

北市 112 年木球乙級教練講習會實施計劃

- 一、目的：提高木球教練素質，培養與厚植木球教練人才，健全教練制度，增進教練指導水準，提昇其專業素養，以達成木球運動普及之成效。
- 二、依據：中華民國木球協會教練制度實施辦法辦理。
- 三、指導單位：中華民國體育運動總會
- 四、主辦單位：中華民國木球協會
- 五、承辦單位：新北市體育總會木球委員會
- 六、協辦單位：新北市鶯歌區公所
- 七、日期：112 年 5 月 5-7 日，共 3 天。
- 八、研習地點：鶯歌區南靖社區活動中心&鶯歌木球場
- 九、參加對象：
1. 凡中華民國國民年滿 20 歲以上，且具有高級中學（含等同學歷）以上畢業者。
 2. 持有效丙級(C 級)教練證後且實際從事二年以上教練工作者。
- 十、報名日期：報名至 112 年 4 月 25 日止，逾期恕不受理。
- 十一、報名費：每人新台幣 3000 元整
- 十二、報名手續：填具報名表，並附身分證正反面影本、最近二吋彩色照片 2 張、畢業證書影本、丙(C)級有效證照影本連同報名費以掛號方式寄至 新北市體育總會木球委員會 239-43 新北市鶯歌區鶯桃路 268 巷 11 號 陳長陞 收。
- 十三、教練證照：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 75 分以上為合格成績，術科測驗需完成二輪共廿四球道(700 公尺)，指定總桿數 112 桿內為測驗合格)，報請中華民國木球協會呈予中華民國體育運動總會核發乙級教練證照。
- 十四、附則：
- (一) 講習會期間所需教材均由本會提供。
 - (二) 參加學員請著輕便服裝及休閒鞋。
 - (三) 參加學員之住宿及交通，請自理。
 - (四) 因應個人資料保護法，所填報名參加本講習會之個人資料，僅供本講習會相關用途使用。
 - (五) 本講習實施辦法經中華民國木球協會核備後公佈實施。
 - (六) 欲報名者請掃描右邊 QR CODE 加入上課群組。
 - (七) 本辦法如有未盡事宜，得臨時補充規定。



112 年新北市木球乙級教練講習會課程表

日期 時間	5/5	5/6	5/7
08:10~08:30	學員報到	兒童及青少年運動訓練 注意事項	體能訓練法
08:40~09:00	影片觀賞 始業式		
09:10~10:00	木球規則	指導技術	教練職責與素養
10:10~11:00	木球規則	實務演練	運動傷害防護
11:10~12:00	沙灘木球規則	木球訓練指導、 比賽事務之評鑑	運動按摩
12:00~13:00	午餐		
13:10~14:00	木球規則、 木球規則與沙灘木球規則的差異	運動營養學	運動按摩與貼紮
14:10~15:00	木球運動沿革與發展現況	運動營養學	術科測試
15:10~16:00	木球運動基本動作指導 (揮桿與攻門要領)	健康管理與體適能促進	術科測試
16:10~17:00	木球運動基本動作指導 (握桿與站姿)	運動科學理論 (生物力學)	學科測試
17:10~18:00	綜合練習	性別意識與知能教育	綜合座談暨結業式