

中華民國水中運動協會

110 年丙級獨木舟教練講習會實施計畫

- 一、宗旨：響應國家體育運動發展政策、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，培育對獨木舟運動知能及專業能力，培養水域專業教練人才及師資。
- 二、講習目的：
 - (一)配合行政院海洋委員會『向海致敬』政策，推廣水域遊憩活運動，培養水域遊憩專業人才及師資。
 - (二)推廣獨木舟水上遊憩活動，提升國人水域活動參與度，藉由獨木舟活動提升民眾水域活動安全意識。
 - (三)藉由活動加強學員對於水域活動的相關知識，並提升學員在水域活動的安全意識及緊急處理能力。
 - (四)引導民眾親近水域資源，培育水域運動愛好者，落實國民運動政策指標。
- 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獨木舟委員會
- 五、協辦單位：好野人休閒事業有限公司
- 六、講習日期：110 年 4 月 26 日~4 月 28 日(週一、二及教學實習 1 日，共計 3 日，訓練時數合計 24 小時)。
- 七、講習地點：
 - (一)學科：花蓮市洄瀾窩國際青年旅社
 - (二)術科：鯉魚潭、清水斷崖
 - (三)教學實習地點：由承辦單位於課程結束後之指定日期實習【8 小時】。
- 八、講習內容：【如課程表】
- 九、招生人數：20 人。
- 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，具有獨木舟活動經驗(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)【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。

十一、報名費：

(一)無住宿需求者：每人 4800 元/需供住宿者：每人 5400 元(含保險、證照費、講師費、助教費、場地租賃費、器材租賃及運費、午餐便當等)，中途退訓或未參與全程訓練者，不予退費。

(二)住宿地點：洄瀾窩國際青年旅社

(三)承辦單位提供講習所需獨木舟裝備及器材，學員請自備防曬衣、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 3 月 23 日止。

十三、敬請網路報名並請於報名截止日前完成所有資料。

(一)報名表+切結書【電子檔】

(二)大頭照【電子檔】

(三)身份證正反面影本【電子檔】

(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)匯款資訊：匯款銀行：808 玉山銀行 花蓮分行，
匯款帳號：1023-940-011746，匯款戶名：好野人休閒
事業有限公司【若利用 ATM 轉帳，明細表請註明姓
名】

十四、報名洽詢專線：

好野人官方 LINE ID：@wilds，市內電話：03-
8332472，行動電話：0983190180，電子信箱：
love.wilds@gmail.com

十五、附 則：

- (一)講習會依據教育部體育署及中華民國體育運動總會建立
教練三級制度規定辦理。
- (二)學科及術科測驗各達 70 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【假日】擔
任教學實習 8 小時。
- (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。

十六、聲明條款【主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不足，保有開班與否決定權。
- (四)教學實習 8 小時，保有指定日期及考核項目決定權。
- (五)總教練及講師，保有課程及上課地點調整決定權。

十七、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。

附件一

中華民國水中運動協會110年丙級獨木舟教練講習課程表			
日期 時間	4月26日（一） 花蓮洄瀾窩國際青年旅社 + 鯉魚潭	4月27日（二） 鯉魚潭	4月28（三） 清水斷崖
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度旋轉、轉彎、 舵槳）	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】
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、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)		
15：30 16：20	運動科學 運動營養學	學、術科測驗 (計時操舟、試講 試教)	
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 年丙級獨木舟教練講習會報名表（花蓮專班）

姓 名	中 文		出生 日期	年 月 日	一寸照片
	護 照 英 文		身分證 字號		
性別： 身高： 體重： 血型： ☐ 葷食 ☐ 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)			獨木舟經 驗?	☐ 是 說明_____	
緊 急 聯 絡 人			聯絡電話		
關 係			聯絡住址		
切 結 書					
本人參加中華民國水中運動協會辦理『110 年丙級運動教練講習會』，充分瞭解水域活動具有一定風險性並同意遵守下列事項：					
一、未患有心臟病、高血壓、家族性疾病、懷孕及身體不適等，身心健康，適宜從事水域活動。					
二、活動前已充分瞭解水域活動安全規範，願遵守相關安全規定事項。					
三、講習會期間，願遵從講師及教練技術指導及相關安全要求。					
四、講習期間，遵守上課紀律，不遲到早退。					
五、填寫報名表後，即確認並同意切結書各項規範事項。					