course Introduction / Role of the Grassroots Football Leader T2 草根足球的概念及其教學作用 What is Grassroots Football & it's function	網上課堂 Online Course
29/9/2022 Thursday	場地課 Practical	1930-2230 P1 草根足球的熱身 + 遊戲式活動 Warm Up exercise for Grassroots + Play from exercise P2 校內進行的遊戲/比賽 School Based Fun Games P3 皮球操控及球感 Ball Feeling & Ball Mastery	賽馬會香港足球總會 足球訓練中心 Jockey Club HKFA Football Training Centre
3/10/2022 Monday	理論課 Theory	1930-2130 T3 草根足球的活動 Grassroots football activities T4 組織趣味性遊戲 Organizing fun games	網上課堂 Online Course
5/10/2022 Wednesday	理論課 Theory	1930-2230 T7 教學及指導指引 Teaching and coaching guideline T8 組織草根足球節及多樣化的小型比賽 Organizing Grassroots Festival & Different kinds of Small Sided Games T9 安全及教練守則 Safety & Code of conduct	賽馬會香港足球總會 足球訓練中心 Jockey Club HKFA Football Training Centre
8/10/2022 Saturday	場地課 Practical	1930-2230 P4 組織一節場地實踐課 (技巧) Organizing of a practical session (Skill) P5 足球技術: 盤球、傳接球、射門 Football Techniques: Pass, Control, Shooting P6 五人足球技術特質 Futsal Specific Skills (What, Why & How)	賽馬會香港足球總會 足球訓練中心 Jockey Club HKFA Football Training Centre
10/10/2022 Monday	理論課 Theory	1930-2130 T5 五人足球的歷史、發展及其特質 History, Development & characteristic of Futsal T6 五人足球與 11 人足球的關係 Relationship between Football & Futsal	網上課堂 Online Course
12/10/2022 Wednesday	場地課 Practical	1930-2230 P7 多樣小型比賽 Different kinds of Small Sided Games P8 草根足球節演練 Grassroots Festival Try Out Task	賽馬會香港足球總會 足球訓練中心 Jockey Club HKFA Football Training Centre

Remarks 備注：

賽馬會香港足球總會訓練中心
Jockey Club HKFA Football Training Centre

地址：香港新界將軍澳環保大道 190 號
Address: 190 Wan Po Road, Tseung Kwan O, N.T., Hong Kong

*課程地點在需要情況下會作出修改 *The schedule is subject to modification if necessary