

## 中華民國水中運動協會

### 110 年丙級 SUP 立式划槳教練講習會實施計畫

- 一、宗旨：落實海洋國家概念、推動水域活動普及性，培育對 SUP 立式划槳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，推廣水域遊憩活運動，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 活動提升民眾水域活動安全意識。
- 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 立式划槳委員會暨獨木舟委員會。
- 五、協辦單位：中區水中運動教練聯盟。
- 六、講習日期：110 年 3 月 27~29 日(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：新北坪林北勢溪虎寮潭
  - (二)術科：新北坪林北勢溪虎寮潭水域。
  - (三)教學實習地點：由承辦單位於課程結束後指定假日實習【8 小時】。
- 八、講習內容：【如課程表】
- 九、招生人數：30 人。
- 十、報名資格：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。
- 十一、報名費：
  - (一)每人 4500 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 SUP 裝備及器材，自備防曬衣、水母衣、手套、盥洗用具及防曬用品等。
  - (三)講習期間，交通住宿自理。
- 十二、報名截止日期：110 年 3 月 1 日中午 1200 時前。
- 十三、報名繳交資料，請於報名截止日前寄達：
  - (一)報名表+切結書【電子檔】

(二)報名費 4500 元匯款帳號 (請標註姓名):

聯邦銀行中壢分行: 803 戶名: 朱金燦

帳號: 006500309774。

(三)護照或身分證大頭照【電子檔】

(四)身分證正反面影本【電子檔】

(五)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】。

十四、報名注意事項:

(一)一律以 e-mail 方式報名 [ok12001200@yahoo.com.tw](mailto:ok12001200@yahoo.com.tw)

(二)報名洽詢專線:

中華民國水中運動協會獨木舟委員會 主任委員

朱金燦 0932 344218

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 SUP 立式划槳教練講習課表			
日期 時間	3 月 27 日(六) 新北市坪林區	3 月 28 日(日) 新北市坪林區	3 月 29 日(一)
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（假日） 實習 8 小時】
08: 10 09: 00	水中運動協會簡 介（含海洋生態 及生態保育）	技術練習 （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）	技術練習 （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）	救援技術練習 （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 （指導技術）	學科能力檢測 （試講試教）	
15: 30 16: 20	運動傷害防護 體能訓練法	術科能力檢測	
16: 30 17: 20	運動營養學 運動科學理論	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  
丙級 SUP 立式划槳教練講習會報名表

姓	中 文		出生 日期	年 月 日	一寸照片
名	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			
切 結 書					
本人參加中華民國水中運動協會辦理『丙級 SUP 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。					