

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	113 年 4 月 26 日體總業字第 1130001119 號 113 年 5 月 15 日體總業字第 1130001271 號					
講習會級別	C 級	講習會類別			教練	
講習會日期	113 年 5 月 18、25、26 日					
講習會地點	臺北市立大學天母校區鴻坦樓 B718 教室(臺北市士林區忠誠路二段 101 號)					
參加人數	男	27 人	女	12 人	合計	39 人
合格人數	男	27 人	女	12 人	合計	39 人
進修人數	男	10 人	女	0 人	合計	10 人
辦理內容摘要	(例：師資、課程內容、辦理情形、測驗情形、評分標準等) 課程內容辦理情形： 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。 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。 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。 兒少運動訓練注意事項：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。 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。					

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能逐步達到目標的管理方式。

運動選才學：藉由運動選才、訓練與參賽由選才作為運動訓練開始根據不同運動項目的特點和要求，應用現代科學的方法和手段，針對各項競技能力的構成要素，通過測試、評價與預測的過程，挑出先天和後天條件較為優異的運動人才，進行有計畫、有系統的培養，並且不斷監測其發展趨勢的一個動態過程。

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。

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。

運動教練訓練學：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。

專項技術操作、專項戰術演練：由具備職業拳場百場以上經驗的外籍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。

運動疲勞及恢復：

運動術語、泰拳運動規則：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。 學科測驗及評分方式：是非題 30%、選擇題 30%、簡答題 20%、申論題 20%。 術科測驗及評分方式：拳、腿法 30%、肘、膝法 30%、纏抱能力 20%、口語能力表達 20%。
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

中華民國泰國拳協會 113 年辦理泰拳 C 級教練講習會暨教練增能進修課程

講師名單

講師	課程名稱	任職單位
王羿方	運動禁藥	國立臺灣大學工學院、社會科學院畢業經歷 中華運動禁藥防制基金會(CTADA)教育推廣種子教師 中華運動禁藥防制基金會(CTADA)運動禁藥管制員 國際檢測機構(ITA)認證國際運動禁藥管制官 國際檢測機構(ITA)、加拿大 NADO(CCES) DCO 培訓 丹麥 Clearidium、(前)瑞典 IDTM iDCO
楊孟容	性別平等教育	國立體育大學學務處諮商輔導暨校友服務中心主任 國立體育大學體育研究所(運動心理組)博士候選人 台灣運動心理學會運動教練心理技能初級證書。 中華民國體育學會學生體適能指導員證。 臺灣體育運動管理學會運動設施經理人初級證照 教育部初級體適能指導員。 行政院體育委員會國民體能檢測員。 中國測驗學會生活彩虹探索量表施測證明。 性別人才資料庫師資

何孟霖	兒少運動訓練注意事項 體能測驗、評估及訓練 運動情報蒐集及其分析 運動疲勞及恢復 泰拳運動術語(專業外語) 泰拳運動規則	新北市泰國拳協會理事長 新北市體育總會泰國拳委員會主任委員 中華民國泰國拳協會理事 中華民國泰國拳協會選訓委員會委員 中華民國泰國拳協會申訴評議委員會委員 武術格鬥學院院長、教練 2016 亞洲沙灘運動會泰拳項目裁判 2019 IFMA 世界泰拳錦標賽裁判 2018 亞洲錦標賽裁判 2017 – 2018 東亞泰拳錦標賽裁判 2023 IFMA 世界青年泰拳錦標賽隊伍裁判 全國泰拳錦標賽副裁判長 世界泰拳理事會裁判研討會結業 國際泰拳總會裁判 (國家級 1/3) 國際泰拳總會教練 Khan 14, Master – KhruYai B 級教練 (CB109000598) C 級泰拳裁判 (106 華泰 C 裁字 017 號)
邱文碩	運動心理學 運動選才學 體能測驗、評估及訓練 運動團隊經營管理 運動防護與急救 運動疲勞及恢復	育達科技大學學務長、副教授 中華民國泰國拳協會副理事長 中華民國泰國拳協會教練委員會委員 中華民國泰國拳協會裁判委員會委員 IFMA 國際泰拳教練 Khan 15, Assistant Grandmaster B 級泰拳教練(CB109000606) 東亞泰拳錦標賽裁判 全國泰拳錦標賽審判委員

陸士龍	運動生物力學 運動教練、訓練學 運動員健康管理	中華全民運動健康管理協會創會理事長暨 總督導 中華武術散打搏擊協會監事主席 中華民國體育運動總會監事 台灣體育總會冰球協會會長 中華直排輪運動協會理事長 世界杯.亞洲杯健美美國手選拔賽裁判長/ 國 家健美代表隊領隊 國家級 A 級健美教練.裁判 亞洲健美聯盟 A 級國際裁判.國際級教練 合格認證 中華民國健美協會副理事長 中華民國舉重協會監事 行政院體委會運動人口倍增計劃發表會主 持人 2008 國際拳擊總會主席杯錦標賽執行顧問 暨大會儀典主持人 2009 第一屆兩岸海峽論壇體育組（中華台 北領隊） 中華民國泰國拳協會監事主席
林德昭	運動生物力學 運動教練、訓練學	中華中小學跆拳道聯合總會會長 中華民國跆拳道協會理事、監事 中華民國跆拳道協會教練委員會主席 台北市政府警察局訓練科技術教官 台北市政府警察局刑警大隊技術教官 台北市政府警察局少年警察隊技術教官 台南市政府警察局訓練科技術教官 臺灣體育運動大學技擊系兼任講師 私立萬能科技大學體育室兼任講師 私立台北海洋科技大學體育室兼任講師 臺灣警察專科學校兼任教官 學歷： 台北市立體育學院運動科學研究所畢業 專業證照： 韓國國技院跆拳道九段師聖 世界跆拳道聯盟國際裁判 中華民國國家級跆拳道教練、裁判 漢馬登跆拳道國際裁判

張恩煌	運動選才學 訓練計畫擬定 專項戰術演練	中華民國泰國拳協會理事長 中華武術散打搏擊協會理事長 協和拳館館長 IFMA 國際泰拳裁判 國家泰代表隊總領隊 IFMA 國際泰拳教練 Khan 15, Assistant Grandmaster
蔡豐穗	訓練計畫擬定 運動團隊經營管理 運動情報蒐集及其分析 泰拳運動術語(專業外語) 泰拳運動規則 專項戰術演練	臺北市體育總會泰拳協會理事長 台北市散打搏擊協會理事長 中華民國泰國拳協會秘書長 中華民國泰國拳協會教練委員會委員 中華民國泰國拳協會裁判委員會委員 中華民國泰國拳協會選訓委員會委員 中華民國泰國拳協會紀律委員會委員 中華民國泰國拳協會選務委員會委員 榕城散打搏擊示範武館館長、教練 泰拳國家代表隊總教練、教練 國際泰拳教練 全國泰拳錦標賽審判委員、裁判長、副裁判長 教練講習會講師 教練講習會講師 IFMA 國際泰拳教練 Khan 15, Assistant Grandmaster
MOSA CHATCHAI	專項技術操作 專項戰術演練	NGU Muay Thai Fitness 教練 IFMA 國際泰拳教練(IFMA Trainer of Muaythai Course Instructor Level) 戰績 350 戰 280 勝 60 負 10 平
SAMARNMITAMONTEP	專項技術操作 專項戰術演練	NGU Muay Thai Fitness 教練 8 歲開始職業泰拳手生涯 戰績 87 戰 58 勝 26 負 3 平 IFMA 國際泰拳教練(IFMA Trainer of Muaythai Course Instructor Level)
廖宜辰	專項技術操作	中華民國泰國拳協會國際事務專員 IFMA 國際泰拳教練 Khan 14, Master – KhruYai B 級泰拳教練(CB111000268)

黃國洋	專項戰術演練	中華民國泰國拳協會教練委員會委員 中華民國泰國拳協會運動禁藥委員會委員 中華民國泰國拳協會選訓委員會委員 中華民國泰國拳協會法式踢腿術委員會委員 國際競賽賽前集訓教練 B 級泰拳教練(CB111000263)
-----	--------	---

講習活動紀錄

活動照片







備註：如表格不足請自行增列。