



香港足球總會 D 級教練證書課程 [65]

HKFA D Coaching Certificate Course [65]

《 課程時間表 Timetable 》

Date 日期		Time 時間	內容 Content	地點 Venue
15/2/2022 Tuesday	理論課 Theory	1930 – 2230	T1 課程介紹 Course overview T2 香港教練的特質和角色 Roles and characteristics of HK youth football coach T3 熱身、緩和活動 Warm up and cool down activities	賽馬會香港足球總會 訓練中心 Jockey Club HKFA Football Training Centre
17/2/2022 Thursday	場地課 Practical	1930 – 2230	P1 熱身、協調訓練、球感及皮球操控 Warm up, coordination training, ball feeling and mastery of balls P2 從小型比賽中觀察個人技術 Observe individual skills in small-sided game	賽馬會香港足球總會 訓練中心 Jockey Club HKFA Football Training Centre
22/2/2022 Tuesday	理論課 Theory	1930 – 2230	T4 設計一課足球活動 Planning a session T5 教練法及教練指導的基本原則 Coaching methods and principal of coaching	賽馬會香港足球總會 訓練中心 Jockey Club HKFA Football Training Centre
24/2/2022 Thursday	場地課 Practical	1930 – 2230	P3 技術發展 – 盤球 Technical development – Dribbling P4 技術發展 – 運球 Technical development – Running with the Ball	賽馬會香港足球總會 訓練中心 Jockey Club HKFA Football Training Centre
1/3/2022 Tuesday	理論課 Theory	1930 – 2230	T6 足球技巧及應用技術的發展 Development of technique and skills T7 溝通的重要性 The importance of communication	賽馬會香港足球總會 訓練中心 Jockey Club HKFA Football Training Centre
3/3/2022 Thursday	場地課 Practical	1930 – 2230	P5 技術發展 – 傳接球 Technical development - Passing , Receiving P6 技術發展 – 支援 Technical development – Support	賽馬會香港足球總會 訓練中心 Jockey Club HKFA Football Training Centre
8/3/2022 Tuesday	理論課 Theory	1930 – 2230	T8 教授不同年齡的青少年球員 Coaching Youth Player in Different Age T9 安全及預防受傷 Safety and injury prevention	賽馬會香港足球總會 訓練中心 Jockey Club HKFA Football Training Centre
10/3/2022 Thursday	場地課 Practical	1930 – 2230	P7 技術發展 – 守門員技術 Technical development – Goalkeeping P8 技術發展 – 射門 Technical development – Shooting	賽馬會香港足球總會 訓練中心 Jockey Club HKFA Football Training Centre



香港足球總會 D 級教練證書課程 [65]

HKFA D Coaching Certificate Course [65]

《 課程時間表 Timetable 》

Date 日期		時間 Time	內容 Content	地點 Venue
15/3/2022 Tuesday	理論課 Theory	1930 – 2230	T10 女子足球的發展 The development of women's football T11 兒童參與足球的動機 Motivation	賽馬會香港足球總會 訓練中心 Jockey Club HKFA Football Training Centre
20/3/2022 Sunday	場地課 Practical	1930 – 2230	P9 技術發展 – 頭球 Technical development – Heading P10 技術發展 – 個人防守 Technical development – Individual Defending	賽馬會香港足球總會 訓練中心 Jockey Club HKFA Football Training Centre
22/3/2022 Tuesday	理論課 Theory	1930 – 2230	T12 球例 The Laws of the Game	賽馬會香港足球總會 訓練中心 Jockey Club HKFA Football Training Centre
24/3/2022 Thursday	場地課 Practical	1930 – 2230	P11 於小型比賽中的訓練方法 2vs2 to 5vs5 Training in small-sided game	賽馬會香港足球總會 訓練中心 Jockey Club HKFA Football Training Centre
29/3/2022 Tuesday	場地課 Practical	1930 – 2230	P13 場地考試 Practical exam	賽馬會香港足球總會 訓練中心 Jockey Club HKFA Football Training Centre
31/3/2022 Thursday	場地課 Practical	1930 – 2230	P13 場地考試 Practical exam	賽馬會香港足球總會 訓練中心 Jockey Club HKFA Football Training Centre
7/4/2022 Thursday	理論課 Theory	1930 – 2230	T13 理論考試 Theory exam T14 球例考試 Laws of the Game Exam T15 教練守則及課程檢討 Code of conduct & Course evaluation	賽馬會香港足球總會 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

地址：新界將軍澳環保大道 190 號

Jockey Club HKFA Football Training Centre

Address: 190 Wan Po Road, Tseung Kwan O, N.T.

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