

中華民國水中運動協會108年丙級游泳教練講習會實施計畫

一、宗旨：配合行政院體育委員會打造運動島系列活動「泳起來專案」辦理游泳教練講習會，發展全民游泳運動，提升游泳教練技術水準及介紹游泳教學方法，以建立游泳教練制度。

二、指導單位：行政院體育委員會、教育部、中華民國體育運動總會

三、主辦單位：中華民國水中運動協會

四、協辦單位：大仁科技大學休閒運動管理系

五、講習時間：108年10月26日~10月28日（星期六、日、一）共三日。

六、講習地點：大仁科技大學美麗新世界Q120會議室

七、報到時間：108年10月26日 - 上午08:00-08:30

八、報名資格：

(一). 年滿18歲以上，高中（職）或同等學歷以上。

(二). 對游泳教學有熱誠者。

(三). 具能游四式各25公尺者（術科測驗）。

九、報名手續：繳交(1). 填寫報名表、(2). 繳交1吋半身相片2張、(3). 身分證影本1張、(4). 報名費每人2500元（含礦泉水、泳帽、教練費、教材）

十、報名時間：自即日起至108年10月25日止（名額以50人為限，25人以上開班）。

十一、報名地點：通訊、網路系統報名均可。填寫報名表並繳交一吋半身相片二張寄至：

洪聖德老師 TEL：0912717829、E-mail：E10349@tajen.edu.tw

十二、預期效益：

(一). 提升民眾體適能、落實海洋國家概念、加強水域運動發展普及性。

(二). 培育游泳教練指導人才，充實專業管理及人力推廣。

(三). 全程參與並通過測驗的學員，將為社會宣導發展游泳教練增添生力軍，提升就業能力。

十三、附 則：

- (一). 本講習會依據行政院體委會及中華民國體育運動總會建立教練三級制度。
- (二). 學科及術科測驗各達70分以上為及格。
- (三). 講習會期間未參加學、術科測驗，或未實際教學繳交紀錄報告，或請假超過五分之一，或無故缺課者，不發給證照，僅核發研習證明。
- (四). 附報名表、課程表各乙份，如不敷使用請自行影印。
- (五). 本計畫同時刊登於中華民國水中運動協會網站，www.cmas.tw
- (六). 報名費每人2500元，於完成報名後，再依本會通知繳交。報名費繳交後，非本會或天然災害因素恕不退還。

十四、備 註：

- (1). 參加學員請攜帶泳衣、泳帽、泳鏡、毛巾及個人盥洗用具，禦寒衣物。
- (2). 本講習會提供午餐（便當）、不提供住宿，住宿請學員自理。

附件一

中華民國水中運動協會108年丙級游泳教練講習會課程表

日期 時間	10月26日 (星期六)	10月27日 (星期日)	10月28日 (星期一)	備考
08:00	報 到 [*]	初級游泳教學	游泳教學實習	講習會後必須實際教學初學者3人以上，並填寫實習報告表(或教案)郵寄高雄市梓官區信義路68巷10號，由本會審查後轉總會核發證照。
08:50				
09:00	始業式 [*]	捷泳技術分析		
09:50	協會(水域)活動簡介	(運動基本技術)		
10:00	游泳運動發展現況	蛙泳技術分析		
10:50		(運動基本技術)		
11:00	最新游泳規則 [*]	仰泳技術分析		
11:50	(游泳運動規則)	(運動基本技術)		
12:00	午 餐 [*]	午 餐		
13:00				
13:00	運動科學理論 [*]	蝶泳技術分析		
13:50		(運動基本技術)		
14:00	運動傷害防護	游泳戰略與戰術		
14:50				
15:00	游泳體能訓練法	游泳技術指導要領		
15:50				
16:00	游泳運動營養學	如何成為成功的游泳教練		
16:50				
17:00		術科教學測驗		
17:50				
18:00		綜合座談		
18:50		結業式		

中華民國水中運動協會108年丙級游泳教練講習會報名表

姓名	中文		生日	年 月 日		照片
	英文		身分證字號			
電話	公		行動電話			
	宅					
電子信箱						
學歷			現職			
通訊地址	郵遞區號					
寄出前請核對 下列資料是否齊全： (四項皆必備，缺一即視為報名不成功)			☐ 報名表 ☐ 報名費 ☐ 二吋照片1張 ☐ 身分證正面影本1份		☐ 葷食 ☐ 素食	
備註： 一、上述各欄請詳細填寫，以便作業。本表填妥後，連同報名費務請於10月25日前送達中華民國水中運動協會，或洪聖德老師(Q109室)逾期不予受理。 二、報名費：每人新台幣2500元。報名資訊請洽洪聖德老師TEL：0912717829、E-mail：E10349@tajen.edu.tw 或請查閱實施計畫第十條報名方式。 三、報名即日起至108年10月25日止。 四、講習地點：學科—大仁科技大學 術科—屏東大學游泳池 五、參加學員請攜帶泳衣、泳帽、泳鏡、毛巾及個人盥洗用具以便游泳教學。 六、繳交資料：報名表、報名費、二吋照片1張，身分證正面影本1份。 七、洽詢專線：TEL：07-6171126/0975-676-583；FAX：07-6194895 E-MAIL：ctuf006@gmail.com						

