

Professional Certificate in Sport Mental Coaching

運動心理教練專業證書



Course Code : 221-40410B



資歷架構第四級別(QF Level 4)，
同時亦是持續進修基金認可課程，
最多可獲發還學費總額60-80%



學習基礎運動
心理教練知識和技巧



注重學習和實踐，讓學員建立
穩固基礎，配合日後職業發展



完成運動心理教練專業證書和
ASPPA提供的*實習後，
學員將取得ASPPA認可的
「RSMC 註冊運動心理教練專業資格」



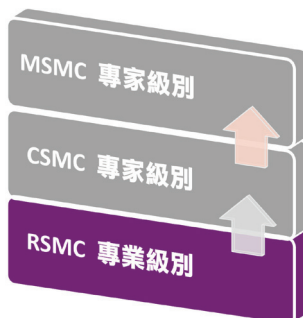
課程對象

- 運動教練
- 各水平運動員
- 訓練員
- 體育老師
- 運動員家長
- 企業管理人員
- 兒童和青少年前線照顧者
- 對運動心理教練發展有興趣人士

課程特色

課程由亞洲運動心理專業協會 (ASPPA)和香港城市大學專業進修學院 (SCOPE)合辦。課程目的為各水平運動員、運動教練、體育老師等提供運動心理教練知識和技巧，讓他們幫助學生或顧客提升表現和提供運動心理教練服務。課程亦會提供專業訓練的知識、技巧、工具、評核方法。課程注重學習和實踐，讓學員建立穩固基礎，日後可成為專業運動心理教練。學員修畢課程後，可獲取註冊運動心理教練(Level B)專業資格。

專業階梯



Level M: MSMC 高級認證運動心理教練專業資格
針對超過3000實戰小時以上的運動心理專家而設的大師班。為具備業界好評及成就的運動心理專家而提供的頂尖資格

Level A: CSMC 認證運動心理教練專業資格
培養具充沛實戰經驗與能力的專家級別訓練。對有興趣成為執業運動心理專家而設的發證級課程

Level B: RSMC 註冊運動心理教練專業資格
全面裝備對各項運動專項通用的運動心理技術系統，對有興趣獲得專業資格及投身運動心理教練服務人士而設
● 獲取上述資格需完成90小時(運動心理教練專業證書)的理論課堂及48小時的實習單元*



「運動心理教練」專業證書
在資歷架構下獲得認可
資歷級別：第4級 資歷學分：27
資歷名冊號碼：21/000144/L4；
登記有效日期：2021年2月1日起持續有效



本課程已加入持續進修基金可獲發還款項課程名單內
本課程在資歷架構下獲得認可(資歷架構第4級)

* 實習單元時數為48小時，需與ASPPA報名及另繳費用。



課程結構

課程分為3個單元，合共90個學習時數

<p>1. SPB運動心理基礎</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 運動心理教練學導論 ● 運動種類及心理相關研究範疇 ● 運動心理教練五大支柱：動機、信心、專注、強度及情緒 ● 鍛鍊心理學與兒童運動智能發展 ● 績效心理學與企業表現智能發展 ● 特殊學習需要的SMC介入 	30 小時
<p>2. NCS神經調控技術</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 神經系統原理基礎及內感官啟動 ● 運動中的情緒記憶 ● 意識及潛意識系統與運動表現 ● 心理預演及中場急救 ● 運動中的流暢狀態管理 ● 自我暗示與思想管理技術 ● 運動家的心理肌肉常規訓練 	30 小時
<p>3. EPM卓越面談技術</p> <ul style="list-style-type: none"> ● EPM原理與助人專業 ● 運動心理教練專業操守 ● EPM個案接收與專業跟進流程 ● 面談中的生理及心理專注力 ● 面談激勵及非協力個案處理 ● 心理介入模型：非理性思想管理及限制性信念破除 	30 小時
總時數	90 小時



學習時數及模式

約6個月(共90小時)，下午7時至10時，兼讀制
 一星期 一節課(每單完的第一至第八堂)及
 一星期 兩節課(每單元的每九及第十堂)



開課日期

2022年3月29日(星期二)



上課地點

香港城市大學專業進修學院尖沙咀東教學中心
 (因應疫情發展，部份課堂或會以網上形式進行)



課程評核及證書頒授

學員完成以下條件可獲院校頒發修業證書

- 1) 合格分數：每項評核活動至少取得百分之四十分數，及總成績超過百分之五十
- 2) 獲取最少百分之七十的出席率



入學資格

- 香港中學文憑考試五科二級成績(包括中文及英文科)，及擁有一年相關工作經驗；或
- 香港中學會考5科成績達二級/E級成績(包括中文及英文科)，及擁有兩年相關工作經驗；或
- 香港中學文憑考試英文達二級水平或香港中學會考英文達二級/E級成績，或者在其他英文水平測試(如：IELTS、TOFEL等)取得合格分數；或
- 年滿21歲，及擁有三年工作經驗：
 - i. 曾獲聘為全職或兼職教練；或
 - ii. 曾在教育機構(如：幼稚園或小學)獲聘為全職教育工作者；或
 - iii. 現任社工或輔導員；或
 - iv. 現任全職體育老師



課程費用及報名方法

學費 : HK\$23,800

網上報名 : www.scope.edu/eapp/SMC 

Enquiries



3442 7423 / 3442 7684



hason.ce@cityu.edu.hk



www.cityu.edu.hk/ce/smc



SCOPE/17/21/02/12457