



主辦:

鹿特丹斯巴達亞洲有限公司

協辦:

鹿特丹斯巴達亞洲足球學校

# 2016

[www.spartarotterdam.asia](http://www.spartarotterdam.asia)



## 荷蘭鹿特丹斯巴達足球會教練文憑



合作夥伴





## 荷蘭鹿特丹斯巴達 – “荷蘭訓練方法” 教練文憑

參加者姓名：(中文) \_\_\_\_\_ (英文) \_\_\_\_\_

聯絡電話：(日間) \_\_\_\_\_ (夜間) \_\_\_\_\_

電郵: \_\_\_\_\_

地址: \_\_\_\_\_

## 已獲取之教練資格:

日期	教練文憑

球衣呔碼: S \_\_\_\_ M \_\_\_\_ L \_\_\_\_ XL \_\_\_\_ XXL \_\_\_\_ XXXL \_\_\_\_

## 聲 明

本人 \_\_\_\_\_ 同意參加廣東省足協及鹿特丹斯巴達亞洲舉辦之荷蘭鹿特丹斯巴達 – “荷蘭訓練方法” 香港足協教練文憑，並證明本人身體狀況良好，能應付本教練培訓班之課程訓練及比賽。本人知道並同意若然在參加教練培訓班期間訓練及比賽或往返途中發生任何意外，本人不會向主辦單位追究任何責任

簽署：

\_\_\_\_\_(姓名)

2016 年 月 日

**截止報名日期: 2016 年 6 月 30 日**  
請先電郵報名表至 [info@afca.info](mailto:info@afca.info) 留位



## 荷蘭鹿特丹斯巴達足球會 - 教練文憑

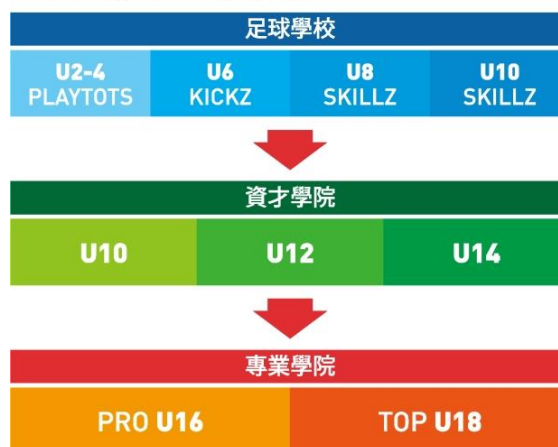
由荷蘭鹿特丹斯巴達足球會主辦, 廣東省足球協會支持的第三期足球教練文憑課程, 會在 2016 年 7 月 12-15 日, 在廣州舉行, 荷蘭鹿特丹斯巴達足球會通過課程, 把球會著名青訓系統及 “荷蘭訓練方法” 授予香港地區教練, 從而提升香港青少年培訓的教練水準, 荷蘭鹿特丹斯巴達足球會簽發的廣東教練證書予合格學員, 為首支歐洲球會把球會的 100%訓練系統傳授予亞洲教練。

### 關於鹿特丹斯巴達足球會

成立於 1888 年, 是荷蘭歷史最悠久的職業球會, 球會的優秀管理及青訓在歐洲非常出名, 球會過去曾取得 6 次荷蘭甲組聯賽冠軍及 3 次荷蘭杯冠軍

荷蘭 4 星級的青年足球訓練 - 斯巴達鹿特丹的青訓取得荷蘭足球總會頒發為 4 星級青年訓練球會, 荷蘭目前只有八間職業球會享有此榮耀, 2015 年獲得荷蘭國皇頒授 “皇家獎章”, 表揚球會對荷蘭足球及青訓的貢獻。成為第一間荷蘭職業球隊得這榮譽, 2015-2016 年球季取得荷蘭乙組足球聯賽冠軍, 2016-2017 年球季從返荷蘭甲級足球聯賽

### 鹿特丹斯巴達的訓練系統



### 鹿特丹斯巴達的青訓課程



## 荷蘭鹿特丹斯巴達足球會 - 教練文憑

**宗旨：** 鹿特丹斯巴達足球會相信沒有系統的培訓及監察，教練是沒法為足球學員提供好的訓練，因此鹿特丹斯巴達足球會設立不同程度的教練證書課程及從荷蘭委派資深教練主持，通過教練培訓學院的不同課程，可讓參加者更瞭解及認識荷蘭優秀的訓練方法及理念，給亞洲區內的教練們一些交流及學習的經驗。課程的目標是很簡單的，就是培訓優秀的教練，由優秀的教練訓練更多不論在足球上，更可在個人品德上優異的青少年。通過培訓教練課程，我們開發和共用這歐洲頂級訓練系統（鹿特丹斯巴達足球訓練系統）。

如此優秀的青訓關鍵在於有許多優秀的教練們的付出。球會深信培養更多的優秀教練，才能提升地區的足球水準和球員的技術。球會舉辦足球教練培訓課程，目的是將荷蘭全能足球知識傳遞給學員，培養有理想，專注足球及熱誠於訓練青少年的教練。事實也證明球會培養了好多優秀教練且其中誕生了一些傳奇教練。



### 教練培訓導師

#### Paulus Simonis 保路施蒙

- 鹿特丹斯巴達足球會 U13 青年軍主教練
- 荷蘭足球總會教練培訓導師
- 歐洲足聯 A 級及導師文憑
- 今年帶領球會 U13 青年隊取得荷蘭及歐洲賽冠軍



#### Camiel van Hoogstraten 雲荷士卓丹

- 鹿特丹斯巴達足球會 U9-15 專才學院總教練
- 荷蘭足球總會教練培訓導師
- 歐洲足聯 A 級及導師文憑



## 課程內容及時間表:

日期	黃昏/晚上		
12/7/2016 (星期四)		<b>理論訓練課:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 鹿特丹斯巴達的系統及球會介紹</li> <li>● 荷蘭及鹿特丹斯巴達訓練理念</li> <li>● 如何組織訓練課</li> </ul> - 學員功課: 指定題目建立訓練課 (學員設計訓練教案)	<b>場地訓練課:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 導師示範上午指定題目建立的訓練課</li> <li>- 熱身及把主題由小組織到大組織</li> </ul> <b>理論訓練課:</b> 總結第一天課程及學員提出問題
13/7/2016 (星期五)	<b>理論訓練課:</b> 如何訓練 5-12 歲的球員 <ul style="list-style-type: none"> <li>● 他們是誰</li> <li>● 各年齡的球員特性</li> <li>● 如何訓練他們?</li> <li>● 荷蘭的足球學校訓練結構及系統</li> </ul> <b>場地訓練課:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 用球的技术熱身</li> <li>● 最基本的 1:1 訓練</li> </ul>	<b>理論訓練課:</b> 荷蘭如何把不同年齡球員訓練至 4-3-3 的比賽系統 <ul style="list-style-type: none"> <li>● 4:4/7:7/9:9/11:11</li> </ul> <b>場地訓練課:</b> 進攻/防守/進攻轉防守/防守轉進攻 <ul style="list-style-type: none"> <li>• 2:1 - 2:2</li> <li>• 3:2 - 3:3</li> </ul>	<b>理論訓練課:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 總結第二天課程及學員提出問題</li> <li>- 準備早上訓練實習課               <ul style="list-style-type: none"> <li>● 訓練課的準備及安排</li> </ul> </li> </ul>
14/7/2016 (星期六)	<b>場地訓練課:</b> 訓練實習	<b>理論訓練課::</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 訓練實習檢討</li> <li>- 教練的態度及介紹荷蘭有名的 4:4 訓練</li> <li>• 不同教練表現的影片</li> <li>• 荷蘭教練的工作態度</li> <li>• 什麼是 4:4</li> <li>• 4:4 的進攻及防守教學</li> <li>• 4:4 不同場地的功能</li> </ul>	<b>場地訓練課:</b> 導師示範: 4:4 – 7:7 – 9:9 – 11:11  總結第三天課程及學員提出問題
15/7/2016 (星期日)	攻守轉換訓練 (12 歲後球員) <ul style="list-style-type: none"> <li>• 由進攻轉為防守的要點</li> <li>• 由防守轉進攻的要點</li> </ul> 攻守轉換訓練 學員分組用 4:4 進行實習	總結課程及學員提出問題  閉幕及頒發證書 黃昏學員離開	

## 報名詳情

1. **參加資格及名額** : 所有對足球訓練及有興趣成為青少年培訓足球教練人仕 (持有亞洲足協或香港足總及足總推薦之教練優先)。
2. **合格及認可**: 上課 90%出席及完成場地實習考試, 可獲得**荷蘭鹿特丹斯巴達足球會簽發教練證書**。
3. **上課時間及日期** : 2016 年 7 月 12- 15 日
4. **截止報名日期**: 2016 年 6 月 30 日
5. **訓練地點** : 九龍塘澳洲國際學校
6. **學費** : HK\$ 3,000 元 (包括講義及二套球衣, 褲和襪)
7. **報名手續** : 先報先得方法, 請將報名表,
  - 傳真及電郵至:
    - i. 鹿特丹斯巴達亞洲(香港辦事處) 0852-26497765 / info@afca.info
    - ii. 可選擇網上報名 [www.spartarotterdam.asia](http://www.spartarotterdam.asia) / [www.afca.info](http://www.afca.info)
  - 收到你的報名表, 我們會聯繫你如何支付學費
8. **查詢電話** : 0852-23202044 (香港)

