

## 中華民國 107 年宜蘭縣田徑 C 級教練講習會實施計畫

### 壹、依據：

- 一、中華民國田徑協會教練制度實施辦法規定，有關教練資格分級甄試任用、晉級考核管理辦法實施。
- 二、本辦法經中華民國田徑協會 107 年 月 日田威訓字第 107 號函暨宜蘭縣政府 107 年 4 月 12 日府教體字第 1070000584 號函准予備查。

貳、主旨：為培養本縣專業田徑教練人才，提升田徑運動成績，及提升本縣各級學校體育田徑教師素質，特舉辦本講習。

參、指導單位：中華民國田徑協會、宜蘭縣政府、宜蘭縣體育會

肆、主辦單位：宜蘭縣體育會田徑委員會

伍、協辦單位：宜蘭縣立體育場

陸、講習日期：107 年 7 月 3.4.5 日（星期二、三、四），共計三天

柒、講習地點：宜蘭運動公園田徑場 3 樓貴賓室(260 宜蘭縣宜蘭市中山路一段 755 號，田徑場司令台看台後方貴賓室)

### 捌、參加對象：

- 一、各級學校教師及對田徑運動有興趣者。
- 二、年滿 20 歲以上。
- 三、高中職學校以上畢業。
- 四、身體健康、品行端正。
- 五、熱心於田徑訓練工作。

註：本次講習會因受場地所限，名額 40 位，欲參加者請於報名日期截止前儘速辦理報名，宜蘭縣教師優先錄取，未獲錄取者將退費並於 6 月 27 日前電話通知。

玖、報名日期：自即日起至 107 年 6 月 21 日（星期四）止（郵戳為憑）。

### 拾、報名手續：

(一) 填寫報名表【附件二】、1 吋半身照片 2 張、報名費，以郵局現金袋郵寄方式報名，不受理電話傳真報名。

聯絡人：陳柏如老師，電話：0939-029-381

(二) 報名郵寄地點：260 宜蘭縣宜蘭市中山路一段 755 號(宜蘭縣體育會，體育館地下室)。

(三) 報名費：新台幣 1,500 元整（含午餐費、講義、田徑規則、證照費），一律以郵政現金袋繳費後始得完成報名。

### 拾壹、研習內容：

- 一、田徑跳部、擲部指導技術之運用原則。

二、田徑賽體能訓練法與專項技術訓練法。

三、田徑競走指導與技術訓練法。

四、田徑規則之認識。

五、講習課程如【附件一】，參加學員自備碼錶以便測驗。

拾貳、考核辦法：

一、學科測驗 80%，學習精神 20%

二、總成績未達 70 分者不發教練證

三、證書核發：全程參加學員經測試合格後，總成績達 80 分者呈報中華民國田徑協會核發全國 C 級田徑教練證。

拾參、本辦法奉核准後實施，如有未盡事宜，得由主辦單位修訂公佈之。

附件一： 中華民國 107 年宜蘭縣田徑 C 級教練講習會課程表

節次	起訖時間	7月3日 〔星期二〕	7月4日 〔星期三〕	7月5日 〔星期四〕
1	08:10~08:50	08:30 開始報到	短距離訓練法 王淑華老師	性平教育 陳淑蘭副處長
	08:50~09:00	開訓典禮		
2	09:10~10:00	田徑代表隊 經營經驗介紹  潘瑞根老師	短距離訓練法  王淑華老師	跳高訓練法  林愷琦老師
3	10:10~11:00	中長距離訓練法  潘瑞根老師	接力/欄架訓練法 介紹  王淑華老師	跳高訓練法  林愷琦老師
4	11:10~12:00	中長距離訓練法  潘瑞根老師	接力/欄架訓練法 介紹  王淑華老師	運動禁藥  中華奧會

5	13:20~14:10	鉛球 鐵餅 標槍 入門及輔助訓練 張浩桂老師	跳遠訓練法  王淑華老師	田徑訓練計畫擬定  劉富福老師
6	14:20~15:10	鉛球 鐵餅 標槍 入門及輔助訓練 張浩桂老師	跳遠訓練法  王淑華老師	規則介紹  劉富福老師
7	15:20~16:10	鉛球 鐵餅 標槍 入門及輔助訓練 張浩桂老師	運動醫學與營養  傅思凱老師	測驗  劉富福老師
8	16:20~17:10	鉛球 鐵餅 標槍 入門及輔助訓練 張浩桂老師	運動醫學與營養  傅思凱老師	綜合討論 結訓典禮 劉富福老師

附件二 中華民國 107 年宜蘭縣田徑 C 級教練講習會報名表

姓名		性別		1 吋半身照片 2 張(浮貼)
身份証 字號		出生 年月日		
服務 單位		職稱		
服務 單位 及地址	單位：		電話：	
	地址：		(公)	
膳食	<input type="checkbox"/> 葷 <input type="checkbox"/> 素		(宅)	
通訊 地址	手機			
<p>備註：</p> <p>1、本次研習經測驗後，成績未達標準者不予發給證照。</p> <p>2、填寫報名表、1 吋半身照片 2 張、報名費，以郵局現金袋方式報名，不受理電話傳真報名。 (聯絡人：陳柏如老師，電話：0939-029-381)</p> <p>郵寄地點：260 宜蘭縣宜蘭市中山路一段 755 號(宜蘭縣體育會，體育館地下室)， 陳柏如老師收。</p> <p>報名費：新台幣 1,500 元整，一律以郵政現金袋繳費後始得完成報名。</p>				