# 中華民國帆船協會115年度A級教練講習會實施計畫

經中華民國體育運動總會115年10月16日體總輔字第1150002704號函備查

一、 依據：《特定體育團體辦理運動教練資格檢定及管理辦法》及中華民國帆船協會「115年辦理教練資格檢定及管理實施計畫」辦理。

二、 目的：為推動帆船運動風氣，提升我國教練專業能力與技術水準，及推廣帆船運動之發展事宜，特舉辦本講習會。

三、 指導單位：運動部、中華民國體育運動總會

四、 主辦單位：中華民國帆船協會

五、 承辦單位：中華民國帆船協會

六、 協辦單位：屏東縣體育會帆船委員會

七、 講習會時間：線上課程於實體課程結束前完成、實體課程115年11月5至6日，共計40小時。

八、 講習會地點：線上課程、屏東青州灣。

九、 參加資格：凡滿20歲以上，取得 B 級帆船教練證 3 年以上，具從事帆船教練實務工作經驗，或獲得二等一級以上國光體育獎章者。

十、 報名資訊：即日起至115年10月23日(星期五)中午12點止，逾期不受理。

（一）報名方式：回填附件1至3、大頭照電子檔及匯款截圖畫面email至tpesailing@ct-sailing.org.tw，並來電02-87711442確認報名成功。

（二）報名費用：

1.新訓學員：新臺幣3,000元整。

2.專業進修課程(6小時)：新臺幣1,500元整。

3.補發、換證與展延：新臺幣500元整。

4.成績複查：新臺幣500元整。

（三） 繳費資訊：

土地銀行澎湖分行 戶名：中華民國帆船協會 帳號：040-001-114818

（四）實施方式：

1.開課人數：5人(含)以上開課。

2. 課程分為學科專業課程與術科水上實際操作，線上及實體課程總計時數 40 小時。線上課程須於 115 年 11 月 6 日程結束前向本會提供時數證明(紙本或電子檔)。

3. 完成課程並取得測驗合格者，由中華民國帆船協會報請中華民國體育運動總會，核准後頒發 A 級教練證。

4. 若遇天災或其他特殊狀況須予延期時，本會將儘快通告參加講習會之相關人員與單位。

十一、講習會課程表:(實體課程依實際狀況，由當日講師斟酌調整)

| 日期 | 時間 | 課　程　名　稱 | 時數 | 講師 |
|---|---|---|---|---|
| 線上課程：<br>即日起至 115 年 11 月 6 日<br>實體課程結束前完成 | | 運動禁藥管制教育課程 | 2 | 陳柏儀 |
| | | 運動與人權性別與運動參與 | 2 | 陳昱文 |
| | | 兒童權利公約與案例分享 | 1 | 黃翠紋 |
| | | 運動心理秘笈 | 3 | 彭涵妮 |
| | | 以運動生理建構運動科學知識基礎 | 1 | 林嘉志 |
| | | 訓練計畫撰寫 | 2 | 楊政盛 |
| | | 教練領導統御 | 3 | 高三福 |
| | | 情緒調節 | 1 | 曲智鑛 |
| | | 情緒調節進階-壓力調節策略 | 1 | 曲智鑛 |
| | | 運動醫學快速上手 | 4 | 劉又銓<br>吳易澄 |
| | | 運動生物力學 | 1 | 相子元 |
| | | 法律義務與責任 | 3 | 林佳和 |
| | | 教練心理學總論 | 1 | 高三福 |
| | | 肌力體能訓練指導實務 | 2 | 林韻茹<br>等人 |
| 11/5(四)<br>實體課程<br>第一天 | 09:00-17:00<br>(午休 1 小時) | 奧會模式 | 1 | 待聘 |
| | | 帆船運動專業術語(英文) | 2 | 待聘 |
| | | 帆船競賽規則與實務案例 | 2 | 待聘 |
| | | 國際帆船教練培訓準則與制度 | 1 | 待聘 |
| | | 水域安全與救援 | 1 | 待聘 |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 11/6(五)<br>實體課程<br>第二天 | 09:00-16:00 | 技術操作實作與綜合討論 | 6 | 待聘 |
| | | 總計 | 40 | |

※上課須知：

1. 講習會期間缺課時數達 4 小時(含)以上者，不得參與學科及術科測驗。
2. 以上課程如有變動，將通知所有學員更改之時間及地點(以現場公告或線上通知為主)。
3. 測驗成績達成標準：學術科各佔比 50% 平均 85 分合格 (含)以上為及格標準。

十二、其他注意事項:

（一）新訓學員於實體開課第 1 天報到時繳交近一個月內警察刑事紀錄證明書（良民證）。

（二） 活動期間請假時數超過 4 小時(含)以上者，不得參與資格測驗。

（三） 活動現場提供講義、午餐、保險，其餘膳宿、交通等費用請自理。

（四） 參與術科課程請自備個人救生衣、防寒、防曬、防滑膠鞋及換洗衣物等。參與學科課程請自備 2025-2028 年帆船競賽規則書，如需購買中英譯版請電洽本會，每本新臺幣 450 元整。

（五） 對於學科及術科測驗結果有異議者，得於收到測驗結果次日起七日內向本會提出成績複查申請。本會將於成績複查申請受理次日起十五日內，將複查結果送達申請人。

（六）進修規範：

1. 教練證有效期間為四年；經參加專業進修課程累計達四十八小時，並每年至少六小時者，於效期屆滿三個月前至六個月內之期間，得向本會申請教練證效期之展延，每次展延期間為四年。

2. 前述專業進修課程時數請見「中華民國帆船協會 115 年度辦理教練資格檢定及管理實施計畫」附件一。

十三、性騷擾防治申訴及兒童及少年保護事件通報

（一）若是有人使用明示或暗示方法，表現出不受歡迎且具有性意味或性別歧視的言語或行為，而損害到他人的人格尊嚴，或不當影響他人的學習、工作機會或

造成使人心生畏怖，感受敵意或冒犯的情境，但未達性侵害程度者，皆可以稱為性騷擾。若遇性騷擾時，請尋求協助或提出申訴；若被觸摸隱私處，請向警察機關提出告訴。

（二）民眾如於本會辦理之活動或賽事中發現有兒童或少年遭受暴力行為之情事，請向本會聯繫窗口通報。本會知悉參與活動之兒童或少年有遭受暴力行為之情事，將於 24 小時內優先通報「社會安全網-關懷 e 起來」線上求助平臺或電話撥打 113 保護專線進行通報(並視情形評估是否需協助報警及就醫)，同時函報運動部。

（三）本會申訴及通報管道

1. 受理單位：中華民國帆船協會
2. 受理電話：02-8771-1442
3. 傳真電話：02-2740-3395
4. Email：tpesailing@ct-sailing.org.tw
5. 受理信箱：10489 臺北市中山區朱崙街 20 號 903 室
6. Line 官方帳號：@343jdxcc

十四、 本辦法經送中華民國體育運動總會核定後實施，修正時亦同。

附件一

# 115 年 A 級教練講習會報名表

<table>
<tr><td>姓　　名</td><td colspan="2"></td><td colspan="2">增能學員□是 □否</td><td rowspan="4">大頭照<br>電子檔</td></tr>
<tr><td>性　　別</td><td colspan="2">□男　　□女</td><td>專長船型</td><td></td></tr>
<tr><td>身分證字號</td><td colspan="2"></td><td>帆船經歷</td><td>年</td></tr>
<tr><td>生日<br>(西元)</td><td colspan="2">年 月 日</td><td colspan="2">□ 有 □ 無 動力小艇駕照</td></tr>
<tr><td>通訊地址</td><td colspan="5"></td></tr>
<tr><td>聯絡電話</td><td colspan="3">(H)　　(手機)</td><td>最高學歷</td><td></td></tr>
<tr><td>服務單位<br>現任職務</td><td colspan="5">單位：＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿ 職務：</td></tr>
<tr><td>E-Mail</td><td colspan="5"></td></tr>
<tr><td>飲食習慣</td><td colspan="2">□葷食　□素食</td><td colspan="3">□ 我要購買「2025-2028 帆船競賽則」</td></tr>
<tr><td>審查資格<br>(由主辦單填寫)</td><td colspan="5">□報名表 □大頭照電子檔 □切結書 □具結書 □良民證<br>□新訓費用 3,000 元 □2025-2028 帆船競賽規則書 450 元<br>□增能 6 小時 1,500 元 □其他：</td></tr>
<tr><td>報名費用<br>繳交方式<br>(由主辦單填寫)</td><td colspan="5">□ 現場繳交：(經手：＿＿＿＿＿＿)</td></tr>
<tr><td>備註</td><td colspan="5">匯款帳號後 5 碼：</td></tr>
<tr><td>B 級或 A 級教練<br>證影本</td><td colspan="5">(請貼於此)</td></tr>
</table>

附件二

# 中華民國帆船協會
# 115年A級教練講習會活動切結書

（請與報名表一起回傳）

本人＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿自願報名於中華民國115年11月5至6日（共2天)參加「115年度A級教練講習會」活動，茲切結同意下列事項：

1. 本人在講習會活動期間，將確實遵守相關規範，並聽從培訓人員之相關安全指示，否則一切後果自行負責。
2. 本人於參加講習活動前，確已申請辦理保險。
3. 本人於參加實作演練時絕對遵守穿著救生衣及必要安全配備之規定。
4. 本人自認身體健康狀況良好，無高血壓、心血管疾病等高風險病症，適合從事海洋體驗活動，如有隱瞞而發生意外，由本人自負一切後果。

立切結書人：＿＿＿＿＿＿＿＿（簽名欄）

緊急聯絡人：＿＿＿＿＿＿＿＿（簽名欄）

聯絡人電話：

簽署日期： 115 年　　月　　日

附件三

# 中華民國帆船協會
# A級教練講習會具結書

（請與報名表一起回傳）

具結人_____申請參加中華民國帆船協會辦理之 A 級教練講習會，茲聲明本人確無「特定體育團體建立運動教練資格檢定及管理辦法」第 4 條、第 4 條之 1 規定情形，若被查出有上開規定情形，講習會已辦理，同意報名費不再退回及已核發教練證註銷，特立具結書為證。

此致

中華民國帆船協會

具結人：_____（簽名或蓋章）

身分證統一編號：_____

住 址：_____

電 話：_____

中華民國 115 年　　月　　日