



中華民國水中運動協會 104 年度 C 級蹼泳教練(第 19 期)、裁判(第 23 期)講習  
暨 2015 年亞洲蹼泳錦標賽志工講習實施計畫

一、宗旨：推展世界運動會蹼泳運動項目、提昇專項技術，培訓基層蹼泳裁判。

二、指導單位：教育部體育署、中華民國體育運動總會

三、主辦單位：中華民國水中運動協會

四、承辦單位：中華民國水中運動協會蹼泳委員會

五、參加資格及人數：

(一) 具游泳教練資格或現任體育教師。

(二) 與水中運動訓練相關者。

(三) 年滿 18 歲、高級中等學校(合同等學力)以上畢業、對蹼泳發展有興趣者。

(四) 預計培訓人數裁判及教練各 50 人。

六、講習時間、地點：

※C 級裁判：

1. 學科時間：104 年 08 月 15、16 日(學/術科)。

2. 地點：蘭雅國中(台北市士林區 111 忠誠路二段 51 號)

3. 術科實習：104 年 8 月 29-30 日全國蹼泳錦標賽(台北市立大學天母校區詩欣館，住宿需自理)，無法參加本次實習者，需參加之後蹼泳比賽實習，C 級裁判講習學員需實習累計滿二天，方可發照。

※C 級教練：(報名 C 級教練者，若無 C 級裁判資格須同時報名 C 級裁判)

1. 學科時間：104 年 08 月 22、23 日(學科)。

2. 地點：蘭雅國中、士東國小(8 月 22 日下午)(臺北市士林區中山北路六段 392 號)

3. 術科實習：本次講習會後需組訓選手參加本會賽事，累計滿 2 人次，方可發照。

七、報名截止日期：自即日起至 07 月 31 日止，以郵戳為憑，逾期或額滿均不予受理。

八、報名費：C 級教練/裁判報名費各項新台幣 2500 元，本會會員優惠價 2000、在校師生優惠價 2000 元(須出具證明影本)。

【含教材、講師費、午餐、保險、證照。裁判另含裁判 POLO 衫；教練發本會圓領衫】。

九、報名方式：費用請以報值掛號併同報名表(如附件)、2 吋近照 2 張郵寄「中華民國



國水中運動協會」，會址：『826 高雄市梓官區信義路 68 巷 10 號』。報名後非本會因素，所繳交費用恕不退費。

十、洽詢電話：張家輔秘書：07-6171126、手機：0975-676583。

十一、附則：

- (一) 本講習會依據教育部體育署委辦「中華民國體育運動總會 104 年輔導全國性非亞奧運體育運動團體辦理教練、裁判講習與授證實施計畫」建立裁判、教練三級制度。
- (二) 學科及術科測驗各達 70 分以上為合格。
- (三) 講習期間未參加學術科測驗或缺課者，不發給證書。
- (四) 持有本會核發之合格蹣泳教練、裁判證者，始可註冊擔任各項蹣泳比賽教練及裁判。
- (五) 裁判講習學員須參加 104 年 8 月 29-30 日全國蹣泳錦標賽(臺北市立大學師天母校區游泳池，住宿需自理)，無法參加本次實習者，需參加之後蹣泳比賽實習，C 級裁判講習學員需實習累計滿二天，方可發照。
- (六) 教練講習學員會後需組訓選手參加本會賽事，累計滿 2 人次，方可發照。
- (七) 講習期間供應午餐及礦泉水。
- (八) 附報名表、課程表各乙份，如不敷使用請自行影印。
- (九) 未報名者不開放旁聽。

十二、缺課補課辦法：

- (一) 遲到十分鐘以上者，應補上遲到的課程一小時。
- (二) 缺課補課需另繳費，每堂(一小時) 300 元。
- (三) 講習結束一年內必須完成補課，未完成補課者，視同講習不合格。

十三、補考辦法

- (一) 學科、術科考核成績未達及格標準者，可申請於六個月內補測(至多兩次)。
- (二) 補測收費辦法：1. 學測：每次 300 元。 2. 術測：每次 300 元。
- (三) 請學員自行上網選定欲參加之開課班別，於七天前通知協會登記補測並繳費，以併入該班期一併參加檢測。

十四、本實施計畫報中華民國體育運動總會核備後實施，如有未盡事宜得隨時修正公



布之。



中華民國水中運動協會

104年  C級蹼泳教練(第19期)、 C級蹼泳裁判(第23期)

講習報名表(請勾選受訓種類)

姓名	中文			生日	年	月	日	照片
	英文			身分證字號				
電話	公			行動電話				
	宅							
電子信箱								
學歷				現職				
通訊地址	郵遞區號							
衣服型號	<input type="checkbox"/> S	<input type="checkbox"/> M	<input type="checkbox"/> L	膳食	<input type="checkbox"/> 葷食 <input type="checkbox"/> 素食			
	<input type="checkbox"/> XL	<input type="checkbox"/> 2L	<input type="checkbox"/> 3L					
寄出前請核對下列資料是否齊全：(三項皆必備，缺一即視為報名不成功)								
<input type="checkbox"/> 報名表								
<input type="checkbox"/> C級教練/裁判報名費各項新台幣2,500元，本會會員及在校師生各項優惠價2000元 (須出具證明影本，請以報值掛號寄出)								
<input type="checkbox"/> 二吋照片1張是否黏貼於報名表上，另1張浮貼於報名表及照片背面寫上姓名								
為辦理/參加「 <input type="checkbox"/> C級蹼泳教練(第19期)、 <input type="checkbox"/> C級蹼泳裁判(第23期)」活動之各項行政業務需要，本人同意提供貴單位使用姓名、身分證字號、出生年月日、電話(手機)、電子信箱、學歷、現職、地址等個人資料，惟僅限使用於本次活動必要之範圍內，且本人個資必須採取安全妥適之保護措施與銷毀程序，非經本人同意或法律規定外，不得揭露於第三者或散佈。								
本人同意上述內容，確認無誤。								
填表人簽名：				年 月 日				



### 104 年 C 級蹼泳裁判(第 23 期)課程表

日期 時間	08 月 15 日 (六)	08 月 16 日 (日)
08:00-08:50	報到、始業式 (2015 年亞洲蹼泳錦標賽志工)	裁判長職責、技術及方法
09:00-09:50	協會簡介、蹼泳沿革 (2015 年亞洲蹼泳錦標賽志工)	姿勢檢查組職責、技術及方法
10:00-10:50	場地器材設備 (2015 年亞洲蹼泳錦標賽志工)	姿勢檢查組示範及實習
11:00-11:50	臨場工作組合示範 (2015 年亞洲蹼泳錦標賽志工)	終點組職責、技術及方法
13:00-13:50	編排記錄職責、技術及方法	轉身組職責、技術及方法
14:00-14:50	檢錄組職責、技術及方法	發令員示範及實習
15:00-15:50	運動規則	裁判技術
16:00-16:50	計時組職責、技術及方法	裁判職責
17:00-17:50	計時組示範及實習	判例分析
18:00-18:50	報告員示範及實習	臨場工作組合實習
19:00-19:50	紀錄方法	學科測驗
20:00-20:50	裁判示範	座談

※本課程表為概定課表※



104 年 C 級蹺泳教練(第 19 期)課程表

日期 時間	08 月 22 日 (六)	08 月 23 日 (日)	
07:30-07:50	報到、始業式	運動科學理論	
08:00-08:50	蹺泳競賽項目與規則 (運動規則)	運動營養	
09:00-09:50	蹺泳運動基本技術 (單蹺)	訓練力學(體能訓練法)	
10:00-10:50	蹺泳運動基本技術 (雙蹺)	訓練計畫(戰略與戰術)	
11:00-11:50	蹺泳運動基本技術 (陸上動作分析)	運動傷害防護	
13:00-13:50	蹺泳指導技術	蹺泳水中體驗	
14:00-14:50			
15:00-15:50			
16:00-16:50			
17:00-17:50			
18:00-19:50			學科測驗
19:00-19:50			座談

※本課程表為概定課表※