

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、推動水域活動普及性，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、宜蘭縣體育會SUP及獨木舟委員會

五、講習日期：110年12月18~20日（含教學實習一日，共24H）

六、講習地點：宜蘭冬山河（近親水公園）

(一)學科：宜蘭冬山河鐵人三項館（268宜蘭縣五結鄉 13鄰公園一路56巷35弄20號）

(二)術科：宜蘭冬山河

(三)教學實習地點：由承辦單位於課程結束後指定日期實習8小時。

七、講習內容：【如附件一】

八、招生人數：15人以上開班，30人額滿。

九、報名資格：

(一) **年滿18歲，高中(職)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、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裝備及器材，自備防曬衣、水母衣、防寒衣、手套、盥洗用具及防曬用品等。

(三)講習期間，交通住宿自理。

十一、報名截止日期：110年12月11日中午1200時前或額滿為止。

十二、報名繳交資料，請於報名截止日前寄達：

(一)報名表【紙本及電子檔】

(二)報名費4800元，匯款帳號（請標註姓名）：

郵局(700)0311615-0099041 戶名：吳思瑾

(三)身分證大頭照【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【良民證紙本】

(六)限時掛號回郵信封【貼好郵票、寫好本人地址收件人】（寄發證照用）

十三、報名注意事項：

(一)報名方式：將電子檔與匯款末五碼資料email到

a850704x@gmail.com

抬頭註明「丙級獨木舟報名」，所有檔名請加上姓名，格式只接受pdf檔

(二)報名洽詢專線：

陳子豪 教練 0985-909-967 ；吳思瑾 教練 0987-442-088

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，由承辦單位於指定日假日教學實習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8小時，保有指定日期及考核項目決定權。
- (五)主承辦單位及講師，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。【專業進修相關規定，另行公告】

附件1

中華民國水中運動協會110年丙級獨木舟教練講習會課表			
日期/ 時間	12月18日	12月19日	12月20日
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)	指導技術 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)	體能訓練法 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)	運動科學理論 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	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：主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。					