

雲林縣體育會木球委員會 111 年度木球丙級教練講習會實施辦法

- 一、目的：提高木球運動教練之素質，培養與厚植木球教練人才，增進教練技術水準，
 提昇其專業素養，以達成木球運動普及之成效。
- 二、指導單位：教育部體育署、中華民國體育運動總會。
- 三、主辦單位：中華民國木球協會、雲林縣體育會。
- 四、承辦單位：雲林縣體育會木球委員會。
- 五、協辦單位：雲林縣義峰高中。
- 六、舉辦日期：111 年 8 月 26 日（星期五）起至 111 年 8 月 28 日（星期日）止，共 3 天。
- 七、舉辦地點：雲林縣義峰高中北棟二樓講堂。
- 八、參加對象及資格：總會所屬會員學校對木球運動有興趣之教師及年滿 20 歲以上者具備高級中學(合同
 等學歷)以上畢業者，均可報名參加
- 九、報名手續：
 - (一) 截止日期：即日起至 111 年 8 月 10 日（星期五）止，以郵戳為憑，逾期恕不受理。
 - (二) 收件地址：雲林縣林內鄉烏麻村長源 201 號，雲林縣義峰高中學務處體衛組蔡堡樺老師收。
 - (三) 報名費：每人新台幣 2500 元整（含證照費用）。
 - (四) 繳費與報名：
 - (1) 繳款方式：匯款
 受款人(戶名)：雲林縣體育會木球委員會
 郵局代號：700
 帳 號：03010390226687
 (紙本報名表並附兩吋半身脫帽照片二張及匯款單影本、學歷證明，請務必一併寄送)
 - (2) 聯絡資料：
 聯絡人：蔡堡樺
 電 話：0919-804950
 E-mail：loub1989@hotmail.com
- 十、附則：
 - (一) 全程參與講習會且修滿全部課程，並經學、術科測驗合格(學科測驗 70 分以上為合格成績，術科測驗須完成 24 球道，指定總桿數 128 桿內測驗合格)，由本會備冊報請中華民國體育運動總會核發丙級教練證。
 - (二) 參加講習會之學員請自備運動服裝、運動鞋，以利實務演練。
 - (三) 講習會報名人數若未超過 20 人則取消，不予舉辦。
 - (四) 報名表所填個人資料僅供本講習相關之用途使用。
 - (五) 講習會期間所需教材均由協辦單位提供，另備有茶水及午餐。
 - (六) 參加學員之住宿及交通，請自理。
 - (七) 本辦法如有未盡事宜，得隨時修正公佈之。

雲林縣體育會木球委員會 111 年度木球丙級教練講習會 課程表

日期 時間	8 月 26 日	8 月 26 日	8 月 26 日
08:10~08:30	學員報到	運動營養學	體能訓練法
08:40~09:00	影片觀賞 始業式		
09:10~10:00	木球運動沿革 與發展現況	運動營養學	運動傷害防護
10:10~11:00	木球運動基本動作 講解示範 (揮桿與攻門要領)	健康管理與體適能促進	運動按摩
11:10~12:00	木球揮桿動作解析講解 (握桿與站姿)	運動科學理論 (生物力學)	運動按摩與貼紮
12:00~13:00	午餐		
13:10~14:00	指導技術	木球規則	教練職責與素養
14:10~15:00	木球訓練指導、 比賽事務之評鑑	木球規則	術科測試
15:10~16:00	實務演練	沙灘木球規則	術科測試
16:10~17:00	實務演練	木球規則、 木球規則與沙灘木球規 則的差異	學科測試
17:10~18:00	性別意識與知能教育	綜合練習	綜合座談暨結業式