

# 幼兒 體適能 教練課程



**行業先鋒 實力行先**  
**重新定位 效果更佳**

## 幼兒體適能教練課程

### 目的

- 讓參加者認識體適能訓練方法。
- 讓參加者了解並能應用幼兒體適能教學法。
- 訓練參加者成為幼兒體適能教練。

### 內容

#### 第一部份 (3 小時)

- 介紹體適能各種元素
- 簡介體適能各種元素之訓練方法
- 介紹人體結構與體適能關係
- 緩和運動之認識及作用
- 熱身運動之認識及作用

#### 第二部份 (12 小時)

- 講解體適能各種訓練方法
- 體適能訓練安排
- 介紹遊戲元素及遊戲方法
- 簡介體適能遊戲
- 如何達到體適能訓練最有效方法
- 介紹伸展原理及各種伸展動作
- 與幼兒溝通技巧
- 幼兒教學法
- 擬訂明確的學習目標及教案
- 討論及設計體適能教案
- 體適能訓練安全守則及課堂管理



## 對象

- 現職幼稚園教師。
- 從事幼兒教育工作者或社會工作者。
- 有志從事幼兒體適能遊戲教練人士。

## 講師資歷

- 二十年上幼兒體適能及多項運動教練經驗。
- 曾任港專職業訓練學院體適能教練。
- 香港教師中心幼兒體適能遊戲工作坊客席教練。
- 已成功培訓數百名幼稚園教師從事體適能教學工作。
- 持有多項運動教練證書(體適能、體操、彈網、花式跳繩、健身球、健身、籃球)及相關證書(感覺統合訓練證書、幼兒體育證書及國際裁判證書)

## 入讀要求

- 必須 18 歲以上

## 教授語言

- 以廣東話為主。

## 考試評核方法

- 參加者可自由決定是否參加考試。
- 參加者出席率達 70%或以上者才可參與考試。
- 評核方法：

考核	項目	百份比
考核部份一	筆試選擇題及短答題 30 分鐘	30%
考核部份二	14 日內提交十堂課程教案計劃	40%
考核部份三	共同設計教案及教學示範(4-5 人為一組) 30 分鐘	30%
	總分	100%

- 考試題目及教案計劃--中文作答。
- 考核部份二- 考試日起 14 日內內提交。

## 頒發證書

- 參加者成功出席達 70% ，可獲『幼兒體適能教練證書』出席證書。
- 考核總分等級表

總分	等級
49 或以下	Fail 不及格
50-59 分	Pass 及格
60-69 分	Merit 良好
70 分或以上	Distinction 優異

- 合格者會由『香港青年體育會 專業進修學院』頒發『幼兒體適能教練』證書。
- 本會將會優先取錄優秀學員成為本會教練。

## 報名方法

網上報名: (\*必須成為本會會員才可使用網上系統報名功能)

- 登入 [www.hkysa.hk](http://www.hkysa.hk) 內 <會員登入> 一欄。
- 選取『幼兒體適能教練課程』並選擇報讀。
- 成功報名後，將會收到電郵及電話通知課程繳費須知。
- 如要申請課程優惠，請電郵至 [info@hkysa.hk](mailto:info@hkysa.hk) 說明有關參加者姓名
- 不設親身報名

## 課程優惠

- 凡曾完成本會的舉辦體適能工作坊(香港教師中心或到校)可獲 8折。
- 舊學員推薦朋友報讀以上課程，報讀者可獲 9折 優惠
- 曾報讀本會教練或教練課程的學員，可報讀本會其他教練或教練課程可獲 85折 優惠
- 二人同行報名可獲 9折。三人同行報名可獲 85折。
- 本會教練可獲 85折。

## 備註

- 參加者須穿著運動服裝。
- 本會保留最終修改權。
- 任何考核部分不合格者，該部份可選擇重新考核。
- 重新考核費為港幣三百元。
- 重新考核不合格者，可申請課程免費重讀一次。重讀考試費為港幣三百元。

## 查詢

- 報名查詢電話：2247 5252
- 傳真：3007 8752
- 電郵：info@hkysa.hk