

YMCA 籃球教練(銅章)培訓計劃 2024

活動編號：490204437

日期	星期	時間	時數	上課地點	上課地點
29/3/2024	五	9:30am - 12:30pm 1:30pm - 4:30pm	6 小時	二樓林護堂籃球場	課程簡介、熱身新概念、基本步法 訓練進攻技術：個人基本進攻技術 (運球) 進攻技術：個人基本進攻技術 (傳球、走籃)
30/3/2024	六	9:30am - 12:30pm 1:30pm - 4:30pm	6 小時	二樓林護堂籃球場	進攻技術：個人基本進攻技術 (投籃、跳停 / 跨步停、中樞足、 下移步) 進攻技術：個人基本進攻技術 (探步、下移步、一對一進攻概念及 技術)
1/4/2024	一	9:30am - 12:30pm 1:30pm - 4:30pm	6 小時	二樓林護堂籃球場	進攻技術：三人賽(小組)-戰術訓練 (傳切、設擋 / 順擋、反擋) 防守技術：防守姿勢、橫跨步、側 滑步、碎步、人釘人位置 (封射碎步 close-out、予球壓力 ball pressure、球線防守 ball- line、強弱側 strong/weak side)
4/4/2024	四	9:30am - 12:30pm 1:30pm - 4:30pm	6 小時	二樓林護堂籃球場	防守技術：二人防守配合 (協防 Help, 換防 switch) 個人籃球技術測試(甲部考試) 小組及全隊防守：聯防與釘人的訓 練法
8/4/2024	一	7:00pm - 10:00pm	3 小時 理論課	109, 110 室	籃球訓練理論、訓練課教案編寫、 球例認識與訓練認識、 (防止性騷擾政策及指引)、 (保障個人資料(私穩)政策及指引)
14/4/2024 21/4/2024	日	9:30am - 12:30pm	6 小時	二樓林護堂籃球場	試教考試(乙部考試) <u>(必須預留時間出席)</u>

詳情請參考後頁

YMCA 籃球教練(銅章)培訓計劃 2024

活動編號：490204437

目的：培訓專業籃球教練，協助香港及本會推動籃球訓練事工。

導師：梁偉文先生 前香港籃球總會籃球發展總監，現中國香港籃球總會高級教練
陳俊健先生 香港中華基督教青年會同工

對象：18歲或以上之人仕

費用：\$2,200 (另參加者必須為本會會友，入會費\$30)

名額：20人

上課地點：葵涌葵盛圍 32-40 號 YMCA 新界會所

報名方法：

於 2024 年 3 月 15 日 23:59 或之前填妥下列網上表格，本會按報名人士的資料進行挑選，有機會按個別需要邀請報名人士作線上面談，以確保報名人士貼近課程要求。

<https://forms.gle/3d4WnvpjE9TiZ4UE7>

(是次並不是以先報先得形式報名)

(中小學體育老師(非教學助理或特殊教育)及大專院校體育系學生優先)

評核方法：分成甲、乙、丙、丁四部分

個人籃球技術測試 (甲部考試)：測試基本個人籃球技術

試教考試 (乙部考試)：所有課堂缺席不能多於 6 小時，遲到時間包括在缺席的時間內，方合資格接受 10-15 分鐘試教考試。

實習 (丙部考試)：

1. 必須於甲部及乙部考試取得合格後在本會實習最少 30 小時 或
2. 必須於甲部及乙部考試取得合格後在本會實習最少 12 小時及於其他機構實習最少 18 小時 (合共 30 小時)，如於其他機構實習，必須有證明信，詳列日期、時間、教練名及機構蓋印以茲證明。另學員必須提交 30 小時實習教案。(請注意：30 小時實習必須於 25 年 3 月 1 日前完成, 否則本會不會安排丁部考試。)

實習 (丁部考試)：實習考試 (丁部考試)：完成丙部考試後將進行 1 次 30 分鐘實習考試。(請注意：丁部考試於 25 年 3 月 29 日完結，過期者將不會進行補考。)

教練證書：完成所有考試及實習並合格後領取

註：

1. 本會有權更改以上資料而無需事前通知。
2. 本會有時租車位(18/hr)，名額有限，先到先得，不設留位。
3. 上課不可錄音，拍照及錄影。
4. 查詢電話：24200266(內線 119) 岑 Sir