

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、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。

三、主辦單位：中華民國水中運動協會。

四、協辦單位：本會獨木舟委員會。

五、講習日期：110 年 11 月 26~28 日(五~日)，合計 24 小時。

六、講習地點：

(一)學科：花蓮縣秀林鄉文蘭村辦公處 2 樓(花蓮縣秀林鄉 79-1 號)

(二)術科：花蓮縣鯉魚潭(花蓮縣壽豐鄉環潭北路 100 號)

(三)教學實習地點：學員需於課程結束後，於指定日期實施海域教學實習 4 小時。

七、講習內容：【如課程表】

八、招生人數：15 人開班，30 人滿額。

九、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），且無附則第十五項所列之罪章情事；具外國籍者，應檢附原護照國開具之行為良好證明文件。

(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、報名費：

(一)每人 4800 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。

十一、報名截止日期：110 年 11 月 20 日中午 1700 時前。

十二、報名繳交資料，請於報名截止日前寄達：

(一)填寫報名表【掃描成電子檔電子檔】或線上填寫 google 報名表單
表單連結：<https://forms.gle/f9L5viTJVdmMKaR1A>

(二)報名費匯款帳號（請標註姓名）：

花蓮二信(216)富國分社 帳號：06000400165835 戶名：王承斌

(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】

十三、報名注意事項：

(一)報名可採下列其中一種方式完成：

1.線上填報 google 表單及上傳相關文件相片等資料。

2.填寫報名表，並將相片檔與相關資料以 e-mail 方式報名。

電子郵件信箱：chengpin@ems.tcust.edu.tw (王承斌)

(二)報名洽詢專線：

中華民國水中運動協會獨木舟委員會

王承斌 教練 0920-102-091 許勤 教練 0976-679-071

十四、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，由學員擇日進行海域帶團實習教學 4 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。

十五、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 4 小時，保有指定日期及考核項目決定權。

(五)承辦單位保有課程及上課地點調整決定權。

十六、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會課程表			
日期 時間	11 月 26 日(五) 辦公處 2 樓	11 月 27 日(六) 辦公處 2 樓、鯉魚潭	11 月 28 日(日) 花蓮鯉魚潭
07: 30 08: 00	場地布置 與準備工作	學員報到	學員報到
08: 10 09: 00		運動傷害防護	技術指導 (操槳技術、搬運技術、 上下岸技術)
09: 10 10: 00		運動傷害防護	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、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		技術指導 (操槳技術、搬運技術、 上下岸技術)	學科能力檢測 (試講試教)
14: 30 15: 20		體能訓練法 (S 型前進後退、繞標、 直線後退)	學科能力檢測 (試講試教)
15: 30 16: 20		運動科學理論 (舟艇翻正救援)	術科能力檢測
16: 30 17: 20		救援技術練習 (拖船技術、舟艇連 結、艇上換位)	術科能力檢測
17: 30 18: 00	學員報到	晚餐(休息)	綜合檢討 平安賦歸
18: 10 19: 00	水中運動協會簡 介 (含海洋生態 及生態保育)	運動營養學	學員需於課程結束 後，於指定日期實 施海域帶團教學實 習 4 小時。
19: 10 20: 00	水域遊憩管理辦 法暨規則 (運動規則)	運動營養學	
20: 10 21: 00	戰略與戰術	划槳技術指導 (運動基本技術)	
21: 10 22: 00	性別平等教育	划槳技術指導 (運動基本技術)	
22: 00	平安賦歸	平安賦歸	
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	一寸照片
	護 照 英 文		身分證 字號		
性別：__、身高：__ cm、體重：__ kg、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)			是否划過 獨木舟	☐ 是 說明： ☐ 否	
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。					