

香港教練培訓委員會
運動教練理論入門課程 第三十二班
時間表

日期	時間	模式	內容
2022年11月1日 (星期二)	下午 7:00 至 下午 8:00	以網上視頻會議 "ZOOM" 應用程式	"ZOOM" 簡介會
2022年11月8日 (星期二)	下午 7:00 至 下午 10:00	以網上視頻會議 "ZOOM" 應用程式	學員需知簡述
			運動概念
2022年11月12日 (星期六)	下午 2:00 至 下午 6:00	授課	教練基本概念 (I)
			教練基本概念 (II)
2022年11月13日 至 11月25日	---	在網上學習平台 "Blackboard" 進行 網上錄像學習	解剖與運動生理基本原理
			動作分析
			基本體適能與訓練原則
2022年11月26日 (星期六)	下午 2:00 至 下午 5:00	以網上視頻會議 "ZOOM" 應用程式	傷殘人士及智障人士運動簡介
			預防運動創傷基礎原理 (I)
2022年11月29日 (星期二)	下午 7:00 至 下午 10:00	授課	預防運動創傷基礎原理 (II)
2022年12月3日 (星期六)	下午 2:00 至 下午 5:00		運動飲食
			運動心理基礎原理
2022年12月5日 (星期一) 至 12月19日 (星期一) 或 將因應情況再作安排			習作 或 考試

*學員須完成網上錄像學習習作(選擇題)，且於網上實時課堂出席率達 80%才可參加評估