

中華民國舉重協會 111 年度辦理教練資格檢定及管理實施計畫

本計畫經教育部 111 年 11 月 25 日臺教授體字第 1110043511 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（以下簡稱本辦法）」第十條辦理及「中華民國體育運動總會（以下簡稱體總）輔導特定體育團體建立教練制度章則（以下簡稱本章則）」第二點辦理。
- 二、目的：中華民國舉重協會（以下簡稱本會）為建立健全舉重教練制度，提高我國教練素質，培養舉重教練人才，提升我國舉重技術水準，特訂定本實施計畫。
- 三、本會各級教練級別及參加資格，如附件一。
- 四、實施期程：111 年 1 月至 12 月。
- 五、實施方式：

（一）辦理單位

各級教練講習會之學科及術科課程授課及測驗均由本會辦理，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及中華民國高級中等學校體育總會辦理（以下簡稱受託團體）辦理；並得由受託團體向本會申請辦理。

（二）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。

（三）辦理時程及地點（按規劃時程依序排列）

1. A 級教練講習會： 111 年 10 月 1 日至 10 月 30 日於台北市舉行。
預計 50 人報名。
2. B 級教練講習會： 111 年 8 月 25 日至 8 月 28 日於陽明高中舉行。
預計 50 人報名。
3. C 級教練講習會： 111 年 9 月 23 日至 9 月 25 日於台北市舉行。
預計 50 人報名。
4. C 級教練講習會： 111 年 2 月 26 日至 2 月 28 日於陽明高中舉行。
預計 50 人報名。

（四）申辦程序

本會應研提申辦計畫（格式如附件二），並經教練委員會審議通過後，於各級教練講習會舉辦前一個月陳報體總備查。講習會結束後四十五日內，應檢具成果報告書、學員名冊、測驗成績、教材講義及相關資料

等統一陳報函送體總備查。

(五) 參加各級教練講習會檢定及申請補發、換證與展延應繳納費用如下：

1. C 級教練講習會：講習費新臺幣 3000 元整。
2. B 級教練講習會：講習費新臺幣 4000 元整。
3. A 級教練講習會：講習費新臺幣 5000 元整。
4. 補發、換證與展延：新臺幣 500 元整。
5. 專業進修(增能):新台幣 1000 元整。

(六) 講習課程

各級教練講習會課程，應包括學科（含共同科目及專業科目）及術科（含技術操作），其授課學科及術科之課程科目及配當時數、測驗及格標準，如附件三。

(七) 講習時數

申請參加教練講習會經審查通過者，應參加本會或受託團體辦理之講習會，並於完成講習課程始得參加學科筆試及術科操作測驗，其應完成之時數如下：

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。

(八) 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，且無本辦法規定不能取得教練資格者，由本會備冊報請體總會登錄及製證，再由本會核發證照。

申請人有下列各款情事之一者，不得申請教練資格之檢定：

六、

- (一) 犯傷害罪章。但其屬過失犯，不包括之。
- (二) 犯性侵害犯罪防治法第二條第一項所定之罪、妨害風化罪章及妨害自由罪章
- (三) 犯毒品危害防制條例之罪。
- (四) 犯殺人罪。
- (五) 違反運動禁藥管制辦法相關規定。

七、申請參加教練講習會者，應填具申請表，如附表一，檢附下列文件、資料，並繳納講習費用，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) 符合本實施計畫第三點參加資格規定之證明文件。
- (三) 最近一個月內核發之無違反本計畫第六點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。

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，以書面向本會提出複查申請。
- (二) 本會將於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) 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。

- (二) 前款專業課程時數包括以下各類：

1. 本會辦理學科、術科課程之相關講習時數。
2. 亞洲舉重總會辦理之相關講習時數。
3. 國際舉重總會辦理之相關講習時數。
4. 經本會認可之其他體育團體辦理之相關講習時數。
 - (1) 教育部體育署-專任運動教練增能研習會。
 - (2) 國家運動訓練中心-國家培訓隊教練增能教育訓練課程。
 - (3) 中華民國體育運動總會-教練增能課程。
 - (4) 中華民國大專院校體育總會-教練研習會。
 - (5) 中華民國高級中等學校體育總會-教練研習會。

本年度辦理專業進修課程講習，共計 4 場。

- (三) 本會各級教練人數：

1. A 級教練：216 人。
2. B 級教練：162 人。
3. C 級教練：347 人。

十、教練證補（換）發

- (一) 持有教練證者，因故遺失、更名或毀損時，應填具申請表格，向本會申請補（換）發。
- (二) 教練證逾期未換發者，應準用第三點至第七點規定，再行參加各級教練講習會，並經測驗及格者，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等同同級教練證者，得檢具相關證明文件資料，向

本會申請審查；經審查通過者，予以換發本會證照。

(二) 持國際舉重總會所核發國際教練證換發本會教練證者，若經國際舉重總會判處停權或註銷時，本會得註銷該教練證。

十二、教練有下列情事之一者，由本會註銷其教練證，並函送體總備查，且三年內不受理其申請檢定：

(一) 申請檢定文件、資料不實。

(二) 取得教練證後，有違反本辦法第六點規定情形之一。

(三) 轉讓、出借或出租教練證予他人使用。

(四) 行為不檢，敗壞運動風氣，引起社會議論而有損教練倫理道德且經查證屬實

十三、其他事項

(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) 各級教練講習會證明書，由本會名義核發。

(三) 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。

(四) 本會將配合體總訪視相關作業。

(五) 經本會判處禁賽者，三年內不得參加升級之講習會，期滿後得再參加各級別之講習會，經測驗及格後始得辦理證照換發。

十四、本計畫經教練委員會議審議通過後，陳報中華民國體育運動總會審核，並轉送教育部備查後公告施行，修正時亦同。

附件一

中華民國舉重協會辦理教練講習會 教練級別及參加資格一覽表		
次序	教練級別	參加資格
一	C級教練	高級中等學校以上畢業，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。
二	B級教練	(一)取得C級教練證2年以上，具從事教練實務工作經驗者。(自行提供聘書或相關證明影本以供審核) (二)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)
三	A級教練	(一)取得B級教練證3年以上，具從事教練實務工作經驗者。(自行提供聘書或相關證明影本以供審核) (二)獲得二等一級以上國光體育獎章者。(自行檢附證明文件)

※申請教練資格檢定者，應年滿二十歲以上，並具備表列參加資格之一者。

附件二

中華民國舉重協會 111 年度舉重 A 級教練暨增能講習會實施辦法

本計畫經中華民國體育運動總會 000 年 00 月 00 日體總業字第 0000000000 號函備查

- 一、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，培育國內舉重教練菁英人才，精進舉重運動教學智
能與技術，向下扎根厚植競技運動實力，特舉辦本教練講習會。
- 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、講習日期：○○○年○月○日，共計○天。
- 七、講習地點：
- 八、講習對象及報名資格：(擇一)
 - (一)凡取得B級教練證三年以上，並從事教練工作實際經驗者。(自行提供聘書或相關證明影本以供審核)
 - (二)年滿20歲、獲得2等1級以上國光體育獎章。(自行檢附證明文件)
 - (三)已持有A、B、C級教練證者可增能進修研習。
- 九、實施方式：
 - (一)由主辦單位規劃課程、遴聘講師，以集中上課方式辦理。
 - (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40小時分為學科及術科。
 - (四)講習會期間提供茶水、午膳，為響應環保請學員自備環保杯，交通、食宿事宜請自理。
- 十、報名人數：依報名先後順序依序錄取，以70名為限(含參加研習進修增能者)，額滿為止。
- 十一、報名方式：所有文件使用A4紙張大小，正反面的證照影印請用於A4紙張的同一面，請勿裁切。自即日起至○○○年○月○日(星期○)止。
 - (一)取證者報名費新台幣5,000元，增能講習者1,000元。繳費方式：
 - (1)現金袋寄件至本會(104臺北市中山區朱崙街20號5樓502A室；中華民國舉重協會收)；
 - (2)匯款帳戶：新光銀行西門分行103-00055
戶名：中華民國舉重協會張楊寶蓮；帳號：0055-10-100543-1，請註明參加講習學員姓名。

增能	取 A 級教練證
1、報名表、現金或匯款 1,000 元	1、報名表、教練資料卡、現金或匯款 5,000 元
2、身分證正反面影印本	2、身分證正反面影印本
3、C、B、A 級教練證影本	3、B 級教練證影本
	4、二吋相片（白底、背面請務必書寫姓名）電子檔一張
	5、一個月內良民證正本一張

(二)上述資料可擇一紙本寄件或電子檔傳至協會ctwactwa@gmail.com 信箱，其他信箱恕不受理。

(三)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。

(四)不受理電話或傳真方式報名。

(五)聯絡人：；電話：02-27110823、02-2711-0923。

十二、績效考核：

(一)及格標準：學科 40%，術科 60%，學科+術科成績達 80 分者。

(二)發證方式：凡參加本次講習會的研習者，成績達80分者，由本會備冊，報請中華民國體育運動總會登錄及製證，再由本會發證

(三)請假不得超過四小時，否則不予核發結業證書及教練證。

(四)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、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。

中華民國舉重協會 111 年度 B 級教練暨增能講習會申辦計畫

本計畫經中華民國體育運動總會 000 年 00 月 00 日體總業字第 0000000000 號函備查

一、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教練，厚植教練實力，特舉辦本教練講習會。

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、舉辦日期：○○○年○月○日(星期○)至○月○日(日)，共○天。

六、參加資格：

(一)年滿 18 歲，高級中學以上學校畢業，受運動專業訓練，並熟悉運動之競賽規則。

(二)已持有 A、B、C 級教練證者可增能進修研習(費用 500 元)。

七、報名人數：報名參加 C 級教練者，依報名先後依序錄取，額滿為止，以 40 名為限；增能研習進修以 30 名為限，共計 70 名。

八、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○○○年○月○日(星期○)○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

(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)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。

(七)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楊寶蓮；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。

(八)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:_____；電話:02-2711-0823、E-mail:ctwa.t1106@msa.hinet.net

(九)不受理電話或傳真方式報名。

十、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)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
- (二)請決模擬、比賽實習、口試)，總成績達 80 分者，由本會發給 B 級教練證；並檢冊報備中華民國體育運動總會。
- (三)請假不得超過四小時，否則不予核發研習證書及教練證。
- (四)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：○○○年○月○日。
- (二)報到地點：
- (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 111 年 X 月 X 日體總業字第 XXXXXX 號函核定辦理。

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

本計畫經中華民國體育運動總會 000 年 00 月 00 日體總業字第 0000000000 號函備查

- 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」辦理，中華民國體
- 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：○○○年○月○日。
- 六、舉辦地點：
- 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○○○年○月○日(日)○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 30 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：

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：新光銀行西門分行 103-00055

戶名：中華民國舉重協會張楊寶蓮；帳號：0055-10-100543-1，

請匯款時備註-學員姓名。

取證：每人新台幣 3000 元整，含學員伙食費、講師鐘點費、教材講義費、行政費、考試費、證照費，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，含學員伙食費、講師鐘點費、教材講義費、行政費、證書費，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：

- (一) 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。
- (二) 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。
- (五) 請學員講習會期間交通及食宿請自理。

十一、績效考核：

- (一) 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。
- (二) 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裁判證。
- (三) 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：○○○年○月○日上午○:○至○:○
- (二) 報到地點：
- (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。

附表一

中華民國舉重協會 111 年度__級教練講習會申請表

姓名		相片黏貼處
性別	<input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女	
出生日期	中華民國__年__月__日	
身分證字號		
最高學歷		
服務單位 現任職務	單位：_____ 職務：_____	
原持有證照等級	<input type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> 有，__級，證號：_____	
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

中華民國舉重協會 111 年度__級教練講習會課程表

中華民國舉重協（總）會辦理教練講習會學科及術科課程科目
授課時數配當表(暫定)

科目		級別	C 級教練	B 級教練	A 級教練	
			24 小時	32 小時	40 小時	
學科	共同科目	運動禁藥	1	1	1	
		性別平等教育	1	1	1	
		運動術語（專業外語）	1	1	1	
		奧會模式			1	
		教練職責及素養	1			
		教練倫理				
		教練心理學				
		運動規則	1	1	1	
		兒童運動安全	1	1	1	
		小計	6	6	6	
	專業科目	運動科學	運動心理學		2	2
			運動生理學			2
			運動生物力學	2	2	2
			小計	2	4	6
		運動訓練	運動教練、訓練學	2		2
			運動選才學		2	
			體能測驗、評估及訓練			2
			運動競賽技術及戰術		2	2
			訓練計畫擬定	2	2	2
			小計	4	6	8
		運動管理	運動沿革及其發展現況			
			教練管理學	2	2	2
			運動團隊經營管理			2
			運動情報蒐集及其分析		2	2
			小計	2	4	6
		運動醫學	運動傷害防護及急救	2	2	
			運動員健康管理			2
運動營養學				2		
運動疲勞及恢復			2	2		
小計	2		4	6		
術科	技術操作		8	8	8	
總計時數			24	32	40	
及格標準			70	80	85	
備註	授課最低時數如下： (一) C 級教練：總時數至少 24 小時。 (二) B 級教練：總時數至少 32 小時。 (三) A 級教練：總時數至少 40 小時。 *為必修科目。					