

中華民國田徑協會教練制度實施計畫

中華民國 107 年理監事會修正

- 一、 本辦法依國民體育法（以下簡稱本法）第三十一條規定暨中華民國體育運動總會「全國各運動協會建立教練制度實施準則」之規定辦理。
- 二、 目的為提昇教練素質，培養優秀教練人才，健全教練制度，樹立教練權威，俾利全面田徑運動發展，提高田徑運動成績。
- 三、 田徑教練（以下簡稱教練）之分級及其得從事之運動指導、訓練工作，分三級規定如下：
 - （一）C 級教練：擔任各級政府(縣/市)或特定體育團體舉辦之各種運動賽會或競賽之教練。
 - （二）B 級教練：擔任國家代表隊助理教練及前款工作。
 - （三）A 級教練：擔任國家代表隊總教練及前款工作。由中華民國體育運動總會核定。
- 四、 資格及晉級：
 - （一）C 級教練：凡具備下列資格條件，參加 C 級(包括大專田徑委員會)田徑教練講習會，經考試合格者，報請中華民國田徑協會核發 C 級教練證。
 1. 年滿二十歲以上。
 2. 高級中等以上學校畢業(含同等學歷)。
 3. 身體健康品行端正。
 4. 嫻熟田徑競賽規則並熟悉田徑教育訓練工作。
 - （二）B 級教練：凡年滿二十二歲具備下列資格，參加 B 級教練講習會，經考試合格者，報請中華民國田徑協會核發 B 級教練證。
 1. 凡獲 C 級教練證二年以上並具有田徑教練經驗且卓有成績者。
 2. 曾當選奧林匹克運動會、亞洲運動會、帕拉林匹克運動會、聽障達福林匹克運動會、世界運動會、世界單項運動正式錦標賽之國家代表隊選手者。
 3. 具有田徑運動項目之職業運動員身分。
 4. 具有教育部體育署審訂合格初級田徑運動教練證。
 - （三）A 級教練：凡具備下列資格條件，參加 A 級教練講習會，經考試合格者，由本會報請中華民國體育運動總會核發國家級教練證。
 1. 凡獲 B 級教練證三年以上並具有田徑教練經驗且卓有成績者。
 2. 現任大專院校體育講師且擔任田徑教練或田徑教學三年以上，卓有成績者。
 3. 獲得田徑運動項目二等一級以上國光體育獎章。
 - （四）持有國外教練證人員，其申請換證之審查資格條件，由本會成立審訂小組審訂之。
- 五、 喪失及恢復：
 - （一）有下列情形之一者，不得申請教練資格之檢定：
 1. 犯傷害罪章。但其屬過失犯，不包括之。

2. 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。
 3. 犯毒品危害防制條例之罪。
 4. 犯殺人罪。
 5. 違反運動禁藥管制辦法相關規定。
- (二) 請教練之檢定，應填具申請書並檢附下列文件、資料，並繳納檢定及證書費用，向特定體育團體提出：
1. 國民身分證、護照或其他身分證明文件。
 2. 符合第四條資格規定之證明文件。
 3. 良民證或最近一個月內核發之無違反前條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。
- (三) B、A 級教練每三年至少應參加本會舉辦之教練講習會或擔任講師一次，否則喪失教練資格。
- (四) 已喪失 B、A 級教資格，倘能再參加本會所舉辦之教練講習會且經考試合格者，可恢復 B、A 級教練資格。

六、 訓練：

- (一) 講習會：各級教練講習會內容、方式、授課時數、講師等規定如下：
1. 內容：
 - (1) 田徑體能訓練法
 - (2) 田徑運動基本技術
 - (3) 田徑運動規則
 - (4) 田徑指導技術
 - (5) 田徑戰略及技術
 - (6) 運動醫學與營養
 - (7) 運動科學理論(生理學、力學、社會學)
 - (8) 英文(A 與 B 級教練講習會必修課程)
 2. 方式：採集中講習方式。
 3. 授課時數：C 級 24 小時以上，B 級 32 小時以上，A 級 40 小時以上。
 4. 講師：聘請國內外專家學者或國際田徑總會(IAAF)認定之講師授課。
 5. 講習會課程及測驗包括學科及術科。
 6. 各縣市田徑委員(協)會應辦理 C 級講習會每年至少二次。B 級及 A 級教練講習會每年至少一次。前述所定 B 級教練講習會僅得由直轄市田徑委員(協)會辦理。前述所定 A 級國家級教練講習會僅得由本會辦理。
 7. 前述所定 C 級教練講習會，各縣市田徑委員(協)會得自行辦理或委託地方性體育團體、中華民國大專院校體育總會與中華民國高級中等學校體育總會(受託團體)辦理，並得由受託團體向各縣市田徑委員(協)會申請辦理。
- (二) 國外進修：為吸收新知、強化教練能力、本會得遴選教練出國進修或參加國際田徑教練講習會，其遴選之原則如下：

1. 需為本會的 A 級教練並考量其年度訓練績效、年齡、外文能力等條件。
2. 符合中華民國體育運動總會教練出國進修及參加講習會之規定。

七、教練證有效期間：

- (一) 教練證有效期間為 4 年；經參加專業進修課程累計達 48 小時，並每年至少 6 小時者，得於效期屆滿 3 個月前至 6 個月內之期間，得向本會團體會員申請教練證效期之展延，每次展延期間為四年。
- (二) 教練證展延相關規定如下：
 1. A 級：滿足 4 年內參加專業進修課程 64 小時。
 2. B 級：滿足 4 年內參加專業進修課程 56 小時。
 3. C 級：滿足 4 年內參加專業進修課程 48 小時。
- (三) 前項專業進修課程，係指由本會團體會員、受託團體與本會團體會員認可之其他體育團體或國際體育組織辦理之課程。

八、教練證費、補發與換發：

- (一) 製證費：新臺幣 200 元/張。
- (二) 申請補發與換發：申請者通過資格檢定後，均向本會團體會員提出教練證之補發與換發。
- (三) 持國外教練證者，申請換證審查之條件由本會成立審訂小組審訂之，並送本會與中華民國體育運動總會備查。
- (四) 本會團體會員應就已獲教練資格人員造冊並妥善保存，並建立教練資料庫。
- (五) 獲得教練資格人員名冊送本會與中華民國體育運動總會備查。

九、教練任用、管理與獎懲：

- (一) 教練任用：
 1. 各級田徑教練應接受各縣市(省、市)田徑委員(協)會之聘用，遵守有關規定，擔任教練工作，並重視田徑選手運精神與運動道德之培養。
 2. 各級田徑教練須參加本會團體會員舉辦之講習會。
 3. 國家級教練應接受本會聘請，遵守有關規定擔任國家代表隊教練，或遴派參加國外進修及國際田徑教練講習會。除外，應擔任 C，B 級(縣市省級)田徑教練講習會之講師。
 4. 擔任本會派隊參加奧林匹克委員會、亞洲運動會、世界大學運動會、世界田徑錦標賽與亞洲田徑錦標賽國家隊教練需具備 A 級教練證資格者始得擔任。
 5. 擔任本會其他國際賽事國家隊教練需具備 B 級以上教練證資格者始得擔任。
- (二) 教練管理：本會團體會員應依照人員名冊對培養所屬縣市基層教練定期加強追蹤輔導工作。
- (三) 教練獎懲：
 1. 各縣市(省、市)田徑委員(協)會每年應考核各級教練績效，對績效優異者各主任委員(會長)應予以獎勵。凡對田徑有特殊貢獻者，則由本會或報請教育部體育署及中華民國體育運動總會獎

勵之。

2. 各級教練如有違反規章之情事，得由各級田徑委員(協)會之獎懲委員會議處。獎懲委員會組織章程另訂之。

十、教練工作倫理：教練應遵守下列規範：

- (一) 謹守專業倫理、發揮身教與言教之功能及展現運動風度。
- (二) 維護運動員權益。
- (三) 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。
- (四) 熟悉訓練原理及比賽規則，並定期參加相關進修活動。
- (五) 對運動員不得有性騷擾之行為。

十一、教練證註銷：持有教練證人員，有下列情事之一者，由本會與本會團體會員註銷其教練證，且在三年內不受理其申請檢定：

- (一) 申請檢定文件、資料不實。
- (二) 取得教練證後，有第五條第(一)項規定情形之一。
- (三) 違反前條規定，且情節重大。
- (四) 轉讓、出借或出租教練證予他人使用。

教練經前項規定註銷資格者，自註銷之日起三年後，始得依本辦法規定申請資格之檢定。

十二、本辦法經本會理事會通過後，報請中華民國體育運動總會核備後公告一年後實施，修正時亦同。

中華民國田徑協會各級教練講習會課綱規畫

107.7.26 版

本課綱規劃適用新實施辦法通過後執行之研習會，新法考證並取得資格之教練學習時數科目採認適用

課綱主題	C 級	B 級	A 級
(1)田徑體能訓練法	各單項項目基礎體能訓練法(學科理論基礎、術科、基礎重量訓練知識)	1. 各單項項目體能訓練法(含輔助性的重量訓練課程規劃) 2. 運動員徑賽與田賽短期體能訓練發展計畫(適應周期頻率、體能測試與計畫修正)	1. 各單項項目體能訓練法(含搭配其他輔助訓練器具的訓練法) 2. 運動員徑賽與田賽長期體能訓練發展計畫
(2)田徑運動基本技術	各單項項目基礎技術研習(學、術科)	各單項項目進階技術研習(學、術科)	最新技術研習(學、術科)
(3)田徑運動規則	搭配國際田總頒佈最新競賽規則辦理	搭配國際田總頒佈最新競賽規則辦理	搭配國際田總頒佈最新競賽規則辦理
(4)田徑指導技術	各單項項目基礎指導技術	教練法回饋(Coaching Feedback) 影像輔助與應用	教練法回饋(Coaching Feedback) 影像分析、模組建立與應用
(5)田徑戰略及技術	基礎-訓練實務計畫撰寫	進階-亞青、世青、青奧訓練與奪牌專案計畫撰寫	高階-世大運、亞錦、世錦、奧亞運會訓練與奪牌計畫撰寫
(6)運動醫學與營養	基礎運動醫學與營養學	中階運動醫學與營養學(訓練的營養分期規劃、競賽準備期營養規劃)	高階運動醫學與營養學 (含高密度訓練/競賽的營養分期規劃)
(7)運動科學理論(生)	基礎運動生理學 基礎運動心理學	中階運動生理學(瞭解選練環境影響因素、訓練周期、能量系統、過	高階運動生理學(數據分析) 高階運動心理學(高強度競賽前/

理學、力學、社會學)	<p>基礎運動力學</p> <p>基礎社會學課程 (教練哲學、教練形象、瞭解運動員、選手的關係管理、倫理與道德、性別平等)</p> <p>運動禁藥管制課程(含運動禁藥管制辦法)</p>	<p>度訓練等)</p> <p>中階運動心理學 (團隊建立與凝聚力、競賽前/後選手與教練的心理準備技巧、個人高峰表現心理準備技巧)</p> <p>中階運動力學 (影像分析)</p> <p>選手選材相關課程</p> <p>中階社會學課程 (團隊管理、出國旅行準備工作知識、青少年管理、性別平等)</p> <p>中階運動禁藥管制課程(含藥檢採樣細節、案例介紹)</p>		<p>後選手與教練的心理準備技巧、個人高峰表現、大災難表現心理技巧)</p> <p>高階運動力學 (科技輔助分析產品應用)</p> <p>高階社會學課程 (領導、女性運動員輔導、性別平等)</p> <p>高階運動禁藥管制課程(含常見禁藥品名認識、案例介紹)</p>	
(8)英文	非必修	新版 TOEIC	225 分以上	新版 TOEIC	550 分以上
		全民英檢	初級	全民英檢	中級