

# 115 年臺南市田徑 C 級教練講習會暨增能研習課程實施辦法

- 一、依據：中華民國田徑協會 115 年度辦理教練資格檢定及管理實施計畫。  
臺南市政府體育局 115 年 5 月 7 日南市體競字第 1150548843 號辦理。
- 二、主旨：培養本市專業田徑教練人才，提升田徑運動成績，特舉辦講習會。
- 三、指導單位：臺南市政府體育局、中華民國體育運動總會 中華民國田徑協會。
- 四、主辦單位：臺南市體育總會
- 五、承辦單位：臺南市體育總會田徑委員會
- 六、協辦單位：臺南市立永華國民小學
- 七、講習日期：115 年 7 月 29 日至 7 月 31 日(星期三至星期五)
- 八、講習時間：每日上午 08：00 至下午 17：00 止。  
報到時間：每日（上午 7 時 30 分至 8 時報到）
- 九、講習地點：臺南市永華國小-永華館視聽教室（臺南市南區中華西路一段 2 巷 17 號）
- 十、參加資格：
  1. 年滿 20 歲（必要條件）。
  2. 高級中等學校以上(或同等學歷)畢業，受運動專業訓練，並熟悉運動之教育訓練及競賽規則且品行端正愛好體育運動之人員。
- 十一、報名日期：1. 自即日起至 115 年 6 月 26 日止(星期五) (郵戳為憑)。  
2. 本次講習會因受場地限制，欲參加者請於報名日期截止前儘速辦理報名。
- 十二、報名方式：(一)參加學員以 150 人為限，詳細填寫本次講習會報名表(如附件)逕上  
<https://forms.gle/nANHB9w3Scoa5kN68> 填寫 Google 表單報名資料。  
※報名學員請提供
  1. 大頭照電子檔，電子檔檔名請以「姓名\_身分證字號\_115 臺南市教練講習」命名，以便本會整理資料及製證。
  2. 身分證正反面
    - (二)良民證：(最近一個月內核發之無違反下列規定之警察刑事紀錄證明) 具外國籍者，應檢附原護照國開具之行為良好證明文件，請逕向各縣市政府警察局申請，申請工作天約為 3-5 天。（報到時繳交）
    - (三)講習費：新台幣 2,000 元整，增能課程 600 元/天。  
(含報名費、證照費、材料費、講師費、誤餐費、行政處理費)  
請以現金袋連同報名表限時掛號郵寄至  
臺南市中西區南寧街 45 號  
臺南市中山國中 林惠珍 教練收。  
聯絡電話：0961-404-387。

(四) 不受理電話或傳真方式報名。

十三、研習內容：詳見課表。

十四、考核辦法：

- (一) 學員課前需簽到；請假者需填寫請假單，每小時扣總分 2 分；講習會期間累積 3 小時(含)以上缺課者，不得參加考試。
- (二) 術科測驗佔 20%。
- (三) 學科測驗佔 70%。出席時數 10%
- (四) 證書核證：學員經測試合格後，總成績達 70 分者呈報中華民國田徑協會審查後轉請中華民國全國體育總會核發全國 C 級田徑教練證。
- (五) 參加增能進修研習課程之學員必須持有 A、B、C 級教練證照且於有效期限內方可報名，請自行勾選日期參加或三天全程參與。

十五、證書核發：(一) 凡全程參加講習會，符合考評辦法者，得發結業證書。

- (二) 考試達 70 分以上合格者並經本會審核通過者，由本會呈報中華民國田徑協會核發 C 級教練證，最後本會寄發件。

十六、教練證有效期限：

- (一) 教練證有效期間為 4 年，經參加規範之專業進修課程，且符合各級別需求時數，得於效期屆滿 3 個月前至 6 個月內之期間，向中華民國田徑協會申請教練證效期之展延，每次展延期間為四年。
- (二) 教練證有效期限為 4 年：累計進修時數需達 48 小時，並每年至少 6 小時。
- (三) 前項專業進修課程，係指由本會團體會員、受託團體與本會團體會員認可之其他體育團體或國際體育組織辦理之課程。

十七、臺南市在職教師參加研習者，請准予公假登記並由本會核發 24 小時研習證明。(請假或缺課合計超過 4 小時者不核發研習時數)

十八、本辦法奉核准後實施，如有未盡事宜，得由主辦單位修訂公佈之。

# 115 年臺南市田徑 C 級教練講習會暨增能研習課程表

講習日期：C 教考證 7/29-7/31 三天 C 教增能 7/29-7/31 三天  
C 教增能 7/29 一天 C 教增能 7/30 一天 C 教增能 7/31 一天

星期 時間	7 月 29 日 (星期三)	7 月 30 日 (星期四)	7 月 31 日 (星期五)
07:30-08:00	7:50-8:00 始業式	07:30-08:00 報到	07:30-08:00 報到
08:00-08:50	運動訓練計畫擬定 (陳良乾局長)	競走訓練實務與運用 (含術科基礎檢定) (林漢森講師)	田徑訓練與運動科學 (林麗娟講師)
09:00-09:50	運動訓練計畫擬定 (陳良乾局長)	競走訓練實務與運用 (含術科基礎檢定) (林漢森講師)	田徑訓練與運動科學 (林麗娟講師)
10:00-10:50	短距離及接力訓練 (含術科基礎檢定) (劉立宇講師)	跨欄訓練理論基礎 (含術科基礎檢定) (林漢森講師)	性別平等教育 (鍾怡純講師)
11:00-11:50	短距離及接力訓練 (含術科基礎檢定) (劉立宇講師)	跨欄訓練理論基礎 (含術科基礎檢定) (林漢森講師)	兒童運動訓練安全及權利相關知能 (鍾怡純講師)
12:00-13:00	午餐、休息		
13:00-13:50	跳遠訓練實務與運用 (含術科基礎檢定) (許唐漢講師)	鉛球訓練實務與運用 (含術科基礎檢定) (林家瑩講師)	運動生理學 運動傷害防護疲勞恢復 (劉于銓講師)
14:00-14:50	跳遠訓練實務與運用 (含術科基礎檢定) (許唐漢講師)	鉛球訓練實務與運用 (含術科基礎檢定) (林家瑩講師)	運動生理 運動營養學/運動禁藥 (白詣豪講師)
15:00-15:50	跳高訓練實務與運用 (含術科基礎檢定) (曾宜珍講師)	鐵餅訓練實務與運用 (含術科基礎檢定) (林家瑩講師)	運動術語 田徑規則講解 (劉富福講師)
16:00-16:50	跳高訓練實務與運用 (含術科基礎檢定) (曾宜珍講師)	鐵餅訓練實務與運用 (含術科基礎檢定) (林家瑩講師)	運動教練學 教練應有的素養/團隊 經營管理 (林漢森講師)
17:00-18:00	歸賦	歸賦	綜合座談/結業式+考試 田徑委員會

註 1：授課講師若有變更或課程調動，以研習會場為準。

註 2: 以上課程均含教練執行要領、專項教練術語(專業外語)中英文規則研討及個案例分析。

## 115 年臺南市田徑 C 級教練暨增能研習講習會課程報名表

姓名		性別		照片電子檔
身份證字號		出生年月日		2 吋身照片 1 張(浮貼)
服務單位		職稱		
服務單位地址			電話： (公) (宅) 手機	
通訊地址				
膳食	<input type="checkbox"/> 葷 <input type="checkbox"/> 素 (請勾選)		公假函	<input type="checkbox"/> 需要 <input type="checkbox"/> 否
增能課程	<input type="checkbox"/> C 教增能 7/29 一天 <input type="checkbox"/> C 教增能 7/30 一天 <input type="checkbox"/> C 教增能 7/31 一天			
		身分證正面影本 黏貼處		身分證反面影本 黏貼處
備註： 1. 本次研習經測驗後，成績未達 70 分者不予發給證照。 2. 填寫報名表、2 吋身電子檔照片 1 張、身分證影本，報名費，以掛號郵寄方式報名，不受理電話或傳真報名。 3. 聯絡人：林惠珍 教練，聯絡電話：0961-404-387。 4. 郵寄地點：臺南市中西區南寧街 45 號 中山國中 林惠珍 教練 收。 5. 報名費：考證新台幣 2,000 元整，增能研習 600 元/天，現金袋連同報名表限時掛號郵寄。 6. 參加增能學員，必須持有 A、B、C 級教練證照且於有效期限內方可報名，請自行勾選日期參加或三天全程參與。 7. <input type="checkbox"/> 本人同意以上所列基本資料於「115 年臺南市田徑 C 級教練暨增能研習講習會」使用。 簽名：				

特定體育團體辦理 C 級教練講習會  
具結書

具結人\_\_\_\_\_申請參加中華民國田徑協會辦理之 C 級教練講習會，茲聲明本人確無「特定體育團體建立運動教練資格檢定及管理辦法」第 4 條、第 4 條之 1 規定情形，若被查出有上開規定情形，講習會已辦理，同意報名費不再退回及已核發教練證註銷，特立具結書為證。

此致

中華民國田徑協會

具結人： \_\_\_\_\_（簽名或蓋章）

身分證統一編號： \_\_\_\_\_

住 址： \_\_\_\_\_

電 話： \_\_\_\_\_

中華民國 年 月 日