**中華民國游泳救生協會** ISO-9001(**附件一)**

**第237期丙級游泳教練講習會日程表（TC－237）**

**9月22日（星期四）**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **時 間** | **課 程 名 稱** | **課 程 內 容** | **講　　師** |
| 08:00-08:50 | **開訓典禮**  **國際游泳教師協會簡介** | 1.STA組織介紹 2.會務介紹 3.課程介紹 4.協會組織介紹 | 蔡前理事長 |
| 09:00-09:50 | **戰略與戰術** | 1.游泳教學策略2.教學大綱擬訂3.教學細目擬訂 | 林明衡講師 |
| 10:00-10:50 | **運動規則** | 游泳規則 | 林昌泉講師 |
| 11:00-11:50 | **運動營養學** | 運動與營養理論 | 林茂榮講師 |
| 12:00-13:00 | **午 餐**  （游泳教學影片欣賞） | | 教練團 |
| 13:00-13:50 | **成功游泳教師條件**  **肢體接觸規範** | 1.如何成為成功的游泳教師  2.教學肢體接觸規範 | 楊啟宏講師 |
| 14:00-14:50 | **運動傷害防護(急救概述)** | 運動傷害防護要領及處理 | 馮柏菁講師 |
| 15:00-15:50 | **運動科學理論**  **及游泳訓練** | 運動力學暨游泳基本訓練 | 黃大豐講師 |
| 16:00-17:50 | **筆 　 　試** | 1.學科考試 2.意見調查 | 郭乃文、楊更斌教練 |
| 18:00-20:00 | **運動基本技術** | 統合研習作業練習 | 教練團 |
| **9月23日（星期五）** | | | |
| 08:00-09:50 | **※基礎游泳教學**  **樂趣化教學法** | 1.上下泳池 2.水中行走蹲跳 3.韻律呼吸 4.水中張眼悶氣5.水母漂 6.水中站立  7.蹬牆漂浮 8.建立自信心9.水中遊戲教學法 | 黃錫家講師 |
| 10:00-10:50 | **※指導技術**  **～蝶泳教學法** | 1.蝶泳打腿動作教學2.蝶泳划手動作教學  3.蝶泳換氣動作教學 4.蝶泳統合訓練  5.岸上及水中練習 | 林昌泉講師 |
| 11:00-11:50 | **※指導技術**  **～捷泳教學法** | 1.捷泳打腿動作教學 2.捷泳划手動作教  3.捷泳換氣動作教學4.捷泳統合訓練  5.岸上及水中練習 | 杜美惠講師 |
| 12:00-13:00 | **午 餐 （**游泳教學影片欣賞） | | 教練團 |
| 13:00-13:50 | **※指導技術**  **～仰泳教學法** | 1.仰泳打腿動作教學2.仰泳划手動作教學  3.仰泳換氣動作教學 4.仰泳統合訓練  5.岸上及水中練習 | 傅武雄講師 |
| 14:00-14:50 | **※指導技術**  **～蛙泳教學法** | 1.蛙泳打腿動作教學 2.蛙泳划手動作  3.蛙泳換氣動作教學 4.蛙泳統合訓練  5.岸上及水中練習 | 蔡順耀講師 |
| 15:00-15:50 | **※水 試** | 水中四式游法測驗與錄影 | 杜順興、傅武雄教練 |
| 16:00-17:30 | **陸上試教** | 分組試教 | 考試委員 |
| 17:30-20:00 | **結訓** | 座談，意見溝通 | 理事長主持 |
| 附  註 | **1.報到前應準備泳裝、泳具以便上課時穿著。**  **2.教學研習作業，每位參加學員皆應撰寫，且最晚應於第二天研習會上午第一節課上課前時繳交，否則視為學科不及格。**  **3.每日07：50前準時報到 上課地點：a.台南市省躬國小（地址：台南市南 區灣裡路70號）b.台南市三華游泳池，（地址：台南市南區金華路一段129號，電話：0975-712379蔡麗華總教練）如有遲到或缺課者，暫不發證，補課後始發證。**  **4.『※』符號者為游泳池水中課程。**  **5.本日程表授課總時數共計為24小時。**  **6.本課程表如需變更時，得視情況適時調整。** | | |