

中華民國舉重協會 113 年度辦理教練資格檢定及管理實施計畫

本計畫經教育部 113 年 1 月 22 日臺教授體字第 1130003319 號函備查

- 一、依據：「特定體育團體建立運動教練資格檢定及管理辦法」第十條辦理。
- 二、目的：中華民國舉重協會（以下簡稱本會）為建立舉重教練制度、培養教練人才、提高教練素養及水平，特訂定本實施計畫（以下簡稱本計畫）。
- 三、本會辦理各級教練講習會參加資格，如附件一。
- 四、實施期程：自 113 年 1 月 1 日起至 113 年 12 月 31 日止。
- 五、實施方式：

（一）各場講習會、專業進修課程申請

本會應於各級教練講習會、專業進修課程舉辦前 30 日，依本計畫研擬各級教練講習會、專業進修課程場次之申辦計畫，並函報中華民國體育運動總會（以下簡稱中華體總）備查。

（二）各場講習會、專業進修課程結案

本會應於各級教練講習會、專業進修課程結束後 30 日內，檢具各級教練講習會、專業進修課程之成果報告書等相關資料，函報中華體總備查。

（三）辦理單位

各級教練講習會之學科及術科課程及測驗均應由本會辦理，惟 C 級及 B 級教練講習會得委託本會直轄市（縣市）舉重協（委員）會、中華民國大專院校體育總會、中華民國高級中等學校體育總會（以下簡稱受託團體）辦理，並得由受託團體向本會申請辦理。

（四）辦理場次

1. C 級教練講習會_2_場
2. B 級教練講習會_1_場
3. A 級教練講習會_1_場
4. 活動時間、地點及報名人數，如附件二、附件三。

（五）講習會課程

各級教練講習會課程，應包括學科及術科，其課程科目、時數，如附件四。

（六）講習會時數

申請參加本會或受託團體辦理之各級教練講習會，經資格審查通過者，應於完成講習會學科及術科課程時數後，始得參加學科及術科測驗，其測驗方式與及格標準，如附件五，講習會應完成之時數如下：

1. C級教練：至少二十四小時。
2. B級教練：至少三十二小時。
3. A級教練：至少四十小時。
4. 參加各級教練講習會缺席達四小時（含）以上者，不得參加學科及術科測驗。

（七）證照核發

前項人員修滿各該規定課程時數，學科及術科測驗均屬及格，且無「特定體育團體建立運動教練資格檢定及管理辦法」及本計畫規定不能取得教練資格者，由本會發給教練證。

六、申請人有下列情事之一者，不得申請教練資格之檢定：

- （一）依「特定體育團體建立運動教練資格檢定及管理辦法」第四條所定終身不得申請教練資格之檢定。
- （二）依「特定體育團體建立運動教練資格檢定及管理辦法」第四條之一所定於三年或該議決一年至四年期間不得申請教練資格之檢定。

七、申請參加各級教練講習會者，應填具報名表，並檢附下列文件、資料，並繳交費用，向本會提出申請：

- （一）國民身分證、護照或其它身分證明文件。
- （二）符合本計畫第三條參加資格規定之證明文件。
- （三）最近一個月內（註1）核發之無違反本計畫第六條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；並以書面具結無違反本計畫第六條規定情事。
- （四）參加身分屬「原持有證照級別逾期未換發而失效者」，應檢附原持有證照級別之證明文件。
- （五）講習會、專業進修課程、證照補（換）發及成績複查之收費標準，如附件六。

註1：最近一個月內係指申請人提出申請之報名日期與其所附警察刑事紀錄證明之

開立日期間距為一個月以內。

八、成績複查

- (一) 對於學科及術科測驗結果有異議者，得於收到測驗結果次日起七日內向本會提出成績複查申請。
- (二) 本會將於成績複查申請受理次日起十五日內，將複查結果送達申請人。

九、教練證效期及展延

- (一) 本會各級教練人數：(統計至 2023 年 11 月 30 日止)
 1. C 級教練：362 人。
 2. B 級教練：172 人。
 3. A 級教練：217 人。
- (二) 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。
- (三) 前項專業進修課程時數包括以下各類：
 1. 本會辦理之講習會、專業進修課程時數。
 2. 亞洲舉重總會辦理之相關講習會時數。
 3. 國際舉重總會辦理之相關講習會時數。
 4. 經本會認可其它體育團體辦理之相關講習會時數：
 - (1) 各級政府轄下體育運動相關單位
 - (2) 國家運動訓練中心
 - (3) 中華民國體育運動總會
 - (4) 中華奧林匹克委員會
 - (5) 中華民國大專院校體育總會
 - (6) 中華民國高級中等學校體育總會
 - (7) e 等公務園數位學習平臺
 - (8) 臺北 e 大數位學習網
 5. 持有本會核發之各級教練證者於本會認可之賽事擔任教練者，得依規定抵免專業進修課程時數，如附件七。

十、教練證補（換）發

- （一）持有教練證者，因故遺失、更名或毀損時，應填具申請表，向本會申請補（換）發。
- （二）教練證逾期未換發者，應準用本計畫第三條至第七條規定，再行參加原持有證照級別之教練講習會，並經學科及術科測驗及格者，始得辦理證照換發。

十一、國外教練證換證

- （一）取得國際舉重總會所核發教練證者，得檢具相關證明文件資料，向本會提出申請，並經本會教練委員會審議通過者，予以換發為本會教練證。
- （二）持有國際舉重總會所核發國際教練證換發為本會教練證者，若經國際舉重總會判處停權或註銷時，本會得註銷該員教練證。

十二、其它事項

- （一）持有教練證人員，有「特定體育團體建立運動教練資格檢定及管理辦法」第十三條所定情形者，由本會註銷其教練證，並函送中華體總備查。
- （二）各級教練講習會之學科及術科相關資料及名冊，由本會妥善保存。
- （三）本會將配合中華體總訪視相關作業。

十三、本計畫經本會教練委員會審議通過後，函報中華體總審查，經審查通過再報教育部備查後公告實施，修正時亦同。

中華民國舉重協會辦理各級教練講習會參加資格一覽表

編號	級別	參加資格
一	C級教練	高級中等以上學校畢業，受運動專業訓練，並熟悉運動之教育訓練及競賽規則。
二	B級教練	(一) 取得C級舉重教練證2年(註1)以上，具從事舉重教練實務工作經驗者。 (二) 曾參加奧林匹克運動會、亞洲運動會、世界單項運動正式錦標賽之舉重國家代表隊選手。 (三) 具有舉重之職業運動員身分。
三	A級教練	(一) 取得B級舉重教練證3年(註1)以上，具從事舉重教練實務工作經驗者。 (二) 獲得二等一級以上國光體育獎章者。

註1：自前一級別發證日期起計至講習會辦理日期前一天需符合規定之年限。

註2：申請各級教練資格檢定者，應於講習會辦理日期前一天年滿20歲以上，並具備表列各級教練講習會參加資格之一者。

中華民國舉重協會辦理各級教練講習會時程表

編號	級別	時間	地點	報名人數
1	C 級	113 年 2 月 24 日至 26 日	國立臺灣體育運動大學 (臺中市)	50 人
2	C 級	113 年 7 月 13 日至 15 日	臺北市(暫定)	50 人
3	B 級	113 年 2 月 24 日至 27 日	國立臺灣體育運動大學 (臺中市)	50 人
4	A 級	113 年 7 月 13 日至 17 日	臺北市(暫定)	50 人
<p>本表所列僅為暫定時程表，實際時程請以經中華民國體育運動總會備查各場講習會實施計畫為主。</p>				

中華民國舉重協會辦理教練專業進修課程時程表

編號	時間	地點	報名人數
1	113年2月24日至26日	國立臺灣體育運動大學 (臺中市)	30
2	113年2月24日至27日	國立臺灣體育運動大學 (臺中市)	30
3	113年7月13日至15日	臺北市(暫定)	30
4	113年7月13日至17日	臺北市(暫定)	30
<p>本表所列僅為暫定時程表，實際時程請以經中華民國體育運動總會備查各場專業進修課程實施計畫為主。</p>			

中華民國舉重協會辦理各級教練講習會課程時數配當表

課程科目		C級教練	B級教練	A級教練	
學科	基礎學科	運動禁藥(必修)	1	2	2
		性別平等教育(必修)	1	1	1
		兒童訓練安全與權利認知(必修)	1	1	1
		奧會模式(A級必修)			1
		小計	3	4	5
	運動科學	運動心理學	1	2	2
		運動生理學			2
		運動生物力學	1	2	2
		小計	2	4	6
	運動訓練	運動教練、訓練學			2
		運動選才學		2	
		體能測驗、評估及訓練	1	1	2
		訓練計畫擬定	2	2	2
		競賽策略的妳定與應用		2	2
		小計			
	運動管理	運動團隊經營管理			2
		運動情報蒐集及其分析	2	2	2
		小計	2	2	4
	運動醫學	運動傷害防護及急救	2	2	
		運動員健康管理		2	2
		運動營養學	2		2
		運動疲勞及恢復			2
		小計	4	4	6
	專項課程	舉重運動沿革及其發展現況			1
		舉重運動術語(必修)	1	1	1
		舉重運動規則	1	2	1
		小計	2	3	3
	合計		16	24	32
術科	專項課程	技術操作	8	8	8
		戰術演練			
	合計	8	8	8	
總計		24	32	40	

附件五

中華民國舉重協會辦理各級教練講習會學科及術科測驗方式

		C級教練	B級教練	A級教練
學科	測驗項目	筆試	筆試	筆試
	成績計算方式	佔 60%	佔 60%	佔 60%
術科	測驗項目	技術操作	技術操作	技術操作
	成績計算方式	佔 40%	佔 40%	佔 40%
及格標準		70	80	85

附件六

收費標準

項目	費用
A級教練講習會	新臺幣 5,000 元整
B級教練講習會	新臺幣 4,000 元整
C級教練講習會	新臺幣 3,000 元整
專業進修課程(增能)	新臺幣 1,000 元整
補(換)發證照	新臺幣 500 元整
成績複查	新臺幣 500 元整

附件七

中華民國舉重協會認列賽會帶隊抵免專業進修課程時數一覽表

	賽事名稱	抵免時數
國際賽事	國際奧林匹克委員會所辦比賽	每年帶領國家隊出國比賽者，教練可抵一次 6 小時研習時數
	國際舉重總會所辦比賽(世錦賽、世青賽、世青少)	
	亞洲運動會	
	亞洲舉重總會所辦比賽(亞錦賽、亞青賽、亞青少)	
國內賽事	全國青年盃	擔任教練者(秩序冊上列為教練)，可每次抵免 1 小時
	全國總統盃	
	全國中等學校運動會	
	全國大專院校運動會	
	全國運動會	
合計 (國際+國內)		每年至多 6 小時，四年至多 24 小時