

中華民國柔道總會辦理 113 年度 A 級教練講習會實施辦法

本計畫經中華民國體育運動總會 112 年○月○日體總業字第 112○○○○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二點辦理。

二、目的：依國際柔道最新競技趨勢編列課程，以提升及精進我國柔道教練素質與水平，培育選手具競爭實力參與國際競賽並締造佳績。

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：中華民國柔道總會(以下簡稱本會)、國立臺灣體育運動大學。

五、舉辦日期：113 年 1 月 19 日(五)至 1 月 22 日(一)。

六、舉辦地點：國立臺灣體育運動大學鶴鳴樓階梯教室暨技擊館柔道教室。

七、參加對象及資格：

(一)須為本會個人會員，並持有本會核發參段以上證書。

(二)1. 已取得中華民國體育運動總會核發或 A 級運動教練證者。

2. 已取得本會核發之 A(A1)級教練證滿 1 年或 B 級教練證滿 3 年，並擔任實習或助理教練達一年以上者。

3. 獲得二等一級以上國光體育獎章者。

(三)已取得本會教練資格者均須每年參加講習。

八、報名方式：網路報名：

(一)報名截止日自即日起至 112 年 12 月 31 日(星期日)止。

(二)報名費用：新台幣 3,000 元。

(三)匯款銀行：005 土地銀行長安分行/匯款帳號：008-001-088743

(四)上傳資料：(1)教練證正、反面(2)段位證書(3)教練資料卡(4)二吋彩色證件照(5)最近一個月內核發之警察刑事紀錄證明。

九、課程內容(課程表如附件)

十、授課講師資歷：聘請國內體育專家及學者授課。

十一、及格標準：測驗分數達分(學科占比 70%，術科占比 30%)。

十二、發證方式：

(一)凡參加全部課程與活動者，於講習會結束後，發給本會核發之 A 級教練講習會結業證書。

(二)1. 已取得本會核發之 A(A1)級教練證且 B 級教練證滿 3 年，經修滿規定課程時數且測驗分數及格者，報請中華民國體育運動總會(體總)核備並取得體總核發之 A 級運動教練證。

2. 已取得 B 級教練證滿 3 年但尚未取得本會核發之 A1 級教練證，經修滿規定課程時數且測驗分數及格者，由本會核發 A1 級教練證。

十三、其它注意事項：

(一)參加各級教練講習會缺課達四小時(含)以上者，不得參加學術科測驗。

(二)請依課程表時間準時出席，切勿缺席、遲到或早退。

(三)參加講習者請依課程安排攜帶白色柔道服。

(四)講習會期間，住宿敬請自行處理。

十四、本計畫經中華民國體育運動總會備查後實施，修正時亦同。

附表一

中華民國柔道總會 113 年度 A 級教練講習會申請表

姓 名			相片黏貼處
性 別	☐ 男 ☐ 女		
出生日期	中華民國__年__月__日		
身分證字號			
最高學歷		本會會員號碼	
服務單位 現任職務	單位：_____ 職稱：_____		
目前持有教練證號		本會段證號碼	
聯絡電話			
電子郵件			
聯絡地址			
緊急聯絡人			
聯絡電話			
關係			
備註			

附表二

中華民國柔道總會 113 年 A 級教練講習會課程表

113 年 A 級柔道教練講習課程表		
時段	1 月 19 日(五)	1 月 20 日(六)
08:10-09:00	報到(8:40-9:00)	術科:柔道技術操作 講師:高市賢悟 翻譯助教:曾昌盛
09:05-09:55	體能測驗、評估及訓練 講師:陳哲修 教授	
10:00-10:50		
10:55-11:45	運動生理學(能量系統) 講師:呂學冠 教授	
11:45-12:15	午餐	午餐
12:15-13:05	運動生理學(能量系統) 講師:呂學冠 教授	術科:柔道技術操作 講師:高市賢悟 翻譯助教:曾昌盛
13:10-14:00	運動團隊經營管理 講師:黃彥翔 教授	
14:05-14:55		
15:00-15:50	運動傷害預防與評估 講師:張文典 教授	
15:55-16:45		
16:50-17:40	運動傷害防護及急救 講師:張文典 教授	術科: 體能及肌力訓練操作 講師:鄭玉兒 老師 國家運動訓練中心體能 訓練師
17:45-18:35		
上課地點	鶴鳴樓階梯教室	技擊館柔道教室

中華民國柔道總會 113 年 A 級教練講習會課程表

113 年 A 級柔道教練講習課程表		
時段	1 月 21 日(日)	1 月 22 日(一)
08:10-09:00	不同訓練週期之訓練處方 講師：林華韋 教授	運動情報蒐集及其分析 講師：黃致豪 教授
09:05-09:55		
10:00-10:50	運動心理學(動機、壓力調適) 講師：莊艷惠 教授	運動疲勞及恢復 講師：張振崗 教授
10:55-11:45		
11:45-12:15	午餐	午餐
12:15-13:05	奧會模式 講師：廖庭寧 老師	兒童訓練安全與權利認知 講師：呂豐足 老師
13:10-14:00	柔道運動沿革及其發展現況 講師：杜天佑 老師	
14:05-14:55	柔道運動術語 講師：杜天佑 老師	性別平等教育 講師：陳孟治 老師
15:00-15:50		運動禁藥
15:55-16:45	柔道運動規則 講師：郭健齡 老師	體能及肌力訓練操作 講師：鄭玉兒 老師
16:50-17:40		測驗&結業式
上課地點	鶴鳴樓階梯教室	鶴鳴樓階梯教室