中華民國水中運動協會 112 年丙級立式划槳(SUP)教練講習會實施計畫

一、宗　　旨：響應國家體育運動發展之政策、推動水域活動普及性，提升國人親水觀念，減少溺水事故，豐富國人正當休閒水域活動，培育對 SUP 立式划槳運動專業技能的教練及運動員，建立正確的水域安全觀念。

二、講習目的：

（一）配合行政院海洋委員會「向海致敬」政策，推動水域運動發展，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 活動提升學員水域活動安全意識及緊急處理能力。

（三）引導國人親近水域資源，培育專業水域運動項目運動員，落實國民運動政策指標。

（四）建立專業教練應有的行為標準與道德規範。

三、主辦單位：中華民國水中運動協會

四、協辦單位：本會立式划槳(SUP)委員會、盟哥 SUP 立式划槳體驗教學中心。

五、講習日期：112 年 11 月 11 日至 13 日（訓練時數計 24 小時）。

六、講習地點及相關事項：

（一）學科：英文堂(南投縣魚池鄉集里路 34 號)

（二）術科：日月潭盟哥 SUP 立式划槳體驗教學中心-環潭一號隧道口（南投縣魚池鄉日月村）https://goo.gl/maps/AYVXxVYcTT6BmD7c9

（三）教學實作：由承辦單位於課程結束後指定實習單位及日期【4 小時】。

七、講習內容：【如課程表】。

八、招生人數：30 位。

九、報名資格：

（一）年滿十八歲，高級中學（含同等學力）以上畢業者，具有 SUP 基本技術且對水域休閒運動有興趣者。

（二）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、報名費及退費機制：

（一）一般民眾，每人 5000 元(含保險、器材費、證照費、講師費、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）學生及各校老師，每人 4,500 元(含保險、器材費、證照費、講師費、午餐便當及礦泉水等)，中途退訓或未參與全程訓練者，不予優惠。

※自備槳板及相關器材者，可折抵 500 元。

（三）協辦單位根據方案提供講習學員所需裝備及器材，學員需自備防寒衣、水母衣、手套、盥洗用具及防曬用品等。

（四）講習期間，交通住宿自理。

（五）退費基準：

1、開課前 5 日，退還 80%報名費。

2、開課前 2 日，退還 50%報名費。

3、開課當日，不予退還。

十一、敬請網路報名並請於報名截止日前完成所有資料。

報名截止日期：112 年 11 月 03 日下午 21 時前（**額滿即結束報名**）。

十二、截止日前所需繳交資料內容及方法：

【電子檔】寄至 mild892211@gmail.com

（一）電子檔】報名表+切結書。《檔名請加註您的大名》

（二）【電子檔】大頭照。《檔名請加註您的大名》

（三）【電子檔】身份證正反面影本。《檔名請加註您的大名》

（四）【現場繳交】良民證影本。

（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】。

（六）報名費繳費窗口：報名費請於報名時以電匯方式匯入「劉宗泉」帳戶(請自行負擔匯款手續費)，並於匯款委託書(匯款單)之「附言」欄內註明「個人姓名」。

銀行分行別	銀行代號	帳號	戶名
華南銀行-彰化分行	008	520-20-084830-5	劉宗泉

十三、報名單位聯絡窗口：

劉宗佳教練 0930-892211 LineID：mild892211 mail：mild892211@gmail.com 劉怡驊教練 0937-316077	Line 群組

十四、報名相關細則：

（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 80 分以上為及格。

（三）講習期間未參加學科測驗或教學實作者，不發給證照。

（四）結訓成績及格人員，由承辦單位於【指定日期】擔任教學實作 4 小時，經考核合格後發給證照。

（五）教學實作項目，由承辦單位訂定，於實作期間不予支薪，協辦單位供應便當、飲用水及保險。

十五、聲明條款【承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）主辦單位，得依實況調整課程。

（四）教學實作 4 小時，保有指定日期及考核項目決定權。

十六、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

附件一

中華民國水中運動協會 112 年丙級立式划槳(SUP)教練講習課表			
日期 時間	11 月 11 日 (星期六)	11 月 12 日 (星期日)	11 月 13 日 (星期一)
08：00 08：30	學 員 報 到	學 員 報 到	學 員 報 到
08：30 09：00	始 業 式		
09：00 09：50	**運動科學理論**	**兒童及青少年運動訓練注意事項**	**SUP 體能訓練法**
10：00 10：50	**性別平等教育** (性別意識與知能教育)	**SUP 運動規則** 開放性水域安全教育	**運動傷害防護**
11：00 11：50	團體運作教學**指導技術** SUP 立式划槳器材簡介	**SUP 技術練習** 遠距離巡航技術	**SUP 技術練習** 遠距離巡航技術
12：10 13：00	午餐及休息	午餐及休息 **運動營養學**	午餐及休息
13：10 14：00	**團體運作教學模式指導** **(戰略與戰術)**	**術科能力檢測** **岸上試教流程**	**術科能力實作** **岸上教學與實作**
14：10 15：00	**運動基本技術** **岸上丙級術科說明** **岸上試教流程**	**術科能力檢測** **岸上試教流程**	**術科能力實作** **岸上教學與實作**
15：10 16：00	**SUP 運動基本技術** 組裝及技術動作講解	**術科能力檢測(限時)** **靜水划行技術檢測**	**術科能力實作** **岸上教學與實作**
16：10 17：00	SUP 救生技術運用 拋繩救人、翻板救人	**術科能力檢測(限時)** **靜水划行技術檢測**	**術科能力實作** **岸上教學與實作**
17：10 18：00	**綜合座談**	**綜合座談**	**綜合座談**

附件二

中華民國水中運動協會 112 年丙級立式划槳(SUP)教練講習會報名表

<table>
<tr><td rowspan="2">姓

名</td><td>中文</td><td></td><td>出生
日期</td><td>年　月　日</td><td rowspan="2">兩吋照片</td></tr>
<tr><td>LINE
ID</td><td></td><td>身分證
字號</td><td></td></tr>
<tr><td colspan="6">性別：　身高：　體重：　血型：　□ 葷食 □ 素食</td></tr>
<tr><td colspan="2">通訊地址</td><td colspan="4"></td></tr>
<tr><td colspan="2">電 話</td><td colspan="2"></td><td>行動電話</td><td></td></tr>
<tr><td colspan="2">電子信箱</td><td colspan="4"></td></tr>
<tr><td colspan="2">最高學歷</td><td></td><td>水域經歷</td><td colspan="2"></td></tr>
<tr><td colspan="2">職 業
（職 稱）</td><td></td><td>具有 SUP
經驗？</td><td colspan="2">□是　說明
□否</td></tr>
<tr><td colspan="2">緊急聯絡人</td><td></td><td>聯絡電話</td><td colspan="2"></td></tr>
<tr><td colspan="2">關係</td><td></td><td>聯絡住址</td><td colspan="2"></td></tr>
<tr><td colspan="6">● 網路報名截止日期：112 年 11 月 3 日 21 時止，敬請於報名截止前完成所有資料。
（一）【電子檔】報名表+切結書《檔名請加註您的大名》-(報到時再繳交紙本)
（二）【電子檔】大頭照-《檔名請加註您的大名》-(報到時再繳交2吋2張)
（三）【電子檔】身份證正反面影本《檔名請加註您的大名》-(報到時再繳交紙本)
（四）【現場繳交】限時掛號回郵信封【貼好郵票，書寫收件人及收件地址】
（伍）【現場繳交】良民證</td></tr>
</table>

附件三

中華民國水中運動協會 112 年丙級立式划槳(SUP)教練講習會個人資料提供同意書

本同意書說明**中華民國水中運動協會**（以下簡稱本會）將如何處理本表單所蒐集到的個人資料。

當您勾選「**我已閱讀並接受上述同意書內容**」並簽署本同意書時，表示您已閱讀、瞭解並同意接受本同意書之所有內容及其後修改變更規定。若您未滿十八歲，應於您的法定代理人閱讀、瞭解並同意本同意書之所有內容及其後修改變更規定後，方得使用本服務，但若您已接受本服務，視為您已取得法定代理人之同意，並遵守以下所有規範。

一、基本資料之蒐集、更新及保管

1.本會蒐集您的個人資料在中華民國「個人資料保護法」與相關法令之規範下，依據本會【隱私權政策聲明】，蒐集、處理及利用您的個人資料。
2.請於申請時提供您本人正確、最新及完整的個人資料。
3.本處因執行業務所蒐集您的個人資料包括姓名、電話、傳真、email、身分證、住址。
4.若您的個人資料有任何異動，請主動向本會申請更正，使其保持正確、最新及完整。
5.若您提供錯誤、不實、過時或不完整或具誤導性的資料，您將損失相關權益。
6.您可依中華民國「個人資料保護法」第 3 條規定，就您的個人資料行使以下權利：
(1)請求查詢或閱覽。(2)製給複製本。(3)請求補充或更正。(4)請求停止蒐集、處理及利用。(5)請求刪除。您因行使上述權利而導致對您的權益產生減 損時，本處不負相關賠償責任。另依個人資料保護法第 14 條規定，本處得酌收行政作業費用。

二、蒐集個人資料之目的

1.本會為執行 **112 年中華民國水中運動協會丙級立式划槳(SUP)教練講習會**相關業務所需(保險、證照)，需蒐集您的個人資料。
2.當您的個人資料使用方式與當初本處蒐集的目的不同時，我們會在使用前先徵求您的書面同意，您可以拒絕向本處提供個人資料，但您可能因此喪失您的權益。
3.本會利用您的個人資料期間為講習期間，使用地區為台灣地區。

三、基本資料之保密

您的個人資料受到本處【隱私權政策聲明】之保護及規範。請閱讀【隱私權政策聲明】以查閱本處完整【隱私權政策聲明】。本處如違反「個人資料保護法」規定或因天災、事變或其他不可抗力所致者，致您的個人資料被竊取、洩漏、竄改、遭其他侵害者，本處將於查明後以電話、信函、電子郵件或網站公告等方法，擇適當方式通知您。

四、同意書之效力

1.當您勾選「我同意」並簽署本同意書時，即表示您已閱讀、瞭解並同意本同意書之所有內容，您如違反下列條款時，本處得隨時終止對您所提供之所有權益或服務。
2.本處保留隨時修改本同意書規範之權利，本處將於修改規範時，於網頁(站)公告修改之事實，不另作個別通知。如果您不同意修改的內容，請勿繼續接受本服務。否則將視為您已同意並接受本同意書該等增訂或修改內容之拘束。
3.您自本同意書取得的任何建議或資訊，無論是書面或口頭形式，除非本同意書條款有明確規定，均不構成本同意條款以外之任何保證。

五、準據法與管轄法院

本同意書之解釋與適用，以及本同意書有關之爭議，均應依照中華民國法律予以處理，並以臺灣高雄地方法院為管轄法院。

□我已閱讀並接受上述同意書內容

此致　**中華民國水中運動協會**

姓名：　　(親簽名)　中華民國　　年　　月　　日

附件四

中華民國水中運動協會 112 年丙級立式划槳(SUP)教練講習會

切結書

本人＿＿＿＿＿＿將於 **112 年 11 月 11 日至 13 日共 3 日**參加**中華民國水中運動協會丙級立式划槳(SUP)教練講習會**訓練並願意同意下列事項，如有違規而造成事故時願自行負責。

1、 心臟病、氣喘、高血壓及身體不適者，請勿參加。

2、 參加本項活動期間，願意聽從老師及教練之指導及要求，否則一切後果自行負責。

3、 活動前已充分瞭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。

4、 本人認為身心健康，適宜從立式划槳(SUP)水域活動。

具結人＿＿＿＿＿＿(簽章)

中華民國　　年　　月　　日

緊急聯絡人：

姓名：

地址：

電話：

附件五

中華民國水中運動協會 112 年丙級立式划槳(SUP)教練講習會

教學實作報告

姓名：	**時間：**	**地點：**
1、器材說明教學		**2、划槳動作指導**
3、救生衣示範		**4、岸上下板指導**
5、趴划教學		**6、跪划教學**
7、立划教學		**8、落水上板**