



中國澳門籃球總會
Associação Geral de Basquetebol de Macau - China
Macau - China Basketball Association

澳門東望洋街塔石體育館
Rue de Ferreira do Amaral, Pavilhão Polidesportivo Tap Seac, Macau
Tel / Fax: (853) 2856 1218
E-mail: mcba853@gmail.com
Website: www.basketball.org.mo

MCBA 3x3 教練證書課程暨 3x3 籃球訓練營 章程

由 中國澳門籃球總會 主辦

Seer Sports 承辦

H Beauty Starring Macau 贊助

Falcons 支持



1) 背景

為推動澳門 3x3 籃球運動發展，提升教練專業水平及青少年籃球培訓質量，中國澳門籃球總會 與 Seer Sports 合作舉辦首屆 MCBA 3x3 教練證書課程暨 3x3 籃球訓練營。

2) 目標

- 提升澳門 3x3 籃球教練專業水平。
- 通過 3x3 籃球訓練營培養青少年籃球人才。
- 推動澳門 3x3 籃球運動普及與發展。

3) 活動計劃

- 活動時間：復活節期間，為期 3 日，由 4 月 4-6 日舉行。
- 活動內容 包括：
 1. **MCBA 3x3 籃球教練證書課程**：由 MCBA 安排專業 3x3 奧運得獎隊伍教練及發出首屆 3x3 籃球教練 一級證書，合格教練團隊 並選擇成為獨立教練將優先錄用於 MCBA 及 Seer Sports 3x3 籃球訓練營。 活動由 4 月 4 日 14:00 至 4 月 6 日 13:00，為期兩日半。
 - 課程內容包括：
 - 3x3 參與 5x5 籃球差異 -深入解釋規則戰術及比賽框架的不同
 - 教練角色與球員選拔- 探討教練在 3x3 中的重要性及選拔球員的關鍵標準
 - 3x3 專項訓練與體能準備- 針對 3x3 比賽特點，設計專項訓練與體能計劃
 - 在 3x3 慈善及成果班中實踐課程內容
 2. **3x3 籃球訓練營**:針對青少年開展 3x3 籃球培訓。 活動日期 4 月 6 日 14:00 – 16:00，課程時長兩小時。
 - 課程內容包括：
 - 基礎技術訓練-包括 投籃、傳球、運球等基本技能的強化
 3. **3x3 籃球教育慈善班/成果班**：由通過首屆中國澳門籃球總會 MCBA 3x3 教練證書課程的教練帶領開展，免費提供基本 3x3 籃球訓練給指定本地慈善機構，非牟利機構或社服機構。 活動日期 4 月 6 日 10:00 – 13:00，課程時長 3 小時。
 4. **3x3 澳門代表隊訓練營**：由 金牌奧運教練執教，協助提升代表隊競技水平，掌握更成熟 3x3 技巧。 活動日期 4 月 6 日 17:00 – 19:00，課程時長兩小時。



中國澳門籃球總會
Associação Geral de Basquetebol de Macau - China
Macau - China Basketball Association

澳門東望洋街塔石體育館
Rue de Ferreira do Amaral, Pavilhão Polidesportivo Tap Seac, Macau
Tel / Fax: (853) 2856 1218
E-mail: mcba853@gmail.com
Website : www.basketball.org.mo

4) 報名詳情:

報名日期: 2025年3月3日至3月21日

上課地點: 待定

課程報名內容

1. MCBA 3x3 籃球教練證書課程 :

- 每人澳門幣 1,800 (網上報名連結 <https://forms.gle/ASK82Es6J2tsiJEA9>)
- 如願意成為中國澳門籃球總會特約 3x3 教練, 報名費每人澳門幣\$1,000, 須填寫特約教練聲明書, 聲明書及報名連結可透過中國籃球總會/Seer Sport 取得。

2. 3x3 籃球訓練營:

- 每人澳門幣 600 (網上報名連結 <https://forms.gle/E3c9pEsvLVmMM15N9>)

3. 3x3 籃球教育慈善班/成果班: 贊助免費提供

4. 3x3 澳門代表隊訓練營: 贊助免費提供

5) **個人資料收集聲明:** 各參加者在報名表所填報的個人及其他有關的資料, 以及所遞交之身份證明文件副本, 只供本會作競賽有關的用途。

6) **補充規定:** 本章程未盡善處, 本會得隨時修改之, 以上未規定者本會有權處理之。本會保留更改活動內容之所有權利。

7) **保險:** 參加者應按各自需要, 自行購買意外保險。

如有任何疑問可在辦公時間致電, 中國澳門籃球總會, 電話+853 2850118

或

聯絡 Seer Sports 電話: +853 6654 6951/ 微信號: S6289485

中國澳門籃球總會
2025年2月27日最新公佈