

# 114 年度宜蘭市定向越野 C 級教練講習會實施計畫

壹、依據：114 年 02 月 26 日體總業字第 1140000562 號函辦理。

貳、目的：培育定向越野運動教練，提昇定向越野運動競技水準與實力，推展定向越野運動。

參、指導單位：教育部體育署、中華民國體育運動總會

肆、主辦單位：中華民國定向越野協會

伍、承辦單位：臺北市定向越野協會

陸、活動日期、地點、對象及人數：

一、第一階段：定向越野 C 級教練講習

(一)日期：114 年 3 月 29-30 日(共計 2 天)

(二)地點：蘭城新月廣場(宜蘭市民權路二段 38 巷 2 號 B2)

二、第二階段：定向越野 C 級教練術科操作

(一)日期：114 年 4 月 19 日(暫定)

(二)地點：台北南港公園

柒、實施方式與活動目標：

一、課程內容：計 24 小時

(一)第一階段：定向越野 C 級教練講習，計 16 小時

(二)第二階段：定向越野 C 級教練術科操作，計 8 小時。

捌、報名費：2,000 元(含教材費、講師費、保險費及檢定費)

玖、參加人數：20 人

壹拾、實施對象及人數：**年滿 20 歲**，高中畢業，對定向越野運動有興趣之人士。

壹拾壹、課程表，如附件。

壹拾貳、報名辦法：

一、報名方式：採網路填表報名。恕不受理電話或傳真方式報名。

★需上傳資料：

1. 2 吋證件照片一張(檔名身分證字號)

2. 最近一個月內核發之無違反前條規定之警察刑事紀錄證明(良民證)。

良民證請逕向各縣市政府警察局申請。

★良民證相關說明(包含本國籍和外國籍):

有下列情形之一者,不得報名裁判研習課程:

\*犯傷害罪章。但其屬過失犯,不包括之。

\*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。

\*犯毒品危害防制條例之罪。

\*犯殺人罪。

\*違反運動禁藥管制辦法相關規定。

## 二、繳費方式：

銀行：國泰世華銀行【代碼 013】

分行：建國分行

帳號：223-03-2000-621

戶名：中華民國定向越野協會沈永賢

★匯款後將繳費收據或後 5 碼拍照上傳報名網站

三、報名截止日期與時間：114 年 03 月 20 日（星期四）晚上 21:00。

四、已完成報名手續者，概不退費。如因重大事故，得於活動前提出退費申請，但須扣除行政費 200 元整。

## 壹拾參、附則

一、參加人員請穿著運動服裝及運動鞋。

二、研習期間僅提供午餐，交通及住宿事宜煩請自理。

三、學員每天上午及下午，上課前需簽到，講習會期間累積 4 小時（含）以上缺課者，不得參加學科及術科測驗。

四、考試採學科及術科，共兩項測驗方式，滿分各為 100 分；考試佔總分比 80%，出缺席占總分比 20%，總分須達 70 分始為及格。

五、課程全程參與完畢者，核發研習(時數)證書。

六、課程全程參與完畢者，可參加 C 級教練檢定測驗，及格者且參與定向越野活動實習優良者，中華民國體育運動總會將核發 C 級定向越野教練證。

壹拾肆、活動期間本會辦理 300 萬元公共意外責任險，參加人員若有其他保險之需求，請自行處理。

壹拾伍、本實施計畫經本會報中華民國體育運動總會核備後實行，修正時亦同。

**中華民國定向越野協會**  
**114 年度C級教練講習會課程表**

日期	時間	內容	講師	備註
3 月 29 日  (六)	07:45~08:00	學員報到		
	08:00~08:10	始業式		
	08:10~09:00	定向越野運動術語 (專業外語)	本會聘任	1
	09:10~10:00	定向越野運動規則	本會聘任	1
	10:10~12:00	運動防護與急救	本會聘任	2
	12:00~13:00	午膳		
	13:00~14:00	性別平等教育	本會聘任	1
	14:10~15:00	運動禁藥	禁藥防制基金會 派員-	1
	15:10~16:00	運動生理學	本會聘任	1
	16:10~17:00	運動心理學	本會聘任	1
3 月 30 日  (日)	07:45~08:00	學員報到		
	08:00~09:00	運動教練、訓練學	本會聘任	1
	09:10~10:00	運動選才學	本會聘任	1
	10:10~11:00	訓練計畫擬定	本會聘任	1
	11:10~12:00	競賽策略的擬定與應用	本會聘任	1
	12:00~13:00	午膳		
	13:00~14:00	運動團隊經營管理	本會聘任	1
	14:10~15:00	運動情報蒐集及其分析	本會聘任	1
	15:10~16:00	運動疲勞及恢復	本會聘任	1
	16:10~17:00	兒童訓練安全與權利認知	本會聘任	1
	17:00~	學科測驗	本會聘任	
術科 4 月 19 日  (六)	07:45~08:00	學員報到		
	08:00~12:00	專項技術操作	本會聘任	4
	12:00~13:00	午膳		
	13:00~17:00	專項戰術演練	本會聘任	4
	17:00~	術科測驗	本會聘任	

註：本課表如有調整以當日公告為主

# 特定體育團體辦理 C 級教練講習會 具結書

具結人\_\_\_\_\_申請參加中華民國定向越野協會辦理之 C 級教練講習會，茲聲明本人確無「特定體育團體建立運動教練資格檢定及管理辦法」第 4 條、第 4 條之 1 規定情形，若被查出有上開規定情形，講習會已辦理，同意報名費不再退回及已核發教練證註銷，特立具結書為證。

此致

中華民國定向越野協會

具結人：\_\_\_\_\_（簽名或蓋章）

身分證統一編號：\_\_\_\_\_

住 址：\_\_\_\_\_

電 話：\_\_\_\_\_

中華民國            年            月            日