

主辦：



中國香港智障人士體育協會  
HONG KONG, CHINA SPORTS ASSOCIATION  
FOR PERSONS WITH INTELLECTUAL DISABILITY

資助：



香港教練培訓委員會  
Hong Kong Coaching Committee



香港賽馬會慈善信託基金  
The Hong Kong Jockey Club Charities Trust

## 教練培訓計劃：如何提升運動員的訓練動機及自信心

### 主辦及資助機構

中國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

自信心與行為動機關係密切，對運動員而言，豐盛的自信心有助帶動訓練投入程度，提升訓練質素，亦為比賽表現帶來正面影響。而對智障運動員在建立自信過程中，更需要教練與照顧者協助及鼓勵。是次講座將透過註冊心理學家及資深教練分享，探討如何傳達正面資訊予智障運動員，增強其自信心及訓練表現。

### 日期、時間及地點

日期	時間	講座內容*	地點	
2024年3月23日 (星期六)	13:45-14:00	登記	Zoom網上直播	
	14:00-16:00	自信的建立		信息的發放與接收
		16:00-16:10		問答環節(一)
	16:10-16:20	小休		
	16:20-16:50	教練分享環節		
	16:50-17:00	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

- 黃悅女士 (註冊心理學家)
- 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2025-2026年度辦理教練之續註冊申請。

## 名額及費用

名額90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

2024年3月4日(星期一)

## 取錄通知

取錄名單將於2024年3月7日(星期四)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) 主辦單位保留修改本章程之權利。

## 查詢

2161 9508 魏栢寧先生

2024年2月19日