**中華民國舉重協會111年度C級舉重教練暨增能講習會實施辦法**

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](https://law.moj.gov.tw/LawClass/LawAll.aspx?pcode=H0120082)」辦理，中華民國體育運動總會111年2月11日體總業字第1110000189號函備查。

二、目 的：培育舉重教練專業技術，進而提升舉重運動水準。

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、承辦單位：中華民國舉重協會。

五、舉辦日期：111年2月26、27、28日。

六、舉辦地點：線上課程(Zoom)

七、報名資格：

增能：凡對舉重運動有興趣者均可報名參加。

取證：年滿20歲且具高中職同等學歷者均可報名參加。

八、報名手續：

（一）截止日期：即日起至111年02月18日(五)18點止，依報名資格繳交以下電子檔資料至本會信箱：ctwactwa@gmail.com。證照及身分證正反面影本檔名請標註姓名。

增能：報名表、現金1000元、身分證正反面影本一張、教練證影本(無則免) 。

取證：報名表、現金3000元、身分證正反面影本一張、二吋相片大頭照電子檔（白底，製作證照用）、高中以上學歷證明影本(畢業證書)、三個月內良民證正本一張。

（二）報名人數：報名取證者以60名為限，報名增能者以30名為限，依報名順序錄取。

（三）協會講習會聯絡資訊：

聯 絡 人：廖雪利

聯絡電話：02-27110823、02-27110923

E - mail：ctwactwa@gmail.com

（四）繳交費用：

1.現金袋收件地址：104台北市中山區朱崙街20號5樓502A室

中華民國舉重協會 收

2. 匯款帳戶：臺灣銀行萬華分行004-2422

戶名：中華民國舉重協會；帳號：242-00101060-2，

請匯款時備註-學員姓名。

取證：每人新台幣3000元整，可與報名資料以現金袋方式一併郵寄至協會。

增能：每人新台幣1000元整，可與報名資料以現金袋方式一併郵寄至協會。

（五）不受理電話及傳真報名。

十、實施方式：

1. 由主辦單位規劃課程並遴聘講師，授課講師及內容如附件一。
2. 學科16小時，術科8小時，總時數24小時。增能研習會每場應至少六小時。

（三）學員請自備運動服及運動鞋以利實務演練。

（四）須辦理公假之學員由主辦單位報請有關單位給予公假登記。

十一、績效考核：

1. 參加取證者，無缺席且通過測驗，總成績達70分者，本會將報請中華民國體育運動總會核發C級教練證；參加增能者，本會將依簽到時數核發時數證明證書。
2. 學員應儘量避免缺課，如遇有特殊事故，應填具請假單方可離會。但請假不得超過四小時，否則不予核發研習證書及教練證。
3. 考生成績複查自成績公布7日內，務必以紙本郵寄至本會辦理。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。

十二、附則：

(一)報到時間：111年2月26日上午08:30至09:00(請確認上課連結及加入線上會議室)

(二)報到地點：Email通知學員上課連結，請務必確認信箱。

(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最新防疫政策，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舉重協會，否則概不退費，退費收取200元行政費。

十三、本辦法經中華民國舉重協會承辦，中華民國體育運動總會核定後實施，若有未盡事宜，得隨時修正公佈之。

附件一

**111年度C級舉重教練暨增能講習會課程表**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 日期  時間 | 2/26(六) | 2/27(日) | 2/28(一) |
| 08:10-  09:00 | 08:30報到/始業式  行政組 | 運動傷害防護與治療  阮彥鈞物理治療師 | 運動訓練計畫擬定  翁明嘉教授 |
| 09:10-  10:00 | 性別平等  許瓊云教授 |
| 10:10-  11:00 | 運動禁藥管制  陳伯儀教授 | 運動賽事籌備與執行黃泓嘉老師 | 體育英文  王又德老師 |
| 11:10-  12:00 | 奧會模式  何湘伶副秘書長 |
| 12:00-  13:00 | 午休 | | |
| 13:10-  14:00 | 運動生理學  侯建文教授 | 舉重技術分析  許穎溪老師 | 舉重規則  蔡素盆 |
| 14:10-  15:00 | 運動生理學  侯建文教授 | 學科測試  廖雪利教練  許穎溪教練 |
| 15:10-  16:00 | 運動營養與體重控制  侯建文教授 | 舉重輔助訓練  許穎溪老師 | 術科測試  廖雪利教練  許穎溪教練 |
| 16:10-  17:00 |

授課講師簡介：

何湘伶:中華民國舉重協會副秘書長

侯建文:臺北市立大學運動科學研究所教授

許穎溪:中華民國舉重協會國家級舉重教練

蔡素盆:中華民國舉重協會國家級舉重裁判

許瓊云:臺北市立大學水上運動學系教授

陳伯儀:臺北市立大學運動教育研究所教授

阮彥鈞:國立陽明大學物理治療暨輔助科技學系碩士

黃泓嘉:臺北市政府體育局全民運動科科員

翁明嘉:文化大學體育學系助理教授

王又德:國立台灣師範大學體育研究所碩士

廖雪利: 中華民國舉重協會國家級舉重教練