

# 中華民國水中運動協會 112 年丙級游泳教練講習會實施計畫

- 一、宗旨：配合教育部體育署運動 i 台灣政策，發展全民游泳運動，提升游泳教練技術水準及介紹游泳教學方法，建立游泳教練制度。
- 二、主辦單位：中華民國水中運動協會。
- 三、協辦單位：本會游泳委員會、本會團體會員(屏東水中運動教練聯盟)。
- 四、講習時間：112 年 4 月 22 日至 24 日 ( 星期六~一 ) 共三日。
- 五、講習地點：  
學科：屏東大學。(林森校區敬業樓 307 教室-暫定)  
術科：屏東大學游泳池
- 六、報到時間：112 年 4 月 22 日 ( 六 ) 08：30~08：50。
- 七、報名資格：
  - (一) 年滿 18 歲以上，高中 ( 職 ) 或同等學歷以上。
  - (二) 具備基本游泳能力，捷、蛙式各 25 公尺者 ( 術科測驗 )。
  - (三) 近三個月內核發之良民證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。
    - (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訂之罪，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。
- 八、報名時間：自即日起至 112 年 4 月 21 日止，逾期不予受理。
- 九、報名方式：
  - (一) 每人 3,500 元 ( 含教材費、證照費、午餐 ) 中途退訓者，概不退費。
  - (二) 報名費可用臨櫃匯款、ATM 轉帳方式，  
匯款帳號：臺灣土地銀行 ( 代碼 005 ) 枋寮分行 126005013007。
  - (三) 備齊資料以掛號郵寄以下地址：  
屏東縣新埤鄉新埤村新建路 130 號 鍾永貴教練 0932-977946。
  - (四) 退費基準：
    - (1) 開課前 5 日，退還 100%報名費。
    - (2) 開課前 2 日，退還 90%報名費。
    - (3) 開課當日，不予退還。

#### 十、預期效益：

- (一) 提升民眾體適能、落實海洋國家概念、加強水域運動發展普及性。
- (二) 培育游泳教練指導人才，充實專業管理及人力推廣。
- (三) 全程參與並通過測驗的學員，將為社會宣導發展游泳教練增添生力軍，提升就業能力。

#### 十一、附 則：

- (一) 本講習會依據「中華民國體育運動總會輔導非亞奧運體育團體辦理各級教練裁判講習會實施計畫」及本會「教練裁判資格檢定及管理辦法」施行。
- (二) 學科及術科測驗各達 70 分以上為及格。
- (三) 講習會期間未參加學、術科測驗，或未實際教學繳交紀錄報告，或請假超過五分之一，或無故缺課者，不發給證照，僅核發研習證明。
- (四) 本計畫同時刊登於中華民國水中運動協會網站 [www.cmas.tw](http://www.cmas.tw)。

#### 十二、備 註：

- (一) 參加學員請攜帶泳衣、泳帽、泳鏡、毛巾及個人清洗用具，禦寒衣物。
- (二) 本講習會不提供住宿，住宿請學員自理。

#### 十三、證照年限與補發：

- (一) 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內參加專業進修。
- (二) 證照（遺失、誤植、更名）補發：每張 300 元整。

滿意調查問卷：<https://forms.gle/RcXzkeGdbQh4vnWi6>

請學員於講習會後，填寫如上表單，感謝您的填答！

Google 表單



**中華民國水中運動協會 112 年丙級游泳教練講習會課程表**

| 日期<br>時間           | 4 月 22 日<br>( 星期六 )              | 4 月 23 日<br>( 星期日 )  | 4 月 24 日<br>( 星期一 ) | 備考                                                                                  |
|--------------------|----------------------------------|----------------------|---------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|
| 08 : 00<br>08 : 30 | 報 到                              | 蛙泳技術分析<br>( 運動基本技術 ) | 游泳教學實習              | 講習會後<br>必須實際<br>教學初學<br>者 3 人以<br>上，並填<br>寫實習報<br>告表，由<br>本會審查<br>後轉總會<br>核發證<br>照。 |
| 08 : 30<br>09 : 00 | 始業式<br>宣布注意與規定事項                 | 仰泳技術分析<br>( 運動基本技術 ) |                     |                                                                                     |
| 09 : 00<br>09 : 50 | 性別平等教育                           | 蝶泳技術分析<br>( 運動基本技術 ) |                     |                                                                                     |
| 10 : 00<br>11 : 50 | 初級游泳教學<br>( 兒童及青少年運動<br>訓練注意事項 ) | 游泳體能訓練法              |                     |                                                                                     |
| 12 : 00<br>13 : 00 | 午 餐<br>影片欣賞                      | 午 餐<br>影片欣賞          |                     |                                                                                     |
| 13 : 00<br>13 : 50 | 最新游泳規則<br>( 游泳運動規則 )             | 游泳戰略與戰術              |                     |                                                                                     |
| 14 : 00<br>14 : 50 | 如何成為<br>成功的游泳教練                  | 游泳運動營養學              |                     |                                                                                     |
| 15 : 00<br>15 : 50 | 捷泳技術分析<br>( 運動基本技術 )             | 游泳指導技術要領             |                     |                                                                                     |
| 16 : 00<br>16 : 50 | 運動傷害防護                           | 學科測驗                 |                     |                                                                                     |
| 17 : 00<br>17 : 50 | 運動科學理論                           | 術科教學測驗               |                     |                                                                                     |

# 中華民國水中運動協會 112 年丙級游泳教練講習會報名表

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |            |  |         |                                                                                                                                                |                     |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|--|---------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|
| 姓 名                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 中 文        |  | 生 日     |                                                                                                                                                | 2 吋半身照片 1 張<br>(浮貼) |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 英 文        |  | 身分證字號   |                                                                                                                                                |                     |
| 電 話                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 公          |  | 行 動 電 話 |                                                                                                                                                |                     |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 宅          |  |         |                                                                                                                                                |                     |
| 電 子 信 箱                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |            |  |         |                                                                                                                                                |                     |
| 學 歷                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |            |  | 現 職     |                                                                                                                                                |                     |
| 通 訊 地 址                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 郵政區號 _____ |  |         |                                                                                                                                                |                     |
| 寄出前請核對下列資料是否全：<br>(四項皆必備，缺一即視為報名不成功)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |            |  |         | <input type="checkbox"/> 報名表<br><input type="checkbox"/> 報名費匯款收據<br><input type="checkbox"/> 二吋照片 1 張<br><input type="checkbox"/> 身分證正反面影本 1 份 |                     |
| <p><b>備註：</b></p> <p>一、上述各欄請詳細填寫，俾便作業。本表填妥後，連同報名費務請於 6 月 2 日前送達中華民國水中運動協會，逾期不予受理。</p> <p>二、報名費：每人 3500 元。報名資訊請洽鍾永貴教練 TEL：0932-977946。報名費可用臨櫃匯款、ATM 轉帳方式，<br/>匯款帳號：臺灣土地銀行(代碼 005)枋寮分行 126005013007-鍾永貴</p> <p>三、報名即日起至 112 年 4 月 21 日止。</p> <p>四、講習地點：學科：屏東大學(林森校區敬業樓 307 室)<br/>術科：屏東大學游泳池</p> <p>五、參加學員請攜帶泳衣、泳帽、泳鏡、毛巾及個人盥洗用具以便游泳教學。</p> <p>六、繳交資料：報名表、報名費、二吋照片 1 張，身分證正、反面影本各 1 份。</p> |            |  |         |                                                                                                                                                |                     |