

中華民國舉重協會110年全國B級舉重教練暨增能講習會辦法

- 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」辦理。
- 二、目的：為推廣舉重運動暨培育舉重裁判，厚植裁判實力，特舉辦本裁判講習會。
- 三、指導單位：教育部體育署、中華民國體育運動總會、中華奧林匹克委員會。
- 四、主辦單位：中華民國舉重協會
- 五、協辦單位：
- 六、舉辦日期：110年7月15日(星期四)至7月18日(日)，共四天。
- 七、舉辦地點：[線上通訊講習會\(Zoom軟體\)](#)
- 八、報名資格：
 - (一)持有中華民國舉重協會C級以上教練證者。
 - (二)取得C級教練證照後而實際從事2年以上教練工作。
 - (三)曾參加奧林匹克運動會、亞洲運動會、世界錦標賽之舉重國家代表隊選手(自行檢附證明文件)。
 - (四)已持有A、B、C級教練證者可增能進修研習(費用1000元)。
 - (五)請學員確認自身可以使用線上通訊軟體進行講習課程。
- 九、報名人數：報名參加B級教練者，依報名先後依序錄取，額滿為止，以30名為限；增能研習進修以30名為限，共計60名。
- 十、報名方式：因應新冠肺炎影響，為減少出入公共場所，所有報名文件以[電子檔寄送](#)。
 - (一)報名日期：自即日起至110年7月7日(星期三)24點止，以電子郵件為憑；詳填報名表並繳交兩吋大頭照電子檔。報名寄至 [E-mail:ctwa.t1106@msa.hinet.net](mailto:ctwa.t1106@msa.hinet.net)
 - (二)詳細填寫本次講習會報名表(如附件，電子檔)。
 - (三)準備2吋照片(一定要白底照片)電子檔。
 - (四)身分證正反面影印電子檔。
 - (五)畢業證書證明文件電子檔。
 - (六)C級教練證證明掃描檔。
 - (七)近三個月內核發之歷年無違反警察刑事紀錄證明(俗稱良民證)掃描檔。
 - (八)繳交費用：
 1. B級教練講習：每人新台幣4,000元整【用於講師、證照、教材、保險、行政等費】。
 2. 增能進修研習：每人新台幣1,000元整。
 3. 繳費方式：(1)現金袋寄件至本會；(2)匯款帳戶：新光銀行西門分行103-00055
戶名：中華民國舉重協會張揚寶蓮；帳號：0055-10-100543-1，**請註明參加講習學員姓名**。
 4. 報名表、身分證正反面影印本、證明文件、二吋相片電子檔，連同匯款資訊Email本會。

未於報名截止日前繳納者視同報名手續未完成。

(九)收件地址:10489 台北市中山區朱崙街 20 號 502A 室，中華民國舉重協會收。

聯絡人:王又德; 電話:02-2711-0823、 E-mail: ctwa.t1106@msa.hinet.net

(十) 不受理電話或傳真方式報名。

十一、實施方式：

(一)由主辦單位規劃課程、遴聘講師，以線上上課方式辦理。

(二)參加講習之學員由主辦單位報請有關單位給予公假登記。

(三)總時數 32 小時，增能學員至少 6 小時。

(四)線上通訊講習會期間，茶水、午膳、交通、食宿事宜請自理。

十二、績效考核：

(一)參加本次講習會無缺席者，採線上考試，筆試占 60%、術科占 40%(實際判決模擬、比賽實習、口試)，總成績達 80 分者，由本會發給 B 級裁判證；並檢冊報備中華民國體育運動總會。

(二)請假不得超過四小時，否則不予核發研習證書及教練證。

(三)考生成績複查自成績公布 7 日內，務必以紙本郵寄至會辦理。不接受電話或 EMAIL 詢問。為保護閱卷委員裁量權，成績複查僅復算考試成績加總是否有誤，不提供考生調閱試卷、考試試題、考試答案。更不得要求重新批閱試卷及解釋試題及答案等。

十三、附則：

(一)報到時間：110 年 7 月 15 日上午 08:45 至 09:00 (請確認加入群組及上課連結)。

(二)報到地點：創建本講習會通訊群組，統一公告。

(三)因應新型冠狀病毒疫情及確保參加人員健康與安全，所有符合居家檢疫、居家隔離以及自主健康管理未解除者，不得報名是項講習，另若有呼吸道症狀亦勿報名參加。

(四)為防範新型冠狀病毒擴散，參與者請務必遵照中央及地方政府現時防疫政策，承辦單位將實施相關防疫措施，請配合實施。

(五)因故無法參加者請於活動舉行前七日通知中華民國大專院校體育總會，否則概不退費，退費收取 200 元行政費。

十四、本實施辦法經報請中華民國體育運動總會核准後實施，修正時亦同。

十五、依據中華民國體育運動總會 110 年 6 月 21 日體總業字第 1100000977 號函核定辦理。

中華民國舉重協會 110 年度 B 級教練暨增能講習會課程表

110 年 7 月 15 日至 7 月 18 日，線上通訊講習會

日期\時間 課程\職稱		08:30-9:00	9:10-11:00	11:10-12:00	13:00-14:50	15:00-16:40
第一天	7/15 星期四	開訓典禮	運動營養學	運動代謝與 體重控制	運動醫學	運動傷害防護 與診斷
	講師	行政組				
第二天	7/16 星期五	08:30-10:10 性別平等教育	10:20-12:00 運動禁藥	13:00-14:40 訓練計畫擬定	14:50-16:30 舉重技術與 教學	16:30-17:20 運動英文
	講師					
第三天	7/17 星期六	08:30-10:10 運動心理學	10:20-12:00 運動生物力學	13:00-14:40 運動選材 (千里馬)	14:50-16:30 運動情報蒐集 與分析	16:30-17:20 運動疲勞及恢復
	講師					
第四天	7/18 星期日	08:30-9:20 運動行銷與 推廣	09:30-11:10 舉重規則分析	11:20-12:10 奧會模式	13:30-15:20 綜合座談	15:30-17:10 筆試 術科
	講師				上級長官	行政組

*增能學員至少6小時課程。

授課講師簡介：