

105 年中華民國拳擊協會拳擊運動 B 級教練講習實施計畫

- 壹、宗旨：推展全民運動、增進國民身心健康，提倡拳擊運動風氣，提升本會拳擊運動教練人口。
- 貳、指導單位：教育部體育署、中華民國體育運動總會、中華民國奧林匹克委員會
- 參、主辦單位：雲林縣政府、中華民國拳擊協會
- 肆、協辦單位：雲林縣體育會、雲林縣西螺鎮廣興國小。
- 伍、承辦單位：雲林縣體育會拳擊委員會
- 陸、辦理時間及地點：
- 一、日期：105 年 8 月 13、14、15 日（星期六、日、一）計 3 天。
 - 二、地點：雲林縣西螺鎮廣興里 59-2 號（廣興教育農園）。
- 柒、辦理對象：
- 一、國高中體育老師、國中小教師。
 - 二、大專院校學生。
 - 三、對拳擊運動有興趣之社會人士。
 - 四、年滿 20 歲以上具 C 級教練證兩年以上。
- 捌、參加人數：40 人
- 玖、課程內容：
- （一）拳擊基本拳路步法、對練、套路實務
 - （二）拳擊教練專業素養
 - （三）拳擊運動科學訓練法
 - （四）拳擊史、拳擊有氧運動
 - （五）拳擊運動教練心理學
 - （六）2016 年最新拳擊規則
 - （七）拳擊運動專項體能與技術指導
 - （八）中華奧會模式及運動禁藥管制
 - （九）運動傷害常識與防護
- 拾、報名方式：一律網路報名 洽詢電話-手機 0935796569 詹教練。
- 拾壹、研習經費：每人 1500 元（含保險、講師費、印刷費、誤餐費、場地租用費、雜支等）。
- 如附件一：鈞請縣府及上級單位酌予經費補助不足部分自籌。
- 一、本會供應便當、文具、筆記簿、茶點。
 - 二、參加人員交通自理。
 - 三、全程參與之公務人員及工作人員，請准予公假方式辦理，並給予 24 小時研習時數證明。
- 拾貳、報名手續：1. 105 年 6 月 20 日前報名截止，逾期概不受理。
2. mail: allen.bajiman@gmail.com
- 拾參、研習課程：如課程表附件四
- 拾肆、單位配合情形：如附件二
- 拾伍、攝影：活動期間照相或錄影存查
- 拾陸、文宣：製作旗幟佈置宣傳，發布新聞稿
- 拾柒、本計畫函報中華民國體育運動總會核備後實施之，修正時亦同。

105 年中華民國拳擊協會拳擊運動 B 級教練講習課程表

日期	上課時間	講習科目	講師	備註	
第一天 八月十三日 (星期六)	08:00—08:30	學員報到(大廳)	行政組	中華拳擊協會 縣拳擊委員會	
	08:30—08:50 09:00—09:50	專業名詞(視聽教室)	徐冠永 詹慶雲	國家級教練	
	10:00—10:50 11:00—11:50	教練實務-品勢 套路 對練 (大廳)	詹慶雲 教練 魏俊淵 教練	國家級教練	
	12:00—13:30	午休時間(養精蓄銳)-----下午請著運動服裝			
	13:30—14:20 14:30—15:20	教練實務-步伐拳路及手靶訓練 (大廳)	詹慶雲 教練	國家級教練	
	15:30—16:20 16:30—17:20	拳擊與科學訓練效益 影片欣賞 (視聽教室)	徐冠永 教練 詹慶雲 教練	國家級教練	
	第二天 八月十四日 (星期日)	08:00—08:50 09:00—09:50	教練實務-拳擊專項技術訓練法 (拳館)	劉泰均 教練 詹健民 教練	國家級教練
		10:00—10:50 11:00—11:50	教練實務-拳擊專項對打 技術訓練與應用(拳館)	劉泰均 教練 詹健民 教練	國家級教練
12:00—13:30		午休時間(養精蓄銳)-----下午請著運動服裝			
13:30—14:20 14:30—15:20		教練實務-戰略戰術應用 如何指導拳擊手對打技術 (拳館)	劉泰均 教練 詹健民 教練	國家級教練 古坑國中教練	
15:30—16:20 16:30—17:20		教練實務-專項體能訓練與指導 (拳館)	詹慶雲 教練	國家級教練 雲科大拳擊社教練	
第三天 八月十五日 (星期一)		08:00—08:50 09:00—09:50	中華拳協始業式/教練專業素養 (視聽教室)	李理事長武男 徐進賢秘書長	國家級裁判教練
		10:00—10:50 11:00—11:50	2014 最新拳擊規則 (視聽教室)	楊照培 裁判長	中華民國 拳擊協會
		12:00—13:00	午休時間(養精蓄銳)-----下午請著運動服裝		
	13:00—13:50 14:00—14:50	奧林匹克模式 運動禁藥認知與防範 大合照(視聽教室)	彭劍勇 教授	中華奧會 前副秘書長	
	15:00—15:50	學科考試與座談-	徐冠永 教練	國家級 教練	

附件四

105 年中華民國拳擊協會拳擊運動 B 級教練講習報名表

單位		相片	
中文姓名			
英文姓名		E-MAIL	
身分證字號		編號	
出生月日		最高學歷	
電話		便當	<input type="radio"/> 葷 <input type="radio"/> 素
住址			

※ 另附兩張兩吋照片-可現場繳交。

附註：

本報名表請填妥後於 105 年 6 月 20 日前（星期五）前郵寄信箱----

E-MAIL：allen.bajiman@gmail.com

確認等待受理單位-回信

洽詢電話：0952210157 徐國際裁判冠永

聯絡電話：0935796569 詹老師

填表人簽名：