

中華民國帆船協會 112 年度 C 級教練講習會實施計畫

中華民國體育運動總會 112 年 11 月 6 日體總業字 1120002576 號備查

- 一、依據：依據中華民國體育運動總會輔導特定體育團體建立運動教練制度章則第五點第四項規定及中華民國帆船協會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：教育部體育署、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：桃園市體育總會帆船委員會
- 六、協辦單位：國立金門大學運動與休閒學系
- 七、講習會時間：112 年 12 月 1 至 3 日，共計三日
- 八、講習會地點：國立金門大學運動與休閒系階梯教室、金沙鎮銘傳湖
- 九、參加資格：凡年滿二十歲以上，高級中等學校以上畢業，受運動帆船專業訓練，並熟悉運動之教育訓練及競賽規則且品行端正愛好體育運動之人員。
- 十、報名日期：即日起至 112 年 11 月 25 日(星期六)，逾期不予受理。
- 十一、報名方式：
 1. 電子化報名：將報名表(附件一)、活動切結書(附件二)、具結書(附件三)填妥，於規定時間內連同大頭照 Email 至 tysail2008@gmail.com 後，致電詹教練 0933-784-886 確認報名成功。
 2. 紙本報名：將報名表(附件一)、活動切結書(附件二)、具結書(附件三)填妥，於規定時間內繳交至國立金門大學運動與休閒學系(金門縣金寧鄉大學路 1 號)，並 Email 大頭照電子檔至 tysail2008@gmail.com。
- 十二、報名注意事項：
 1. 若為增能學員，請於報名表詳細註明為「增能學員」及欲參加課程。
 2. 收費方式：新訓學員除報名費用 2,500 元外需加上檢定費 300 元。
 - (1) 新訓學員：新臺幣 2,500 元整。
 - (2) 增能學員：新臺幣 500 元整/6 小時，1,000 元/12 小時

(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。

(5) 檢定費：新臺幣 300 元整。

3. 報名費與良民證請於 112 年 12 月 1 日(星期五)開課當天報到時現場繳交完畢。

十三、預計開課人數：15 人以上開課，未達開班人數由承辦單位斟酌辦理。

十四、實施方式：

1. 講習分為專業課程與水上實際操作。
2. 每日課程為 8 至 9 小時，三天課程，總計 25.5 小時。
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 C 級教練證。
4. 若遇颱風等特殊狀況須予延期時，將通告有關參加講習會人員。

十五、講習會課程表:(依實際狀況，由當日講師斟酌調整)

帆船 C 級教練講習會課程表					
日期	時 間	課程名稱	備 註	時數	講師
第一天 12月1日(五)	08:00~08:30	報到			
	08:30~09:30	國家體育政策		1	詹前明
	09:30~11:30	教練職責與素養	運動基本技術	2	王勇陪
		選手之甄選與訓練計畫擬定、執行	運動指導技術		
	11:30~12:30	帆船競賽組織架構	運動指導技術	1	
	12:30~13:30	午 餐			
	13:30~14:30	個別船型實務特性	運動器械維護	1	
	14:30~15:30	戰略與戰術運用	運動戰略與戰術	1	黃仲凌
	15:30~18:00	航行理論、技術與安全	運動科學理論	2.5	
第二天 12月2日(六)	08:00~09:00	運動禁藥與管制*	運動醫藥學	1	劉永和
	09:00~10:00	運動傷害與基礎急救	運動傷害防護	1	
	10:00~11:00	兒童訓練與安全*	兒少權利與安全	1	
	11:00~12:30	校園與運動性別平權*	性別平等教育	1.5	侯建州
	12:30~13:30	午 餐			
	13:30~15:30	競賽規則、競賽旗號;抗議事件應對處理	運動規則	2	詹前明
	15:30~16:30	帆船專項英文術語*	運動基本英文	1	
	16:30~18:00	抗議事件程序與要件案例分析及研討	運動規則	1.5	
第三天 12月3日(日)	08:00~09:00	各船型不同階段體能之訓練	運動體能訓練法	1	王勇陪 詹前明
	09:00~10:00	運動與營養	運動營養學	1	
	10:00~12:00	起航、終航、繞標作業	實務演練	2	
	12:00~13:00	午 餐			
	13:00~15:00	綜合實作、術科測試	實務演練	2	教練群
	15:00~17:00	綜合實作、學科測驗		2	
			總計	25.5	

上課須知：

1. 講習會期間請假時數達 4 小時(含)以上者，不得參與資格測驗。以上課程如有變動會事先通知所有學員更改之時間及地點(以現場公告為主)。
2. 學科及術科測驗成績達成之標準：測驗成績分數需達 70 分(含)以上為及格標準。

十六、其他注意事項：

1. 報到需繳交附件一至三資料與大頭照電子檔，另須檢附近一個月內警察刑事紀錄證明書(良民證)。
2. 講習會期間請假時數達 4 小時(含)以上者，不得參與資格測驗。
3. 講習會期間本會提供講義、午餐(飲用水)、保險，其餘膳宿、交通請自理。
4. 請自備個人防寒、防曬、防滑膠鞋及換洗衣物、救生衣。
5. 若遇特殊狀況須予延期時，本會將儘快通告有關參加講習會之人員和單位。

十七、 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

112 年 C 級教練講習會報名表

姓 名			增能學員 ☐ 是 ☐ 否	大頭照 電子檔
性 別	☐ 男 ☐ 女	專長船型		
身分證字號		帆船經歷	年	
生日 (西元)	年 月 日	動力小艇駕照： ☐ 有 ☐ 無		
通訊地址				
聯絡電話	(H)	(手機)	最高學歷	
服務單位 現任職務	單位：_____ 職務：_____			
E-Mail				
飲食習慣	☐ 葷食 ☐ 素食			
審查資格 (由主辦單填寫)	☐ 報名表 ☐ 大頭照電子檔 ☐ 切結書 ☐ 良民證 ☐ 報名費用 2,500 元 ☐ 500 元 ☐ 1,000 元 ☐ 檢定費 300 元			
報名費用 繳交方式 (由主辦單填寫)	☐ 現場繳交：(經手：_____)			
備 註	※年滿二十足歲以上，高級中等學校以上畢業，受運動帆船專業訓練，並熟悉運動之教育訓練及競賽規則且品行端正愛好體育運動之人員。 ※若為增能學員，欲參加課程：			
增能學員 證照影本				

附件二

112年度C級教練講習會活動切結書

(請填寫後於報到時一併繳交)

本人_____自願報名於中華民國112年12月1日至3日(共3天)
參加「112年度C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： 112 年 月 日

附件三

中華民國帆船協會 C 級教練講習會 具結書

具結人_____申請參加中華民國帆船協會辦理之 C 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 112 年 月 日