

# 中華民國健美協會辦理教練資格檢定及管理實施計畫

本實施計畫經教育部 109 年 2 月 6 日臺教授體字第 1090002900 號備查

- 一、依據：「特定體育團體建立運動教練資格檢定及管理辦法」第十條辦理及「中華民國體育運動總會輔導特定體育團體建立教練制度章則」第二點辦理。
- 二、目的：中華民國健美協會為建立健全教練制度，提高我國健美教練素質，培養專業健美教練人才，提升我國健美在國家比賽與國際比賽中提升技術水準，特訂定本實施計畫。
- 三、本會各級健美教練級別及參加資格，如附件一。
- 四、實施方式：

## (一) 辦理單位

各級教練講習之學科及術科課程授課及測驗均由本會辦理，惟 C 級及 B 級教練講習會得委託本會直轄市(縣市)健美協(委員)會、中華民國大專院校體育總會及中華民國高級中等學校體育總會(以下簡稱受託團體)辦理；並得由受託團體向本會申請辦理。

## (二) 辦理場次

1. C 級教練講習會每年至少 2 場。
2. B 級教練講習會每年至少 1 場。
3. A 級教練講習會每年至少 1 場。

## (三) 參加各級教練講習檢定及申請補發、換證及展延應繳納費用如下：

1. C 級教練講習：檢定費新臺幣 4000 元整，證書費新臺幣 1000 元整。
2. B 級教練講習：檢定費新臺幣 5000 元整，證書費新臺幣 1000 元整。
3. A 級教練講習：檢定費新臺幣 6000 元整，證書費新臺幣 1000 元整。
4. 每年度教練專業進修講習：檢定費新臺幣 2000 元整。
5. 補發、換證及展延：新臺幣 1000 元整。

## (四) 講習課程

各級運動教練講習會課程，應包括學科(含共同科目及專業科目

)及術科(含技術操作),其授課學科術科課程科目及配當時數,測驗及格標準,如附件二。

#### (五) 講習時數

申請參加教練檢定經審查通過者,應參加本會或受託團體辦理之講習會,並於完成講習會課程始得參加學科筆試及術科操作測驗,其應完成之時數,如下:

1. C級教練:至少24小時。
2. B級教練:至少32小時。
3. A級教練:至少40小時。

#### (六) 證照核發

前項人員修滿各該規定時數課程而其學科術科測驗均屬及格,且無本辦法規定不能取得教練資格者,由本會核發各該教練證照。

五、申請人有下列各款情事之一者,不得申請教練資格之檢定:

- (一) 犯傷害罪章。但其屬過失犯,不包括之。
- (二) 犯性侵害犯罪防治法第二條第一項所定之罪、妨害風化罪章及妨害自由罪章。
- (三) 犯毒品危害防制條例之罪。
- (四) 犯殺人罪。
- (五) 違反運動禁藥管制辦法相關規定。

六、申請參加教練檢定者,應填具申請書,如附件三,並檢附下列文件:

- (一) 國民身分證、護照或其他身分證明文件。
- (二) 符合本計畫附件一參加資格之證明文件。
- (三) 最近一個月內核發之無違反本計畫第五點規定之警察刑事紀錄證明;具外國籍者,應檢附原護照國開具之行為良好證明文件。

七、成績複查

- (一) 對於學科及術科測驗結果有異議者,得於收到測驗結果次日起七日內,以書面向本會提出複查申請。
- (二) 本會將於複查申請受理十五日內,將複查結果送達申請人。

八、教練證效期及展延

- (一) 教練證有效期間為四年;經參加專業進修課程累計達四十八小

時，並每年至少六小時者，於效期屆滿三個月前至六個月內之期間，得向本會申請教練證效期之展延並經本會考核通過，每次展延期間為四年。

。

(二) 前款專業課程時數包括以下各類：

1. 本會辦理學科、術科課程之相關講習時數。
2. 亞洲健美總會辦理之講習並通過考核。
3. 國際健美總會辦理之講習並通過考核。
4. 經本會認可之體育署特定體育團體辦理之共同科目講習時數

。

#### 九、教練證補(換)發

- (一) 持有證照者，因故遺失、更名或毀損時，應填具申請表格，向本會申請補(換)發。
- (二) 其證書逾期未換發者，應依第三點至第七點規定，再行參加各級教練講習，經測驗及格者，始得辦理證照換發。

#### 十、國外教練證換證

- (一) 取得 IFBB 國際健美總會(International Federation of Bodybuilding and Fitness)所核發教練證書者，得檢具 IFBB 教練卡(本)或 IFBB 考核通過成績表、IFBB 教練證書，向本會申請審查；經審查通過者，予以換發本會國家 A 級教練證書。
- (二) 其持 IFBB 國際健美總會國際教練證書換發本會教練證者，經原發證單位判處停權或註銷者，本會得註銷該教練證。

#### 十一、其他事項

- (一) 參加各級教練講習會研習時數未達本計畫第四點第五項或缺課四小時(含)以上者不得參加學術科測驗。
- (二) 各級教練講習證明書，由本會名義核發。
- (三) 各級教練講習之學科及術科相關資料及名冊，除由本會妥善保存外，並將函送體總備查後由體總製做教練證書。
- (四) 本會將配合體總訪視相關作業。
- (五) 經本會判處禁賽者，三年內不得參加升級教練講習會，期滿後得再參加各級別教練講習會，經測驗及格後始得辦理證照換發

。

(六) 教練應遵守下列工作倫理規範：

1. 謹守專業倫理，發揮身教與言教之功能及展現運動風度。
2. 維護運動員權益。
3. 配合運動員之身心發展，訂定訓練計畫，從事指導、訓練之工作，避免過度訓練。
4. 熟悉訓練原理及比賽規則，並定期參加相關進修活動。
5. 對運動員不得有性騷擾之行為。

(七) 教練有下列情事之一者，由本會註銷其教練證後函報體總備查，且三年內不受理其申請檢定：

1. 申請檢定文件、資料不實。
2. 取得教練證後，有違反本辦法第五點規定情形之一。
3. 違反前項規定，且情節重大。
4. 轉讓、出借或出租教練證予他人使用。

(八) 本會應於各級教練講習會舉辦前一個月，將辦理計畫陳報體總備查，講習會結束後四十五日內，應檢具講習會辦理成果、學員名冊、測驗成績、教材講義及有關資料等陳報體總備查。

十二、本計畫經教練委員會通過後並經理事會追認，陳報教育部備查後施行，修正時亦同。

附件一

中華民國健美協會 教練級別及資格一覽表		
次序	教練級別	參加資格
一	C級教練	高級中等學校以上畢業，受運動專業訓練，並熟悉運動之教育訓練及競賽規則且品行端正愛好體育運動之人員。
二	B級教練	(一) 取得C級教練證2年以上，具從事教練實務工作經驗。 (二) 曾參加世界運動會、世界單項運動正式錦標賽之國家代表隊選手。 (三) 具有該項運動之職業運動員身分。
三	A級教練	(一) 取得B級教練證3年以上，具從事教練實務工作經驗。 (二) 獲得2等1級以上國光體育獎章。

■ 申請教練資格檢定者，應年滿二十歲以上，並具備表列資格之一者。

## 中華民國健美協會教練講習 學科術科課程科目及授課時數配當表

科目		級別	C 級教練	B 級教練	A 級教練	
			24 小時	32 小時	40 小時	
學科	共同科目	運動禁藥	必修 1	必修 1	必修 1	
		性別平等教育	必修 1	必修 1	必修 1	
		○○運動術語〔專業外語〕	必修 1	必修 1	必修 1	
		奧會模式	1	1	必修 1	
		教練職責及素養	1	1	1	
		教練倫理				
		教練心理學				
		○○運動規則	1	1	1	
	小計	6	6	6		
	專業科目	運動科學	運動心理學	基礎 1	應用 1	高級 2
			運動生理學	基礎 1	應用 1	高級 2
			運動生物力學	基礎	應用 2	高級 2
			小計	2	4	6
		運動訓練	運動教練、訓練學	基礎 1	應用 1	高級 2
			運動選才學	基礎 1	應用 1	高級 2
			體能測驗、評估及訓練	基礎 1	應用 1	高級 2
			運動競賽技術及戰術	1	2	1
			訓練計畫擬定		1	1
			小計	4	6	8
		運動管理	○○運動沿革及其發展現況	1	1	2
			教練管理學	1	1	2
			運動團隊經營管理		2	1
			運動情報蒐集及其分析			1
			小計	2	4	6
		運動醫學	運動傷害防護及急救		1	1
			運動員健康管理	1	1	1
			運動營養學	1	1	2
			運動疲勞及恢復		1	1
小計	2		4	6		
術科	技術操作		8	8	8	
總計			24	32	40	
及格標準(分)			70	80	85	
備註	授課最低時數如下： (一) C 級教練：總時數至少 24 小時。 (二) B 級教練：總時數至少 32 小時。 (三) A 級教練：總時數至少 40 小時。					

中華民國健美協會 000 年度 0 級教練講習會

申請表

姓名		二吋相片 2 張 (浮貼)
性別	<input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女	
出生日期 (西元)	_____年_____月_____日	
身分證字號		
最高學歷		
服務單位 現任職務	單位：_____ 職務_____	
原持有證照 等級	<input type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> _____級， 證號_____	
聯絡電話	(H)	(手機)
E-mail		
聯絡地址		
緊急聯絡人		
聯絡電話		
關係		
備註		