

檔 號：CCE0000
保存年限：59

教育部體育署 函

地址：10489臺北市朱崙街20號
承辦人：洪如瑩
電話：02-87711848
傳真：02-27514523
電子信箱：iris@mail.sa.gov.tw電子
文
件

受文者：國立暨南國際大學

擬：公文交付系統同知

發文日期：中華民國105年9月20日
發文字號：臺教體署全(一)字第1050028801A號
速別：普通件
密等及解密條件或保密期限：
附件：如主旨(105D019729_105D2009412-01.pdf)約用張惠芬
助理員南寧溫靜芳潘蕭林展緯
秘書中心秘書組組長

主旨：檢送本署委託中華民國體育學會辦理「105年度國民體適能指導員精進教育研習會實施計畫」1份，請轉知所屬踴躍報名參加，請查照。

說明：

- 一、依據國民體適能指導員資格檢定辦法第9條規定辦理。
- 二、為協助領有本署核發之初、中級國民體適能指導員證者累積其專業能力點數，以利其展延證書期限及換發更高等級指導員證，依前述辦法舉辦旨揭研習會，全程參與者核發研習證書，並取得專業能力每小時0.5點。
- 三、惠請轉知所屬機關(構)、單項委員會、學校、飯店旅館、民間健身中心業者，請鼓勵具資格之會員、教練、同仁、學生及教師，或對體適能指導有興趣者參與研習，並於網站刊登報名資訊。
- 四、本研習訂於105年10月22日及10月23日分別假國立臺南大學及國立臺灣師範大學舉行，每場錄取人數為100名，研習會採網路報名方式，恕不接受現場報名及旁聽。
- 五、請於105年10月5日(星期三)前至下列網站進行網路報名





裝



訂

總

：（一）教育部體育署網站：<http://www.sa.gov.tw>之最新消息、（二）臺灣i運動資訊平臺：<http://isports.sa.gov.tw>之國民體適能、及（三）教育部體育署體適能網站：<http://www.fitness.org.tw>之最新消息。

六、如有疑問請逕洽中華民國體育學會，劉玉潔小姐，電話：
(02)7734-6876。

正本：各直轄市及縣市政府教育局(處)、各直轄市政府體育局處、各直轄市及縣市政府體育會、各公私立大專校院、全臺各運動中心、103-105年度檢測站設站單位（不含大專校院／運動中心）、體適能相關單位

副本：中華民國體育學會、本署全民運動組 2016-09-22 08:58:59

教育部體育署 105 年度國民體適能指導員精進教育 研習會實施計畫

壹、依據：教育部體育署105年9月20日臺教體署全(一)字第1050028801A號函。

貳、目的：透過體育專業的知能交流，及多元、新穎之健身活動資訊的注入，提供國民體適能指導員增能教育機會，藉以精進其專業知識與技能，裨益於國人健康運動活動之推展。

參、辦理單位：

一、主辦單位：教育部體育署

二、承辦單位：中華民國體育學會、國立臺灣師範大學、國立臺南大學

肆、培育內容：

一、強化國民體適能指導員之運動指引新觀念。

二、增進國民體適能指導員之運動指導能力。

三、加強國民體適能指導員之運動實務應用。

伍、辦理時間及地點：

一、臺南場次：

105 年 10 月 22 日（星期六）：假國立臺南大學舉行。

（臺南市中西區樹林街 2 段 33 號）

二、臺北場次：

105 年 10 月 23 日（星期日）：假國立臺灣師範大學舉行。

（臺北市大安區和平東路 1 段 162 號）

陸、參加對象：

具備教育部體育署核發「初級或中級國民體適能指導員」資格者優先錄取。

柒、報名日期：

即日起至 10 月 5 日（星期三）下午 5 時為止。

捌、報名方式：

本研習會一律採用網路報名方式，恕不接受現場報名，請逕至「教育部體育署體適能網站」(www.fitness.org.tw) 最新消息進行報名。

電 話：02-77346876。 聯 絡 人：劉玉潔小姐。

玖、錄取方式：

- 一、依報名先後順序錄取，各區錄取 100 名為原則。
- 二、錄取名單將於 105 年 10 月 12 日（星期三）下午 6 時前公佈，請逕至「教育部體育署體適能網站」查詢（www.fitness.org.tw）；未錄取者不再另行通知。

拾、附則：

- 一、本研習會報名及所有課程一律免費，並提供午膳、研習資料及保險；參加人員住宿、交通及相關費用請由原服務單位報支；自行開車學員，請依相關規定繳交停車費用。
- 二、報名經錄取後需全程參與，並於研習結束後核發證書，如無法配合者請勿報名參加。
- 三、錄取名單公佈後因故無法參與者，請於 105 年 10 月 19 日（星期三）前告知承辦單位（中華民國體育學會），以免資源浪費；不克出席未於行前告知者，主辦單位將列為未來錄取之參考。
- 四、各區研習均不接受現場報名，亦不得旁聽。
- 五、所有課程以理論與實務操作方式進行（靜態與動態），請配合課程需求，穿著合適運動裝備（運動服、乾淨運動鞋等），攜帶毛巾，並配戴學員證。
- 六、錄取學員經承辦單位遴選後，得受邀擔任研習課程講師，並提供相關指導經驗與學員交流。
- 七、報名資料係由教育部體育署委請中華民國體育學會蒐集整理，待研習事務結束後，中華民國體育學會將保留姓名、電話、身分證字號、地址及服務單位等相關資料建置專業人才資料庫並提交教育部體育署留存，其後有關活動通知將由教育部體育署授權委辦後再行使用您個人資料。

**教育部體育署 105 年度國民體適能指導員精進教育
研習會課程表—臺南場次**

時間	課程內容
8：00-8：20	報 到
8：20-10：10	以心率控制提昇心肺適能的應用 王順正教授
10：20-12：10	阻力訓練編排技法 俞齊親老師
12：10-13：30	午餐與休息
13：30-15：20	解開身體的結—基本徒手筋膜放鬆技巧 黃奕銘老師
15：30-17：20	ACSM 運動前健康篩查與運動處方指引新觀念 林嘉志教授
17：20~	賦歸

教育部體育署 105 年度國民體適能指導員精進教育 研習會課程表—臺北場次

時間	課程內容
8：00-8：20	報 到
8：20-10：10	ACSM 運動前健康篩查與運動處方指引新觀念 林嘉志教授
10：20-12：10	阻力訓練編排技法 俞齊親老師
12：10-13：30	午餐與休息
13：30-15：20	以心率控制提昇心肺適能的應用 王順正教授
15：30-17：20	解開身體的結—基本徒手筋膜放鬆技巧 黃奕銘老師
17：20~	賦歸