

109 年臺中市木球乙、丙級教練講習會實施辦法

一. 主旨：

(1) 為培養裁判及教練人才，訓練教練人才，以便教導及推廣，以積極推展木球運動為宗旨。

(2) 依據中華民國木球委員會教練制度培訓實施辦法辦理。

二. 指導單位：中華民國木球協會

三. 主辦單位：台中市體育總會

四. 承辦單位：台中市體育總會木球委員會

五. 講習日期及時間：109 年 9 月 18~20 日

六. 講習地點：臺中市立豐原區體育場(420 台中市豐原區豐北街 221 號)

七. 參加資格：年滿 20 歲。

八. 報名辦法：

(1) 填具報名表，並附最近二吋照片 2 張（背面填寫姓名），

並繳交講習費

※社會人士(含教師)1600 元整，不含證照費(350 元)。

※在學學生每人 1500 元整，不含證照費(350 元)。

(2) 本次講習各項限額 60 位，(名額有限，測驗未通過恕不退費)請速報名。

※109 年 09 月 11 日報名截止。

九. 附則：(一) 參加學員一律著休閒服裝及運動鞋。(二) 缺課(含請假)超過 2 小時將取消學員資格。(三) 全程參與研習會且修滿全部課程，並經學、術科測驗合格，由中華民國木球協會核發乙、丙級教練證照。(四) 研習會教材由大會提供，另備有茶水及午餐。(五) 參加學員之交通及住宿請自理。

十. 聯絡人

1. 葉秀煌 總幹事電話：0912-335416 收 請以電子信箱：
shiouhuang1210@gmail.com 或傳真報名逾期恕不受理。

2. 報名表連結：

<https://docs.google.com/forms/d/11KBC9fLJgtM2HB7VC7pVODxIrDAYAdr2NBL58xfb5w0/edit>

十一. 考試與發證：

經學、術科測試合格者，由本會呈報中華民國木球協會發給乙、丙級教練證。

十二. 本辦法如有未盡事宜，得由承辦單位隨時修正公佈之。

課程表(暫定)

| 日期 課程時間 | 9月18(五) | 9月19(六) | | 9月20(日) |
|-------------|-----------------------|--------------------|-----------------|------------|
| 08:00~08:30 | 學員報到 | 運動傷害防護 | | 奧會模式(奧會課程) |
| 08:30~09:00 | 始業式 | | | |
| 09:10~10:00 | 木球運動沿革與發展現況 | 運動營養學 | | 性別平等教育 |
| 10:10~11:00 | 木球規則 | 動作指導法 (乙) | 基本動作講解 示範(丙) | 運動禁藥 |
| 11:10~12:00 | | | | |
| 12:00~13:00 | 午 餐(木球影片動作分析) | | | |
| 13:00~13:50 | 運動科學理論(生理學) (乙) | 運動科學理論(社會學) (丙) | 運動科學理論(心理學) | |
| 14:00~14:50 | | | | |
| 15:00~15:50 | 木球運動基本技術 (揮桿動作解析) | 訓練領導法 (乙) | 比賽事務之評 鑑(丙) | 術科測試 |
| 16:00~16:50 | 木球運動基本技術 (接近球要領解析) | 木球規則與沙灘規則的比 較 | | |
| 17:00~18:00 | 木球運動基本技術 (攻門要領解析) | 體能訓練法 | | 綜合座談暨結業式 |

