

# 112 年度花蓮縣 C 級教練講習會暨增能復訓申辦計畫

本計畫經中華民國體育運動總會 112 年 月 日體總業字第 112000 號函備查

一、依據：依據中華民國體育運動總會輔導特定體育團體建立運動教練制度章則第五點第四項規定辦理。

二、目的：為培育國內運動教練菁英人才，提升運動訓練品質，使羽球教練增進了解國際羽球運動現況、精進羽球教學智能與技術，以厚植我國競技運動實力。

三、指導單位：教育部體育署、中華民國體育運動總會、花蓮縣政府

四、主辦單位：中華民國羽球協會、花蓮縣體育會

五、承辦單位：花蓮縣體育會羽球委員會

六、協辦單位：東華大學洄瀾學院體育中心

七、講習日期：1. 112 年 12 月 15 日(星期五)至 12 月 17 日(星期日)共 3 天。

2. 參加復訓(增能)日期：12 月 16 日(星期六)1 天。(免考試)

八、講習地點：東華大學田徑場司令台二樓會議室(花蓮縣壽豐鄉大學路二段 1 號)

九、參加對象及資格：

1. 高級中等學校以上畢業。
2. 需年滿 20 足歲。
3. 參加復訓(增能)須具備 C 級(以上)羽球教練資格者。

十、報名方式：採線上表單報名 <https://reurl.cc/jv18Lm>

(若有系統問題請洽詢：Line ID:guo651012

或洽郭忠義老師 0921-228070)



報名 QR Code

A. 完成報名後，請務必掃描圖檔加入講習會群組。

B. 上傳的電子檔檔名務必更改為報名者姓名。

(一)報名日期：即日起至 112 年 12 月 1 日 17:00 止。

(二)報名費用：

A. 每人新台幣：3,000 元(包含製證費；採匯款或轉帳方式繳納)

B. 復訓(增能)新台幣：1000 元整

1. 存入銀行帳號：陽信銀行(代號 108-0421)

2. 戶名：吳忠傑

3. 帳號：13202-002393-5

4. 匯款時務必請備註匯款人姓名



學員群組

5. 報名後請加入講習會群組 <https://reurl.cc/9R5Qjd>

6. 報名費用含製作結業證書及 C 級證費(住宿請自理)

註：如已報名並於截止前，因故未能上課者（需正當理由及提出相關證明），所繳報名費於扣除相關行政作業所需支出後將退還部分報名費。

(三)報名時，請學員上傳身分證（正、反面）及大頭照（請勿傳生活照）電子檔。

(四)第一天上課當日請繳交良民證：需繳交申請近1個月內【112.11.15.後申請】之警察刑事紀錄證明（良民證正本），具外國籍者，應檢附原護照國開具之（行為良好證明文件正本）。良民證不可設置週期。參加復訓(增能)學員免交良民證。（網址：<https://www.npa.gov.tw/NPAGip/wSite/np?ctNode=11725>）

有下列情形之一者，不得參加講習：

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。
6. 違反各級學校專任運動教練聘任管理辦法。
7. 若違反上述相關規定者經由教練委員會審查後送交紀律委員會審議。

十一、課程內容：如附表(課程時間及師資安排如有異動，主辦單位保有更動權益)。

十二、授課講師資歷：

吳宥緯： YU SUPERB PROJECT 極計劃體能工作室 執行長

國立體育大學 射箭隊(複合弓) 體能顧問

UBA 政治大學男子、女子籃球隊體能教練

潘杰秀： 教育部校園性侵害性騷擾或性霸凌事件調查專業人才庫\_老師

郭忠義： 復興國小羽球教練、國家級教練、中華羽協合格裁判長

國立高雄師範大學羽球隊指導教練、國家級裁判

王 羚： 台東高中防護員、高雄醫學大學運動醫學系、國家高考防護員

林如瀚： 東華大學體育學系主任暨體育中心主任

臺灣運動心理學會常務監事

花蓮教育大學男子籃球隊教練

第六屆亞青杯男子籃球助理教練

林 融： 國家級羽球教練

國風國中羽球隊教練

花蓮縣體育會\_場務組長

十三、及格標準：學、術科成績 70 分以上

十四、發證方式：陳報中華民國體育運動總會核備後，核發 C 級教練證。

十五、其他注意事項：

- (一) 第一天上課請於 07：50 時至 08：10 前報到，領取教材（請提前完成報到手續）。
- (二) 講習期間無故缺課 4 小時以上者，視同未參加講習。
- (三) 課程進行中請勿錄音及錄影，如有課程需要錄影請事先徵詢講師同意。
- (四) 講習期間提供茶水、午膳，為響應環保請學員自備環保杯。
- (五) 課程時間及師資安排如有異動，主辦單位保有更動權益。
- (六) 術科測試實習日請著運動服，並著球鞋。
- (七) 增能學員需檢附上傳最高等級之教練證照片。
- (八) 資料不齊者(如報名資料、照片檔、警察刑事紀錄證明正本、身分證正、反面相片)，一律退件不予以受理報名，受理完成報名所繳報名費，如無正當理由，無故缺席者，一律不予退費。

附表：

112 年花蓮縣 C 級羽球教練講習會課程表

日期 時間	12 月 15 日 星期五	12 月 16 日 星期六	12 月 17 日 星期日
8：10   9：00	報到（始業式） 運動團隊經營管理 郭忠義老師	性別平等教育 潘杰秀老師	專項技術操作 3 羽球單打訓練法 林 融老師
9：10   10：00	體能訓練法 吳宥緯老師	運動心理學 林如瀚老師	專項技術操作 4 羽球雙打訓練法 林 融老師
10：10   11：00	專項技術操作 1 核心肌群訓練 吳宥緯老師	羽球運動沿革與發展 國家體育政策 郭忠義老師	訓練計畫擬定 林 融老師
11：10   12：00	專項技術操作 2 專項肌力訓練法 吳宥緯老師	兒童訓練安全 及權利認知 郭忠義老師	教練管理學 教練職責及素養 林 融老師
12：00   13：00	午（餐）休	午（餐）休	午（餐）休
13：10   14：00	運動生理學 （靜態及動態伸展） 王 羚老師	運動教練、訓練學 教練的角色與功能 郭忠義老師	專項戰術演練 6 羽球步法教學法 林 融老師
14：10   15：00	運動傷害防護及急救 王 羚老師	運動教練、訓練學 教練的角色與功能 郭忠義老師	專項戰術演練 7 多球教學法 林 融老師
15：10   16：00	運動營養學 王 羚老師	羽球規則與運用 （專業英文術語） 郭忠義老師	專項戰術演練 8 專項運動技術檢定 郭忠義老師
16：10   17：00	運動禁藥 王 羚老師	羽球運動術語 （專業英文術語） 郭忠義老師	專項戰術演練 5 專項運動學科檢定 郭忠義老師

※ 『球場授課』及術科考試請學員穿著運動服帶球具