

110 年金門縣 C 級田徑教練講習會實施辦法

- 一、 目的：培養我國田徑教練人才、增進專業技術，進而提昇田徑水準。
- 二、 講習日期：110 年 5 月 28 日(星期五)至 5 月 30 日(星期日)共 3 天。
- 三、 講習地點：金門縣立體育場會議室
- 四、 講習課程：邀請國內專家學者，授課方式採學科及術科的教授，學科以田徑運動原理為主，術科則由教練實際指導。
- 五、 講習對象資格：
 - (一)年滿 20 歲(必要條件)。
 - (二)高級中等學校以上(或同等學歷)畢業，受運動專業訓練，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。
- 六、 參加人數：依報名順序依序錄取，以 60 人為限，報名人數未達 30 人即取消辦理。**(不接受旁聽)**
- 七、 講習課程：如 **附件一**。(報到時間於 5 月 28 日 07:30-07:50)
- 八、 報名起迄日期：110 年 4 月 12 日至 5 月 14 日 17:00 前。
- 九、 報名辦法：**(考證及複訓者亦同)**
 - 1.上網填寫報名表件(**大頭照請傳”身份證”規格之電子檔，不用交紙本大頭照**)
 - 2.**報名費 1000 元**連同**報名紙本資料**請於 **110 年 5 月 14 日**以前送至金門大學進修推廣部，業務負責人：**楊曉莉**，電話：**082-312735**，**上班時間 13：30-21：30**

※報名資料不完整或未在截止時間內完成繳交，不予受理報名。

 3. 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(**良民證**)。
良民證請逕向各縣市政府警察局申請，申請工作天約為 3~5 天。
- 十、 考評辦法：
 - (一)學習精神及出席時數佔 20%。

※ 缺課者不得參加學術科測驗及結業證書。
 - (二)學科測驗佔 80%。
- 十一、 證書核發：
 - (一)凡全程參加講習會，符合考評辦法者，得發結業證書。
 - (二)凡參加本次教練講習會總成績達 80 分以上者，經本會呈報中華民國田徑協會及中華民國體育總會核准後，由中華民國體

育運動總會核發 C 級教練證。

(三)複訓者不需考試，授課後由本會頒發時數證明。**(亦須繳費)**

十二、教練證有效期限：

(一)教練證有效期間為 4 年，經參加規範之專業進修課程，且符合各級別需求時數，得於效期屆滿 3 個月前至 6 個月內之期間，向中華民國田徑協會申請教練證效期之展延，每次展延期間為 4 年。

(二)教練證展延規範：滿足 4 年內參加專業進修課程累計達 A 級 40 小時；B 級 32 小時；C 級 24 小時，並每年至少 6 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。

十三、注意事項：(一)凡欲參加講習會之學員，不得在報名截止日期後補辦報名手續。

(二)學員在講習會期間應盡量避免缺課及遲到，如遇有特殊事故必須親自處理時，應填具請假單，方可離會，不予核發結業證書。

(三)因應「嚴重特殊傳染性肺炎」，講習會將配合「中央流行疫情指揮中心」相關防疫措施指引，以及教育部體育署「因應嚴重特殊傳染性肺炎體育運動賽會及活動注意事項」辦理。

(四)報名者會由金門縣政府統一發放公假函，由各校權責核定。

十四、本辦法報請中華民國體育總會核准後實施，修正時亦同。

110 年金門縣 C 級田徑教練講習課程 (暫訂)

| 節次 | 5 月 28 日(星期五) | 5 月 29 日(星期六) | 5 月 30 日(星期日) |
|----|-------------------------------|-------------------------------|-------------------------------|
| 1 | 7:30~8:00 學員報到 08:00~08:50 | 7:30~8:00 學員報到 08:00~08:50 | 7:30~8:00 學員報到 08:00~08:50 |
| | 田徑教練對於規則的認識 | 競走訓練 | 運動疲勞與恢復 |
| | 林偉倫 教練 | 孫繼宏 教練 | 陳雅琳 教授 |
| 2 | 10:00~10:50 | 09:00~09:50 | 09:00~09:50 |
| | 運動營養學 | 競走訓練 | 運動傷害學 |
| | 陳鵬文 營養師 | 孫繼宏 教練 | 陳雅琳 教授 |
| 3 | 10:00~10:50 | 10:00~10:50 | 10:00~10:50 |
| | 擲部訓練(鐵餅/鉛球) | 田徑素養 | 短跑訓練 |
| | 杜茂生 老師 | 王景成秘書長 | 曾孝生 教練 |
| 4 | 11:00~11:50 | 11:00~11:50 | 11:00~11:50 |
| | 擲部訓練(鐵餅/鉛球/標槍) | 台灣中小學田徑發展現況 | 短跑訓練 |
| | 杜茂生 老師 | 邱為榮 副秘書長 | 曾孝生 教練 |

午 餐 及 休 息

| | | | |
|---|-------------|--------------|-------------------------|
| 4 | 13:00~13:50 | 13:00~13:50 | 13:00~13:50 |
| | 田徑訓練與運動科學 | 跳高訓練 | 田徑經營管理 |
| | 謝佳鈞 教練 | (陳鴻傑 教練) | (潘瑞根 老師) |
| 5 | 14:00~14:50 | 14:00~14:50 | 14:00~14:50 |
| | 田徑訓練與運動科學 | 跳高訓練 | 田徑經營管理 |
| | 謝佳鈞 教練 | (陳鴻傑 教練) | (潘瑞根 老師) |
| 6 | 15:00~15:50 | 15:00~15:50 | 15:00~15:50 |
| | 中.長跑訓練 | 欄架訓練 理論基礎 | 運動禁藥 |
| | 許績勝 教練 | (林進福 教練) | (未定) |
| 7 | 16:00~16:50 | 16:00~16:50 | 16:00~16:50 |
| | 中長跑訓練 | 欄架訓練 理論基礎 | 性別平等教育 (蔡麗娟 主任) |
| | (許績勝 教練) | (林進福 教練) | 17:00~18:00 綜合討論及 考試 |

註：運動基本技術、指導技術、戰略戰術及運動科學理論等內容於各專項課程中涵蓋。

附件二

110 年金門縣 C 級田徑教練講習會報名表

| | | | |
|---|----------|---|-------|
| <p>照片僅需繳交 『身份證』規格 之電子檔 檔名：姓名+身份 證字號</p> | 姓 名 | | |
| | 出生 日期 | 年 月 日 | 身份證字號 |
| | 學員 資格 | <input type="checkbox"/> 年滿 20 歲以上 | |
| | 是否素食 | 是 <input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/> | |
| 最 學 歷 | | | |
| 服 務 單 位 | | 職 稱 | |
| 通 訊 地 址 | | 單 位 電 話 | |
| | | 行 動 電 話 | |
| 身份證(正)面黏貼處 | | 身份證(反)面黏貼處 | |
| <p>舉辦時間：110 年 5 月 28 日(五)至 30 日(日) 地點：金門縣立體育場</p> | | | |

本人同意以上所列個人資料於「110 年度金門縣 C 級田徑教練講習會」使用

簽名：