

中華民國輕艇協會 111 年度輕艇龍舟 C 級教練講習會

實施計畫

- 一、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辦理。
- 二、目的:為增進教練專業知識及技能，提升輕艇龍舟運動教練素質，培養輕艇龍舟教練人才，深化我國輕艇龍舟技術水準，特訂定本實施計畫。
- 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:中華民國輕艇協會
- 五、承辦單位:屏東縣體育會輕艇委員會
- 六、協辦單位:屏東縣體育會龍舟委員會
- 七、舉辦日期:中華民國 111 年 5 月 20-22 日(星期五-日)。
- 八、舉辦地點:
 - (一) 學科:屏東縣體育會輕艇委員會(屏東市忠孝路 124 號)
 - (二) 術科:屏東縣東港溪水域。
- 九、參加對象及資格:年滿 20 歲以上(民國 91 年 5 月 20 日以前出生者)，高級中等以上學校畢業，對輕艇龍舟教練工作有興趣者均可報名參加。
- 十、報名方式:
 - (一) 即日起至民國 111 年 5 月 5 日止。
 - (二) 報名:填寫 google 表單 <https://forms.gle/1PqRJtsaYRYMSWmJ6>，繳交最近一個月內核發之警察刑事紀錄證明(良民證)並於報到時繳交;具外國籍者，應檢附原護照國開具之行為良好證明文件。(所填報名參加本活動之個人資料，僅供本活動相關用途使用)。
 - (三) 報名費:新台幣 2,500 元整(含講義、午餐便當、保險費、證照檢定費)。請以匯款方式繳交，匯款帳戶-合作金庫銀行北新分行，帳號:5333-717-500781，戶名:中華民國輕艇協會。匯款後請來電告知，電話:(02)2918-5151。未完成報名費繳交者，視同未報名。
 - (四) 預計培訓 30 人(額滿截止);如未參加，所繳費用於扣除相關行政作業所需支出後退還餘款。報名人數未達 15 人時，本講習會取消辦理，已繳費用無息退還。
 - (五) 聯絡人:黃秋譯小姐 E-mail:tpedragon@yahoo.com.tw。

- 十一、課程內容:預定課程表如附表二，課程次序則依邀請講師授課日期時間變動調整。
- 十二、授課講師資歷:如講習手冊。
- 十三、及格標準:講習期間出席正常【缺課少於四小時】及學科測驗 80 分(含)。
- 十四、發證方式:規定課程時數修滿，學科、術科測驗均屬及格，由中華民國輕艇協會報中華民國體育運動總會備查後，核發 C 級教練證。
- 十五、其他注意事項:
- (一) 因應新型冠狀病毒疫情及確保參加人員健康與安全，所有符合居家檢疫、居家隔離以及自主健康管理未解除者，不得報名是項講習，另若有呼吸道症狀亦勿報名參加。
 - (二) 為防範新型冠狀病毒擴散，承辦單位將實施相關防疫措施(如:講習期間全程配戴口罩、量測體溫等)，敬請配合實施，另相關防疫措施依中央流行疫情指揮中心規定進行滾動式修正。
 - (三) 學員全程參加講習會者，由中華民國輕艇協會核發研習證書。
 - (四) 講習會參加學員差旅費請向原服務單位申請報支。
 - (五) 講習會參加學員所需之教材講義及午餐便當由承辦單位提供，其餘膳宿及交通自理，講習會參加學員請穿著運動服裝、運動鞋，以利實務操作，水域實習課程請著泳裝或合適之運動服。
 - (六) 凡參加講習會學員缺課達四小時以上者，喪失考試資格。
 - (七) 因故無法參加者請於活動舉行前 10 日通知本會，否則概不退費，另防疫期間特殊狀況除外。
- 十六、本計畫經中華民國體育運動總會備查後實施，修正時亦同。

中華民國輕艇協會 111 年輕艇龍舟 C 級教練講習會課程表

日期	5 月 20 日(五)	5 月 21 日(六)	5 月 22 日(日)
地點	屏東縣體育會輕艇委員會 (屏東市忠孝路 124 號)		屏東縣東港溪水域
08:10-09:00	報到 始業式	運動科學概論 (心理學、生物力學)	體能訓練介紹 與操作
09:10-10:00	國際龍舟規則 龍舟專項英文		
10:10-11:00		輕艇龍舟歷史沿革 與國際發展現況	龍舟技術介紹 與操作
11:10-12:00		運動營養學	
12:00-13:10	午休		
13:10-14:00	運動訓練概論(一) (運動教練、訓練學，訓練計畫擬定)	運動傷害防護 及急救	分組教學及實作
14:10-15:00			
15:10-16:00	運動訓練概論(二) (體能測驗、評估及訓練，競賽技術及戰術)	性別平等教育	綜合座談 學、術科測驗 (結業式)
16:10-17:00		運動禁藥	