

中華帕拉林匹克總會

111 年身心障礙運動健力 B 級教練講習會實施辦法

- 一、宗旨：培育身心障礙體育運動教練人才，提升各種身心障礙體育運動教練素質，積極提高我國教練在國際間之地位，繼而為國爭光。
- 二、指導單位：教育部體育署
- 三、主辦單位：中華帕拉林匹克總會
- 四、承辦單位：新北市體育總會健力委員會
- 五、講習日期：111 年 8 月 19 日起至 8 月 21 日，共 3 天、32 小時。
- 六、講習地點：出力館健身中心(新北市永和區永和路一段 93 號 2 樓)；
新北市板橋第一運動場(板橋區漢生東路 278 號)
*上課地點詳情請看課程表備註。
- 七、參加資格：
 - (一)取得健力 C 級教練證（舉重、健美亦可）後，實際從事身心障礙運動教練工作二年以上。
 - (二)取得健力 A、B 級教練證者（舉重、健美亦可）。
 - (三)曾當選健力身心障礙運動正式國際錦標賽之國家代表隊選手者。
 - (四)曾擔任健力國內、外職業運動正式隊員者。
- 八、講習種類：身心障礙健力 B 級教練
- 九、報名方式：
 - (一)報名流程：
 - 1、線上報名網址(僅提供網路報名，務必提交大頭照電子檔)：
<https://pse.is/4cfdkq>
 - 2、費用：報名費新臺幣 1000 元、發證費新臺幣 300 元整，共計新臺幣 1300 元整。
*經參加學科、術科考試並達到規定及格成績者，由中華帕拉林匹克總會核發健力 B 級教練證。
*增能進修者不需繳交發證費。
 - 3、繳費方式：使用報名系統內 AC PAY 金流系統進行繳費。
 - (二)報名日期：即日起至 111 年 8 月 15 日截止，額滿提前截止。
 - (三)如需取消請於報名截止前 2 日 email 來信辦理（講習名稱、姓名、退款帳戶存摺照片），報名費將扣 30 元除手續費用於活動結束後統一退還

至指定帳戶。如未於指定時間前取消或臨時未出席者，將不予退費。

(四)報名聯絡人：陳廷小姐、沈芳廷小姐

聯絡電話：(02)8771-1450

聯絡地址：台北市朱崙街 20 號 1 樓

註：

(一)所填報名參加本賽事之個人資料，僅供本講習會相關用途使用。

(二)本活動將投保公共意外責任險，額度如下；若有其他投保需(如個人人身保險)，建請自行辦理。

- 每一個人身體傷亡：新臺幣 300 萬元。
- 每一事故身體傷亡：新臺幣 1,500 萬元。
- 每一事故財物損失：新臺幣 200 萬元。
- 保險期間內總保險金額：新臺幣 3,400 萬元。

十、實施方式：

(一)由本會聘請國內、國際級專家學者擔任講習會授課講師。

(二)參加講習之學員由本會函請學員所屬單位給予公(差)假。

(三)講習會期間學員交通、住宿請自理(午晚餐提供便當)。

(四)報名人數：30 人

(五)學科及術科測驗需達 75 分以上為及格，本會將核發研習時數證明及證照；如學、術科未達標準，但講習期間未缺課者，本會將核發研習時數證明。

(六)講習會期間缺課者及學員兼任本講習會講師者，依規定不予核發證照，僅依實際上課時數核發研習證明，且不得參加學、術科測驗。

(七)若遇天氣因素或其它特殊狀況須予延期講習時，當即在網站公告，不個別通知參加講習會人員。

十一、本辦法如有未盡事宜，得隨時修正公佈之。

十二、為依嚴重特殊傳染性肺炎中央流行疫情指揮中心(下稱指揮中心)防疫政策及疫情警戒標準，以防疫為優先考量，並兼顧身心障礙運動之推展，本活動將依據「體育署輔導辦理各項賽事或活動防疫處理原則」實施防疫作業，實施原則如下；後續依指揮中心最新指引滾動修正。

(一)第一級：落實基本防疫原則

- 1、除活動因素無法佩戴口罩外，參與活動者應全程佩戴口罩。
- 2、本活動將規劃固定動線，請參與者於入口處進行體溫量測及手

部消毒。

3、本活動採實聯制疫調，具感染風險者(居家隔離、檢疫及自主管理)不得參與活動。

4、維持活動場域之通風換氣情況。

5、活動場域內，除補充水分外，原則禁止飲食；如有用餐之必要，則依指揮中心相關規範(梅花座、隔板、室內社交距離 1.5 公尺等)辦理。

(二) 第二級：疫情升溫時，依據指揮中心針對大型活動防範策略，採取閉門(無觀眾)舉辦或其他措施。

(三) 第三級：大規模社區感染，將視指揮中心發布公告配合延期或停辦。

十三、本辦法經陳報教育部體育署核備後實施；修正時亦同。

中華帕拉林匹克總會
111 年身心障礙健力 B 級教練講習會課程表

| 日期 課程 時間 | 8 月 19 日 星期五 | 8 月 20 日 星期六 | 8 月 21 日 星期日 |
|----------------|---------------------------|--------------------------------------|--|
| 7:40-8:00 | 報到/開訓典禮 人員:工作人員 | 報到 人員:工作人員 | |
| 08:00-10:00 | 帕拉健力規則 講師:張來秀 共同科目 | 運動傷害防護及 青少年運動防護 講師:陳佩宜 運動醫學 | 健力動作實務操作 講師:蔡素盆 運動訓練 |
| 10:00-12:00 | 帕拉健力規則 講師:張來秀 共同科目 | 運動按摩與恢復 講師:陳佩宜 運動醫學 | 健力動作實務操作 講師:蔡素盆 運動訓練 |
| 12:00-13:00 | 午休時間 | | |
| 13:00-15:00 | 國家體育政策 講師:何敏 共同科目 | 運動禁藥管制 講師:曾玉華 共同科目 | 健力訓練方法及青少年 運動訓練概論 講師:張來秀 運動訓練 |
| 15:00-17:00 | 運動生理學 講師:侯建文 運動科學 | 性別平等教育 講師:曾玉華 共同科目 | 重量訓練方法 講師:張來秀 運動訓練 |
| 17:00-19:00 | 運動心理學 講師:張涵筑 運動科學 | 肌力訓練及 青少年訓練概論 講師:胡惠貞 運動訓練 | 學/術科測驗 綜合座談 主持人:許火塗 |
| 19:00-21:00 | 教練職責及管理 講師:許火塗 運動管理 | 情報蒐集及分析 講師:胡惠貞 運動管理 | |

*8/19、20 上課地點：出力健身館（新北市永和區永和路一段 93 號 2 樓）。

*8/21 上課地點：新北市板橋第一運動場南門教室（新北市板橋區漢生東路 278 號）。

*講師邀聘中，若有更動不另行通知，以實際上課為主。

講師簡歷

| 姓名 | 學/經歷 |
|-----|---|
| 張來秀 | 新北市健力委員會常務委員 2006 亞洲運動會國家代表隊教練 2008 亞洲沙灘運動會國家代表隊教練 2022、2005 亞洲盃國際裁判 1994、1995 亞洲盃臥舉錦標賽第一名、破世界紀錄 |
| 何敏 | 教育部體育司科長 中華民國高爾夫球場事業協進會秘書長 中華民國高爾夫球場學會理事長 中華民國體育運動總會執行副秘書長 教育部體育署運動人才培訓輔導委員 臺北市立大學兼任講師 |
| 張涵筑 | 教育部講師認證講字 140636 號 國立臺灣體育運動大學球類系講師 2013.09-迄今 中華民國高爾夫球協會教練講習運動心理學講師 2015-迄今 臺北市體育局運動心理諮詢師 2010.08-迄今 國立體育運動大學 體育研究所(博)運動心理組 專長：運動心理學、運動心理介入、運動員心理諮詢與輔導、 運動心理技能訓練、自信培養、壓力管理、溝通技巧與實務、 表現心理學、健康心理學、正念訓練、職涯規劃與探索 |
| 許火塗 | 中華帕拉林匹克總會健力項目召集人 新北市健力委員會主任委員 中華民國健力協會副理事長 111 年全國身心障礙國民運動會健力審判委員召集人 中華民國舉重、健力、健美國際教練、裁判 110 全國運動會舉重裁判長 102 年原住民運動會健力裁判長 |
| 曾玉華 | 臺北市立大學副教授 北京體育大學運動人體科學學院博士班 日本國立筑波大學研究所碩士 台灣運動禁藥管制學會理事 中華民國聽障者體育運動協會運動禁藥管制委員會委員 第一、四屆性別平等教育委員會 前臺北市立體育學院心輔組組長 專長：日語、運動藥物學、運動禁藥教育 |

| | |
|-----|---|
| 胡惠貞 | 88-108 年全國運動會舉重紀錄裁判 88-108 年全國中等學校運動會舉重紀錄裁判 國際舉重裁判 舉重 A 級裁判、教練 健力 A 級裁判 專長：重量訓練、健力、舉重、體能訓練法、教練領導研究 |
| 陳佩宜 | 國立體育大學運動保健系 桃園市青溪國中棒球隊防護員 國立臺東高中防護員 2022 法國諾曼第世界中學生運動會帕拉田徑防護員 111 年身心障礙運動輪椅舞蹈 B 級教練講習會運動防護講師 |
| 蔡素盆 | 健力 A 級教練 舉重、健力國際裁判 健力國手 新北市健力委員會總幹事 中華民國健力協會理事 |

中華帕拉林匹克總會
學員健康確認書

本人參加「111年身心障礙運動健力B級教練講習會」，講習日期為111年8月19日至8月21日，本人已評估自己的健康狀況無虞，願意遵守主辦單位一切規定參加講習。

因應COVID-19(新冠肺炎)疫情嚴重，本人聲明並未於活動日前21內有出國，如有隱瞞疫情資訊，後果自負。

學員簽名：

聯絡電話：

填寫日期： 年 月 日

備註：

- 一、 為維持國內疫情之穩定控制，本講習會配合政府「COVID-19防疫新生活運動」，採行實名制措施，未配合賽會防疫規定者，恕無法參加講習會。
- 二、 依據「個人資料保護法之特定目的及個人資料之類別」代號012公共衛生或傳染病防治之特定目的蒐集個人資料，且不得為目的外使用。所蒐集之資料僅保存28天，屆期銷毀。
- 三、 依據中央流行疫情指揮中心規定，違反居家檢疫規定逕自外出或搭乘大眾運輸工具者，將依「傳染病防治法」第58條及第69條處新臺幣1萬至15萬元不等罰鍰；若違反居家隔離規定者，將進行強制隔離，若失去聯繫則將公布其姓名，請民眾勿以身試法。

中華民國 111 年 月 日



廣告



禁止性騷擾

No Sexual Harassment

禁止性騷擾及性侵害公開揭示

- 1 任何人不得對他人性騷擾或性侵害。
- 2 性騷擾他人者，依法得處新臺幣1萬元以上10萬元以下罰鍰；
利用權勢或機會進行性騷擾者，其罰鍰加重二分之一；
乘機襲胸摸臀或觸摸他人隱私部位，被害人可提出刑事告訴，
最高可處2年以下有期徒刑、拘役或科或併科新臺幣10萬元以下罰金。
性侵害他人者，依刑法規定最高可處死刑、無期徒刑或10年以上有期徒刑。
- 3 性騷擾或性侵害他人，除負有法律上之刑事與民事責任外，
本單位亦將依內部規定懲處。
- 4 遇到性侵害事件，請撥打110或113保護專線求助。
- 5 發現性騷擾或性侵害事件，需本單位立即協助處理者

請撥打本單位聯絡電話： 02-8771-1450 / 中華帕拉林匹克總會