

# 中華民國游泳協會 111 年 C 級游泳(公開水域)教練講習會 暨增能研習課程實施辦法(台中)

- 一、宗旨：發展全民游泳運動，提升游泳裁判技術水準，培訓基層游泳教練，並建立三級游泳教練制度。
- 二、指導單位：教育部體育署、中華民國體育運動總會
- 三、主辦單位：中華民國游泳協會
- 四、承辦單位：中華民國游泳協會教練委員會
- 五、協辦單位：普將運動股份有限公司
- 六、講習日期：2 月 18 日—2 月 20 日(星期五、六、日)；2 月 18 日(星期五)早上 8 點報到  
增能研習 2 月 19 日(星期六)早上 8 點報到。
- 七、講習地點：普將運動股份有限公司(台中市北屯區山西路二段 233 號)
- 八、報名日期：即日起至 2 月 14 日止，傳真概不受理，通訊報名以郵戳為憑，逾期不予受理。
- 九、報名手續：1. 填寫報名表(如附件一)並浮貼 2 吋半身照片 2 張；增能研習報名表(如附件二)。  
2. C 級教練講習會報名費新台幣 3,500 元；增能研習報名費新台幣 600 元。  
3. 報名截止人數超過以報名先後順序錄取。  
4. 收件地址：嘉義縣鹿草鄉豐稠村馬稠後農場 61 號。  
5. 洽詢電話：陳學銘 0981452808  
6. 聯絡 mail: shihong1008@gmail.com
- 十、C 級教練報名資格：1. 具中華民國國籍，年滿二十歲以上(不足者請勿報名)。  
2. 高級中等學校以上畢業。  
3. 品行端正無不良紀錄者(最近核發之無違反之警察刑事紀錄證明)。  
4. 嫻熟游泳規則。  
5. 能游仰、蛙、蝶、自由式 100 公尺四式者。  
6. 附身分證影本及 C 級裁判證影本一份。
- 十一、增能參加資格：1. 持有本會 C 級以上游泳教練證者，參加須繳交證照影本。(增能研習課程)。  
2. 品行端正無不良紀錄者(最近核發之無違反之警察刑事紀錄證明)。  
3. 附身分證及 C 級以上教練證影本一份。
- 十二、報名名額：最低 10 人最高 80 人，如因人數不足再另行通知退費。
- 十三、本講習實施辦法及相關資料請上中華民國游泳協會網站  
(<http://www.swimming.org.tw/>網站查詢)。
- 十四、附則：1. 本講習會依據中華民國游泳協會教練委員會所編製之 C 級教練課程授課。  
2. 學科及術科測驗達七十分以上為及格；**研習時數:學科合計八小時。**  
3. 講習期間未參加學、術科測驗或缺課者，將不發給合格證書。  
4. 術科測驗時，請學員自行準備泳衣(褲)及泳具。  
5. 講習期間由承辦單位供應午餐(便當)。  
6. 附報名表、課程表各乙份，如不敷使用，請自行影印。  
7. 因故不克參加要求退費者退 95%。  
8. C 級裁判證由中華民國游泳協會核發，全國通用取得 C 級裁判證，方可再參加 C 級教練講習資格與 B 級裁判講習會。

十六、因應肺炎疫情，請上課者全程戴上口罩，並於報到時測量體溫超過 37.5 不得入場。

十七、本辦法經報請中華民國體育運動總會轉陳教育部體育署核備，修正時亦同。

中華民國游泳協會 111 年度 C 級游泳(公開水域)教練講習會課程表

| 時 間   | 2 月 18 日<br>(星期五) | 2 月 19 日<br>(星期六) | 2 月 20 日<br>(星期日) |
|-------|-------------------|-------------------|-------------------|
| 08:00 | 報到&始業式            | 五簽 到              | 蛙式訓練<br>動作分析      |
| 08:10 | 教練職責<br>與專業素養     | 基礎運動<br>心理學       |                   |
| 09:00 |                   |                   |                   |
| 09:10 | 基礎運動<br>選才學       | 基礎運動<br>生理學       | 自由式訓練<br>動作分析     |
| 10:00 |                   |                   |                   |
| 10:10 | 運動傷害<br>防護與急救     | 游泳運動<br>專業用語      | 公開水域<br>游泳規則      |
| 11:00 |                   |                   |                   |
| 11:10 | 運動傷害<br>防護與急救     | 運動團隊<br>經營管理      | 公開水域<br>游泳規則      |
| 12:00 |                   |                   |                   |
| 12:00 | 午 餐 休 息           |                   |                   |
| 13:00 | 專業訓練計畫            | 運動情報<br>蒐集及分析     | 公開水域<br>安全與維護     |
| 13:50 |                   |                   |                   |
| 14:00 | 專業訓練計畫            | 基礎運動<br>訓練學       | 公開水域<br>戰術運用      |
| 14:50 |                   |                   |                   |
| 15:00 | 游泳運動規則            | 運動禁藥認知            | 術科檢定              |
| 15:50 |                   |                   |                   |
| 16:00 | 游泳運動規則            | 蝶式訓練<br>動作分析      | 學科檢定              |
| 16:50 |                   |                   |                   |
| 17:00 | 性別平等教育            | 仰式訓練<br>動作分析      |                   |
| 17:50 |                   |                   |                   |

備註：如曠課一節或筆試不合格&不參加者，一律不發證。

講習地點：普將運動股份有限公司(台中市北屯區山西路二段 233 號)

洽詢電話：陳學銘 0981452808

# 中華民國游泳協會 111 年度 C 級游泳(公開水域)

## 教練講習會報名表

講習日期：C 級教練 2 月 18 日 - 2 月 20 日共三天

|                 |   |   |      |   |        |       |      |       |  |  |                                      |
|-----------------|---|---|------|---|--------|-------|------|-------|--|--|--------------------------------------|
| 姓名<br>正楷        |   |   |      |   |        |       |      |       |  |  | 相片黏(浮)貼處<br>1 張浮貼 1 張黏貼<br>相片背面請寫上姓名 |
| 英文<br>姓名        | 以護照英文姓名為準   |   |      |   |        |       |      |       |  |  |                                      |
| 出生<br>日期        | 民國  | 年 | 月    | 日 | 性<br>別 |       |      |       |  |  |                                      |
| 身分證             |   |   |      |   |        |       |      |       |  |  |                                      |
| 學歷              |   |   |      |   |        |       |      |       |  |  |                                      |
| 現職<br>服務<br>單位  |   |   |      |   |        | 職稱    |      |       |  |  |                                      |
| 服務單<br>位地址      | □□□(郵遞區號)   |   | 縣市   | 區 | 里      | 鄰     | 路街   | 巷弄號樓之 |  |  |                                      |
| 聯絡<br>地址        | □□□(郵遞區號)   |   | 縣市   | 區 | 里      | 鄰     | 路街   | 巷弄號樓之 |  |  |                                      |
| 電話              | 宅(H)  |   | 公(O) |   | (手機)   |       | 傳真機： |       |  |  |                                      |
|                 | 電子信箱：   |   |      |   |        |       |      |       |  |  |                                      |
| 裁判/<br>教練證<br>件 | 正面影印本   |   |      |   |        | 反面影印本 |      |       |  |  |                                      |
| 附<br>註          | 1. 上述各欄務請詳細填寫，俾便作業。C 級教練 2 月 18 日 - 2 月 20 日<br>2. 報名請繳交身份證正反面影本及二吋相片二張(照片上務必寫上姓名)相片請勿重疊。<br>3. 報名手續費：裁判 3,500(含證照費在內)請以現金袋掛號(普將運動股份有限公司)並請附貼上 28 元郵資及地址的回郵信封，供本會郵寄證照使用(俾便因人數不足無法開班時退費用)於報名時一併繳交。<br>通訊報名：普將運動股份有限公司(嘉義縣鹿草鄉豐稠村馬稠後農場 61 號)，<br>洽詢電話：0981452808，聯絡人：陳學銘。<br>4. 報名時繳交身份證件影印本。報到時請攜帶證件正本以供審查。<br>5. 繳費方式：報值掛號(現金袋)簽名：_____。<br>6. 午餐由承辦單位提供便當(葷、素食請於報名表上註明)葷食 <input type="checkbox"/> 素食 <input type="checkbox"/> 。<br>7. 交通、住宿自理。 |   |      |   |        |       |      |       |  |  |                                      |

## 中華民國游泳協會 111 年游泳(公開水域)教練增能研習課程

研習日期：2 月 19 日

|                |   |  |      |  |      |       |      |  |   |    |
|----------------|---|--|------|--|------|-------|------|--|---|----|
| 姓名<br>正楷       |   |  |      |  |      |       |      |  |   |    |
| 英文<br>姓名       | 以護照英文姓名為準   |  |      |  |      | 學歷    |      |  |   |    |
| 出生<br>日期       | 民國      年      月      日   |  |      |  |      | 性別    |      |  |   |    |
| 身分證            |   |  |      |  |      |       |      |  |   |    |
| 現職<br>服務<br>單位 |   |  |      |  |      | 職稱    |      |  |   |    |
| 服務<br>單位<br>地址 | <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> (郵遞區號)   |  | 縣市   |  | 區    |       | 里    |  | 鄰 | 路街 |
|                | 巷      弄      號   |  | 樓    |  | 之    |       |      |  |   |    |
| 聯絡<br>地址       | <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> (郵遞區號)   |  | 縣市   |  | 區    |       | 里    |  | 鄰 | 路街 |
|                | 巷      弄      號   |  | 樓    |  | 之    |       |      |  |   |    |
| 電話             | 宅(H)  |  | 公(O) |  | (手機) |       | 傳真機： |  |   |    |
|                | 電子信箱：   |  |      |  |      |       |      |  |   |    |
| 裁判<br>證件       | 正面影印本   |  |      |  |      | 反面影印本 |      |  |   |    |
| 附<br>註         | <p>1. 上述各欄務請詳細填寫，俾便作業。本表填妥後，連同報名費 2 月 14 日前寄達，逾期不予受理。</p> <p>2. 報名費用：600 元請現金袋掛號（普將運動股份有限公司）<br/>         並請附貼上 28 元郵資及地址的回郵信封，供本會郵寄研習證明使用（俾便因人數不足無法開班時退費用）於報名時一併繳交。<br/>         通訊報名：普將運動股份有限公司（嘉義縣鹿草鄉豐稠村馬稠後農場 6 1 號）<br/>         洽詢電話：0981452808，聯絡人：陳學銘 先生。</p> <p>3. C 級以上教練證件需在有效期內，。</p> <p>4. 午餐由承辦單位提供便當（葷、素食請於報名表上註明） <input type="checkbox"/> 葷食    <input type="checkbox"/> 素食。</p> <p>5. 交通、住宿自理。</p> |  |      |  |      |       |      |  |   |    |