

中華民國水中運動協會  
111 年丙級獨木舟教練講習會實施計畫  
(高屏區大專院校專班、不對外招生)

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、承辦單位：高雄市水中運動協會。

五、協辦單位：本會獨木舟委員會。

六、講習日期：111 年 6 月 27~29 日 (含教學實習一日，共 24H)

七、講習地點：

(一)大鵬灣國家風景區潮口平台

(二)教學實習：由承辦單位於課程結束後指定日期實習 8 小時。

八、講習內容：【如課程表】

九、招生人數：40 人。

十、報名資格：

(一)年滿18歲, 高中職畢業, 身體健康, 對水域休閒運動有興趣者。

(二)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。

十一、報名費：

(一) 3000 元(請提供在學證明, 費用含保險、教材費、證照費、講師費、午餐及礦泉水等) 中途退訓者, 概不退費。

(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、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：即日起至 111 年 6 月 24 日 12:00 止，額滿為止，逾期不予受理。

十三、報名繳交資料，請於報名截止前寄達：

(一)高雄市水中運動協會 郵寄地址:高雄市楠梓區加宏路 48 號

(二)匯款帳號：陽信商業銀行右昌分行(108)096420009350 戶名~  
高雄市水中運動協會。

(三)2 吋半身照片 2 張

(四)身份證正反面影本

(五)近三個月內核發之警察單位警察刑事紀錄證明（良民證）

(六)活動切結書

十四、洽詢方式：中華民國水中運動協會高雄分會林榮男總幹事  
TEL：07-3652491、0930-305555、FAX：07-3652635、E-Mail：  
ctuf999@gmail.com。

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)因天候狀況或疫情因素，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 111 年丙級獨木舟教練講習會課表  |                           |                              |                                       |
|-------------------------------|---------------------------|------------------------------|---------------------------------------|
| 日期<br>時間                      | 6 月 27 日(一)               | 6 月 28 日(二)                  | 6 月 29 日(三)                           |
| 07：30<br>08：00                | 學員報到                      | 學員報到                         | 實習教學<br><br>【由承辦單位<br>指定日期實習<br>8 小時】 |
| 08：10<br>09：00                | 水中運動協會簡介<br>(含海洋生態及生態保育)  | 指導技術<br>(操槳技術、搬運技術、上下岸技術)    |                                       |
| 09：10<br>10：00                | 水域遊憩管理辦法<br>暨規則<br>(運動規則) | 體能訓練法<br>( S 型前進後退、繞標、直線後退 ) |                                       |
| 10：10<br>11：00                | 划槳指導技術<br>(運動基本技術)        | 運動科學理論<br>(舟艇翻正、單雙艇救援、拋繩救援)  |                                       |
| 11：10<br>12：00                | 划槳指導技術<br>(運動基本技術)        | 救援技術練習<br>(拖船技術、舟艇連結、艇上換位)   |                                       |
| 12：00<br>13：20                | 午餐 (休息)                   | 午餐 (休息)                      |                                       |
| 13：30<br>14：20                | 性別平等教育                    | 學科能力檢測<br>(試講試教)             |                                       |
| 14：30<br>15：20                | 戰略與戰術                     | 學科能力檢測<br>(試講試教)             |                                       |
| 15：30<br>16：20                | 運動傷害防護                    | 術科能力檢測                       |                                       |
| 16：30<br>17：20                | 運動營養學                     | 術科能力檢測                       |                                       |
| 17：30<br>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 111 年丙級獨木舟教練講習會  
切 結 書

本人\_\_\_\_\_，將於 111 年 6 月 27~29 日參加  
中華民國水中運動協會「111 年獨木舟丙級教練研習」，並願  
意同意下列事項，如有因個人行為而造成意外時願自行負  
責。

- 一、心臟病、氣喘、高血壓、孕婦及身體不適者，請勿參加。
- 二、參加本講習會期間，願意從老師及教練之指導及要求，  
否則一切後果自行負責。
- 三、活動前已充分了解水域運動安全公約及活動規則，並願  
意配合遵守所有規定事項。
- 四、本人認為身心健康，適宜從事獨木舟活動。

具結人\_\_\_\_\_ (簽章)

緊急聯絡人：

姓 名：

地 址：

電 話：

\_\_\_\_年\_\_\_\_月\_\_\_\_日