

中華民國水中運動協會 107 年乙級 SUP 立式划槳教練證照班實施計畫

一、活動緣起：

台灣為四面環海的海島國家，海洋運動是國人日趨盛行的休閒項目之一，且 SUP 立式划槳為水域活動較易上手、對生態環境影響較低的海洋活動之一，也是現代國人推崇低碳無動力海洋運動項目。SUP 立式划槳活動業經本會函請交通部同意認定適用「水域遊憩活動管理辦法」在案，積極培育 SUP 立式划槳運動專業人才及師資，推廣 SUP 立式划槳運動。

二、活動目的：

- (一)配合教育部宣導海洋教育政策，推動水域運動體驗活，藉此活動培養水域專業人才及師資。
- (二)透過循序規畫推廣 SUP 活動，提升國人水域活動參與度。
- (三)藉由活動加強學員對於水域活動相關知識，並提升學員水域活動的安全意識及緊急處理能力。
- (四)引導民眾親近海洋愛護海洋，培育海洋及水域運動愛好者，落實海洋興國政策。

三、指導單位：教育部體育署、中華民國體育運動總會

四、主辦單位：中華民國水中運動協會、國立屏東大學

五、承辦單位：中華民國水中運動協會 SUP 立式划槳委員會

六、協辦單位：日月潭聖愛營地

七、活動地點：日月潭聖愛營地(星期六、日、一)

八、活動時間：

107 年 3 月 04、05 日 (星期六、日) 08:00-22:00

107 年 3 月 06 日 (星期一)08:00~17:00

參加對象資格及人數：

- (一) 凡滿 20 歲，具備有中華民國水中運動協會 SUP 立式划槳丙級教練證滿 2 年者。
- (二) 需實際從事 SUP 教學推廣活動 50 人次或 200 小時以上 (需提證明)。
- (三) 基礎動作包括：趴划、跪划、立划、行進轉向、持槳動作、定軸 360 度迴轉、落水上板等七項動作，於 3 分以內完成。
- (四) 如基本動作或無時數證明者在術科測驗未達標準者，本會僅發與結訓證明。
- (五) 上課學員需自備器材一組 (板、槳、腳繩、浮力衣)
- (六) 其他未盡事宜由中華民國水中運動協會 SUP 委員會公布為準

九、活動費用：一般人士每人新台幣 8,500 元(含證照費用、教材費、保險費及中晚餐)。

報名方式：

請於 107 年 02 月 23 日前檢附報名表 (如附件一)、切結書 (如附件二) 、1 吋照片 2 張、身份證正反面影本乙份以郵寄至國立屏東大學游泳池暨體適能館 (屏東市民教路 102 號)。或於網路報名，報名網址為：

十、聯絡方式：

(一) 水中運動協會 SUP 執行秘書 潘昊毅。

(二) 連絡電話：0955302966；信箱:t0106124@yahoo.com.tw

注意事項：

- (一)本講習會依據教育部體育署及中華民國體育運動總會建立教練三級制度。
- (二)活動當日中、晚餐及水由承辦單位提供。

- (三)信件主旨請註明姓名+SUP 立式划槳考照報名表字樣。
- (四)學科及術科測驗各達 70 分以上為及格者，由中華民國水中運動協會函送中華民國體育運動總會核備後授予丙級 SUP 立式划槳教練證，未達標準者，本會僅發與結訓證明。
- (五)請自備飲用水、私人藥品、防曬用品及換洗衣物。
- (六)若遇颱風等不可抗之因素須與以延期，本校會另行個別電話告知。
- (七)請學員自行抵達目的地上課並考照，並請留心注意交通安全。

十一、 通過學、術科測驗者，需協助委員會開設丙級教練班乙次，方得取得證照。

中華民國水中運動協會 107 年乙級SUP立式划槳教練證照班課程表

日期 時間	第一天 03 月 03 日 (星期六) 地點：日月潭聖愛營地	第二天 03 月 04 日 (星期日) 地點：日月潭聖愛營地	第三天 03 月 05 日 (星期一) 地點：日月潭聖愛營地
07:30~08:00	學員報到	學員報到	學員報到
08:00~08:20	始業式	SUP 術科基本動作操作 (SUP 基本動作演練)	SUP 救生測驗 (單板救生、 龍舟板救生)
08:30~09:20	SUP 運動規則		
09:30~10:20	SUP 基本技術指導		
10:30~12:00	SUP 體能訓練法 及運動傷害防護		
12:00~13:00	午餐及休息	午餐及休息	午餐及休息
13:00~14:00	性別平等法	術科基本動作操作 (SUP 救生法演練、 活動場地佈置設計)	SUP 體能測驗 (200M 游泳、 400M 跑步)
14:00~15:20	SUP 運動力學 及運動心理學		SUP 術科測驗 (直線繞標、S 行繞標、 定軸 360 迴轉、落水上 板、側划水靠岸)
15:30~17:00	運動營養學 及生理學		
17:00~17:30	晚餐	晚餐	下課平安回家
18:00~22:00	丙級課程學科 試教測驗	丙級課程學科 試教測驗	
22:00~	休息	休息	

中華民國水中運動協會 107 年乙級SUP立式划槳教練證照班報名表

中華民國水中運動協會乙級(B級)教練(裁判)講習活動個人資料蒐集告知事項，您的報名資料將用於以下目的：

- 一、您參加本次研習的聯繫(姓名、電話、地址、電子信箱)。
- 二、依據「中華民國體育運動總會輔導全國性非亞奧運體育運動團體建立教練制度實施原則」之規定，須請您提供身分證正面影本以供驗證年齡，並於講習結束後會將您的姓名、性別、生日、身分證字號、學歷、職務、電話、地址、活動拍照等資料連同活動檔案由中華民國體育運動總會檔案室保管。
- 三、您有通過本活動測驗後將製作本活動證照，需利用到您所提供的姓名、生日、身分證字號、2吋半身照片等資料，並於有效期限內保留您上述的資料以供證照遺失補辦之身分驗證及證照有效期限查詢用。

您的報名資料係由中華民國水中運動協會委由承辦單位水中運動協會 SUP 立式划槳委員會蒐集處理，講習會完成後製成報告送交中華民國水中運動協會，其後承辦單位即不再保存與利用您的個人資料。

課程執行前，您可向承辦單位詢問、更正或取消您的報名資料。課程完畢後您可向中華民國水中運動協會詢問您的報名資料。

請勾選以下兩個選項，未勾選者不受理報名，並將喪失上述部分權利。

- 一、您的個人資料供以上之處理與利用： 同意 不同意
- 二、您的個人資料供於證照到期後仍保留姓名、電話、地址、電子信箱等資料，用於證照過期後開立訓練時數證明及通知本會相關講習活動訊息使用：
 同意 不同意

中華民國水中運動協會 107 年乙級 SUP 立式划槳教練證照班

切結書

本人_____將於 107 年 03 月 03 日~05 日 共 3 日參加中華民國水中運動協會乙級 SUP 立式划槳教練講習會訓練並願意同意下列事項，如有違規而造成事故時願自行負責。

- 一、心臟病、氣喘、高血壓及身體不適者，請勿參加。
- 二、參加本項活動期間，願意聽從老師及教練之指導及要求，否則一切後果自行負責。
- 三、活動前已充分了解水域運動安全公約及活動規則，並願意配合遵守所有規定事項。
- 四、本人認為身心健康，適宜從 SUP 立式划槳水域活動。

具結人_____ (簽章)

中華民國 107 年 月 日

緊急聯絡人：

姓名：

地址：

電話：