

112 學年度 各級學校在職專任運動教練增能研習會

研習簡章



教育部體育署
Sports Administration, Ministry of Education

主辦單位：教育部體育署

委辦單位：國立臺灣師範大學體育研究與發展中心

活動日期與地點：

113 年 6 月 5 日-6 日 • 國立臺灣師範大學和平校區 II (綜 202 演講廳)

113 年 6 月 12 日-13 日 • 國立臺灣師範大學和平校區 II (綜 202 演講廳)

113 年 6 月 26 日-27 日 集思台中新烏日會議中心 (瓦特廳)

113 年 7 月 3 日-4 日 集思台中新烏日會議中心 (瓦特廳)

113 年 7 月 11 日-12 日 • 蓮潭國際會館(高雄)(國際一廳)

112 學年度各級學校在職學校專任運動教練增能研習會

壹、宗旨與目的：

教育部體育署為增進各級學校在職專任運動教練之專業知能，特委託國立臺灣師範大學體育研究與發展中心辦理本研習。期能於專業領域議題與理論及實務操作方向，提升所需之學、術科知能，以建構卓越專任運動教練之基礎。

本次將專業課程分為五個部分：運動教練學、運動心理學、運動禁藥、運動防護及運動營養，邀請國家運動訓練中心團隊以及擁有豐富實務經驗的國家代表隊防護員講授課程。此外，依據專項之特性分為五場次辦理，藉以拓展運動教練於運動科學領域之思維與視野，並提升訓練品質。

貳、主辦單位：教育部體育署

參、委辦單位：國立臺灣師範大學體育研究與發展中心

肆、本研習會採自由報名方式辦理，說明如下：

一、報名資格

(一) 新制專任運動教練：各級學校依「各級學校專任學校運動教練聘任管理辦法」所聘任正式編制之專任運動教練。

(二) 舊制專任運動教練：由教育部體育署輔導（支薪）分派於學校之聘（僱）專任運動教練。

(三) 由學校依教育部體育署各項補助學校增聘運動教練實施計畫，以契約進用之運動教練，包括：

1. 113 年體育署補助高級中等以下學校增聘運動教練實施計畫。

2. 113 年體育署補助高級中學及大專校院卓越運動代表隊增聘運動教練實施計畫。

3. 113 年體育署補助原住民族地區學校聘用運動教練實施計畫。

二、研習時間與場次

本學年度增能研習採分項報名，根據各運動專項及其特性辦理六場研習（北區二場、中區二場及南區一場）；每場次安排兩日之專業課程，請參與者依指導專項最多擇一場次報名。各場次時間、地點與分項如下：

113 年 6 月 5 日—6 日

- 於國立臺灣師範大學和平校區 II(綜 202 演講廳)，技擊項目場次，限額 313 人。
- 建議專任運動教練之專項：角力、空手道、柔道、跆拳道、拳擊。

113 年 6 月 12 日—13 日

- 於國立臺灣師範大學和平校區 II(綜 202 演講廳)，球類項目場次，限額 313 人。
- 建議專任運動教練專項：籃球、手球、足球、曲棍球、橄欖球、棒球、壘球、排球。

113 年 6 月 26 日—27 日

- 於集思台中新烏日會議中心(瓦特廳)，精準運動與隔網項目場次，限額 200 人。
- 建議專任運動教練專項：羽球、桌球、軟網、硬網、射箭、射擊、保齡球、撞球。

113 年 7 月 3 日—4 日

- 於集思台中新烏日會議中心(瓦特廳)，速度與耐力類場次，限額 200 人。
- 建議專任運動教練專項：田徑、游泳、帆船、輕艇、划船、自由車、競速溜冰。

113 年 7 月 11 日—12 日

- 於蓮潭國際會館(國際一廳)，力量類型項目場次，限額 250 人。

- 建議專任運動教練專項：田賽項目、舉重、擊劍、武術、韻律/競技體操、拔河、跳水。

三、報名相關

(一) 受理報名期間：自 113 年 5 月 13 日 10:00 至 113 年 5 月 17 日 16:00 截止，或各場次人數額滿為止（人數額滿表單即自動關閉）。

(二) 報名方式：

本研習請務必登入 google 帳號，每人僅限回覆 1 次，如發現利用他人帳號重複報名者，即予以取消報名資格（跨場次重複報名者，亦同）；請各位與會者盡量依照教授之專項選擇課程，以達成研習效果最大化。

(三) 報名網址：<https://forms.gle/yeBPsiaiPnFPTvqT6>

(四) 報名確認：

於報名後將立即自動發送電子信件回覆確認報名資訊，若有報名卻未收到電子信件者請主動與工作小組聯繫。

伍、注意事項：

一、研習時數：

全程參與本研習者，核發 12 小時研習結業證書；未能全程參與者，須向計畫小組及學校辦理請假手續，如未依規定辦理請假者，將另函請服務單位列入年終考核參據。

未全程參與或請假時數超過研習總時數四分之一者，不予核發研習時數證明。

二、請假程序：

(一) 服務於直轄市、縣(市)政府所屬學校者，請服務學校行文至各該主管機關辦理請假

事宜，並副知教育部體育署及國立臺灣師範大學體研中心。

(二) 服務於教育部主管學校者，請服務學校行文至國立臺灣師範大學體研中心，並副知教育部體育署辦理請假事宜。

三、簽到退：

請參加者確實執行簽到退之流程，包含上午簽到、上午簽退、下午簽到與下午簽退，未完成簽到退者不予核發時數；經查冒名頂替簽到退者不予核發時數並將另函請服務單位列入年終考核參據。

四、食宿相關：

本研習會將提供午餐便當，請於報名表單內勾選 (葷/素)；另請參加人員自理住宿，並請各該服務學校考量路程遠近，給予適當之公假，參加研習期間，由各該服務學校依「國內出差旅費報支要點」規定核實支應。

陸、聯絡單位：國立臺灣師範大學體育研究

與發展中心

聯絡人：鍾小姐

聯絡電話：(02)7749-3239

電子郵件：annychung261@gapps.ntnu.edu.tw

112 學年度在職學校專任運動教練增能研習會 課程表

第一梯次：技擊項目(角力、空手道、柔道、跆拳道、拳擊)

地點：國立臺灣師範大學和平校區Ⅱ-綜 202 演講廳

時間：113/06/05

113 年 06 月 05 日	
時間	內容
09:30-09:50	與會者報到
09:50-10:00	開幕式
10:00-10:50	課程一 各級學校專任運動教練相關法規說明 曾瑞成 講師
10:50-11:00	休息
11:00-12:00	課程二 性別暴力防治 徐麗明 講師
12:00-13:00	午餐時間
13:00-14:30	課程三 運動心理 季力康 講師
14:30-14:40	休息
14:40-16:10	課程四 運動禁藥 張值維 講師
16:10-	第一天結束

課程暫定，本計畫保有修改課程之權利

112 學年度在職學校專任運動教練增能研習會 課程表

第一梯次：技擊項目

(角力、空手道、柔道、跆拳道、拳擊)

地點：國立臺灣師範大學和平校區 II-綜 202 演講廳

時間：113/06/06

113 年 06 月 06 日	
時間	內容
08:30-09:00	與會者報到
09:00-10:30	課程五 運動訓練法(肌力.體能) 游涵宇 講師
10:30-10:40	休息
10:40-12:10	課程六 運動營養 曾怡鈞 講師
12:10-13:00	午餐時間
13:00-14:00	課程七 優秀教練團隊經營經驗分享 寧玉麟、陳弘振 教練
14:00-14:10	休息
14:10-16:10	課程八 運動防護 張耘齊 講師
16:10-16:30	綜合座談
16:30-	禮成

課程暫定，本計畫保有修改課程之權利

112 學年度在職學校專任運動教練增能研習會 課程表

第二梯次：球類項目

(籃球、手球、足球、曲棍球、橄欖球、棒球、壘球、排球)

地點：國立臺灣師範大學和平校區Ⅱ-綜 202 演講廳

時間：113/06/12

113 年 06 月 12 日	
時間	內容
09:30-09:50	與會者報到
09:50-10:00	開幕式
10:00-10:50	課程一 各級學校專任運動教練相關法規說明 曾瑞成 講師
10:50-11:00	休息
11:00-12:00	課程二 性別暴力防治 徐麗明 講師
12:00-13:00	午餐時間
13:00-14:30	課程三 運動心理 季力康 講師
14:30-14:40	休息
14:40-16:10	課程四 運動禁藥 張值維 講師
16:10-	第一天結束

課程暫定，本計畫保有修改課程之權利

112 學年度在職學校專任運動教練增能研習會 課程表

第二梯次：球類項目

(籃球、手球、足球、曲棍球、橄欖球、棒球、壘球、排球)

地點：國立臺灣師範大學和平校區Ⅱ-綜 202 演講廳

時間：113/06/13

113 年 06 月 13 日	
時間	內容
08:30-09:00	與會者報到
09:00-10:30	課程五 運動訓練法(肌力.體能) 謝宇衡 講師
10:30-10:40	休息
10:40-12:10	課程六 運動營養 方偉業 講師
12:10-13:00	午餐時間
13:00-14:00	課程七 優秀教練團隊經營經驗分享 鍾彩榮、詹依燃 教練
14:00-14:10	休息
14:10-16:10	課程八 運動防護 陳一慈 講師
16:10-16:30	綜合座談
16:30-	禮成

課程暫定，本計畫保有修改課程之權利

112 學年度在職學校專任運動教練增能研習會 課程表

第三梯次：精準運動與隔網項目

(羽球、桌球、軟網、硬網、射箭、射擊、保齡球、撞球)

地點：集思台中新烏日會議中心-瓦特廳

時間：113/06/26

113 年 06 月 26 日	
時間	內容
09:30-09:50	與會者報到
09:50-10:00	開幕式
10:00-10:50	課程一 各級學校專任運動教練相關法規說明 曾瑞成 講師
10:50-11:00	休息
11:00-12:00	課程二 性別暴力防治 葉碧翠 講師
12:00-13:00	午餐時間
13:00-14:30	課程三 運動心理 彭涵妮 講師
14:30-14:40	休息
14:40-16:10	課程四 運動禁藥 張值維 講師
16:10-	第一天結束

課程暫定，本計畫保有修改課程之權利

112 學年度在職學校專任運動教練增能研習會 課程表

第三梯次：精準運動與隔網項目

(羽球、桌球、軟網、硬網、射箭、射擊、保齡球、撞球)

地點：集思台中新烏日會議中心-瓦特廳

時間：113/06/27

113 年 06 月 27 日	
時間	內容
08:30-09:00	與會者報到
09:00-10:30	課程五 運動訓練法(肌力.體能) 黃慶旻 講師
10:30-10:40	休息
10:40-12:10	課程六 運動營養-精準運動飲食策略 邱顯量 講師
12:10-13:00	午餐時間
13:00-14:00	課程七 優秀教練團隊經營經驗分享 許峯池、陳詩園 教練
14:00-14:10	休息
14:10-16:10	課程八 運動防護 張耘齊 講師
16:10-16:30	綜合座談
16:30-	禮成

課程暫定，本計畫保有修改課程之權利

112 學年度在職學校專任運動教練增能研習會 課程表

第四梯次：速度與耐力項目

(田徑、游泳、帆船、輕艇、划船、自由車、競速溜冰)

地點：集思台中新烏日會議中心-瓦特廳

時間：113/07/03

113 年 07 月 03 日	
時間	內容
09:30-09:50	與會者報到
09:50-10:00	開幕式
10:00-10:50	課程一 各級學校專任運動教練相關法規說明 曾瑞成 講師
10:50-11:00	休息
11:00-12:00	課程二 性別暴力防治 葉碧翠 講師
12:00-13:00	午餐時間
13:00-14:30	課程三 運動心理 彭涵妮 講師
14:30-14:40	休息
14:40-16:10	課程四 運動禁藥 張值維 講師
16:10-	第一天結束

課程暫定，本計畫保有修改課程之權利

112 學年度在職學校專任運動教練增能研習會 課程表

第四梯次：速度與耐力項目

(田徑、游泳、帆船、輕艇、划船、自由車、競速溜冰)

地點：集思台中新烏日會議中心-瓦特廳

時間：113/07/04

113 年 07 月 04 日	
時間	內容
08:30-09:00	與會者報到
09:00-10:30	課程五 運動訓練法(肌力.體能) 黃慶旻 講師
10:30-10:40	休息
10:40-12:10	課程六 運動營養 李家慧 講師
12:10-13:00	午餐時間
13:00-14:00	課程七 優秀教練團隊經營經驗分享 傅志群、陳慧欣 教練
14:00-14:10	休息
14:10-16:10	課程八 運動防護 李幸津 講師
16:10-16:30	綜合座談
16:30-	禮成

課程暫定，本計畫保有修改課程之權利

112 學年度在職學校專任運動教練增能研習會 課程表

第五梯次：力量類型項目

(田賽項目、舉重、擊劍、武術、韻律/競技體操、拔河、跳水)

地點：蓮潭國際會館-國際一廳

時間：113/07/11

113 年 07 月 11 日	
時間	內容
09:30-09:50	與會者報到
09:50-10:00	開幕式
10:00-10:50	課程一 各級學校專任運動教練相關法規說明 曾瑞成 講師
10:50-11:00	休息
11:00-12:00	課程二 性別暴力防治 施俊名 講師
12:00-13:00	午餐時間
13:00-14:30	課程三 運動心理 彭涵妮 講師
14:30-14:40	休息
14:40-16:10	課程四 運動禁藥 許美智 講師
16:10-	第一天結束

課程暫定，本計畫保有修改課程之權利

112 學年度在職學校專任運動教練增能研習會 課程表

第五梯次：力量類型項目

(田賽項目、舉重、擊劍、武術、韻律/競技體操、拔河、跳水)

地點：蓮潭國際會館-國際一廳

時間：113/07/12

113 年 07 月 12 日	
時間	內容
08:30-09:00	與會者報到
09:00-10:30	課程五 運動訓練法(肌力.體能) 趙懷嘉 講師
10:30-10:40	休息
10:40-12:10	課程六 運動營養 吳婉淳 講師
12:10-13:00	午餐時間
13:00-14:00	課程七 優秀教練團隊經營經驗分享 俞智贏、陳志一 教練
14:00-14:10	休息
14:10-16:10	課程八 運動防護 陳譽仁 講師
16:10-16:30	綜合座談
16:30-	禮成

課程暫定，本計畫保有修改課程之權利

交通資訊 (第一、二梯次)

國立臺灣師範大學-和平校區 II 綜合大樓 2 樓

地址：106 台北市大安區和平東路一段 127, 129, 135, 137 號



捷運 (松山/新店線)

- 古亭站：淡水信義線、小南門新店線『古亭站』5 號出口往和平東路方向 直行約 8 分鐘即可到達。
- 台電大樓站：小南門新店線『台電大樓站』4 號出口往師大路方向 直行約 8 分鐘即可到達。

公車

搭乘 15、18、235、237、278、295、662、663、672、907、和平幹線至「師大站」或「師大一站」

開車

- 中山高:圓山交流道下->建國南北快速道路->右轉和平東路->臺灣師大本部體育館
- 北二高:木柵交流道->辛亥路->右轉羅斯福路->右轉和平東路->臺灣師大本部體育館
- 安坑交流道->新店環河快速道路->水源快速道路->右轉師大路->臺灣師大本部體育館

【停車資訊】

師大停車場須自費停車費 70 元/時, 校園內禁止車輛出入

交通資訊 (第三、四梯次)- 集思台中新烏日會議中心

臺中市烏日區高鐵東一路 26 號(台鐵新烏日站 3~4 樓)



【火車】

台鐵新烏日站：直走約 30 秒抵達

【高鐵】

往出口 3 台鐵車站方向直行，右轉往台鐵售票大廳，會議中心即在左側

【捷運】

高鐵台中站：3 號出口直走約 30 秒抵達。

【公車】

高鐵台中站 (台中市區公車)：

3、26、33、39、70、82、93、99、101、102、133、151、153、153 區、155、155 副、156、158、160、161、617、800、1657、A1、56、74、281 副、655

高鐵台中站 (旅遊景點接駁線)：

6188、6188A、6268B、6333B、6670、6670A、6670B、6670C、6670D、6670E、6670F、6670G、6737、6738、6882、6882A、6883、6883A、6933、6933A、6936

【停車資訊】

台鐵新烏日車站 室內停車場：(電梯直達會議中心)：汽車每小時 20 元，機車每日 20 元
日出停車場：汽車每日 80-100 元；機車平日每日 15 元

交通資訊 (第五梯次)- 蓮潭國際會館-國際一廳

地址：高雄市左營區崇德路 801 號



高雄小港機場

- 計程車-從小港國際機場乘車至會館約 30 分鐘。
- 捷運-搭乘紅線高雄國際機場站(R4)到生態園區站(R15)1號出口約步行 10 分鐘，可抵達會館

左營高鐵站

- 計程車-在左營高鐵站下車，四號出口搭乘計程車，約 5 分鐘的車程。
- 捷運-搭乘紅線左營站(R16)到生態園區站(R15)1號出口後約步行 10 分鐘，可抵達會館。

捷運站-生態園區站(R16)

- 計程車-生態園區站搭乘計程車約 3 分鐘，可抵達會館。
- 步行-生態園區站 1 號出口約步行 10 分鐘，可抵達會館。
- YouBike-捷運站租借，約 5 分鐘，可抵達會館。

【停車資訊】

蓮潭國際會館停車場:50 元/小時

※建議搭乘高鐵來上課