



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 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 T7 教學及指導指引 Teaching and coaching guideline	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 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	網上課堂 Online Course
12/10/2022 Wednesday	場地課 Practical	1930-2230 P7 多樣化的小型比賽 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

地址：香港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., 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