

中華民國水中運動協會

110 年度丙級獨木舟教練講習會實施計畫

- 一、依據：教育部體育署及中華民國體育運動總會非亞奧運運動項目教練、裁判講習與授證實施計劃辦理。
- 二、宗旨：落實海洋國家概念、加強水域運動發展普及性及豐富性，培育獨木舟專業教練人員之專業運動知識，建立個人專業之多元，以增進台灣人民對海洋文化與運動的知識與能力。
- 三、目的：響應政府制訂各式專項人員考照政策，聘請獨木舟運動專家進行訓練課程，授以獨木舟專業知識、教學技巧、水上安全、水中自救及救援技能，培養獨木舟專業教練人才，輔以順利取得獨木舟教練證照。
- 四、指導單位：教育部體育署、中華民國體育運動總會
- 五、主辦單位：中華民國水中運動協會獨木舟委員會
- 六、承辦單位：花蓮縣水中運動協會
- 七、訓練日期：110 年 3 月 26 ~ 28 日（共三天）。
- 八、訓練地點：
學科:客家文化會館
術科:鯉魚潭
實習:崇德海域
- 九、報名資格：
 - (一)凡滿18歲，高中(職)以上，喜好水域運動及獨木舟運動者。
 - (二)【110 年起，新增規定】近三個月內核發之良民證（戶籍地警察單位之警察刑事紀錄證明），且無下列之罪章情事；具外國籍者，應檢附原護照國開具之行為良好證明文件。
 - (三)有下列情形之一，且經判刑確定，不受理報名：
 - 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。

十、訓練費用：每人報名費 4500 元（以上收費含證照檢定費）。

十一、報名日期：即日起至 110 年 3 月 12 日止，招收人數 30 位額滿為止，逾期不予受理。

十二、報名方式：

（一）郵寄：(97010)花蓮縣花蓮市和平路 341 號

花蓮縣水中運動協會 張教練收

（二）電話：(03) 8326444 傳真：(03) 8344831

（三）E-mail: peace.diving@msa.hinet.net

十三、測驗方式：

（一）學科：採筆試測驗，70 分為及格。

（二）術科：採實際操作方式測驗，由主考官依「術科測驗評分表」評定。

（三）經本會測驗合格人員，報請中華民國體育運動總會，發給「丙級運動教練/獨木舟教練」證照。

十四、注意事項：

（一）學員請假室內課以一小時為限，戶外術科課程不得缺席請假，未能完成全部課程，僅發給研習時數證明（本課程為區域性規畫開班，無法補考、補課）。

（二）參加本訓練課程之學員，須自備個人防滑鞋、救生衣、頭盔及防寒衣或下水衣物，獨木舟等團體共用裝備由本會提供。

（三）請學員自行驅車至指定集合地點報到（視當時氣候環境.風浪再行

通知)。

- (四) 本課程投保 200 萬公共意外險 20 萬醫療險，學員可視需要，自行再投保人身險。
- (五) 訓練日之前，參酌中央氣象局所發布訓練地點氣象資料，採取應變機制；如有安全疑慮者，取消戶外訓練課程；若遇颱風或人力不可抗拒之天然災害，承辦單位有權宣佈取消、延期等相關事宜。
- (六) 請自行考量身體狀況，如有心臟病、高血壓、癲癇、暈眩、孕婦等不適合參與運動訓練之疾病，請勿報名參加。
- (七) 課程訓練進行中，應於教練或指導人員指定路線範圍內進行訓練及航行，教練或指導人員並應隨時注意參與者情形，不得有落單或單獨脫隊情事。
- (八) 於戶外水域環境活動時依據野外環境保護原則，執行環境保護，禁止學員、教練或指導人員及其他人員丟棄物品、垃圾或廚餘等，以保護自然環境生態及水資源。
- (九) 本研習依實際情況、學員能力程度或天氣環境，本會保有更動研習地點或課程內容之權利。
- (十) 上課期間手機轉為震動，請勿攜帶寵物及小孩等非上課人員到場。

十五、證照年限：

修畢全部學程通過本會考核，並經中華民國體育運動總會審核製發丙級運動教練證，有效期限四年。持照人應於有效期限參加專業進修。

中華民國水中運動協會 110 年丙級獨木舟教練第 64 期課程表

日期 時間	3月26日 (星期五)	3月27日 (星期六)	3月28日 (星期日)	備考
08: 30 08: 50	報 到 (編組)	運動基本技術 技術研習 (直線前進、倒 退槳、掃 槳、原地 360 旋 轉、轉彎、舵槳)	術科實習 (填寫實習 報告表)	全程參 與並通 過測試 者，由 中華民 國水中 運動協 會獨木 舟委員 會審查 後核發 證書。
09: 00 09: 10	始業式注意 與規定事項			
09: 10 09: 20	中華民國水中運動協 會簡介 獨木舟委員會 簡介			
09: 20 10: 20	水域遊憩管理辦法 、性別平等教育	指導技術 技術研習 (S 型前進後 退、繞標)		
10: 30 11: 10	海洋生態簡介及生態 保育	技術研習 (舟艇翻正、外 海上船救援)		
11: 10 12: 00	獨木舟發展史 (獨木舟運動規則)	午餐 (休息)		
12: 00 13: 30	午餐 (休息)	午餐 (休息)		
13: 30 14: 20	運動科學理論 裝備介紹、平台舟構 造、操槳方式、搬運方 法、上下岸方法	綜合練習 (雙人舟航 行、8 字航行、長 距離航行、戰術 與戰略)		
14: 30 15: 20	運動基本技術 (體能訓練法)	學、術科測驗 (計時操舟、試 講試教)		
15: 30 16: 20	運動科學、運動 營養學			
16: 30 17: 20	運動科學 (運動傷害、急救防護)			

附記：講師及承辦單位，保有課程調整及課程時間增減決定權。

中華民國水中運動協會 110 年丙級獨木舟教練 報 名 表

一寸相片 1 張	姓 名		出生 年月日		身高	
	身分證字號		血型		體重	
	單位/名稱		職稱		腳掌 長	
	電話(H) 電話(O)		行動 電話			
電子信箱						
聯絡地址						
緊急連絡人			聯絡電話			
關係			午 餐	☐ 葷食 ☐ 素		
身分證影本正面			身分證影本反面			
切 結 書 茲證明本人 _____ 自願參加中華民國水中運動協會舉辦「丙級獨木舟教練研習」，身體健康狀況良好，無個人特殊體質或心血等影響體能活動疾病，且確實了解與遵守活動必須注意事項，參加活動期間，若因本人疏失導致發生危險，本人願自行承擔所有責任；如有意外事故，本人也願意按照保險公司規定，辦理申請手續接受保險理賠，特立此書以資證明。 一、活動報名後，因故無法參與活動者；不得以任何理由要求退費，但可在活動前 7 天提出名額轉讓(他人)申請，未申請者則願無異議放棄已經繳交的費用。敬請諒解！ 二、活動期間如遇人力不可抗拒之災害，須改搭其他交通工具及增加餐費時，超支費用須由參加者平均支付。 切結人：						

※本報名表為辦理平安保險之用，請提供正確資料。

※如報名人數超額，依報名先後順序決定錄取名額。

※學員自備裝備:安全頭盔、救生衣、溯溪鞋、防寒衣。