

臺中市體育總會民俗體育委員會辦理 111 年丙級教練講習實施計畫

- 一、宗旨：紮實臺灣地區民俗體育運動之基礎發展，提升民俗體育運動教練之人才庫與素養，建立完善之民俗體育運動運動制度，進而提高民俗體育運動之水準
- 二、依據：中華民國民俗體育運動協會教練制度實施計畫辦法之規定辦理
- 三、指導單位：中華民國體育運動總會、臺中市體育總會
- 四、主辦單位：中華民國民俗體育運動協會
- 五、承辦單位：臺中市體育總會民俗體育委員會
- 六、協辦單位：臺中市沙鹿區斗抵里辦公處、臺中市沙鹿區斗抵社區發展協會、臺中市沙鹿區文光國民小學、臺中市潭子區新興國民小學、臺中市烏日區喀哩國民小學
- 七、講習日期：中華民國 111 年 1 月 22 號（星期六）至 24 日（星期一）止，合計三日
- 八、講習地點：臺中市沙鹿區斗抵社區發展協會一樓社區活動教室（臺中市沙鹿區斗潭路 197 號）
- 九、名額：20 至 60 名（報名達 20 人即開班，且網站公告週知）
- 十、參加人員：
 1. 凡年滿 18 歲之在學學生、社會青年、對民俗體育運動具有興趣之社會人士。
 2. 高級中等以上學校畢業者。
- 十一、報名日期：本講習實施辦法報請中華民國體育總會核備後，即日起接受報名至 111 年 1 月 18 日止
- 十二、報名方式：
 1. 採線上報名完成，且須自行列印報名表紙本，且黏貼身分證正反面影印本。
 2. 學員報到時需繳交報名表紙本（如附件二），及背面註明姓名之 2 吋照片 3 張。
 3. 報到地點：臺中市沙鹿區斗抵社區發展協會（臺中市沙鹿區斗抵里斗潭路 197 號）。
- 十三、報名地點及費用：
 1. 報名費用新臺幣貳仟元整，請於 111 年 1 月 22 日現場繳費完畢。
 2. 請至臺中市體育總會民俗體育運動委員會網站(<http://tcfolksorts.blogspot.tw/>)報名。
 3. 報名後，未參加或中途退出講習者，不予退費。
- 十四、講師：聘請國內具備民俗體育運動知識，資歷豐富之專家學者擔任講師及示範
- 十五、授課內容：如課程表（附件一）
- 十六、組織與職掌：為完成研習任務，視實際需要採取組織分工職掌如下：

- 1.總幹事：負責接洽講師、共同研擬安排授課內容、時間與方式。
- 2.副總幹事：負責講師之接待。
- 3.教學訓練組：組長、組員各一人，負責研習會所需資料之準備及分發工作。
- 4.行政組：綜理研習會全盤行政業務。

十七、完成講習人員經筆試合格及擔任實習教練合格後，由本會備冊連同資料卡函送中華民國民俗體育運動協會及中華民國體育運動總會核備後，再由本會核發教練證。

十八、一般規定：

- 1.參加講習人員報到時間為 1 月 21 日上午 07:50 起，午膳由承辦單位提供，旅費自行負擔。
- 2.參加講習人員請攜帶證件、以及上課器材（扯鈴乙套、跳繩乙條、陀螺一個及毬子二個），得向臺中市體育總會民俗體育運動委員會借用。

十九、本計畫由中華民國民俗體育運動協會轉呈中華民國體育運動總會核備後實行，修正時亦同。

二十、本計畫刊載於臺中市體育總會民俗體育運動委員會網站(<http://tcfolksorts.blogspot.tw/>)及中華民國民俗體育運動協會網站(<https://folk.utaipei.edu.tw>)，可自行下載。

二十一、注意事項：

- 1.本講習相關資訊以臺中市體育總會民俗體育委員會(<http://tcfolksorts.blogspot.tw/>)網站公告為主。
- 2.學員需全程參與課程並完成考試，學科及術科測驗各達 70 分以上及格，並經中華民國民俗體育運動協會核備後，轉呈中華民國體育運動總會並授予民俗體育運動丙級教練證。

3.本講習會業務承辦人：

臺中市體育總會民俗體育運動委員會

總幹事：張見都(0921-315552)(tea3600@yahoo.com.tw)、副總幹事鍾義豐(0912-016506)

二十二、本辦法如有未盡事宜，另行公告之相關資訊請至臺中市體育總會民俗體育委員會網站(<http://tcfolksorts.blogspot.tw/>)瀏覽及下載。

二十三、本實施計畫報請中華民國民俗體育運動協會，並呈轉中華民國體育運動總會核備後實施，修正時亦同。

臺中市體育總會民俗體育委員會 111年丙級教練講習課程內容

日期 課程表	1月22日	1月23日	1月24日
第一節 08:20-09:10	始業式(20分) 民俗體育運動 體能訓練法	運動營養學	民俗體育 運動傷害與防護
第二節 09:20-10:10	民俗體育運動 體能訓練法	運動營養學	民俗體育 運動傷害與防護
第三節 10:20-10:10	性別平等教育	運動科學理論 (生理學、心理學、力 學、社會學)	民俗體育運動 戰略與戰術
第四節 11:20-12:10	性別平等教育	運動科學理論 (生理學、心理學、力 學、社會學)	民俗體育運動 戰略與戰術
12:10-13:00	午餐時間		
第五節 13:10-14:00	民俗體育運動 陀螺比賽規則及 判例講解	民俗體育運動 跳繩比賽規則及 判例講解	民俗體育運動 踢毬比賽規則及 判例講解
第六節 14:10-15:00	民俗體育運動 陀螺比賽規則及 判例講解	民俗體育運動 跳繩比賽規則及 判例講解	民俗體育運動 踢毬比賽規則及 判例講解
第七節 15:10-16:10	民俗體育運動 扯鈴比賽規則及 判例講解	民俗體育運動 基本技術與技術指導	民俗體育運動 學科測驗
第八節 16:10-17:00	民俗體育運動 扯鈴比賽規則及 判例講解	民俗體育運動 基本技術與技術指導	民俗體育運動 學科測驗 (結業式)
備註	本課程在聘請講師後，再做適當配課予調整		

臺中市體育總會民俗體育委員會辦理111年丙級教練講習報名表

姓 名		生 日	年 月 日	照 片 (背面註明姓名)
性 別		身分證 字 號		
通 訊 地 址				
聯 繫 方 式	公		行動電話	
	line			
電 子 信 箱				
最 高 學 歷		專長項目	<input type="checkbox"/> 扯鈴 <input type="checkbox"/> 跳繩 <input type="checkbox"/> 踢毬 <input type="checkbox"/> 陀螺 <input type="checkbox"/> 風箏 <input type="checkbox"/> 其他_____	
現 職		飲 食 (請勾選)	<input type="checkbox"/> 葷食 <input type="checkbox"/> 素食	
民俗體育 運動經驗	請擇要條列經歷或個人期望:			
備 註	1. 本表請依規格詳細填寫 2. 報名後須繳交報名費新臺幣貳仟元整，請保留匯款單。未完全參加講習者，不予退費。 3. 臺中市體育總會民俗體育運動委員會連絡電話：0921-315552(張總幹事)、0912-016506(鍾副總幹事) 4. 報名達20人即開班，且於網站公告週知。臺中市體育總會民俗體育運動委員會網站(http://tcfolkssorts.blogspot.tw/) 5. 請上傳個人大頭照2吋照片檔案至 tea3600@yahoo.com.tw			

★身分證正、反面影印本浮貼處