

## 教練培訓計劃：提升智障運動員比賽及訓練時的情緒管理

### 主辦及資助機構

香港智障人士體育協會主辦，香港賽馬會教練培訓計劃資助。

### 講座簡介及宗旨

在持續的運動比賽及訓練中，運動員難免會因各種內在或外在因素而產生情緒變化，繼而影響表現。而智障運動員在運動比賽及訓練時，他們也會因不同因素而表現不穩。是次工作坊將透過教育心理學家及資深教練分享，瞭解智障運動員的特性，及其有可能出現的情緒表現，探討提升運動員情緒管理的方法，從而提昇比賽及訓練表現。

### 日期、時間及地點

日期	時間	講座內容*	地點
2023年1月7日 (星期六)	13:15-13:30	登記	西九龍耀信發展學習中心 1樓104-105室 (九龍長沙灣保安道 373號豐盛居)
	13:30-14:00	探討智障運動員與 主流人士學習運動的異同	
	14:00-14:30	訓練及比賽時如何回應 智障運動員的情緒起伏	
	14:30-14:45	問答環節(一)	
	14:45-15:00	小休	
	15:00-16:15	教練分享環節	
	16:15-16:30	問答環節(二)	

\*主辦單位保留修改講座內容之權利。

### 參加資格

參加者必須年滿18歲

### 授課語言

粵語

### 講者

- 陳鑑忠先生 (註冊教育心理學家)
- 陳 栩先生 (本會乒乓球教練)
- 梁淑盈小姐 (本會游泳教練)

## 證書

參加者完成整個講座後，可獲本會發出「出席證書」乙張。

\*獲發之出席證書可用作2023-2024年度辦理教練之續註冊申請。

## 名額及費用

名額40人 (本會註冊教練優先)，費用全免。

## 報名方法

### 網上報名

【報名表所得之個人資料只用於有關用途，除法例規定外，個人資料不會作其他用途或向外間披露。】

## 截止報名日期

2022年12月23日(星期五)

## 取錄通知

取錄名單將於2022年12月30日(星期五)前於本會網頁([www.hksapid.org.hk](http://www.hksapid.org.hk))公佈及以電郵通知各參加者。

## 備註

- 1) 如當日活動開始前兩小時天文台發出黑色暴雨警告，或懸掛八號或以上之熱帶氣旋警告信號，活動將會取消；
- 2) 參加者須遵從政府,主辦單位及場地的防疫措施；
- 3) 主辦單位保留修改本章程之權利。

## 查詢

2161 9509 孔卓泓先生

2022年12月9日