教育部體育署111年度國民體適能指導員
精進研習課程實施計畫

壹、目的：

透過舉辦本精進研習會以提供國民體適能指導員增能之機會及管道，並藉運動健康促進及運動安全等專業知能之交流與學習，精進指導員之專業指導能力，以協助渠等進入各單位或據點指導民眾正確之運動方式，俾落實國人運動健康政策之辦理宗旨。預期達到下列目標：

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。

四、促進國民體適能指導員運動健康及運動安全指導新觀念。

貳、辦理單位：

一、主辦單位：教育部體育署

二、承辦單位：中華民國全國中小企業總會

三、執行單位：中華民國全國中小企業總會、中華民國體育學會

參、研習內容：(課程表如附件)

課程	時數	課程名稱
初級課程	8小時	**常見運動傷害之預防及改善策略**
中級課程	8小時	**運動健康促進與運動保健及安全**

肆、參與對象：

課程	對象
初級課程	具備教育部體育署核發「初級國民體適能指導員」資格者。
中級課程	具備教育部體育署核發「中級國民體適能指導員」資格者。

伍、辦理時間及地點：

梯次	課程	時間	地點
北	**初級課程**	111年11月06日（星期日）	國立臺灣師範大學（臺北市

梯次	課程	時間	地點
		08：30~17：30(8 小時)	大安區和平東路 1 段 162 號）
	中級課程	111 年 11 月 06 日（星期日） 08：30~17：30(8 小時)	國立臺灣師範大學（臺北市大安區和平東路 1 段 162 號）
中	初級課程	111 年 11 月 05 日（星期六） 08：30~17：30(8 小時)	國立臺灣體育運動大學（臺中市北區雙十路一段 16 號）
	中級課程	111 年 11 月 05 日（星期六） 08：30~17：30(8 小時)	國立臺灣體育運動大學（臺中市北區雙十路一段 16 號）
南	初級課程	111 年 11 月 12 日（星期六） 08：30~17：30(8 小時)	國立臺南大學（臺南市中西區樹林街二段 33 號）
	中級課程	111 年 11 月 12 日（星期六） 08：30~17：30(8 小時)	國立臺南大學（臺南市中西區樹林街二段 33 號）

陸、報名日期：

自 111 年 9 月 5 日（星期一）起至 111 年 10 月 5 日（星期三）止。

柒、報名方式：

本精進研習課程一律採用**網路報名方式**，恕不接受現場報名，請逕至「教育部體育署-i 運動資訊平台」進行報名（網址：https://isports.sa.gov.tw/Apps/PFI/Index.aspx）

捌、聯絡窗口：

中華民國體育學會

蔣安恬小姐 02-77496876、李宥達先生 02-77496878

玖、錄取方式：

一、符合參與對象資格者，每梯次錄取 80 名為原則(初級及中級課程合計)。

二、**錄取名單將於 111 年 10 月 11 日(星期一)公告於「教育部體育署-i 運動資訊平台」國民體適能指導員網頁之最新消息。**

拾、附則：

一、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、學員**全程參與精進研習課程者將核發研習證書，並以每小時 0.5 點計算證照效期展延之專業能力點數。**

三、正式參與名單公佈後因故無法參與者，請於 **111 年 10 月 26 日（星期三）中午 12 時**前告知承辦單位(中華民國體育學會)

四、精進研習課程均不接受現場報名，亦不得旁聽。

五、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、防疫措施與規定：

(一)課程期間全數參與人員均需全程配戴口罩，並配合體溫量測與酒精消毒等防疫措施。

(二)參與人員倘有發燒或疑似症狀者請返家休息；另處居家隔離或自主健康管理期間者應避免出席。

(三)另為因應疫情變化，爰將依活動舉辦當時中央流行疫情指揮中心所頒布之防疫相關規定辦理各項防疫事宜，並將視情況滾動式修正課程辦理方式，屆時敬請配合。

七、**報名資料係由教育部體育署委請執行單位蒐集整理，待研習事務結束後，執行單位將保留姓名、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。**

附件

教育部體育署111年度國民體適能指導員
精進研習課程表

分級 / 時間	課程內容	
	初級	中級
08：00-08：30	報　到	
08：30-12：30	常見運動傷害 之預防及改善策略-1 (4小時)	運動健康促進 與運動保健及安全-1 (4小時)
12：30-13：30	午餐與休息	
13：30-17：30	常見運動傷害 之預防及改善策略-2 (4小時)	運動健康促進 與運動保健及安全-2 (4小時)
17：30~	賦　歸	