

中華民國大專院校體育總會 105 年度 C 級游泳教練講習會實施辦法

- 一、 目的：發展全民游泳運動，提升游泳教練技術水準，培訓基層游泳教練，並建立三級游泳教練制度。
- 二、 指導單位：教育部體育署、中華民國體育運動總會
- 三、 主辦單位：中華民國大專院校體育總會、中華民國游泳協會
- 四、 承辦單位：中華民國大專院校體育總會游泳委員會、國立高雄大學
- 五、 舉辦日期：105 年 9 月 30 日（星期五）至 10 月 2 日（星期日）止，共三天。
- 六、 舉辦地點：國立高雄大學游泳池
- 七、 報名日期：即日起至 9 月 23 日止，傳真概不受理，通訊報名以郵戳為憑，逾期不予受理。
- 八、 報名手續：
 1. 填寫報名表（如附件）並浮貼 2 吋半身照片 2 張，附身分證正反面影本一份（黏貼於報名表上）。
 2. 請至郵局買現金袋報名費 3,000 元。
 3. 洽詢電話：(07)591-9576；Email:helen82224@nuk.edu.tw
 4. 郵寄地址:811 高雄市楠梓區高雄大學路 700 號 體育室 許喻涵小姐收
- 九、 報名資格：
 1. 具中華民國國籍且年滿二十歲以上（不足者請勿報名）。
 2. 中等學校畢業。
 3. 品行端正無不良紀錄者。
 4. 嫻熟游泳規則。
 5. 能游仰、蛙、蝶、自由式 100 公尺四式者。
- 十、 報名名額：以 60 人為限（報名截止人數超過以報名先後順序錄取。）本講習實施辦法及相關資料請上中華民國游泳協會網站 (<http://www.swimming.org.tw/>) 網站查詢。
- 十一、 授課講師簡介：（授課講師聘請國內外具專項理論及實務專長之學者專家授課，自擬）

十二、 課程內容簡介：

C 級游泳教練講習會課程(暫定)

日期課程 時間	9 月 30 日 星期五	10 月 01 日 星期六	10 月 02 日 星期日
08:00-08:50	報到&始業式	自由式教學 (指導技術)	運動力學 (運動科學理論)
09:00-09:50	游泳教練對規則的認識 (運動規則)	蛙泳教學 (指導技術)	運動防護 (運動傷害防護)
10:00-10:50	運動理論與實務 (運動規則)	仰泳教學 (指導技術)	藥 檢 (禁藥課程)
11:00-11:50	游泳選材 (運動規則)	蝶泳教學 (指導技術)	水上安全急救 (運動傷害防護)
午 餐 休 息			
13:00-13:50	游泳常識與暖身運動 (運動規則)	混合式教學 (戰術教學)	學科測驗 協會
14:00-14:50	基礎游泳教學 (運動基本技術)	出發與轉身 (戰略教學)	術科測驗 協會
15:00-15:50	基礎游泳教學 (運動基本技術)	運動營養學 (運動營養學)	綜合座談 教練團
16:00-16:50	初級游泳體能訓練法 (體能訓練法)	運動生理學 (運動科學理論)	綜合座談 教練團
17:00-17:50	初級游泳體能訓練法 (體能訓練法)	運動心理學 (運動科學理論)	

**備註：如曠課一節或筆試不合格&裁判實習不參加者，一律不發證。

十三、 附則：(依據下列原則擬定，視不同項目需求酌予增減)

1. 本講習會依據中華民國游泳協會教練委員會所編製之 C 級教練課程授課。
2. 凡參加講習會學員缺課達四小時以上者，將不給予任何研習證明。
3. 學科及術科測驗達七十分以上為及格。
4. 術科測驗時，請學員自行準備泳衣(褲)及泳具。
5. 講習期間由承辦單位供應午餐(便當)。
6. C 級教練證由中華民國游泳協會核發，全國通用取得 C 級教練證，方可再參加 B 級教練研習會。
7. 參加講習會之學員差旅費請向原服務單位申請報支。
8. 本辦法經中華民國游泳協會送中華民國體育運動總會核定後實施，若有未盡事宜，得隨時修正公佈之。

中華民國大專院校體育總會 105 年度 C 級游泳教練講習會報名表

姓名 正楷											相片黏(浮)貼處 1 張浮貼 1 張黏貼 相片背面請寫上姓名	
英文 姓名	以護照英文姓名為準											
出生 日期	民國 年 月 日							性 別				
身分證												
學歷												
現職 服務 單位								職 稱				
服務 單位 地址	縣 市 區(郵遞區號) 路 段 巷 號之 市鄉鎮□□□ 路 街 弄 巷 樓 室											
聯絡 地址	縣 市 區(郵遞區號) 路 段 巷 號之 市鄉鎮□□□ 路 街 弄 巷 樓 室											
電 話	宅(H) 公(O) (手機) 傳真機： 電子信箱：											
身 分 證	正面影印本							反面影印本				
附 註	1. 上述各欄務請詳細填寫，俾便作業。 2. 各項報名請繳交二吋相片二張(照片上務必寫上姓名)相片請勿重疊。 3. 午餐由承辦單位提供便當(葷、素食請於報名表上註明)葷食 ☐ 素食 ☐ 。 4. 交通、住宿自理。 5. 報名表每人使用一張，如不敷使用請自行影印。 6. ☐ 本人同意以上所列個人基本資料於「中華民國大專院校 105 年度 C 級游泳教練講習會」使用。											