



## 香港足球總會 D 級教練證書課程 [70]

**HKFA D Coaching Certificate Course [70]**

## 《 課程時間表 Timetable 》

日期 Date		時間 Time	內容 Content	地點 Venue
1/10/2023 Sunday	理論課 Theory	19:30-22:30	T1 課程介紹 Course overview T2 香港足球哲學 Hong Kong Football Philosophy T3 香港教練的特質和角色 Roles and characteristics of HK youth football coach	賽馬會香港足球總會 足球訓練中心 Jockey Club HKFA Football Training Centre
3/10/2023 Tuesday	場地課 Practical	19:30-22:30	P1 熱身、協調訓練、球感及皮球操控 Warm up, coordination training, ball feeling and mastery of ball P2 從小型比賽中觀察個人技術 Observe individual skills in small-sided game	
5/10/2023 Thursday	場地課 Practical	19:30-22:30	P4 技術發展 - 盤球 Technical development – Dribbling P5 技術發展 - 運球 Technical development – Running with the Ball	
7/10/2023 Saturday	理論課 Theory	19:30-22:30	T5 設計足球活動 Planning a session T6 教練法及教練指導的基本原則 Coaching methods and principal of coaching	
10/10/2023 Tuesday	理論課 Theory	19:30-22:30	T4 運動科學 Sports Science	
12/10/2023 Thursday	場地課 Practical	19:30-22:30	P3 運動科學 Sports Science	
17/10/2023 Tuesday	理論課 Theory)	19:30-22:30	T7 教授不同年齡的青少年球員 Coaching Youth Player in Different Age T8 女子足球的發展 The development of women's football	
19/10/2023 Thursday	場地課 Practical	19:30-22:30	P6 技術發展 - 傳接球 Technical development- Passing, Receiving P7 技術發展 - 支援 Technical development– Support	



## 香港足球總會 D 級教練證書課程 [70]

**HKFA D Coaching Certificate Course [70]**

## 《 課程時間表 Timetable 》

日期 Date		時間 Time	內容 Content	地點 Venue
21/10/2023 Saturday	場地課 Practical	19:30-22:30	P8 技術發展 - 頭球 Technical development-Heading P9 技術發展 - 個人防守 Technical development - Individual Defending	賽馬會香港足球總會 足球訓練中心 Jockey Club HKFA Football Training Centre
22/10/2023 Sunday	場地課 Practical	19:30-22:30	P10 技術發展 - 守門員技術 Technical development - Goalkeeping P11 技術發展 - 射門 Technical development - Shooting	
28/10/2023 Saturday	理論課 Theory	19:30-22:30	T9 球例 The Laws of the Game T10 安全及預防受傷 Safety and injury prevention	
31/10/2023 Tuesday	場地課 Practical	19:30-22:30	P12 於小型比賽中的訓練方法 Training in small-sided game	
4/11/2023 Saturday	場地課 Practical	19:30-22:30	P13 場地考試 Practical exam	
5/11/2023 Sunday	場地課 Practical	19:30-22:30	P14 場地考試 Practical exam	
15/11/2023 Wednesday	理論課 Theory	19:30-22:30	T11 球例考試 The Laws of the Game exam T12 理論考試 Theory exam T13 教練守則及課程檢討 Code of Conduct and Course evaluation	

## Remarks 備注：

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

地址：新界將軍澳環保大道 190 號  
Address: 190Wan Po Road, Tseung Kwan O, 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