臺中市體育總會107年**C**級羽球教練講習規程

107年 月 日 體總輔字第 號

一、宗 旨：推展全民體育，以提昇教練水準，解決外聘教練之困難，協助取得教練資格。

二、理 由：依本會年度計劃辦理**C**級教練講習。

三、指導單位：臺中市政府。

四、主辦單位：中華民國羽球協會、臺中市體育總會。

五、承辦單位：臺中市體育總會羽球委員會。

六、協辦單位：臺灣省體育會羽球協會

七、時 間：中華民國107年9月1、2、3日（星期六、日、一）

八、地 點：臺中市立豐原體育場（臺中市豐原區豐北街**221**號）。

九、資 格： (一)年滿廿歲、(二)高中(職)以上畢業之學歷。

十、報 名：

（一）日期：即日起至**8**月2**5**日止，以郵戳為憑，逾期恕不受理。

（二）地點：豐原區三豐路2段**48**號

 電話：**04-25226845、0931-629300** 傳真：**04-25244156**

 （三）電子信箱報名：請先至銀行繳費，**然後將報名表 mail 至**

 **tcbc11@yahoo.com.tw**信箱，經本委員會核對後，回覆完成報名函件，未接獲回覆函，表示未完成報名。

 （四）費用：每人計新臺幣貳仟元整(含講義手冊及餐盒費用)。

 （五）繳費方式：

 1.戶名：臺中市體育總會羽球委員會，合作金庫銀行-南豐原分行，銀行代號 006，帳號：0570-717-225351)

2.由合作金庫銀行各分行取無摺存款單直接存入(必填單位姓名)。

3.由各金融機構電匯及郵局存簿電匯入戶：

(1)報名費繳款(匯款)人，必填單位姓名，俾維護繳款人權益。

(2)不接受郵局劃撥繳費及金融卡轉帳。

（六）來信請附上：繳費證明、二吋照片兩張（背面書寫姓名）、報名表一份。

十一、講 師：聘請中華羽協高級人員擔任。

十二、參加講習經筆試及球場實習及格後，由中華民國羽球協會發給**C**級教練證。

十三、本章程如有未盡事宜得修正之。

十四、課程表：

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 日期 | 時間 | 課程 | 講師 | 備註 |
| 9月1日星期六 | **09：00-10：00** | 報到 |  |  |
| **10：10-11：00** | 羽球規則 | 廖德文 |  |
| **11：10-12：00** | 羽球規則 | 廖德文 |  |
| **12：00-13：30** | 午餐 |  |  |
| **13：30-14：30** | 羽球運動傷害防護與處理 | 王顯智 |  |
| **14：40-15：30** | 羽球運動傷害防護與處理 | 王顯智 |  |
| **15：40-16：30** | 羽球運動傷害防護與處理 | 王顯智 |  |
| **16：40-17：30** | 運動禁藥 | 王顯智 |  |
| 9月2日星期日 | **09：00-10：00** | 競技與健身運動心理學 | 陳宇洋 |  |
| **10：10-11：00** | 競技與健身運動心理學 | 陳宇洋 |  |
| **11：10-12：00** | 體能訓練 | 黃明祥 |  |
| **12：00-13：30** | 午餐 |  |  |
| **13：30-14：30** | 運動科學力學 | 劉佳城 |  |
| **14：40-15：30** | 運動科學力學 | 劉佳城 |  |
| **15：40-16：30** | 運動營養學 | 陳文雄 |  |
| **16：40-17：30** | 性別重要準則 | 黃明祥 |  |
| 9月3日星期 一 | **08：00-09：00** | 羽球戰術戰略 | 邱翌如 |  |
| **09：00-10：00** | 羽球戰術戰略 | 邱翌如 |  |
| **10：10-11：00** | 單打訓練法及戰術運用 | 劉佳城 |  |
| **11：10-12：00** | 雙打訓練法及戰術運用 | 劉佳城 |  |
| **12：00-13：30** | 午餐 |  |  |
| **13：30-14：30** | 學科筆試 | 廖德文 |  |
| **14：40-15：30** | 術科場試 | 趙宸紳廖德文 |  |
| **15：40-16：30** | 術科場試 | 趙宸紳廖德文 |  |
| **16：40-17：30** | 綜合座談 |  |  |

臺中市體育總會106年**C**級教練講習報名表

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 姓名 |  | 性別 |  | 照片浮貼相片兩張 |
| 出生年月日 |  |
| 身分證字號 |  |
| 畢業學校 |  |
| 服務單位 |  |
| 戶籍地址 |  |
| 通訊地址 |  |
| 聯絡電話 | （O） （H） |
| 行動電話 |  |
| 傳真機 |  |
| 羽球經歷 |  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
| 備註 |  |
|  |
|  |
|  |