

中華民國太極拳總會 111 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「111 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：行政院教育部體育署、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：臺北市體育總會太極拳協會

五、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，在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-- [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]。

六、講習日期及地點：

- 1、日期：民國 111 年 7 月 9、10、16 日，計三日(每日八小時，共計二十四小時)。
- 2、地點：台北市木新區民活動中心(台北市文山區木新路三段 310 巷 4 號 2 樓)。

七、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 | 8、運動傷害與防護 | 9、性別平等教育(性別意識與知能教育) |

八、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）。

九、證書與說明：

★無論（參加升等講習、換證或補證），本會原核發之 A、B、C 級證照，一律改核發為甲、乙、丙級。

★109 年起，[不論升等（即初訓）、換證（即複訓）、補證]，各級（甲、乙、丙級）教練/裁判證，統一由中華民國體育運動總會印製，再交由本會核發。

複訓證照背面 具備 2 種日期：①原始發照日期[即發證日期]②本證發照日期[即換證日期]。

初訓證照背面 只有 1 種日期：①原始發照日期 ②本證發照日期—填寫同一日期 [即發證日期]。

1. 參加本會乙級教練講習結訓經測驗合格者，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 1 份、結業證書 1 份。複訓者，則換發新證照（等級不變）1 份、複訓結業證書 1 份。
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[發證或換證日期]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[發證或換證日期]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)級練/裁判證, [滿3年]以上者、得以參加 甲級級教練/裁判 升等講習。
※初訓(即升等)證照自[發證日期起生效]

②複訓講習 [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新證照(等級不變), 得以展延或恢復有效期四年(※複訓證照自換證日期起生效)。

★證照失效者, 參加 [複訓講習] 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(即升等)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 [發證或換證日期起生效]。

5. 新證照經核發後, 舊證照即作廢不得再行使用。

6. 本證限本人使用, 不得轉借他人, 亦不得任意變造或偽造。

十、報名日期: 即日起至111年7月1日止。

十一、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. 填寫報名表、資料卡各一份。

(1)相片:

①報名表之相片欄 實貼1張 [也可列印]。

提出2段申請者[鑑定費2000元] 另在相片、證照書 粘貼表[浮貼]2張(1吋)—共3張。

②繳交最近2年內相片 jpg 電子檔1份 (體總統一製作證照之用: 初訓發證用、複訓換證用)

將電子檔 E-mail 到臺北市體育總會太極拳協會 信箱: lily_linh94@yahoo.com.tw

(2)證件:

初訓學員須附:

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【2年以上資格】影本,

③丙(或C)級【含】以上裁判證影本【不限時間】。

尚未取得丙裁證者可先參加講習, 再儘速補上丙裁講習。

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, 再同時申請段級鑑定。

複訓學員須附:

①身份證【正反面】或護照影本—[影本上註明: 限本B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: 可採親自報名或郵寄報名, 郵寄報名者請附上匯款收據。

匯款銀行: 合作金庫銀行景美分行

匯款帳號: 0460-765-147990

戶名: 金堅

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。

十二、報名地點:

臺北市體育總會太極拳協會 (臺北市文山區恆光街8-1號4樓)

電話: (02) 2938-6726 傳真: (02) 2938-6727

聯絡人: 林淑真 手機: 0918-353398 e-mail: lily_linh94@yahoo.com.tw

十三、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: 臺北市體育總會太極拳協會 電話: 02-29386726 傳真: 02-29386727

電子郵件: lily_linh94@yahoo.com.tw

十四、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: 進場量測體溫、酒精乾洗手、請配戴口罩上課(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 111 年乙級教練講習會課程表

承辦單位：臺北市體育總會太極拳協會

地點：台北市文山區木新路三段 310 巷 4 號 2 樓

日期 時間	7 月 9 日(六)	7 月 10 日(日)	7 月 16 日(六)
07:30-07:50	會場佈置 (秘書處)	報到	報到
08:00-08:50	報到	太極拳技術指導 (全民版 54 式太極劍)	運動醫學與營養 運動傷害與防護
8:50-09:00	開訓：金 堅 理事長		
09:00-09:50	教練的職責與修養		
講師	金 堅 理事長	蔡秀花 老師	洪美華 老師
10:00-11:50	運動科學與理論 (全民版九九 42 式)	戰略與戰術 (全民版 37 式太極拳)	體能訓練 (拳經拳論)
講師	黃宗興 老師	葉文寬 理事長	吳榮輝 老師
12:00-13:00	午餐 休息		
13:00-13:50	太極拳規則 (全民版 32 式刀)	體能訓練 (全民版 13 式太極拳)	性別平等教育
14:00-14:50			太極拳規則
講師	林詩仁 老師	李連春 老師	洪美華 老師
15:00-16:50	技術指導 (全民版陳氏 38 式)	太極拳基本技術 (全民版易簡太極拳)	學科、術科測驗 (綜合討論) 結訓
講師	徐家和 老師	黎玉東 老師	金理事長、教練群

中華民國太極拳總會 111 年度乙級教練講習會報名表

承辦單位：臺北市體育總會太極拳協會 時間：7月9、10、16日 地點：木新路三段310巷4號2樓

實貼 一寸 相片 一張	<input type="checkbox"/> 初訓		<input type="checkbox"/> 複訓		編號：				
	姓 名				性 別				
	生 日		年 月 日		最 高 學 歷				
	身份證字號				拳 齡				
電 話		(0) (H)		手機：					
地 址		郵遞區號： <table border="1" style="display: inline-table; width: 100px; height: 20px; vertical-align: middle;"> <tr> <td style="width: 30px;"></td> <td style="width: 30px;"></td> <td style="width: 30px;"></td> </tr> </table>							
所屬教練場				職務					
師 承									
推薦單位				負責人 (簽蓋章)					
備註		郵政劃撥影本黏貼處							

- 一、填表人(本人)同意所提之個人資料，僅作為本會辦理本活動使用。
- 二、本表、「資料表」及相片、證照書黏貼表請每人各填寫一份。
- 需繳交之相片、初訓證件照.jpg 電子檔-----請詳閱 相片、證照書黏貼表 上說明。
- 所有相片、證照影本，請黏貼在-----相片、證照書黏貼表 上。
- 三、學歷欄請填寫最高學歷一項即可。學員姓名必須以身份證為準，不得以法號、綽號等報名，不得以簡體、類似字、草字等書。如有改名、冠夫姓等，則需至戶政事務所申請證明文件。★具外國籍者須附護照等…有關證件影本。
- 四、「職務」和資料卡的「現任職務」不同，是指在所屬協、分、支會或教練場擔任的職務，如理事長、秘書長、總幹事、總教練、教練、助教、太極拳志工……。
- 五、報名費請於報名時繳交，或請匯款。
- 匯款銀行：合作金庫銀行景美分行 匯款帳號：0460-765-147990 戶名：金堅
- ※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)。
- ※匯票影本請黏貼於本表備註欄右側，如是親自繳款…等其它繳款方式也請註明於備註欄內。
- 六、乙教複訓學員需檢附：**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(小張證書)影本。
- 初訓學員需檢附：**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)級教練證影本(需滿兩年)。
- ③**丙(或C)級裁判證(含)以上影本[不限時間]。(無者可先報名參加講習，等取得丙級裁判証後再發給乙級教練証)。
- ④**二段證書(含)以上資格影本(無証者可先上課，需現場補申請2段資格)
- 上列影本，請繳交原尺寸大小，請勿放大或縮小
- 七、講習會學員，請穿著太極拳服裝(可穿著協、分、支會制式服裝)，以彰顯團隊精神。
- 八、聯絡人：林淑真：電話：02-29386726 傳真：02-29386727 手機：0918-353398
- 電子郵件：lily_linh94@yahoo.com.tw
- 九、三日餐盒：素 葷
- 十、請詳填術科考試拳架名稱：_____ (例：○○太極拳)

中華民國太極拳總會 111 年度乙級教練講習會資料表

承辦單位：臺北市體育總會太極拳協會 時間：7月9、10、16日 地點：木新路三段310巷4號2樓

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	<table border="1" style="display: inline-table; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 20px; height: 20px;"></td> <td style="width: 20px; height: 20px;"></td> <td style="width: 20px; height: 20px;"></td> <td style="width: 20px; height: 20px;"></td> <td style="width: 20px; height: 20px;"></td> <td style="width: 20px; height: 20px;"></td> </tr> </table>										
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 style="text-align: center;">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)

111 乙教 相片、證照書 粘貼表

承辦單位：臺北市體育總會太極拳協會

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 到臺北市體育總會太極拳協會 信箱：lily_linh94@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。

初訓 無丙 (或 C) 裁證---乙級教練証先保留，等取得丙級裁判証後再發給。請儘快補上 丙裁。

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○○○協會信箱：aaaaaa@ms○○.hinet.net
（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