

115年度彰化縣運動教練增能研習實施計畫

一、 辦理目的

- (一) 強化運動教練正向管教及校園性平工作防治知能，提升運動代表隊經營成效。
- (二) 鼓勵運動教練發展正向管教策略，提升兒少保護知能及輔導管教效能，培養學生健全人格並導引適性發展。
- (三) 鼓勵各種正向管教有效策略之發展與學習，協助運動教練瞭解自身職責內容及相關法令規定。
- (四) 強化運動教練的「傷害預防」與「緊急應變」知能，評估學員身體風險、建立正確的訓練處方與運動傷害緊急處理，確保訓練過程安全無虞，並能協助學員維持最佳體能狀態。
- (五) 提升運動教練對運動心理學的認知與實務操作能力，進而激發運動員潛能、提升競技成績，並能預防與緩解運動員的心理困擾。

二、 參與對象

本縣學校之運動社團、校隊、基訓站及體育班之正式運動教練、舊制運動教練、約僱運動教練、計畫型運動教練及其他進(運)用運動教練。

三、 辦理日期/研習地點：

- (一) 彰化縣立田尾國民中學：115年8月17日至18日。
- (二) 彰化縣立體育場檢錄室：115年8月19日至20日。

四、 研習時數：每天認證時數8小時。

五、課程內容及授課講師

時間	8月17日(一)	8月18日(二)	8月19日(三)	8月20日(四)
09：00-10：30	運動防護	兒少保護與正向管教	性別平等	運動防護
	彰化師範大學 運動學系 陳俊綺專技講師	嘉南藥理大學 社會工作系 盧禹璵助理教授	臺北市立大學 水上運動學系 許瓊云教授	彰化師範大學 運動學系 陳俊綺專技講師
10：30-10：40	休息			
10：40-12：10	運動防護	運動教練相關法規及實際案例	性別平等	運動防護
	彰化師範大學 運動學系 陳俊綺專技講師	嘉南藥理大學 社會工作系 盧禹璵助理教授	臺北市立大學 水上運動學系 許瓊云教授	彰化師範大學 運動學系 陳俊綺專技講師
12：10-13：10	休息			
13：10-14：40	運動營養	性別平等	兒少保護與正向管教	運動營養
	國家運動科學中心 李家慧營養師	臺北市立大學 水上運動學系 許瓊云教授	虎尾科技大學 通識教育中心 李玉璽教授	國家運動科學中心 白詣豪營養師
14：40-14：50	休息			
14：50-16：20	運動心理	性別平等	運動教練相關法規及實際案例	運動心理
	國家運動科學中心 陳宜蓁運動心理教練	臺北市立大學 水上運動學系 許瓊云教授	得智法律事務所 合署律師 楊汶斌律師	國家運動科學中心 陳宜蓁運動心理教練

六、報名期限：即日起至115年7月31日止

七、報名連結：<https://forms.gle/aF9T7FN9dnmrr6A27>

八、本計畫業務承辦人/聯絡電話：教育處石珮君/04-7112175#30