

113 年度花蓮縣運動優先區子計畫一：田徑運動教練增能研習日程表

時間	日期 06 月 22 日 (星期六)	日期 06 月 23 日 (星期日)
08:00~08:30	報到 (劉嚴澤、陳智傑、陳俊傑、黃昭穎協助) 花蓮縣立體育高級中學一樓圖書館	
08:30~10:00	跳遠技術分析訓練 臺中市惠文高級中學 蔡欣憲 教練	擲部項目訓練理念、選材、注意事項 國立體育大學呂景義 副教授
10:00~10:10	休息	休息
10:10~11:40	跳遠、三級跳遠實務演練課程 臺中市惠文高級中學 蔡欣憲 教練	擲部項目項目實務操作 國立體育大學 呂景義 副教授
12:00~13:30	午餐休息	午餐休息
13:30~15:00	競走分級教學 新竹市立成德高級中學 高慶華 教練	重量訓練理念導向 鐵克健身中心 (Take'sBodyGYM) 王偉民 教練
15:00~15:10	休息	休息
15:10~16:40	競走實務技術與選手討論及分析 新竹市立成德高級中學 高慶華 教練	重量訓練實務操作 鐵克健身中心 (Take'sBodyGYM) 王偉民 教練
16:40~	禮成	禮成

- 1、獎勵：辦理本講習活動成效卓著之有功學校人員，依據花蓮縣政府相關獎懲作業要點辦理敘獎。
- 2、注意事項：
 - (1) 本研習活動係教育部體育署核定之專案計畫，課程及師資倘有改變，主辦單位得依實際情形逕行修正，請學員配合辦理。
 - (2) 報名相關事宜、課程內容事宜，請洽花蓮縣立化仁國民中學陳智傑教練，電話 03-8543471 或手機 0982-092301，或花蓮縣立玉里國民中學副總幹事劉志宏教練，手機 0915-003358。
- 3、本計畫業奉花蓮縣政府號函核准實施，如有未盡事宜，得由主辦單位修訂公佈之。



113 年度花蓮縣運動優先區子計畫一：田徑運動教練增能研習資訊

- 1、 依據：教育部 113 年 4 月 1 日臺教授體字第 1130012176 號，113 年度花蓮縣運動優先區計畫。
- 2、 目的：為提升本縣田徑運動教練專業知能，並促進縣市績優教練於訓練及經驗之互動交流，以推動建立田徑教練專業社群，特定本計畫。
- 3、 指導單位：花蓮縣政府。
- 4、 主辦單位：花蓮縣體育會。
- 5、 承辦單位：花蓮縣體育會田徑委員會。
- 6、 協辦單位：花蓮縣立體育高級中學。
- 7、 研習日期：自 113 年 06 月 22 日（星期六）至 06 月 23 日（星期日）止共二天，06 月 22 日上午 08：00 開始報到。
- 8、 研習時間：每日 08：30 至 16：40。
- 9、 研習地點：花蓮縣立體育高級中學一樓圖書館。
- 10、 參加對象：花蓮縣各級學校田徑運動教練，共計 40 名。
- 11、 報名日期：即日起至 113 年 06 月 20 日（星期四）中午 12 點止，名額有限，意者請從速報名。
- 12、 報名方式：採線上報名方式，請逕上全國教師在職進修資訊網報名。
- 13、 研習內容：聘請國內知名田徑運動教練透過計畫性之課程安排與實務操作，有效提升本縣各級田徑教練專業知能。

