

非亞奧運體育團體

辦理各級教練裁判講習會

成果報告書

非亞奧運體育團體：中華民國泰國拳協會

講習會級別/性質：C級/教練

講習時間：111年11月6、12、13日

講習地點：於臺北市立大學天母校區鴻坦樓718教室

中華民國體育運動總會核備文號：

111年10月19日體總業字第1110002277號函

111年11月4日體總業字第1110002437號函

非亞奧運體育團體函送各級教練裁判講習會成果報告書應檢附資料如下：

- 一、■各級教練/裁判講習會成果報告表
- 二、■各級教練/裁判講習會考證結果報告表
- 三、■參加各級教練/裁判講習會學員名冊電子檔(EXCEL)
- 四、■未通過學員名冊
- 五、□各級教練/裁判證照證明文件(紙本)
- 六、■各級教練/裁判講習會簽到表影本(紙本)
- 七、■講習會滿意度調查統計表(紙本)
- 八、■講習會學員滿意度調查問卷(紙本)
- 九、■各級教練/裁判講習會-課程講義資料(紙本)
- 十、■各級教練/裁判講習會-光碟片乙只或電子檔 email 至承辦人信箱
(含上述一至六、九資料)

成果報告表

報名人數

共 55 人

男-43 人、女-12 人

實施概況

(簡述講習過程並附講習現場照片)

性別平等教育課程再次邀請到體育大學諮商輔導楊孟容老師協助學員建立以相處時自主，接觸時尊重的教育課程，強調人人生而自由平等；性別平等是國際法定人權，於 2015 年修訂的國際體育教育憲章明確體育教育對於促進性別平等、社會包容反歧視級可持續對話的重要作用。

泰拳運動術語及運動規則據以國際泰拳總會 AUGUST 30, 2020 翻譯版課程建立各項動作的中、英、泰術語，循序將應用環境由訓練場延伸至擂台，並涵蓋競賽場上判決和裁判等應用詞彙對照，提供學員以語言解釋規則，以規則引導訓練的專業。

運動情報蒐集與分析強調情報在訓練中的重要性與需求，提供蒐集與分析方式、判斷，以及整理、運用方式。

教練訓練學中運用運動能力評估與體適能訓練、運動與環境間的關係，引導到血氧飽和、負荷設定，並引導訓練生理學的柔軟度伸展與訓練方法提供運動處方，疾病、疲勞。

運動禁藥課程先以國際知名運動禁藥案例引導到禁藥管制體系與查詢方式，並提供運動團隊到運動員的規劃指南，說明我國目前禁藥檢測的流程與選手隊伍必須配合項目。

競賽技術與戰術從泰拳緣起說明泰拳特色、實戰技法，提醒常見的隱藏致命弱點。訓練

計畫擬定共以準備期、比賽初期、比賽成熟期及過渡期提供體適能、高強度能量訓練、戰略與戰術訓練，應用專項比賽的技巧給予持續維持體能訓練的方法。

運動沿革及其發展現況闡述台灣泰拳的發展緣起和現況，從兩岸交流到國際性競賽，由傳統武術和拳擊跆拳道等技擊運動所演變，讓具備濃厚文化色彩的傳統技藝在現代科學化的訓練方式中展現。

運動心理學對定義進行解釋以及研究領域範疇，影響運動表現的因素、動機、引用學者所講述需求層次、對於心理覺醒定義，意象訓練和壓力管理等逐項進行認知重建、放鬆訓練、注意力訓練等，舉例心理訓練計畫的範例和訓練實施流程。運動生理學講授運動訓練理論包含能量來源、熱身、無氧運動及有氧運動差異建議於後疫情下訓練時所作出防範，並以實例影片逐項進行說明。

運動傷害防護分析運動傷害形成原因、傷害分類、常見傷害產生原因、各種傷害處理優先和初步處理方式，運動傷害癒合時間等，並由實地指引學員傷害所發生情境和處置。

技術操作由具備職業拳場百場以上經驗的通力和阿蘭教練將活力帶回到課程中，讓學員回歸到最基礎的動作複習，在操作中運用意向引導動作進行方式，重新剖析在指導學員時所給予的指令和配合動作。









考證結果報告表

合格人數	共 52 人(含複訓)
	升等：男-41 人、女-11 人
	複訓：男- 人、女- 人

考證過程概況

(簡述考試委員資格/經歷、評分標準等)

考試委員：

蔡豐穗

- 國家代表隊教練
- 泰拳錦標賽審判委員
- B級泰拳教練
- 國際泰拳教練

廖宜辰

- 國家代表隊集訓教練
- B級泰拳教練
- 國際泰拳教練

何孟霖

- 國家代表隊教練
- 泰拳錦標賽裁判長
- B級泰拳教練
- 國際泰拳教練

王士豪

- 國家代表隊集訓教練
- B級泰拳教練
- 國際泰拳教練

評分標準：

學科測驗：規劃是非、選擇、連連看及申論題型總分 100 分。

術科測驗：由技術操作中歸納拳法、站姿與位移、腿法、膝法、肘法、防衛、纏抱及禮師舞等動作共 9 項目的「講、教、做」講解教學示範，總分 100 分。

學科及術科兩科加總後平均，及格為 70 分。