



中華民國水中運動協會

111 年金門縣丙級游泳教練講習會實施計畫(專班)

一、宗旨：

- (一)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)為讓「理論」與「實務」並重增進教師體育教學能力，透過研習提升教師游泳教學能力，落實游泳教學與提升水中自救能力及相關知識，並達成非體育專長教師增能考核指標。

二、主辦單位：金門縣政府教育處、中華民國水中運動協會。

三、承辦單位：國立金門大學運動與休閒學系、國立金門大學體育室、金門縣水中運動協會。

協辦單位：本會游泳委員會

四、講習時間：111 年 4 月 30 日(六)、111 年 5 月 1 日(日)、111 年 5 月 2 日(一)三日，共 24 小時。

五、講習地點：國立金門大學李永貞講堂、國立金門大學游泳池。

六、報到時間：111 年 4 月 30 日(六)08：00-08：30

七、報名資格：

- (一)年滿 18 歲以上，高中(職)或同等學力以上畢業者。
- (二)具備基本游泳能力，捷、蛙式兩式 100m 以上者(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 111 年 4 月 22 日晚上 24：00 止，逾期不予受理。

(一)報名費：每人\$3000 元，學生優惠價\$2500 元；中途退訓者，概不退費。

(二)報名方式：

1.線上報名：於線上報名系統填寫報名，大頭照、身份證正反面電子檔請傳至 mail :chiuis@nqu.edu.tw

<https://docs.google.com/forms/d/12B57uglSA033imbLlhhEqtkRjDXtFCWlsaZZZQ-3YBA/edit>



講習群組 ID

2.繳費方式:匯款帳號 128001015709 戶名:金門縣水中運動協會

現金繳交：國立金門大學體育室邱一恕老師(082)313803

九、預期效益：

- (一)提升學生、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，充實專業教學、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、附 則：

- (一)本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。
- (二)學科及術科測驗各達 70 分以上，並完成實習教學，報體總審核及格後發證。
- (三)講習會期間未參加學、術科測驗，及未實際教學繳交報告，或無故缺課者，不發給證照，僅核發研習證明。
- (四)附報名表、課程表各乙份，如不敷使用請自行影印。

(五) 本計畫同時刊登於本會網站 (<http://www.cmas.tw/>)。

十一、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。

(三) 准予工作人員及參加人員准予公假，事後一年內補休 2 日，課務自理，請鼓勵教師參加。

(四) 全程參與者，由承辦學校核予每場次 21 小時研習時數，培訓後之教師需投入游泳教學（含自行教學及協同教學）10 個小時。

十二、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內參加專業進修。

中華民國水中運動協會 111 年丙級游泳教練講習會課程表

日期 時間	4 月 30 日 (星期六)	5 月 1 日 (星期日)	5 月 2 日 (星期一)	備考
08：00 08：30	報到	最新游泳規則 (游泳運動規則)	教學實習 自行教學及協同教學 10 個小時	審查後 轉總會 核發證 照。
08：30 09：00	始業式 宣布注意規定事項	如何成為 成功的游泳教練		
09：00 09：50	性別平等教育	游泳運動營養學		
10：00 11：50	初級游泳教學 運動傷害防護	游泳戰略與戰術		
12：00 13：00	午餐 影片欣賞	午餐 影片欣賞		
13：00 13：50	運動科學理論	游泳體能訓練法		
14：00 14：50	蛙泳技術分析 (運動基本技術)	游泳運動發展現況		
15：00 15：50	仰泳技術分析 (運動基本技術)	游泳技術指導要領		
16：00 16：50	蝶泳技術分析 (運動基本技術)	術科教學測驗		
17：00 17：50	捷泳技術分析 (運動基本技術)	綜合座談 結業式		
備註	各單元課程時間，將依授課講師到場時間進行微調，謝謝。			

中華民國水中運動協會 111 年丙級游泳教練講習會報名表

姓 名	中文		生 日		貼照片
	英文		身分證 字號		
電 話	公 宅			行動電話	
電 子 信 箱					
學 歷			現 職		
通 訊 地 址	郵遞區號				
寄出前請核對 ☐ 報名表 下列資料是否齊全： ☐ 報名費匯款收據 (四項皆必備，缺一 ☐ 照片電子檔 即視為報名不成功) ☐ 身分證正反面影本 1 份				☐ 葷食 ☐ 素食	
水中運動協會個人資料蒐集告知聲明暨同意書 個人資料保護法(以下簡稱個資法) 已於民國 101 年 10 月 1 日正式施行(行政院院臺法字第 1010056845 號令)，不論是個人、公務機關或非公務機關，皆必須遵守個資法規範，本會亦有遵行個資法之義務，以保護參加講習訓練的個人資料。依據個資法第 8 條的規定，本會在取得任何個人資料時，對於個人資料取得之目的、資料之類別、利用期間等等，皆有明確告知義務，使各位瞭解為何我們要取得各位的個人資料、我們將如何利用各位的個人資料以及各位的相關權利等事項。因此，本會請各位簽署個人資料直接蒐集告知聲明之目的，係為確實履行個資法第 8 條之告知義務，若您不同意本會合法取得以及利用各位的個人資料，本會亦將無法進一步對各位提供相關服務，如有不便，敬請見諒。 本次個人資料蒐集之目的在於辦理游泳教練講習，故只用於本次活動不挪做其它用途，請簽署同意書，俾利承辦單位為您辦理製證及聯絡。					
立切結書人：					
中 華 民 國 年 月 日					