

# 中華民國體操協會 113 年韻律體操 C 級教練講習會申辦計畫（草案）

本計畫經中華民國體育運動總會 113 年 00 月 00 日體總業字第 00 號函備查

- 一、依據:依據「特定體育團體建立運動教練資格檢定及管理辦法」第十條及「中華民國體育運動總會輔導特定體育團體建立教練制度章則」第二點辦理。
- 二、目的:為建立健全韻律體操教練制度，提高我國韻律體操教練素質，提升我國韻律體操技術水準。
- 三、指導單位:教育部體育署、中華奧林匹克委員會、中華民國體育運動總會
- 四、主辦單位:中華民國體操協會
- 五、承辦單位:臺中市體育總會體操委員會
- 六、協辦單位:國立臺灣體育運動大學、臺中市體育總會
- 七、講習日期:113 年 3 月 1 日(五)起至 3 月 3 日(日)止。
- 八、講習地點:國立臺灣體育運動大學（臺中市北區雙十路 16 號）
- 九、參加對象及資格:
  - (一) 凡年滿 20 歲，品行端正，具有高級中學以上學歷者，均可報名。
  - (二) 未符合上述參加資格者，亦可報名參加增能進修，不需參加考試，不發教練證，僅依實際參加時數，核發研習證書。
- 十、報名方式:
  - (一) 欲參加者請填寫報名表乙份(如附件一)，一律採 e-mail 報名傳至 [ctga\\_rg@yahoo.com.tw](mailto:ctga_rg@yahoo.com.tw)，協會收信後將以 e-mail 回信確認報名完成。
  - (二) 報名費:符合考試資格者，新臺幣 3,500 元整(含檢定費、證書費、誤餐費、保險費、講義)，其他複訓／增能訓練者未參與考試者新臺幣 2,500 元整。
  - (三) 報到時，請繳交報名費及近一個月內核發之警察刑事紀錄證明(良民證)，報名未參加研習者需繳交保險行政費 500 元整。
  - (四) 填寫特定體育團體辦理 C 級教練講習會具結書，講習會現場發放填寫完畢繳回。
  - (五) 報到地點:113 年 3 月 1 日(三)上午 8:00，假國立臺灣體育運動大學。
  - (六) 報名截止日期:自即日起至 113 年 2 月 16 日(星期五)下午 5:00 止。
  - (七) 報名參加人數未達 20 人以上者，取消本場講習會。
- 十一、課程內容:課程表如附件二
- 十二、授課講師及資歷:聘請國內資深教授及國際級裁判、國家級教練擔任講師。

- 十三、及格及標準:凡符合參加資格全程參與，且學科筆試和術科評分測驗成績均達 70 分合格者，即可取得中華民國體育運動總會核發之 C 級教練證。唯缺課 4 小時(含)以上者，不得參加考試。
- 十四、參加人員請原服務單位酌情補助，並依權責給予公(差)假辦理。
- 十五、講習期間由本會辦理保險，中餐由本會供應，住宿、交通請自理，講習會課表和報名表請參閱附件。
- 十六、注意事項:教練證有效期間為四年，經參加專業進修課程累計達四十八小時，並每年至少六小時者，於效期屆滿三個月前至六個月內之期間，得向本會申請教練證效期之展延，每次展延期間為四年。
- 十七、本計畫經中華民國體育運動總會 113 年 00 月 00 日體總業字第 0000 號函備查後公告施行，修正時亦同。

中華民國體操協會 113 年韻律體操 C 級教練講習會課程表

內容 日期 時間	3月1日 (星期五)	3月2日 (星期六)	3月3日 (星期日)
08:30-09:20	08:00-08:50 報到	運動禁藥 (講師:待聘)	運動生物力學 (講師:林建志)
	09:00-09:20 始業式		
09:30-10:20	韻律體操國小中 / 低年級組 自訂辦法 (講師:李碧柔)	教練心理學在 韻律體操運動之應用 (講師:聶喬齡)	運動生物力學 (講師:林建志)
10:30-11:20	FIG 韻律體操國際規則 總則 (講師:郭育瑄)	運動選才學 (講師:陳哲修)	運動傷害防護及急救 (講師:林建志)
11:30-12:20	韻律體操運動術語 (講師:郭育瑄)	運動選才學 (講師:陳哲修)	運動傷害防護及急救 (講師:林建志)
12:20-13:30	午餐/休息		
13:30-14:20	教練職責與素養 (講師:吳修廷)	教練管理學 (講師:曾荃鈺)	分組編排與實務訓練 (講師:林惠鈴)
14:30-15:20	兒童訓練安全及權力認知 (講師:吳修廷)	教練管理學 (講師:曾荃鈺)	分組編排與實務訓練 (講師:林惠鈴)
15:30-16:20	韻律體操個人競賽 手具基本技術 講解與實務(一) (講師:高敬惠)	性別平等教育 (講師:吳海助)	術科測驗 (講師:紀雅玲)
16:30-17:20	韻律體操個人競賽 手具基本技術 講解與實務(二) (講師:高敬惠)	韻律體操團隊競賽 項目講解與實務(一) (講師:紀雅玲)	
17:30-18:20	韻律體操個人競賽 手具基本技術 講解與實務(三) (講師:高敬惠)	韻律體操團隊競賽 項目講解與實務(二) (講師:紀雅玲)	學科測驗 (講師:李碧柔)