

社團法人中華民國水上救生協會(花蓮分會)

立式划槳(SUP)/獨木舟 教練講習 簡章

- 一、依據：社團法人中華民國水上救生協會(以下簡稱本會)，依「特定體育團體建立運動教練資格檢定及管理辦法」第十條，及中華民國體育運動總會(以下簡稱體總)「輔導全國性非亞奧運體育團體建立教練制度實施原則」規定，為培訓教練人才，提高教練素質與水準，並依據管理實施計畫之相關規範及辦法辦理此項教練講習活動。
- 二、目的：為健全及提升教練技術水平及素質，推展全民運動，提升及培訓基層教練，培養花蓮地區教練人才，故辦理本項教練講習。
- 三、指導單位：教育部體育署、中華民國體育運動總會(已經呈報體總及救生總會核准開班)
- 四、主辦單位：社團法人中華民國水上救生協會
- 五、承辦單位：花蓮縣水上救生協會
- 六、協辦單位：花蓮縣體育會水上救生委員會、國立東華大學共教會體育中心
- 七、日期：
 - 1、SUP 教練講習報到：立式划槳丙級教練講習-民國 110 年 10 月 22 日(五)，18:30-18:50 報到(花蓮縣勞工育樂中心 3 樓教室；靠近花蓮後火車站走路 5-10 分鐘。)講習時程：110/10/22 晚上~110/10/23-24 共計時數 24 小時(如附件課程表)。
 - 2、獨木舟教練講習：獨木舟丙級教練講習-民國 110 年 11 月 5 日(五)，18:30-18:50 報到(花蓮縣勞工育樂中心 3 樓教室)講習時程：110/11/5 晚上~110/11/6-7 共計時數 24 小時(如附件課程表)。
- 八、課程地點：
 1. 學科(SUP-10/22~10/23、獨木舟 11/5~6)：花蓮縣勞工育樂中心 3 樓教室(花蓮市富安路 199 號(03-8563461))
 2. 術科(SUP-10/24、獨木舟 11/7)：花蓮縣壽豐鄉鯉魚潭潭南碼頭及水域(請自行前往報到)。
- 九、時數：學科、術科共 24 小時。
- 十、報名資格：年滿十八歲以上，高級中等以上學校畢業，受運動專業訓練，並熟悉立式划槳各項操作技術及學科知識。
- 十一、費用：3500 元(含課程證照、3 天旅平險、便當 2 天)。
- 十二、講師：擬聘請朱文正(國立東華大學體育中心教師)為主要授課講師、中華民國水上救生協會講師團及花蓮縣水上救生協會教練團。
- 十三、課程內容：學科(含共同科目及專業科目)及術科(含技術操作)，以及測驗及格標準如課表附件，並依據體總「輔導全國性非亞奧運體育團體建立教練制度實施原則」辦理，授課內容包括：1. 體能訓練法。2. 運動基本技術。3. 運動規則。4. 指導技術。5. 戰略與戰術。6. 運動營養學。7. 運動傷害防護。8. 運動科學理論(生理學、心理學、力學、社會學)。9. 性別平等教育(性別意識與知能教育)。
- 十四、名額：滿 10 名開課，人數限 50 名(報名人數超過時，以報名先後順序錄取)。
- 十五、證照核發：檢定及相關成果完成後，報救生總會轉發體總再由體總製發“丙級教練證照”；參加講習人員必須修滿各該規定時數課程，其學科、術科測驗均屬及格，且無本下列辦法規定不能取得教練資格者，會核發丙級立式划槳教練證照。
- 十六、有下列各款情事之一者，不得報名：
 - (一)犯傷害罪章。但其屬過失犯，不包括之。
 - (二)犯性侵害犯罪防治法第二條第一項所定之罪、妨害風化罪章及妨害自由罪章。

(三)犯毒品危害防制條例之罪。

(四)犯殺人罪。

十七、 報名資料：應填具申請書，如附件二，並檢附下列文件：

(一)國民身分證、護照或其他身分證明文件。

(二)符合本計畫各級別參加資格之證明文件。

(三)最近一個月內核發之無違反本計畫第五點規定之警察刑事紀錄證明；具外國籍者，應檢附原護照國開具之行為良好證明文件。

十八、 參加各級裁判講習會研習時數未達 24 小時或缺課 4 小時(含)以上者不得參加學術科測驗。

十九、 教練應遵守下列工作倫理規範：

1. 謹守專業倫理，發揮身教與言教之功能及展現運動風度。

2. 維護運動員權益。

3. 配合運動員之身心發展，訂定訓練計畫，從事指導、訓練之工作，避免過度訓練。

4. 熟悉訓練原理及比賽規則，並定期參加相關進修活動。

5. 對運動員不得有性騷擾之行為。

二十、 教練有下列情事之一者，由本會註銷其教練證後，函報體總備查，且三年內不受理其申請檢定：

1. 申請檢定文件、資料不實。

2. 取得教練證後，有違反本辦法第四點規定情形之一。

3. 違反前項規定，且情節重大。

4. 轉讓、出借或出租教練證予他人使用。

二十一、 報名手續：自公告即日起至 110 年 SUP-10 月 22/獨木舟 11/5 報到當日止，請完成網路報名及匯款 1000 元，需繳交資料如下：

(1)報名表(現場填寫)。(2)數位相片 1 張(網路上傳)。(3)身分證正反面影本各乙份(紙本報到現場繳交)。(4)良民證(紙本報到現場繳交)。(5)報名費共計 3500 元整(上述資料如不齊全者，恕不受理報名。

)

二十二、 本講習報請中華民國體育運動總會核備後實施，修正亦同。

二十三、 附則：

(一)本講習會係依「教育部體育署」及「中華民國體育運動總會」所頒布之裁判三級制度的丙級教練課程授課。

(二)學科筆試測驗採百分法方式計算，七十分為合格；術科以實際操作方式進行，依操作方法正確程度予以評定為合格或不合格。

(三)講習會期間缺課或未參加學、術科測驗，或有學測、術測、術科實習、出席率、學習態度及習題作業等考核不合格者，將不發給合格證書，術科測驗請學員自備泳衣(褲)及泳具，講習會期間由主辦單位提供午餐、茶水、保險，其他食宿、交通自理。

(四)退費辦法：完成報名繳費後，因故不克參加要求退費者，於開課日前七天退還報名費(3500 元)的 90%，前三天退 80%，前一天退 70%，開課後不退費，未報到上課者視同放棄不退費；另因天災或法令修改等不可抗拒因素停課，或未達開班人數取消開班，全額退費。

社團法人中華民國水上救生協會(花蓮分會)
立式划槳/獨木舟 丙級教練講習學術科課程科目
授課時數配當表

日期	時間	課程名稱	授課講師
SUP 立槳 10/22(五)	18:30-19:00	報到	教練團
		始業式	教練委員會
		協會介紹暨講習作業與規定說明	張淑慧
	獨木舟 11/5(五)	19:10-20:00	SUP 立式划槳/獨木舟 介紹及教練守則(運動規則)
			待聘
20:10-21:00		SUP 立式划槳/獨木舟	待聘
19:10-22:30		器材介紹(運動基本技術)	待聘
SUP 立槳 10/23(六)	09:00-12:00	運動力學(運動科學理論)	朱文正
		運動心理學(運動科學理論)	朱文正
		運動生理學(運動科學理論)	朱文正
		運動社會學(運動科學理論)	朱文正
	12:10-16:00	體能訓練法	朱文正
		戰略戰術	朱文正
		運動營養學	朱文正
		運動傷害與防護	張淑慧
	16:00-18:00	立式划槳場域選擇及分析(指導技術)	待聘
		性別平等教育(性別意識與知能教育)	外聘
		各類型划槳及 SUP 調適及選擇(指導技術)	待聘
	18:00-18:30	學科測驗	
18:30-22:30	(指導技術)SUP 各項技巧如下實習及分組演練	教練團	
SUP 立槳 10/24(日)	08:00-12:00 13:00-17:00	術科操作、教練試講試教演練(指導技術)， SUP 各項技巧如下： 1.划槳槳面及挑整、2.單雙人攜板、3.入水及上板、4.座板及落水、5.水中上板、7.座板跪板站板、8.前進後退划板、9.轉彎迴轉划板、10.橫移靠板、11.水中救援、12.上岸、13.趴板手划板、14.各項進階划板技巧。	待聘
			待聘
			待聘
			待聘
	17:00-18:00	術科測驗	教練委員會
	18:00-18:10	綜合討論	教練委員會
獨木舟 11/7(日)	18:10	結訓典禮	花蓮分會
	備註		

社團法人中華民國水上救生協會
丙級教練講習會申請表

姓 名		二吋相片 2 張 (浮貼)
性 別	<input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女	
出生日期 (西元)	_____年 _____月 _____日	
身分證字號		
最高學歷		
服務單位 現任職務	單位：_____ 職務_____	
原持有 證照等級	<input type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> 有_____級，證號_____	
聯絡電話	(H) _____ (手機) _____	
E-mail		
聯絡地址		
緊急聯絡人		
聯絡電話		
關 係		
備 註	1. 申請前請詳閱講習會實施辦法，完成繳費報名後視為同意講習辦法各條款不得異議。 2. 申請時應檢附彩色半身照片，並 mail 彩色電子檔照片至本會 ctwlsa@hotmail.com ，以製頒證照。 3. 請自備泳裝參訓。	