

成果報告表

主辦單位	中華民國泰國拳協會					
中華民國體育運動總會 備查文號	114 年 4 月 16 日體總業字第 1140000977 號					
講習會級別	C 級	講習會類別			教練	
講習會日期	114 年 5 月 3、4、10 日					
講習會地點	臺北市立大學天母校區鴻坦樓 B718 教室					
參加人數	男	40 人	女	17 人	合計	57 人
合格人數	男	38 人	女	17 人	合計	55 人
進修人數	男	15 人	女	1 人	合計	15 人
辦理內容摘要	<p style="text-align: center;">(例：師資、課程內容、辦理情形、測驗情形、評分標準等)</p> <p>運動心理學：研究在運動情境中人的行為和心理歷程的科學。運動情境包括競技運動、休閒或健身運動以及身體活動。研究領域包括參與運動的動機、人格與運動表現、注意力與運動表現、在運動中的自我效能、運動對心理的益處。</p> <p>性別平等教育：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。</p> <p>運動禁藥：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。</p> <p>兒童訓練安全與權利認知：以兒少權利認知、兒童訓練安全為主軸協助學員認識兒童權利公約及四大原則，並以宣導影片輔助課程。導入兒童四大基本權利，建立安全的兒童訓練環境。</p> <p>運動教練：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。</p> <p>運動員健康管理：提供教練在團隊訓練時能有效掌握選手身心健康和攝取營養情形，尤以為競賽前進行減重的選手在體重、健康和體力需要兼顧的情況</p>					

能逐步達到目標的管理方式。

運動防護與急救：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。

泰拳運動規則、泰拳運動術語以國際泰拳總會國際競賽規則與規範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。

運動團隊經營管理：以何謂運動團隊、理論依據、選手的特質、SWOT 分析、溝通、訓練績效、管理職能及領導能力為大綱，討論如何建立一個團隊，分析團隊能力規格、技術專業認知、解決問題與制定角色，分析挑戰核心引用 X 理論 Y 理論及 Z 理論。

體能測驗、評估及訓練：講授體能測驗意義及流程，目的、檢測項目及方法、活動程序、各項測驗所使用器材及規格並預防傷害，運動前健康篩檢評估、訓練原則、專業體能訓練方法，

訓練計畫擬定：現代的訓練理論是以一年作為一個訓練周期，並將一年分成幾個不同的階段，進行不同性質的活動。分為準備期、季節前期：令運動員的表現得到最大幅的進步。比賽期、競期：在比賽季節時達到最高水平。過渡期、季節後期：促進心理休息、鬆弛和進行生理調整，並保持一定的體適能水平。

運動疲勞及恢復：講授體能測驗意義及流程，目的、檢測項目及方法、活動程序、各項測驗所使用器材及規格並預防傷害，運動前健康篩檢評估、訓練原則、專業體能訓練方法。

運動情報蒐集及其分析：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。

運動生物力學：細以肌肉和神經搭配作用運用到泰拳技術原理並解說常見的技術誤區和改善方式。

學科測驗項目：筆試試卷，題型：是非題 40 分、選擇題 40 分、申論題 20 分。分數加總共 100 分。

術科測驗項目：實作操作，題型：基本技術:拳腿肘膝 25 分、基本持靶:拳腿組合 25 分、基本纏抱 25 分、口語表達 25 分。

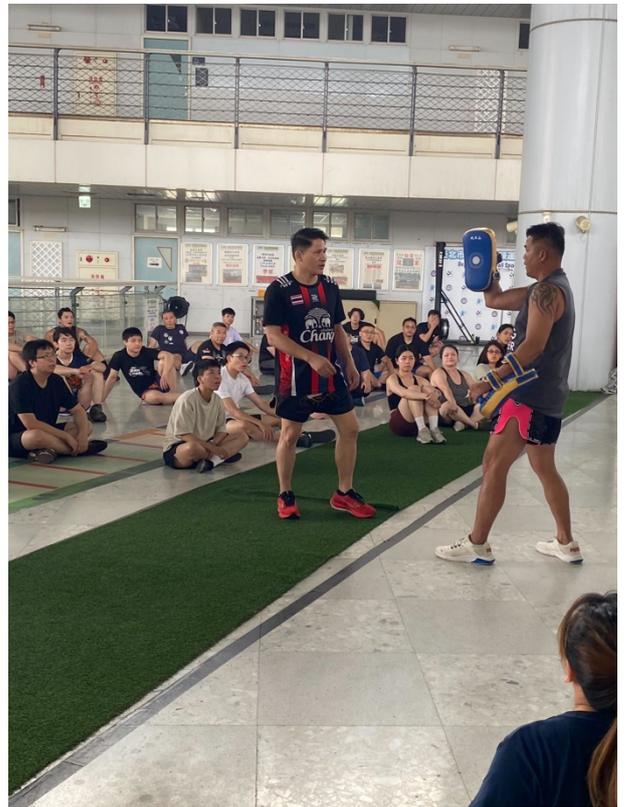
活動檢核

1. 未跨級或併班方式辦理。■是 □否
2. 經中華民國體育運動總會備查後辦理。■是 □否
3. 未有學員兼任講師乙職。■是 □否
4. 未有偽造講習會參加紀錄。■是 □否
5. 依規定辦理活動保險。■是 □否
6. 主辦單位辦理資格檢定或參加檢定人員未有其他徇私舞弊等不實情事。■是 □否

講習活動紀錄

活動照片





備註：如表格不足請自行增列。

課程表

日期 時間	113年5月3日	113年5月4日	113年5月10日
08:00 08:50	運動心理學 張恩煌	運動團隊經營管理 張恩煌、黃國洋	運動疲勞及恢復 張恩煌、黃國洋
09:00 09:50	性別平等教育 楊孟容	體能測驗、評估及訓練 1/2 張恩煌、黃國洋	運動情報蒐集及其分析 蔡豐穗、何孟霖
10:00 10:50	運動禁藥 黃緯宸	體能測驗、評估及訓練 2/2 張恩煌、黃國洋	運動生物力學 林德昭
11:00 11:50	兒童訓練安全與權利認知 余春盛	專項技術操作 1/4 Matapun Chaiwat、 Mosa Chatchai、廖宜辰	專項戰術演練 1/4 Matapun Chaiwat、 Mosa Chatchai、廖宜辰
12:00 12:50	午休	專項技術操作 2/4 Matapun Chaiwat、 Mosa Chatchai、廖宜辰	專項戰術演練 2/4 Matapun Chaiwat、 Mosa Chatchai、廖宜辰
13:00 13:50	運動教練學 林德昭	專項技術操作 3/4 Matapun Chaiwat、 Mosa Chatchai、廖宜辰	專項戰術演練 3/4 Matapun Chaiwat、 Mosa Chatchai、廖宜辰
14:00 14:50	運動員健康管理 陸士龍	專項技術操作 4/4 Matapun Chaiwat、 Mosa Chatchai、廖宜辰	專項戰術演練 4/4 Matapun Chaiwat、 Mosa Chatchai、廖宜辰
15:00 15:50	運動傷害防護與急救 陸士龍	泰拳運動術語(專業外語) 張恩煌、黃國洋	學科測驗 林綾繪、黃國洋
16:00 16:50	泰拳運動規則 張恩煌	訓練計畫擬定 張恩煌	術科測驗 邱文頊、李南暉、蔡豐穗 何孟霖、廖宜辰

學科、術科測驗成績表

學科測驗及評分方式：筆試試卷，題型：是非題 40 分、選擇題 40 分、申論題 20 分。分數加總共 100 分。

術科測驗及評分方式：實作操作，題型：基本技術:拳腿肘膝 25 分、基本持靶:拳腿組合 25 分、基本纏抱 25 分、口語表達 25 分。

編號	姓名	學科	術科	測驗結果
1	侯昇基	70	83	合格
2	曾郁豪	88	88.75	合格
3	江佳玲	92	85.75	合格
4	洪胤誠	92	86.5	合格
5	涂崇聖	0	0	不合格
6	胡榮燦	90	89.25	合格
7	謝明健	72	83.5	合格
8	黃偉誠	95	88	合格
9	廖弘仁	92	83.75	合格
10	李冠儒	92	86.75	合格
11	李明哲	92	85.5	合格
12	杜瑜瑄	92	84.25	合格
13	楊博欽	92	87.25	合格
14	陳憬禾	92	82.25	合格
15	劉柏均	88	85.5	合格
16	戴秀穎	92	80.5	合格

17	潘志柔	91	84.75	合格
18	鄭映晴	92	80.75	合格
19	Thakdanai Sookkamol	91	96.75	合格
20	劉承怡	92	89.75	合格
21	林妍築	91	82	合格
22	林洧丞	92	86.25	合格
23	林秉蒼	67	84.25	合格
24	牟代安	92	85.75	合格
25	王秋閔	92	86.25	合格
26	董安妮	95	82.25	合格
27	蔡弘斌	96	83.5	合格
28	許雅惠	70	81.75	合格
29	陳思穎	96	85.75	合格
30	黃潤祥	83	88.5	合格
31	鄭豫	92	84	合格
32	劉哲宇	91	86.75	合格
33	張立	72	90.5	合格
34	李亞森	92	87.25	合格
35	鍾彩尹	91	91.25	合格
36	趙禹柔	95	87.25	合格
37	吳瑛珠	75	82.5	合格

38	廖子逸	87	83.25	合格
39	林冠諭	92	80.5	合格
40	林怡芯	88	84.5	合格
41	林書維	91	82.75	合格
42	林聖凱	93	83.25	合格
43	楊欣焜	87	82.5	合格
44	盧俊羽	92	89.5	合格
45	蔣朝年	92	82.5	合格
46	詹惠茹	92	86.25	合格
47	謝棋安	96	83	合格
48	賴昱璇	87	86.75	合格
49	邱宇晨	96	82.5	合格
50	陳力維	92	84.25	合格
51	陳容萱	85	80.5	合格
52	黎宇鴻	92	89.5	合格
53	張景閔	0	0	不合格
54	林育鴻	90	84	合格
55	柯子平	66	81	合格
56	程映慈	92	85	合格
57	黃杜歲	96	87.25	合格

備註：主辦單位可視活動自行設計學科、術科測驗成績表格式。