



THE FOOTBALL ASSOCIATION OF HONG KONG, CHINA LIMITED

中國香港足球總會

中銀香港草根足球策劃課程 [18]

BOCHK Grassroots Football Planner Programme [18]

《課程時間表 Timetable》

| 日期 Date | | 時間 Time | 內容 Content | 地點 Venue |
|-----------------------|------------------|-----------|--|---|
| 3/4/2025 Thursday | 理論課 Theory | 1930-2230 | T1 課程簡介/草根足球領袖的角色 Course Introduction/Role of a Grassroots Football Leader T2 情意教育(U6-U12) Affective Education (U6-U12) T3 草根足球的活動 Grassroots Football Activities | 賽馬會香港足球總會 足球訓練中心 Jockey Club HKFA Football Training Centre |
| 6/4/2025 Sunday | 場地課 Practical | 1930-2230 | P1 草根足球的熱身 Warm Up Exercise for Grassroots P2 趣味性的足球遊戲/比賽 Football Fun Games P3 皮球操控及球感 Ball Feeling and Ball Mastery | 賽馬會香港足球總會 足球訓練中心 Jockey Club HKFA Football Training Centre |
| 10/4/2025 Thursday | 理論課 Theory | 1930-2230 | T4 組織趣味性遊戲 Organizing fun games T5 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 |
| 13/4/2025 Sunday | 場地課 Practical | 1930-2230 | P4 組織一節場地實踐課(技巧) Organizing a Practical Session (Skill) P5 足球技術: 盤球、傳接球、射門 Football Techniques: Pass, Control, Shooting | 賽馬會香港足球總會 足球訓練中心 Jockey Club HKFA Football Training Centre |
| 17/4/2025 Thursday | 理論課 Theory | 1930-2230 | T6 組織草根同樂日及多樣化的小型比賽 Organizing Grassroots Fun Day & Different kinds of Small Sided Games T7 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 |
| 22/4/2025 Tuesday | 場地課 Practical | 1930-2230 | P6 多樣化的小型比賽 Different Kinds of Small Sided Games P7 草根足球同樂日演練 Grassroots Fun Day 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：

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