

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：落實海洋國家政策、推動水域運動普及性，培育對獨木舟運動知能及儲備專業教練能力。

二、目 的：

(一)配合行政院海洋委員會『向海致敬』政策，推廣水域遊憩運動，培養獨木舟水域遊憩專業人才及師資。

(二)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與觀念，水中自救及救援技能。

三、主辦單位：中華民國水中運動協會。

四、承辦單位：臺東縣水中運動訓練協會。

五、協辦單位：本會獨木舟委員會、瘋狂玩家水上運動企業社

六、講習日期：110 年 11 月 20~22 日 (六、日、一)，合計 24 小時。

七、講習地點：

(一)學科：瘋狂玩家水上運動企業社基地(台東市更生北路 308 巷 3 號)

(二)術科：臺東縣活水湖

(三)教學實習地點：學員需於課程結束後，於指定日期實施教學實習 8 小時。

八、講習內容：【如附件~課程表】

九、招生人數：名額 20 人。

十、報名資格：

(一)年滿18歲，高中以上畢業，身體健康，對水域休閒運動有興趣者。

(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。

十一、報名費：

(一)每人 5000 元(含保險、證照費、考試官費、講師費、助教費、場地租賃費、器材租賃、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)承辦單位提供講習學員所需裝備及器材，自備防曬衣、水母衣、

手套、溯溪鞋或防滑鞋、盥洗用具及防曬用品等。

(三)講習期間，交通住宿請自理。

十二、報名日期：即日起至 110 年 11 月 10 日中午 12: 00 止，逾期及額滿不予受理。

十三、報名方式：

(一) 報名資料郵寄：(950)台東縣台東市更生北路 308 巷 3 號
臺東縣水中運動訓練協會-獨木舟委員會 莊助理 收

(二) 電話：(0983) 181228

(三) E-mail: mickeyskey1933@gmail.com

十四、報名繳交資料，請於報名截止日前寄達：

(一) 填寫報名表【如附件～報名表】，請掃描電子檔或電子表單

(二) 報名費匯款帳號（請標註姓名）：

(700)古坑郵局 帳號：03010870205341 戶名：莊美琪

(三) 一寸大頭照【電子檔】

(四) 身份證正反面影本【電子檔】

(五) 近三個月內核發警察單位警察刑事紀錄證明【良民證】

(六) 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，郵寄證照用】

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，由承辦單位指定教學實習 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)因天候狀況或疫情因素，致講習會日期更動，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)教學實習保有指定日期及考核項目決定權。

(五)主承辦單位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

110 年丙級獨木舟教練講習會課表			
日期 時間	11 月 20 日(五)	11 月 21 日(六)	11 月 22 日 (日)
07：30 08：00	學員報到	學員報到	實習教學
08：10 09：00	水中運動協會簡介 (含海洋生態及生態保育)	指導技術 (操槳技術、搬運技術、上下岸技術)	
09：10 10：00	水域遊憩管理辦法 暨規則 (運動規則)	體能訓練法 (S 型前進後退、繞標、直線後退)	
10：10 11：00	划槳指導技術 (運動基本技術)	運動科學理論 (舟艇翻正、單雙艇救援、拋繩救援)	
11：10 12：00	划槳指導技術 (運動基本技術)	救援技術練習 (拖船技術、舟艇連結、艇上換位)	
12：00 13：20	午餐 (休息)	午餐 (休息)	
13：30 14：20	性別平等教育	學科能力檢測 (試講試教)	
14：30 15：20	戰略與戰術	學科能力檢測 (試講試教)	
15：30 16：20	運動傷害防護	術科能力檢測	
16：30 17：20	運動營養學	術科能力檢測	
17：30 18：00	綜合座談	綜合座談	
附記：承辦單位保有課程時間增減、課程調換及上課地點調整權。			

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

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： ☐ 葷食 ☐ 素食					
通訊地址					
電 話			行動 電話		
電子信箱					
職 業 (職 稱)			最高學歷		
緊急聯絡人			聯絡電話		
關係			聯絡住址		
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之 110 年「獨木舟種子教練研習」活動，身體健康狀況良好，並無個人特殊體質或心血等影響體能活動之疾病，且確實了解與遵守活動必須注意的事項，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，恐口無憑特立此書以資證明。 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，但可以在活動前 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。