

108 年度桃園市 C 級游泳裁判講習會實施計畫

- 一、宗旨：發展全民游泳運動，提升游泳教練技術水準，培訓基層游泳教練，並建立三級游泳教練制度。
- 二、指導單位：教育部體育署、中華民國體育運動總會、桃園市教育局、桃園市體育局
- 三、主辦單位：中華民國游泳協會
- 四、承辦單位：桃園市體育會游泳委員會
- 五、協辦單位：楊明國中、楊梅運動中心游泳池
- 六、講習日期：108 年 10 月 26、27、28 日（六、日、一）。
- 七、講習地點：桃園市立楊明國中(326 桃園市楊梅區新農街 337 號)
- 八、報名日期：即日起至 10 月 25 日止，傳真概不受理，一律採網路報名，其餘概不採用。
- 九、報名手續：
 1. 請至桃園市體育會游泳委員會線上報名 <https://goo.gl/axSWEV>，並填寫報名表（如附件）並浮貼 2 吋半身照片 2 張，附身分證正反面影本一份（黏貼於報名表上）。
 2. 請至郵局買現金袋報名費 3,500 元。
 3. 報名截止人數超過以報名先後順序錄取（未滿 30 人不予開班）。
 4. 於報名截止日未完成繳費者，視同放棄報名名額。
 5. 洽詢電話：陳總幹事 0933081650；陸副總幹事 0953462767。
 6. 郵寄地址：326 桃園市楊梅區新農街 337 號，陳芷榆老師收。
- 十、報名資格：
 1. 具中華民國國籍，年滿十八歲以上（不足者請勿報名）。
 2. 中等學校畢業。
 3. 品行端正無不良紀錄者。
 4. 嫻熟游泳規則。
 5. 能游仰、蛙、蝶、自由式 100 公尺四式者。
 6. 附身分證影本一份。
- 十一、報名名額：以 60 人為限。
- 十二、本講習辦法及相關資料請上中華民國游泳協會證照課程 http://210.59.162.40:6001/Public/Exam_course.aspx 查詢。
- 十三、附則：
 1. 本講習會依據中華民國游泳協會裁判委員會所編製之 C 級裁判課程授課。
 2. 學科及術科測驗達 70 分以上為及格。
 3. 講習期間未參加學、術科測驗或缺課者，將不發給合格證書。
 4. 術科測驗時，講習學員自行準備泳衣（褲）及泳具。
 5. 講習期間由承辦單位供應午餐（便當）。
 6. 因故不克參加要求退費者退 90%。
 7. C 級裁判證由中華民國游泳協會核發。
- 十四、本辦法經報請中華民國體育運動總會轉陳教育部體育署核備，修正時亦同。

108 年度桃園市 C 級教練講習會實施計畫

- 一、宗旨：發展全民游泳運動，提升游泳教練技術水準，培訓基層游泳教練，並建立三級游泳教練制度。
- 二、指導單位：教育部體育署、中華民國體育運動總會、桃園市教育局、桃園市體育局
- 三、主辦單位：中華民國游泳協會
- 四、承辦單位：桃園市體育會游泳委員會
- 五、協辦單位：楊明國中、楊梅運動中心游泳池
- 六、講習日期：108 年 11 月 1、2、3 日（五、六、日）。
- 七、講習地點：桃園市立楊明國中(326 桃園市楊梅區新農街 337 號)
- 八、報名日期：即日起至 10 月 25 日止，傳真概不受理，一律採網路報名，其餘概不採用。
- 九、報名手續：
 1. 請至桃園市體育會游泳委員會線上報名 <https://goo.gl/axSWEV>，並填寫報名表（如附件）並浮貼 2 吋半身照片 2 張，附身分證正反面影本一份（黏貼於報名表上）。
 2. 請至郵局買現金袋報名費 3,500 元。
 3. 報名截止人數超過以報名先後順序錄取（未滿 30 人不予開班）。
 4. 於報名截止日未完成繳費者，視同放棄報名名額。
 5. 洽詢電話：陳總幹事 0933081650；陸副總幹事 0953462767。
 6. 郵寄地址：326 桃園市楊梅區新農街 337 號，陳芷榆老師收。
- 十、報名資格：
 1. 具中華民國國籍，年滿二十歲以上（不足者請勿報名）。
 2. 中等學校畢業。
 3. 品行端正無不良紀錄者。
 4. 嫻熟游泳規則。
 5. 能游仰、蛙、蝶、自由式 100 公尺四式者。
 6. 附身分證影本一份。
- 十一、報名名額：以 60 人為限。
- 十二、本講習辦法及相關資料請上中華民國游泳協會證照課程 http://210.59.162.40:6001/Public/Exam_course.aspx 查詢。
- 十三、附則：
 1. 本講習會依據中華民國游泳協會裁判委員會所編製之 C 級裁判課程授課。
 2. 學科及術科測驗達 70 分以上為及格。
 3. 講習期間未參加學、術科測驗或缺課者，將不發給合格證書。
 4. 術科測驗時，講習學員自行準備泳衣（褲）及泳具。
 5. 講習期間由承辦單位供應午餐（便當）。
 6. 因故不克參加要求退費者退 90%。
 7. C 級裁判證由中華民國游泳協會核發。
- 十四、本辦法經報請中華民國體育運動總會轉陳教育部體育署核備，修正時亦同。

108 年度桃園市 C 級游泳教練講習會

報 名 表

講習日期： C 教 11 月 1 日~3 日共三天。

| | | | | | | | | | | | |
|---------|--|--|----------|--|--------|-------|-------------|----|--|--|--------------------------------------|
| 姓名 | | | | | | | | | | | 相片黏(浮)貼處 1 張浮貼 1 張黏貼 相片背面請寫上姓名 |
| 正楷 | | | | | | | | | | | |
| 英文名 | 以護照英文姓名為準 | | | | | | | | | | |
| 出生日期 | 民國 | | 年 | | 月 | | 日 | 性別 | | | |
| 身分證 | | | | | | | | | | | |
| 學歷 | | | | | | | | | | | |
| 現職服務單位 | | | | | | | | 職稱 | | | |
| 服務單位地址 | 縣 市 區(郵遞區號) | | 路 段 巷 號之 | | 市鄉鎮□□□ | | 路 街 弄 巷 樓 室 | | | | |
| 聯絡地址 | 縣 市 區(郵遞區號) | | 路 段 巷 號之 | | 市鄉鎮□□□ | | 路 街 弄 巷 樓 室 | | | | |
| 電 話 | 宅(H) | | 公(O) | | (手機) | | 傳真機： | | | | |
| | 電子信箱： | | | | | | | | | | |
| 身 分 證 件 | 正面影印本 | | | | | 反面影印本 | | | | | |
| 附 註 | 1.上述各欄務請詳細填寫，俾便作業。本表填妥後，連同報名費 C 裁 10 月 23 日前寄達，逾期不予受理。 2.各項報名請繳交二吋相片二張(照片上務必寫上姓名)相片請勿重疊。 3.報名手續費：教練 3500(含證照費在內)，報名時必需附身分證件影印本。報到時請攜帶證件正本以供審查。請以報值掛號並提供報值掛號回郵信封(俾便因人數不足無法開班時退費用)於報名時一併繳交。郵寄地址: 326 桃園市楊梅區新農街 337 號，聯絡電話：0933081650 陳總幹事 4.教練 3,500 元(含證照費在內)，報名時必需附 C 級裁判證件影印本。報到時請攜帶證件正本以供審查。 5.繳費方式： <input type="checkbox"/> 現金 <input type="checkbox"/> 報值掛號(現金袋) 請於 <input type="checkbox"/> 內打 V 並簽名：_____。 6.午餐由承辦單位提供便當(葷、素食請於報名表上註明)葷食 <input type="checkbox"/> 素食 <input type="checkbox"/> 。 7.交通、住宿自理。 | | | | | | | | | | |

108 年度桃園市游泳委員會 C 級游泳教練講習會課程(暫訂)

| 日期課程 時間 | 11 月 1 日 星期五 | 11 月 2 日 星期六 | 11 月 3 日 星期日 |
|---------------------|--------------------------------|------------------------------|--------------------------------|
| 08:00 08:50 | 報到 & 始業式 | 運動心理學 (運動科學理論) 何忠鋒 講師 | 初級游泳體能訓練法 (體能訓練法) 蔡淑敏 講師 |
| 09:00 09:50 | 基礎游泳教學 (運動基本技術) 許東和 講師 | 運動力學 (運動科學理論) 何忠鋒 講師 | 初級游泳體能訓練法 (體能訓練法) 蔡淑敏 講師 |
| 10:00 10:50 | 基礎游泳教學 (運動基本技術) 許東和 講師 | 水上安全急救 (運動傷害防護) 何忠鋒 講師 | 出發與轉身 (戰略教學) 蔡淑敏 講師 |
| 11:00 11:50 | 自由式教學 (指導技術) 許東和 講師 | 性別平等意識 (性別平等教育) 何忠鋒 講師 | 混合式教學 (戰術教學) 蔡淑敏 講師 |
| 午 餐 休 息 | | | |
| 13:00 13:50 | 蝶泳教學 (指導技術) 許東和 講師 | 運動生理學 (運動科學理論) 侯建文 講師 | 運動理論與實務 (運動規則) 李明坤 講師 |
| 14:00 14:50 | 仰泳教學 (技術指導) 許東和 講師 | 運動營養學 (運動營養學) 侯建文 講師 | 游泳選材 (運動規則) 李明坤 講師 |
| 15:00 15:50 | 蛙泳教學 (技術指導) 許玉雲 講師 | 運動防護 (運動傷害防護) 侯建文 講師 | 學科測驗 李明坤 講師 |
| 16:00 16:50 | 游泳常識與暖身 運動(運動規則) 許玉雲 講師 | | 術科測驗 李明坤 講師 |
| 17:00 17:50 | 游泳教練對規則 的認識(運動規則) 許玉雲 講師 | | |
| 18:00 18:50 | 藥 檢 (禁藥課程) 許玉雲 講師 | | |

備註：如曠課一節或筆試不合格者，一律不發證。

講習地點：桃園市立楊明國中（326 桃園市楊梅區新農街 337 號）

洽詢電話：0933081650 陳總幹事

108 年度桃園市 C 級游泳裁判講習會

報 名 表

講習日期： C 裁 10 月 26 日~28 日共三天。

| | | | | | | | | | | | |
|----------------|---|---|----------|---|--------|-------|-------------|--|--|--|--------------------------------------|
| 姓名 正楷 | | | | | | | | | | | 相片黏(浮)貼處 1 張浮貼 1 張黏貼 相片背面請寫上姓名 |
| 英文名 姓名 | 以護照英文姓名為準 | | | | | | | | | | |
| 出生 日期 | 民國 | 年 | 月 | 日 | 性 別 | | | | | | |
| 身分證 | | | | | | | | | | | |
| 學歷 | | | | | | | | | | | |
| 現職 服務 單位 | | | | | | 職 稱 | | | | | |
| 服務單 位地址 | 縣 市 區(郵遞區號) | | 路 段 巷 號之 | | 市鄉鎮□□□ | | 路 街 弄 巷 樓 室 | | | | |
| 聯絡 地址 | 縣 市 區(郵遞區號) | | 路 段 巷 號之 | | 市鄉鎮□□□ | | 路 街 弄 巷 樓 室 | | | | |
| 電 話 | 宅(H) | | 公(O) | | (手機) | | 傳真機： | | | | |
| | 電子信箱： | | | | | | | | | | |
| 身 分 證 件 | 正面影印本 | | | | | 反面影印本 | | | | | |
| 附 註 | 1. 上述各欄務請詳細填寫，俾便作業。本表填妥後，連同報名費 C 裁 10 月 23 日前寄達，逾期不予受理。 2. 各項報名請繳交二吋相片二張(照片上務必寫上姓名)相片請勿重疊。 3. 報名手續費：教練 3500(含證照費在內)，報名時必需附身分證件影印本。報到時請攜帶證件正本以供審查。請以報值掛號並提供報值掛號回郵信封(俾便因人數不足無法開班時退費用)於報名時一併繳交。郵寄地址: 326 桃園市楊梅區新農街 337 號，聯絡電話：0933081650 陳總幹事 4. 教練 3,500 元(含證照費在內)，報名時必需附 C 級裁判證件影印本。報到時請攜帶證件正本以供審查。 5. 繳費方式： <input type="checkbox"/> 現金 <input type="checkbox"/> 報值掛號(現金袋) 請於 <input type="checkbox"/> 內打 V 並簽名：_____。 6. 午餐由承辦單位提供便當(葷、素食請於報名表上註明)葷食 <input type="checkbox"/> 素食 <input type="checkbox"/> 。 7. 交通、住宿自理。 | | | | | | | | | | |

108 年度桃園市游泳委員會 C 級游泳裁判講習會課程(暫訂)

| 日期課程 時間 | 10 月 26 日 星期六 | 10 月 27 日 星期日 | 10 月 28 日 星期一 |
|---------------------|--------------------------|----------------------|------------------|
| 08:00 08:50 | 報到&始業式 | 裁判概論 (裁判職責) 待聘 | 裁判實習、示範 分組實習 |
| 09:00 09:50 | 性別平等意識 (性別評等教育) 待聘 | 裁判判例 (裁判分析) 待聘 | 裁判實習、示範 分組實習 |
| 10:00 10:50 | 編配 (裁判技術) 待聘 | 終點 (裁判技術) 待聘 | 裁判實習、示範 分組實習 |
| 11:00 11:50 | 紀錄 (記錄方法) 待聘 | 計時 (記錄方法) 待聘 | 裁判實習、示範 分組實習 |
| 午 餐 休 息 | | | |
| 13:00 13:50 | 發令 (裁判技術) 待聘 | 姿勢檢查 (裁判技術) 待聘 | 裁判實習、示範 分組實習 |
| 14:00 14:50 | 裁判長 (裁判技術) 待聘 | 姿勢檢查 (裁判技術) 待聘 | 裁判實習、示範 分組實習 |
| 15:00 15:50 | 檢錄 (裁判技術) 待聘 | 電動計時 (記錄方法) 待聘 | 學測 待聘 |
| 16:00 16:50 | 協會組織概況 (運動規則) 待聘 | 電動計時 (記錄方法) 待聘 | 術測 待聘 |
| 17:00 17:50 | 轉身檢查 (裁判技術) 待聘 | 報告 (裁判技術) 待聘 | |
| 18:00 18:50 | 轉身檢查 (裁判技術) 待聘 | | |

備註：如曠課一節或筆試不合格&裁判實習不參加者，一律不發證。

講習地點：桃園市立楊明國中（326 桃園市楊梅區新農街 337 號）

洽詢電話：0933081650 陳總幹事