

中華民國水中運動協會110年SUP立式划槳丙級教練講習實施計畫

一、宗旨：

響應國家體育運動發展之政策、推動水域活動普及性，提升國人親水觀念，減少溺水事故，豐富國人正當休閒水域活動，培育對SUP立式划槳運動專業技能的教練及運動員，建立正確的水域安全觀念。

二、講習目的：

- (一)配合行政院海洋委員會「向海致敬」政策，推動水域運動發展，培養水域遊憩專業人才及師資。
- (二)推廣SUP水上遊憩活動，提升國人水域活動參與度，藉由SUP活動提升學員水域活動安全意識及緊急處理能力。
- (三)引導國人親近水域資源，培育專業水域運動項目運動員，落實國民運動政策指標。
- (四)建立專業教練應有的行為標準與道德規範

三、主辦單位：中華民國水中運動協會

四、承辦單位：中華民國水中運動協會SUP立式划槳委員會

五、協辦單位：藍鯨立槳訓練育成教室、OdayFun 整天玩戶外探索

六、講習日期：110年4月17-18日(六、日)、110年4月24日(六)

(週六、日及教學實習1日，共計3日，訓練時數合計24小時)。

七、講習地點及相關事項：

(一)學科：新北市立文山國民中學(新北市新店區文中路38號)

(二)術科：碧潭水域

(三)教學實習：由承辦單位於課程結束後指定實習單位及日期【8小時】。

八、講習內容：【如課程表】

九、招生人數：25位

十、報名資格：

(一)年滿十八歲，高級中學（含同等學力）以上畢業者，具有SUP活動經驗(需提出體驗活動紀錄)且對海洋休閒運動有興趣者（協會推薦者優先錄取）。

(二)近三個月內核發之良民證且無附則第十五條之六項所列之罪章情事；具外國籍者，應檢附原護照國開具之行為良好證明文件。

十一、報名費及退費機制：

(一)每人4800元(含保險、器材費、證照費、講師費、午餐便當及礦泉水等)，中途退訓或未參與全程訓練者，不予退費。

(二)自備器材(槳、板、個人浮具配件等)，可減免 500 元報名費。

報名時統一繳收4800元，學員自備器材於二日課程完成後辦理減免500元報名費

(三)承辦單位提供講習學員所需SUP裝備及器材，學員需自備防寒衣、水母衣、手套、盥洗用具及防曬用品等。

(四)講習期間，交通住宿自理。

十二、報名截止日期：110年4月5日中午1200時前（滿額即結束報名）

十三、截止日前所需繳交資料內容及方法：

請先填寫簡易報名表單進行繳費報名

<https://forms.gle/uypNacWkmvHhhPm7> 於報名截止日前將電子檔寄到指定 E-MAIL 帳號繳齊下列資料，始完成報名：

(一)報名表+切結書【電子檔】檔名請加註您的大名

(二)大頭照【電子檔】。檔名請加註您的大名

(三)身份證正反面影本【電子檔】。檔名請加註您的大名

(四)現場繳交～限時掛號回郵信封一個【貼好郵票，書寫收件人及收件地址】

(五)報名費 4800 元，請匯款至

台灣銀行-三重分行 戶名 張慧伶 帳號 042004347256

Line ID: amandachangline 電話 0976650826

以上電子檔需繳交的 資料請 E-MAIL amanda.c.0826@gmail.com

十四、報名單位聯絡窗口

洽詢專線：衛則旭 教練 0918-204604 weitsehsu@gmail.com

Line ID: weitsehsu

張慧伶 教練 0976-650826 amanda.c.0826@gmail.com

Line ID: amandachangline

本期學員聯繫群組



十五、報名相關細則

- (一) 講習會依據教育部體育署及中華民國體育運動總級制度規定 辦理。
- (二) 學科及術科測驗各達 75 分以上為及格。
- (三) 講習期間未參加學科測驗或教學實習者，不發給證照。
- (四) 結訓成績及格人員，由承辦單位於指定日期【週六日】擔任教學實習 8 小時，經考核合格後發給證照。
- (五) 教學實習項目，由承辦單位訂定，於實習期間不予支薪，承辦單位供應便當、飲用水及保險。
- (六) 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。

十六、聲明條款【承辦單位保有以下最後決定權】：

- (一) 報名人員得否參訓。
- (二) 因天候狀況或非人為因素，致講習會日期需更動，得提前或延後辦理。
- (三) 講習會如因報名人數超出，承辦單位以報名順序，優先錄取前 20 人，第 21 人以後達 35 人，與五月份加開一期，保有分配參加期別決定權。
- (四) 主辦單位，得依實況調整課程。
- (五) 教學實習 8 小時，保有指定日期及考核項目決定權。
- (六) 因應武漢病毒疫情嚴重，如疫情政策管制將予以改期，保障大家健康安全。

十七、證照年限及相關內容

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。

附件一、課程規劃

附件二、報名表

附件三、個人資料提供同意書

附件四、健康聲明切結書

附件五、教學實習書面格式，至少需附 8 張照片及文字說明。

(提供含有器材說明、岸上示範、下水示範、立划指導、落水上板示範、水中協助)

附件一

中華民國水中運動協會 110 年 SUP 立式划槳丙級教練講習課表			
日期 時間	4月17日 (星期六)	4月18日 (星期日)	4月24日 (星期六)
07:30~08:00	學員報到	學員報到	實習教學【由承辦單位於課程結束後之指定日期實習 8小時】
08:00~08:20	始業式		
08:20~09:10	SUP 歷史發展及規則介紹 (平靜水域及場域選擇)	SUP活動簡報 (運動規則)	
09:20~10:10	運動科學理論 (生理學、心理學、力學、 社會學)	體能訓練法	
10:20~11:10	運動傷害防護	團體運作教學模式指導	
11:20~12:10	性別平等教育 (性別意識與知能教育)	學科測驗	
12:10~13:00	午餐及休息	午餐及休息	
13:00~13:50	SUP 運動基本技術 及術科動作講解	SUP 技術練習 (術科演練)	
14:00~14:50	SUP救生技術運用 (運動營養學)	SUP技術練習 (術科演練)	
15:00~15:50	SUP 運動指導技術 (包含 :基本動作講解、運 動基本技術、指導技術、團 體運作指導、戰略戰術)	術科能力檢測	
16:00~16:50	SUP 運動指導技術 (包含:基本動作講解、運 動基本技術、指導技術、團 體運作指導、戰略戰術)	術科能力檢測	
17:00~17:20	綜合座談	綜合座談	

附件二

中華民國水中運動協會 SUP 立式划槳丙級教練講習會報名表

姓 名	中 文		出生 日期	年 月 日	兩吋照片
	護照英文		身分證 字號		
性別： 身高： 體重： 血型： <input type="checkbox"/> 葷食 <input type="checkbox"/> 素食					
通 訊 地 址					
電 話		行 動 電 話			
電 子 信 箱					
最 高 學 歷		水 域 經 歷			
職 業 (職 稱)		具有 SUP 經驗？	<input type="checkbox"/> 是 說明_____		
		<input type="checkbox"/> 否			
緊 急 聯 絡 人		聯 絡 電 話			
關 係		聯 絡 住 址			
<p>網路報名截止日期：110 年 4 月 5 日止，敬請於報名截止前完成所有資料。</p> <p>(一) 報名表+切結書【電子檔】</p> <p>(二) 大頭照【電子檔】</p> <p>(三) 身分證正反面影本【電子檔】</p> <p>(四) 現場繳交～限時掛號回郵信封一個【貼好郵票，書寫收件人及收件地址】。</p>					

中華民國水中運動協會 110 年 SUP 立式划槳丙級教練講習會個人資料提供同意書
本同意書說明中華民國水中運動協會(以下簡稱本會)將如何處理本表單所蒐集到的個人資料。

當您勾選「我已閱讀並接受上述同意書內容」並簽署本同意書時,表示您已閱讀、瞭解並同意接受本同意書之所有內容及其後修改變更規定。若您未滿十八歲,應於您的法定代理人閱讀、瞭解並同意本同意書之所有內容及其後修改變更規定後,方得使用本服務,但若您已接受本服務,視為您已取得法定代理人之同意,並遵守以下所有規範。

一、基本資料之蒐集、更新及保管

- 1.本會蒐集您的個人資料在中華民國「個人資料保護法」與相關法令之規範下,依據本會【隱私權政策聲明】,蒐集、處理及利用您的個人資料。
- 2.請於申請時提供您本人正確、最新及完整的個人資料。
- 3.本處因執行業務所蒐集您的個人資料包括姓名、電話、傳真、email、身分證、住址。
- 4.若您的個人資料有任何異動,請主動向本會申請更正,使其保持正確、最新及完整。
- 5.若您提供錯誤、不實、過時或不完整或具誤導性的資料,您將損失相關權益。
- 6.您可依中華民國「個人資料保護法」第3條規定,就您的個人資料行使以下權利:
 - (1) 請求查詢或閱覽。(2)製給複製本。(3)請求補充或更正。(4)請求停止蒐集、處理及利用。(5)請求刪除。您因行使上述權利而導致對您的權益產生減損時,本處不負相關賠償責任。另依個人資料保護法第14條規定,本處得酌收行政作業費用。

二、蒐集個人資料之目的

- 1.本會為執行 110 年 SUP 立式划槳丙級教練講習會相關業務所需(保險、證照),需蒐集您的個人資料。
- 2.當您的個人資料使用方式與當初本處蒐集的目的不同時,我們會在使用前先徵求您的書面同意,您可以拒絕向本處提供個人資料,但您可能因此喪失您的權益。
- 3.本會利用您的個人資料期間為講習期間,使用地區為台灣地區。

三、基本資料之保密
您的個人資料受到本處【隱私權政策聲明】之保護及規範。請閱讀【隱私權政策聲明】以查閱本處完整【隱私權政策聲明】。本處如違反「個人資料保護法」規定或因天災、事變或其他不可抗力所致者,致您的個人資料被竊取、洩漏、竄改、遭其他侵害者,本處將於查明後以電話、信函、電子郵件或網站公告等方法,擇適當方式通知您。

四、同意書之效力

- 1.當您勾選「我同意」並簽署本同意書時,即表示您已閱讀、瞭解並同意本同意書之所有內容,您如違反下列條款時,本處得隨時終止對您所提供之所有權益或服務。
2. 本處保留隨時修改本同意書規範之權利,本處將於修改規範時,於網頁(站)公告修改之事實,不另作個別通知。如果您不同意修改的內容,請勿繼續接受本服務。否則將視為您已同意並接受本同意書該等增訂或修改內容之拘束。
3. 您自本同意書取得的任何建議或資訊,無論是書面或口頭形式,除非本同意書條款有明確規定,均不構成本同意條款以外之任何保證。

五、準據法與管轄法院

本同意書之解釋與適用,以及本同意書有關之爭議,均應依照中華民國法律予以處理,並以臺灣高雄地方法院為管轄法院。

我已閱讀並接受上述同意書內容

此致 中華民國水中運動協會

姓名: (親簽名) 中華民國 年 月 日

附件四

中華民國水中運動協會 110 年 SUP 立式划槳丙級教練講習會

切結書

本人_____將於 110 年 4 月 17~18、24 日(加擇日實習)共 3 日參加

中華民國水中運動協會 SUP 立式划槳丙級教練講習會訓練並願意同意下列事項，如有違規而造成事故時願自行負責。

- 一、心臟病、氣喘、高血壓及身體不適者，請勿參加。
- 二、參加本項活動期間，願意聽從老師及教練之指導及要求，否則一切後果自行負責。
- 三、活動前已充分了解水域運動安全公約及活動規則，並願意配合遵守所有規定事項。
- 四、本人認為身心健康，適宜從 SUP 立式划槳水域活動。

具結人_____ (簽章)

中華民國 110 年 月 日

緊急聯絡人：

姓名：

地址：

電話：

附件五、中華民國水中運動協會 110 年 SUP 立式划槳丙級教練講習會
教學實習報告

姓名：	時間：	地點：
1、器材說明教學	2、划槳動作指導	
3、救生衣示範	4、岸上下板指導	
5、趴划教學	6、跪划教學	
7、立划教學	8、落水上板	