

# 中華民國游泳協會 112 年度辦理跳水教練資格檢定及管理實施計畫

本計畫經教育部 112 年 2 月 24 日臺教授體字第 1120007510 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。
- 二、目的：中華民國游泳協會（以下簡稱本會）為建立健全三級教練制度，提高我國教練素質，培養跳水教練人才，提升我國跳水技術水準，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 112 年 1 月 1 日起至 112 年 12 月 31 日止。
- 五、實施方式：
  - （一）單一講習會、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）單一講習會、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）跳水（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（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 1 場。
    2. B 級教練講習會 0 場。
    3. A 級教練講習會 0 場。
  - （五）辦理時程及地點（依時程排序）
    1. C 級教練講習會：112 年 10 月 25 日至 10 月 27 日於普將運動股份有限公司舉行，預計受理報名人數為 40 人。
    2. 專業進修課程：112 年 12 月 3 日至於教育部體育署 3 樓大禮堂舉行，預計受理報名人數為 80 人。
  - （六）參加各級教練講習會檢定及申請補發、換證、展延應繳納費用如下：
    1. C 級教練講習會：新臺幣 3,500 元整。

2. B級教練講習會：新臺幣 4,000 元整。
3. A級教練講習會：新臺幣 5,000 元整。
4. 專業進修課程：新臺幣 600 元整。
5. 補發、換證、展延：新臺幣 800 元整。
6. 成績複查：新臺幣 800 元整。

(七) 講習會課程

各級教練講習會課程，應包括學科及術科，其授課學科及術科之課程科目及配當時數、測驗及格標準，如附件二。

(八) 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，應於完成講習會課程時數後，始得參加學科及術科測驗，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。

參加各級教練講習會缺課達 4 小時(含)以上者，不得參加學科及術科測驗。

(九) 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，且無本辦法及本計畫規定不能取得教練資格者，由本會發給教練證照。

六、申請人有下列各款情事之一者，不得申請教練資格之檢定：

- (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條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。

(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。

#### 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 111 年 12 月 31 日止)

1. C 級教練：40 人。

2. B 級教練：13 人。

3. A 級教練：0 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) 前款專業進修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. 亞洲游泳總會辦理之相關講習時數。

3. 世界水上運動總會辦理之相關講習時數。

4. 經本會認可之其它體育團體辦理之相關講習時數：

(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 等公務員數位學習平臺

(8) 臺北 e 大數位學習網

(四) 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，依據以下規定抵免專業進修課程之時數：

(1) 擔任世界水上運動總會賽事帶隊教練，增能研習時數為 6 小時。

(2) 擔任國際亞洲游泳總會賽事帶隊教練，增能研習時數為 4 小時。

(3) 擔任全國運動會賽事帶隊教練，增能研習時數為 3 小時。

(4) 擔任全國中等學校運動會賽事教練，增能研習時數為 3 小時。

- (5) 擔任全國大專院校運動會賽事帶隊教練，增能研習時數為 3 小時。
- (6) 擔任本會全國賽事帶隊教練，增能研習時數為 2 小時。
- (7) 擔任本會分區賽事帶隊教練，增能研習時數為 1 小時。

#### 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，始得辦理證照核發。

#### 十一、國外教練證換證

- (一) 取得世界水上運動總會所核發教練證者，得檢具相關證明文件資料，向本會申請審查，並經審查通過者，予以換發本會之教練證照。
- (二) 持有世界水上運動總會所核發國際教練證換發為本會教練證者，若經世界水上運動總會判處停權或註銷時，本會得註銷該員教練證。

#### 十二、教練有下列情事之一者，由本會註銷其教練證，並函送中華體總備查，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，有違反本辦法第六條規定情形之一。
- (三) 轉讓、出借或出租教練證予他人使用。

#### 十三、其它事項

- (一) 各級教練講習會證明書，由本會名義核發。
- (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。
- (四) 經本會判處禁賽者，3 年內不得參加各級教練講習會，期滿後得再參加各級教練講習會，並經學科及術科測驗及格後，始得辦理證照換發。

#### 十四、本計畫經本會教練委員會審議通過後，函報中華體總審核並轉送教育部備查後公告實施，修正時亦同。

中華民國游泳協會辦理各級跳水教練講習會參加資格一覽表		
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級跳水教練證2年以上，具從事跳水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、帕拉林匹克運動會、聽障達福林匹克運動會、世界運動會、世界單項運動正式錦標賽之跳水國家代表隊選手。
三	A級教練	(一) 取得B級跳水教練證3年以上，具從事跳水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：前一級證照上所示發證日期起算，至講習會辦理日期前一天需滿規定年限。

註2：依申請教練資格檢定者，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。

**中華民國游泳協會辦理各級教練講習會學科及術科課程科目  
授課時數配當表**

科目		級別	C 級教練	B 級教練	A 級教練
學 科	通識課程	運動禁藥	1	1	1
		性別平等教育	1	1	1
		兒童訓練安全與權利認知	1	1	1
		奧會模式 (A 級教練必修)			1
		小計	3	3	4
	運動科學	運動心理學	2	2	2
		運動生理學			2
		運動生物力學		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	2	
		體能測驗、評估及訓練		2	2
		競賽策略的擬定與應用		2	2
		訓練計畫擬定			2
		小計	4	6	8
	運動管理	運動團隊經營管理			2
		運動情報蒐集及其分析		3	3
		小計		3	5
	運動醫學	運動傷害防護及急救	2	2	2
		運動員健康管理			
		運動營養學			2
		運動疲勞及恢復	2	2	2
		小計	4	4	6
	專項課程	跳水運動沿革及其發展現況	2	1	1
跳水運動術語 (專業外語)		2	2	1	
跳水運動規則		2	2	2	
小計		6	5	4	
學科合計			19	25	33
術 科	專項技術操作		5	7	7
	專項戰術演練				
	(自訂)				
	術科合計		5	7	7
總計時數 (至少)			24	32	40

	學科測驗（分）	80	80	80
	術科測驗（分）	80	80	80
	及格標準（分）	80	80	80
備註事項	一、 依據本辦法第六條規定辦理。 二、 申請檢定者，須完成各級教練講習會應完成之課程時數後，使得參加測驗，其應完成課程時數，如表所示。 三、 講習會課程及測驗，應包括學科及術科。			

中華民國游泳協會 112 年度 C 級跳水教練講習會課程表

時 間	月日 (星期)	月日 (星期)	月日 (星期)
08 : 00	報到&始業式	簽 到	跳水運動沿革 及其發展現況
08 : 10	教練職責 與專業素養	基礎運動 心理學	
09 : 00			
09 : 10	基礎運動 選才學	基礎運動 生理學	跳水運動術語
10 : 00			
10 : 10	運動傷害 防護與急救	運動團隊 經營管理	國際比賽 影片觀摩
11 : 00			
11 : 10	運動力學	基礎運動 訓練學	國際比賽 影片探討
12 : 00			
12 : 00	午 餐 休 息		
13 : 00			
13 : 00	性別平等教育	陸地訓練動作	訓練動作分析
13 : 50			
14 : 00	跳水運動規則	陸地訓練動作	訓練動作分析
14 : 50			
15 : 00	跳水運動規則	運動禁藥認知	兒童訓練安全 與權力認知
15 : 50			
16 : 00	專業訓練計畫	保護帶訓練	術科檢定
16 : 50			
17 : 00	專業訓練計畫	保護帶訓練	學科檢定
17 : 50			



中華民國游泳協會 112 年度 B 級跳水教練講習會課程表

時 間	月日 (星期)	月日 (星期)	月日 (星期)	月日 (星期)
08 : 00	報到&始業式	簽 到	簽 到	簽 到
08 : 10 09 : 00	教練職責 與專業素養	應用運動 心理學	專業訓練計畫	跳水運動沿革 及其發展現況
09 : 10 10 : 00	應用運動 選才學	應用運動 生理學	專業訓練計畫	運動疲勞與恢復
10 : 10 11 : 00	運動傷害 防護與急救	跳水運動術語 〔專業外語〕	水上訓練 動作分析	國際比賽 影片觀摩
11 : 10 12 : 00	運動傷害 防護與急救	跳水運動術語 〔專業外語〕	水上訓練 動作分析	國際比賽 影片探討
12 : 00 13 : 00	午 餐 休 息			
13 : 00 13 : 50	跳水運動規則	應用運動 訓練學	體能測驗、評估 及訓練	保護帶訓練法
14 : 00 14 : 50	跳水運動規則	應用運動 訓練學	體能測驗、評估 及訓練	保護帶訓練法
15 : 00 15 : 50	性別平等教育	運動員 健康管理	陸臺訓練 動作分析	運動禁藥認知
16 : 00 16 : 50	教練管理學	運動生物力學	陸臺訓練 動作分析	學科檢定
17 : 00 17 : 50	教練管理學	兒童訓練安全 與權力認知	陸臺訓練 動作分析	術科檢定

中華民國游泳協會 112 年度 A 級跳水教練講習會課程表

時 間	月日 (星期)	月日 (星期)	月日 (星期)	月日 (星期)	月日 (星期)
08 : 00	報到 & 始業式	簽 到	簽 到	簽 到	簽 到
08 : 10 09 : 00	跳水運動沿革 及其發展現況	運動禁藥認知	高級運動 訓練學	保護帶訓練 動作分析	運動傷害 防護與急救
09 : 10 10 : 00	教練職責 及素養	高級運動 心理學	高級體能測驗 評估及訓練	保護帶訓練 動作分析	運動傷害 防護與急救
10 : 10 11 : 00	高級運動 選才學	教練管理學	高級體能測驗 評估及訓練	陸臺訓練 動作分析	運動疲勞 及恢復
11 : 10 12 : 00	高級運動 選才學	高級運動 生理學	運動員 健康管理	陸臺訓練 動作分析	運動疲勞 及恢復
12 : 00 13 : 00	午 餐 休 息				
13 : 00 13 : 50	跳水運動規則	運動營養學	運動團隊 經營管理	水上訓練 動作分析	國際比賽 影片觀摩
14 : 00 14 : 50	跳水運動規則	高級運動 生物力學	運動團隊 經營管理	水上訓練 動作分析	兒童訓練安全 與權力認知
15 : 00 15 : 50	專業訓練計畫	高級運動 生物力學	奧會模式	運動競賽 技術及戰術	國際比賽 影片探討
16 : 00 16 : 50	跳水運動術語 〔專業外語〕	訓練計畫擬定	教練心理學	運動競賽 技術及戰術	術科檢定
17 : 00 17 : 50	跳水運動術語 〔專業外語〕	訓練計畫擬定	教練心理學	性別平等教育	學科檢定

