

中華民國太極拳總會 115 年乙級教練講習會實施計畫

一、總則

1. 依據：依中華民國體育運動總會頒佈之「114 年輔導非亞奧運各單項運動協會辦理各級教練、裁判講習會實施計畫」與「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」，及經核定之「本會教練資格檢定及管理辦法」辦理。
2. 目的：為提倡太極拳運動，提昇教練素質與培養教練人才，儲備師資及配合教學需要，充實基層實力，藉以推廣全民運動，期使太極拳運動更能發揚光大。

二、指導單位：運動部、中華民國體育運動總會。

三、主辦單位：中華民國太極拳總會

四、承辦單位：社團法人新北市太極拳總會

五、協辦單位：新北市立板橋體育場、新北市體育總會太極拳委員會。

六、講習對象及資格：

- 1、年滿 20 歲，高級中學（含同等學力）以上畢業，已取得本會丙（或 C）級教練證【滿 2 年以上】、丙（或 C）級裁判證【不限時間】，及套路或功夫段二段以上資格，並通曉太極拳理、拳經、拳義，且品行端正者，非本國國籍者，請至當地警察局申請良民證，週期至少為上課前半年。
- 2、曾取得本會乙（或 B）級教練證，每四年內務必至少參加一次複訓講習。若證照已過四年有效期，自動失效，將不得作為擔任乙（或 B）級教練職務之資格證明。
（證照有效期之展延或恢復，請詳閱一 [十、證書與說明]）
- 3、由各協、分、支會推薦。
- 4、名額暫定六十名。

☆中華民國體育運動總會核定[未來本會所核發之甲、乙、丙級教練/裁判證，其效力等同於本會原核發之 A、B、C 級教練/裁判證]。

七、講習日期及地點：

- 1、日期：民國 115 年 4 月 11、25、26 日，共計三天(每日 8 小時，共 24 小時)。
- 2、地點：板橋體育場(南門教室) 新北市板橋區漢生東路 278 號。

八、講習內容：

- 1、體能訓練法
- 2、太極拳基本技術
- 3、太極拳規則
- 4、太極拳指導技術
- 5、戰略與戰術
- 6、運動營養學
- 7、太極拳科學理論(生理學、心理學、力學、社會學)
- 8、運動傷害與防護
- 9、性別平等教育(性別意識與知能教育)
- 10、兒童及青少年運動訓練注意事項(兒少權利認知與運動訓練安全)

九、費用：初訓 5000 元（報名費 3000 元+二段段級鑑定費 2000 元）。

複訓 1500 元（須檢附本會乙（或 B）級教練證 影本）。

★本講習會成果報告，報請中華民國體育運動總會審核，不合格者不予退費。

十、證照[書]及說明：

1. 參加本會乙級教練講習初訓合格者，由本會報請中華民國體育運動總會核備，經核定後再發給乙級教練證（體總印製）1 份、結業證書 1 份。複訓者，則換發複訓證照（等級不變---本會印製）1 份、複訓結業證書 1 份。

★無論【升等（初訓）、進修（複訓）、補證】，本會原核發之 ABC 級證照，一律改核發為甲乙丙級。

★109 年起，只有升等（即初訓）證照，由中華民國體育運動總會統一印製，再交由本會核發。

其餘所有證照(書)皆由(本會印製)核發。複訓證照也是由[本會印製]。

★初訓證照(體總印製)之①原始發照日期與②本證發照日期---都是填寫同一日[初訓發照日期]。

複訓證照(本會印製)之①原始發照日期[即初訓發照日期] ②本證發照日期[即複訓發照日期]---則是填寫不同日期。

2. 證照所印[有效期限：依考核單位期限規定]，為體總對[有效期限]之核示；本會據此而作以下規定：教練/裁判證自[本證發照日期]起生效，有效期間為四年。已過[有效期限]，則自動失效。失效之證照，不得作為擔任各級教練/裁判職務之資格證明。

※如[本證發照日期]為 109.07.07，則[有效期限]為 113.07.06。

3. 證照展延或恢復有效期四年之規定：

①初訓(即升等)講習 [證照失效--已過四年有效期 也可參加]：

①取得本會丙(或C)級教練/裁判證，[滿2年]以上者、得以參加 乙級教練/裁判 升等講習。

②取得本會乙(或B)級教練/裁判證，[滿3年]以上者、得以參加 甲級教練/裁判 升等講習。

(※初訓[即升等]證照(體總印製)自本證發照日期起生效)。

②複訓(即進修)講習 [不論在有效期間 或 已過有效期 皆可參加]：

參加本會或本會團體會員辦理之複訓講習，審核合格後則可換發複訓證照(等級不變)，得以展延或恢復有效期四年。(※複訓證照(本會印製)自本證發照日期起生效)。

★證照失效者，參加[複訓(即進修)講習]或[初訓(即升等)講習]，經審核合格後，即可換發新證照恢復有效期四年—詳細說明如上。

★參加初訓與複訓講習，需檢附之證件，請參閱[各級教練/裁判講習計畫書]。

4. 補發之證照同原證照，且有效期不變(自本證發照日期起生效)。

證照經補發後，原證照即作廢不得再行使用。

★證照書如有遺失、改名情形—請上本會網站之(會務公佈欄)，參閱證照書補發申請[含A教證遺失證明]與申請辦法

5. 本證限本人使用，不得轉借他人，亦不得任意變造或偽造。

十一、報名日期：即日起至115年3月30日止。

十二、報名方式：

☆(因應個人資料保護法，所填報名參加本活動之個人資料，僅提供本活動相關用途使用。)

1. 報名表、「資料表」及相片、證照書粘貼表請每人各填寫一份。

初訓者檢附：

①相片①報名表之相片欄實貼1張。相片、證照書粘貼表浮貼2張---(1吋)共3張。

②繳交最近二年內證件照jpg電子檔(國民身分證相片規格為準)1份。

(體總統一製作初訓證照之用)

將證件照電子檔E-mail到社團法人新北市太極拳總會

信箱：t22422600@yahoo.com.tw

②證件①身份證【正反面】或護照影本—[影本上註明：限本乙教講習使用]。

②丙(或C)級教練證【需滿2年以上】影本，

③丙(或C)級【含】以上裁判證影本【不限時間】。

④總會套路或功夫段二段【含】以上資格證書影本。

如尚未取得二段者可先參加講習，需再同時申請二段段級鑑定。

複訓者檢附：

①相片●報名表之相片欄實貼1張。相片、證照書粘貼表浮貼2張---(1吋)共3張。

複訓乙教證照—由本會印製，只需繳交相片，不需繳交證件照jpg電子檔。

②證件①身份證【正反面】或護照影本—[影本上註明：限本乙教講習使用]。

②乙(或B)級教練證影本。上列影本，請繳交原尺寸大小，請勿放大或縮小

2. 團體報名：由協、支、分會統合辦理。

3. 個別報名：可親自到社團法人新北市太極拳總會報名。

4. 參訓學員需著太極拳運動服(可穿著協、分、支會制式服裝)，以彰顯團隊精神。

十三、報名地點：社團法人新北市太極拳總會(新北市中和區橋和路88號9樓之1)。

電話：(02) 2242-2600 傳真：(02) 2242-5188 e-mail：t22422600@yahoo.com.tw

聯絡人：何小花 0939-596143

報名費請匯款：第一銀行連城分行

帳號：236-50-108623 戶名：社團法人新北市太極拳總會(請註明乙教講習費)

十四、性騷擾申訴管道——如於本講習會中遇性騷擾事件，請與本會(或承辦單位)聯絡。

①中華民國太極拳總會 電話：(02) 2778-3887 傳真：(02) 2778-3890 電子郵件：tccass@ms35.hinet.net

②承辦單位：社團法人新北市太極拳總會 電話：(02) 2242-2600 傳真：(02) 2242-5188

十五、為因應「嚴重特殊傳染性肺炎」疫情，自主防疫不可少；必要措施：依指揮中心公告為準。(講習期間若有發燒超過38度或有嚴重咳嗽者，請儘速就醫返家休息)。

中華民國太極拳總會

115 年度乙級教練講習會課程表

承辦單位：新北市太極拳總會 地點：板橋體育場(南門教室)

星期 日期	4 月 11 日 (六)	4 月 25 日 (六)	4 月 26 日 (日)
07:30~08:10	會場佈置 報到	學員報到	學員報到
08:00~09:50	開訓/本會沿革 教練的職責與修養	太極拳科學與理論 (全民版 37 式)	運動傷害與防護 運動醫學與營養
講師	陳理事長俊華	新北教練群	新北教練群
10:00~10:50	太極拳規則 (全民版 13 式)	戰略與戰術 (全民版 64 式)	技術指導 (全民版 54 式劍)
講師			
11:00~11:50			
講師	新北教練群	新北教練群	新北教練群
午餐		休息	
13:00~13:50	性別平等教育	技術指導 (全民版陳氏 38 式)	太極拳基本技術 (全民版 32 式刀)
講師	林宛臻 老師		
14:00~14:50	兒童及青少年運動訓練 注意事項		
講師	新北教練群	新北教練群	新北教練群
15:00~16:50	體能訓練 (推手運用)	技術指導 (全民版九九 42 式)	學科測驗 術科測驗 (綜合討論) 結訓
講師	新北教練群	新北教練群	理事長、教練群

中華民國太極拳總會 115 年度乙級教練講習會資料表

承辦單位：新北市太極拳總會 時間：4 月 11.25.26 日 地點：板橋體育場(南門教室)

所屬單位	編號：				
姓名	<input type="checkbox"/> 初訓 <input type="checkbox"/> 複訓				
身份證字號	生日		年 月 日		
最高學歷	性別		血型		
現任職務	專 長				
電 話	(O)	(H)	手機：		
地 址	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>		
師 承					
<p style="font-size: small;"> ※「現任職務」請務必填寫。「現任職務」和報名卡的「職務」不同，是指在職場工作擔任的職務，如公職、軍職、工、農、商、電腦資訊、教育學術、營建裝潢等。如已退休或現在主要從事太極拳有關業務，可填太極拳教練、助教、○協會理事、○支會秘書、太極拳志工。 </p> <p style="text-align: center; font-weight: bold;">太極拳活動經歷</p> <p> 可填寫：學拳之歷程、拳齡、所學過之套路、參加活動記錄、參加賽事與成績或擔任志工等個人之太極拳經歷。 </p>					

本表將成為各位學員之個人紀錄以存會備查，請工整、詳實填寫
(本報名資料，僅提供本會辦理本活動之使用)

115 乙教 相片、證照書 粘貼表

承辦單位：新北市太極拳總會

學員姓名：_____

初訓

複訓

編號：_____

- ①初訓需繳交①相片(1吋)共3張---報名表實貼1張。本表浮貼2張。②證件照 jpg 電子檔1份。
★2年內相片---(本會印製2段證書之用)。★《2年內證件照 jpg 電子檔》---(體總統一印製初訓證照之用)。
★將證件照電子檔需打上檔名--例：[張小美 B212345678] 並 E-mail 到本會信箱：t22422600@yahoo.com.tw
- ②複訓需繳交●相片(1吋)共3張---報名表實貼1張。本表浮貼2張。---(不需證件照電子檔，只需繳交相片一本會印製複訓證照之用)。

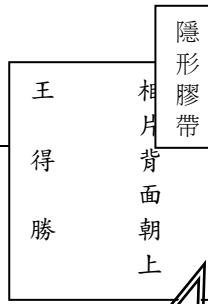
請參閱最後頁---證件照 JPG 電子檔 ◆ 規格 ◆

①身份證 或 護照 影本---【正反面】請(實貼)於此欄位。

[註：影本上註明：限本乙教講習使用]

- 相片、證照 影本粘貼時，可覆蓋在各欄位中的 [說明文]上。

每張相片請分開浮貼。
勿疊在一起，以免互相沾粘毀損。



②2段證書影本---(乙教初訓)需有2段以上資格。

初訓需申請2段者打V。

已有2段[含以上]證書者，附於本表後。

複訓打V不必附。

③丙 (或C) 裁證影本---(乙教初訓)需有丙 (或C) 裁以上資格 (不限時間)。

初訓 有丙 (或C) 裁證 (含) 以上影本 (實貼) 於此欄位。

複訓 ---不用貼。

④ ① 乙教初訓---丙 (或C) 教證 (需滿兩年) 影本 (以釘書機) 釘於此欄位。

② 乙教複訓---乙 (或B) 教證影本 (以釘書機) 釘於此欄位。

- ★本欄位證照[丙 (或C) 教證、乙 (或B) 教證]影本---承辦單位會拆下使用，故請用容易拆下方式浮貼。
- ★初訓證照【貌似健保卡】，其背面有【發照日期】，故要粘貼 (正反2面)，其餘證照只貼 (正面)

- 如有 [證照[書]補發申請書]、 [改名證件] 也請附於本表後

● **證件照 jpg 電子檔規格：**

以（**國民身分證相片規格**）為準---如下圖例 1. 圖例 2.

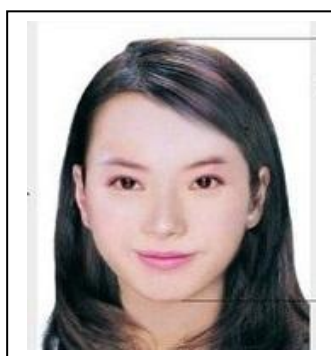
● **初訓學員**每人繳交最近**二年內證件照 jpg 電子檔 1 份**。

將電子檔 E-mail 到新北市太極拳總會信箱：t22422600@yahoo.com.tw
（體總統一印製【**初訓證照**—貌似**健保卡**】之用；**複訓者**，只需繳交相片）

圖例 1 --- 為了不會污損相片

相片**浮貼**方式 請參閱---上頁 [證明文件、相片] 粘貼表圖示

不知 [編號] 者，
先不用寫 [編號]



008 林芳芳 K234567899 → **證件照**電子檔名

圖例 2 錯誤照片 --- X 不合規格、○符合規格



- 須為 **彩色 白底**
- **頭像** 所佔面積須比**身體**大
- 不可戴帽
- X 不可頭髮 **遮** 眉、眼、耳朵
- 不可有 **特殊表情**（露齒 眯眼等）
- X 相片需 **清晰不模糊**