

# 113 年度 C 級定向越野教練講習會實施計畫

壹、依據：依據 113 年 8 月 20 日體總業字第 1130002210 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、協辦單位：葉獅戶外有限公司

柒、活動日期、地點、對象及人數：

一、第一階段：定向越野 C 級教練講習課程

(一) 日期：113 年 8 月 31-9 月 1 日 (共計 2 天)。

(二) 地點：南投縣信義鄉人和村。

(三) 實施對象：年滿 20 歲，高中畢業，對定向越野運動有興趣之人士。本次課程額滿人數為 50 人。

二、第二階段：定向越野 C 級教練術科操作

(一) 日期：113 年 9 月 2 日

(二) 地點：南投縣信義鄉人和村

捌、實施方式與活動目標：

一、第一階段：定向越野 C 級教練講習課程，共計 16 小時，課程目標為熟悉定向越野相關基礎學理知識。

二、第二階段：定向越野 C 級教練術科操作，共計 8 小時，術科操作目標為熟悉教練應用場域之相關技能。

玖、報名費：2,000 元 (含教材費、講師費、保險費及檢定費)。

## 壹拾、報名辦法：

一、報名方式：網路填表報名：<https://reurl.cc/2jZ0r0>。

二、需繳交正本資料（於課程當天繳交）：

（一）2 吋證件照片（檔名為姓名+身分證字號）。

（二）近一個月內核發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 <https://eli.npa.gov.tw/E7Web0/index01.jsp>）

三、繳費方式：

匯款銀行：國泰世華銀行

分行：建國分行

帳號：223-03-200062-1

戶名：中華民國定向越野協會沈永賢

匯款完成後請把匯款後五碼填上。

報名截止日期與時間：113 年 8 月 23 日（五）中午 12:00

四、已報名完成者，概不退費。如因重大事故，得於活動前提出退費申請，但須扣除行政費用 200 元整。

壹拾壹、課程表：如附件。

壹拾貳、附則：

一、參與課程人員請穿著運動服及運動鞋。

二、研習期間之交通、住宿以及餐飲事宜需自理。

三、課程全程參與者，可參加 C 及教練檢定測驗，及格者且參與活動實習表現優良者，將由中華民國體育運動總會核發 C 級定向越野教練證。

四、課程全程參與者，將核發研習（時數）證書。

五、課程期間本會辦理 300 萬元公共意外責任險。

壹拾參、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。

113 年度 C 級定向越野教練講習會 課程表

日期	時 間	內 容	講 師	備註
8 月 31 日  (六)	07:45-08:00	學員報到		南 投 縣 信 義 鄉 人 和 村
	08:00-08:10	始業式		
	08:10-09:00	定向越野運動規則	本會聘任	
	09:10-10:00	定向越野運動術語 (專業外語)	本會聘任	
	10:10-12:00	運動防護與急救	本會聘任	
	12:00-13:00	午膳		
	13:00-14:00	運動禁藥	禁藥防制基金會	
	14:10-15:00	性別平等教育	本會聘任	
	15:10-16:00	運動團隊經營管理	本會聘任	
	16:10-17:00	運動疲勞及恢復	本會聘任	
9 月 1 日  (日)	07:45-08:00	學員報到		
	08:00-09:00	訓練計畫擬定	本會聘任	
	09:10-10:00	兒少運動訓練注意事項	本會聘任	
	10:10-11:00	運動生理學	本會聘任	
	11:10-12:00	競賽策略的擬定與應用	本會聘任	
	12:00-13:00	午膳		
	13:00-14:00	運動心理學	本會聘任	
	14:10-15:00	情報蒐集與分析	本會聘任	
	15:10-16:00	運動教練、訓練學	本會聘任	
	16:10-17:00	運動選才學	本會聘任	
	17:00~	學科測驗		
術科 9 月 2 日  (一)	07:45-08:00	學員報到		
	08:00-12:00	專項技術操作	本會聘任	
	12:00-13:00	午膳		
	13:00-17:00	專項戰術演練	本會聘任	
	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。