



香港學術及職業資歷評審局
Hong Kong Council for Accreditation of
Academic & Vocational Qualifications

評審報告（摘要）

亞洲運動及體適能專業學院有限公司

課程覆審

高級私人體適能教練證書

2018 年 3 月

1. 評審服務的職權範圍

1.1 香港學術及職業資歷評審局（評審局）根據《學術及職業資歷評審條例》（第 592 章）（下稱《條例》）賦予其「評審當局」的職權，受亞洲運動及體適能專業學院有限公司 (Asian Academy for Sports & Fitness Professionals Limited)（以下簡稱為“營辦者”）所託，根據訂立的服务協議書（編號：VA798）內有關下列之職權範圍，為營辦者進行課程覆審：

(a) 根據《條例》進行評審，以決定亞洲運動及體適能專業學院有限公司（營辦者）的課程是否能達到聲稱的目標及資歷級別的標準，成為已通過評審的課程，並可以由營辦者繼續開辦

(i) 高級私人體適能教練證書

(b) 向營辦者發放評審報告，當中列明評審局就 (a) 作出的決定。

1.2 評審乃根據訂立的服务協議書內列明之相關指引而進行。評審小組已於 2018 年 2 月 6 日進行實地考察。

2. 評審局之評定

課程覆審 — 《高級私人體適能教練證書》

2.1 評審局評定營辦者須履行以下「條件」的要求，《高級私人體適能教練證書》才達到聲稱的目標及資歷級別第 3 級的標準，成為已通過評審的課程，課程的評審資格有效期由 2018 年 6 月 1 日至 2021 年 5 月 31 日。

2.2 有效期

2.2.1 營辦者於指定限期前履行列於第 2.4 條所附設的所有「必要條件」的要求方可於指定有效期內維持評審資格。

2.3 課程覆審之評定如下：

營辦者名稱	Asian Academy for Sports & Fitness Professionals Limited 亞洲運動及體適能專業學院有限公司
資歷頒授者名稱	Asian Academy for Sports & Fitness Professionals Limited 亞洲運動及體適能專業學院有限公司
進修課程名稱	Certificate in Advanced Personal Fitness Trainer 高級私人體適能教練證書
資歷名稱（結業資歷）	Certificate in Advanced Personal Fitness Trainer 高級私人體適能教練證書

主要學習及培訓範疇	A05 教育
子範疇 (主要學習及培訓範疇)	A0501 教育及師資訓練
其他學習及培訓範疇	不適用
子範疇 (其他學習及培訓範疇)	不適用
行業	不適用
行業分支	不適用
資歷架構級別	第 3 級
資歷學分	15
授課模式及修讀期	全日制 (2 個月) 及兼讀制 (2.5 個月) 151.5 學時 (包括 77 小時面授時數)
中段結業資歷	不適用
有效期	評審資格有效期由 2018 年 6 月 1 日至 2021 年 5 月 31 日。
招收學員次數	每年招收學員 20 次
新學員人數上限	每年上限 20 班 每班學員人數上限為 26 人
「能力標準說明」為本課程	<input type="checkbox"/> 是 <input checked="" type="checkbox"/> 否
「通用(基礎)能力說明」為本課程	<input type="checkbox"/> 是 <input checked="" type="checkbox"/> 否
於資歷名冊上顯示的其他資料	This programme includes Practicum for 2 QF credits to be conducted in 15 hours. 此課程包括為期 15 小時的實習，佔 2 資歷學分。
授課地址	Room 1603, 16/F, Eastern Centre, 1065 King's Road, Quarry Bay, Hong Kong 香港鰂魚涌英皇道 1065 號東達中心 16 樓 1603 室

- 2.4 條件 (營辦者須在評審資格有效期開始之前履行「先設條件」的要求以獲取所申請的評審資格；及於指定有效期內履行「必要條件」的要求以維持評審資格。)

必要條件	執行日期
1. 營辦者須為課程作定期的檢討，參考內部和外部持分者意見、課程統計數據和紀錄，檢討課程的成效及作出適當的修訂，以持續改進課程。營辦者須於 2019 年 5 月 31 日或以前向評審局提交課程所作的檢討過程和持續改善課程的報告。	2019 年 5 月 31 日

2.5 建議

評審局向營辦者作出以下建議，以作持續改善。

建議

1. 營辦者應增訂合適的收生條件及甄選準則，以確保英文班學員的英語能力能應付課程需要。
2. 營辦者應擴充選擇題練習的試題庫，讓學員有更豐富的練習機會，以促進網上輔助學習的成效。
3. 營辦者應將「有效成人心肺復甦法證書」改為獨立的畢業要求，使實習作業冊的各項任務項目能確實反映實習工作的學習成效。
4. 營辦者應定期檢視和擴充理論試及期末考試的試題庫，確保評核能公平全面考核學員的能力。
5. 營辦者應檢視健身指導技巧實務考試及體位分析考試的評分表格，補充未有評分準則的細項，以確保不同導師的評分能公平一致。
6. 營辦者應改善「外部顧問報告 – 課程檢討」表格，列明外部顧問曾檢視的評核項目，及鼓勵外部顧問詳細記錄其所提出的相關意見。
7. 營辦者應重新審視課程主任（課程開發）的聘任要求，以反映職位所需的資歷。
8. 營辦者可安排適當的課程發展及培訓人員出席有關資歷級別及其相關標準的培訓活動，增加其對資歷級別及其相關標準的認識。

2.6 評審局將隨後參考資料，其中之一就是營辦者能履行於本評審報告中述明的任何「條件」和一直遵從述明的任何「限制」的要求，以證實營辦者是否維持其能力以達致其聲稱的目標及其課程是否持續符合標準以達致其聲稱的課程目標。**為免生疑問，維持評審資格取決於營辦者能履行及遵從於本評審報告中述明的任何「條件」和「限制」的要求。**

3. 簡介

3.1 亞洲運動及體適能專業學院有限公司於 1992 年成立，主要提供體適能教育及培訓課程。學院同時提供各種相關體適能課程，如體重管理、肌肉強化訓練、放鬆與康復處理、以及各專項運動訓練等，可讓各運動愛好者及追求健康的人仕，改善運動表現，邁向更優裕的生活。

4. 課程資料

以下課程資料乃由營辦者提供。

4.1 課程目標

- 提供學員私人體適能教練相關之知識及技能，為業界培訓及提供專業教練人材
- 向社會及大眾推廣健康體適能訓練
- 培訓學員為客人進行健康體適能及簡略姿勢評估
- 因應客人體適能及訓練目的，選取合適訓練方案、工具和技巧
- 培訓學員運用私人教練訓練指導及商業溝通技巧，以提供安全、合適的健康體適能訓練服務

4.2 課程擬定學習成效

PILO1: 認識健身室抗阻力訓練及伸展動作的功用、有效性及安全性，為客人選擇適當訓練動作

PILO2: 為客人安排基本健康體適能評估，運用訓練方案設計的基本原理，為客人制訂合適的抗阻力和有氧訓練計劃

PILO3: 運用體適能教練指導技巧，教授客人健身室常用之抗阻力訓練，並能糾正客人之錯誤動作

PILO4: 應用體適能教練簡化姿勢評估程序及方法，找出客人較明顯之常見姿勢毛病，並選擇有關適當肌肉訓練

PILO5: 認識基本體適能與健康理論、營養與運動效能關係、健身室常見高危動作的潛在風險、特別需要人士訓練應該注意事項

PILO6: 應用私人體適能教練商業技巧，完成日常健身室的客戶拓展、商業推廣及業務發展

4.3 課程目標

單元	資歷學分
體適能理論和元素	
功能解剖學	
運動生理學	
運動營養學	
生物力學及人體活動分析	
總溫習及模擬考試	
基礎理論考試	
高級功能解剖學及運動生理學	
健康體適能評估	
健身室抗阻力訓練及私人體適能教練訓練技巧	
私人體適能教練商業發展	
營養及運動表現	
私人體適能教練專用體位及柔韌性分析及糾正	
私人體適能教練特別需要人士訓練	
私人體適能教練專用訓練方案設計	
私人體適能教練專用運動損傷及安全	
職場實習	

健身室綜合複習及模擬考試	
健身指導技巧實務考試	
體位分析綜合複習及模擬考試	
體位分析實務考試	
綜合理論考試	
總計	15

4.4 畢業要求

項目	健身指導技巧實務考試	體位分析考試	理論試	課堂表現 SF F02	課堂表現 SF F05	期末考試	課堂表現 AP TH K02	課堂表現 AP TH K05	課堂表現 AP TH K07 /08	15小時實習工作及實習作業	體能考試	有效成人心肺復甦法證書	出席率
項目比重	NA	NA	90%	5%	5%	85%	5%	5%	5%	NA	NA	NA	NA
合格分數	75%	75%	75%			75%				合格	合格	持有	75%

4.5 收生條件

- 中五或以上及具基本中文讀寫能力；或
- 持有 AASFP 基礎證書或相關學科之大學生或同等學歷；或
- 持有公認之教練證書。

5. 有關本評審報告的重要資訊

5.1 更改或撤回本評審報告

- 5.1.1 評審局根據《條例》第 5 條發放本評審報告，述明其重要評審決定、包括評審的有效期以及規限評審效力的「條件」或「限制」。
- 5.1.2 評審局如信納《條例》第 5 條第(2) 款所列舉的任何一項情況為適用，可於日後決定更改或撤回評審報告，情況包括營辦者不再具能力以達致其所訂定的目標及／或其課程不再符合標準以達致其所訂定的課程目標（無論是基於營辦者無法履行按本評審報告述明的任何「條件」／或無法遵從任何「限制」的要求，或基於其他原因）；或在評審局向營辦者發放評審報告後，營辦者在評審資格有效期內曾作出重大修改，而該等修改並未獲得評審局批准。營辦者如需向評審局申請批准重大修改，請參閱載於本局網頁的《評審資格重大修改須知》。
- 5.1.3 倘若評審局決定更改或撤回評審報告，將會根據《條例》第 5 條第(4) 款，以書面通知營辦者有關更改或撤回評審報告的決定。
- 5.1.4 當評審資格有效期屆滿或評審局發出撤回本評審報告的書面通知後，營辦者及／或課程之評審資格將立時失效。

5.2 上訴

- 5.2.1 若營辦者對評審報告中作出的評定感到受屈，根據《學術及職業評審條例》（第 592 章）第 3 部，營辦者有權向上訴委員會提出上訴。任何上訴必須於收到評審報告的 30 天內提交。
- 5.2.2 若營辦者就評審局更改或撤回評審報告的決定感到受屈，可根據《學術及職業評審條例》（第 592 章）第 3 部向上訴委員會提出上訴。任何上訴必須於收到撤回評審報告之通知的 30 天內提交。
- 5.2.3 營辦者應注意有關撤回評審報告之通知並不同評審報告，營辦者若就評審的重要評定而感到受屈，只可就評審報告提出上訴。
- 5.2.4 如欲瞭解上訴規則的詳情，請參考第 592A 章（<http://www.legislation.gov.hk/chi/home.htm>）。有關上訴程序的細節已列明於《條例》第 13 條，該條文亦已上載到資歷架構的網頁：<http://www.hkqf.gov.hk>。

5.3 資歷名冊

- 5.3.1 獲評審局評定為符合評審資格的資歷，屬資歷架構認可，並具備條件上載到資歷名冊 <http://www.hkqf.gov.hk>。營辦者須向評審局相關部門另行申請，上載已通過質素保證的資歷於資歷名冊。

- 5.3.2 學員在課程的評審有效期內開始修讀該項已通過評審並已載於資歷名冊的課程，並成功修畢課程後，其所得資歷方為資歷架構認可。

Ref: VA119/02/01b

評審局報告編號：18/57