

## 113 年度國立暨南國際大學 C 級定向越野教練講習會實施計畫

壹、依據：依據 113 年 6 月 4 日體總業字第 1130001412 號函辦理。

貳、目標：「定向越野」為世界運動會(World Games)主要競賽項目，並為 2025 年雙北世界壯年運動會競賽種類之一，本團隊自 112 年 5 月起承接教育部大學社會責任計畫「Walk Tall：戶外教育學習生態系統創新計畫」，在政府推動的各類活動方案，「一人一運動，一校一團隊」計畫中，為了推動學生具有正確戶外運動觀念與技巧，爰以定向越野運動為主題，藉由活動中自身體驗，提升體適能，強化戶外方向辨識技巧的重要性，加強學生對於戶外安全的重視，推展定向越野運動，培養戶外教育推廣專業人才，辦理各項推廣教育及體驗活動，帶動地方學習風氣。

參、指導單位：教育部體育署、中華民國體育運動總會

肆、主辦單位：中華民國定向越野協會

伍、委辦單位：教育部USR「Walk Tall：戶外教育學習生態系統創新計畫」、國立暨南國際大學通識教育中心體育組、水沙連學院地方創生與跨域治理碩士學位學程

陸、活動日期、地點、對象及人數：

一、第一階段：定向越野 C 級教練學科講習

(一) 日期：113 年 7 月 1 日至 7 月 2 日(共計 2 天)。

(二) 地點：國立暨南國際大學(南投縣埔里鎮大學路 1 號)。

(三) 實施對象及人數：年滿 20 歲，高中畢業，對定向越野運動有興趣之南投縣各級學校教師、國立暨南國際大學「Walk Tall：戶外教育學習生態系統創新計畫」之成員、社區夥伴及相關工作人員、本校運動績優生及運動代表隊學生、體育老師及運動教練，及學生社團幹部，總招收人數以每梯次 30 人為上限。

二、第二階段：定向越野 C 級教練術科操作

(一) 日期：113 年 8 月 3 日。

(二) 地點：國立暨南國際大學(南投縣埔里鎮大學路 1 號)。

三、課程內容：

(一) 第一階段：定向越野 C 級教練講習，計 16 小時。

(二) 第二階段：定向越野 C 級教練術科操作，計 8 小時。

四、報名費：國立暨南國際大學師生或教職員工 300 元，非國立暨南國際大

學師生或教職員工 2,000 元 (含教材費、講師費、保險費及檢定費)。

柒、報名辦法：

一、報名方式：採網路報名(表單連結：<https://reurl.cc/RqWvdx>)。

★需上傳資料：

(一) 2 吋證件照片一張(檔名姓名+身分證字號)。

(二) 最近一個月內核發之無違反前條規定之警察刑事紀錄證明 (良民證)。良民證請逕向各縣市政府警察局申請。

(三) 報名時間:即日起至 6 月 26 日(星期三)中午 12 時止。

二、繳費方式：7 月 1 日現場繳費。

捌、課程表如附件。

玖、附則

一、參加人員請穿著運動服裝及運動鞋。

二、研習期間交通、停車費及住宿事宜煩請自理。

三、課程全程參與完畢者，可參加 C 級教練檢定測驗，及格者且參與定向越野活動實習優良者，中華民國體育運動總會將核發 C 級定向越野教練證。

四、課程全程參與完畢者，核發研習(時數)證書。

五、活動期間辦理 300 萬元公共意外責任險，參加人員若有其他保險之需求，請自行處理。

壹拾、本實施計畫經中華民國定向越野協會報中華民國體育運動總會核備後實行，修正時亦同。

## 113 年度 C 級定向越野教練講習會課程表

日期	時 間	內 容	講 師	備註
7 月 1 日  (一)	07:45-08:00	學員報到		
	08:00-08:10	始業式		
	08:10-09:00	定向越野運動術語 (專業外語)	定向越野協會指派	
	09:10-10:00	定向越野運動規則	定向越野協會指派	
	10:10-12:00	運動防護與急救	定向越野協會指派	
	12:00-13:00	午膳		
	13:00-14:00	性別平等教育	定向越野協會指派	
	14:10-15:00	運動禁藥	禁藥防制基金會 派員-	
	15:10-16:00	運動生理學	定向越野協會指派	
	16:10-17:00	運動心理學	定向越野協會指派	
7 月 2 日  (二)	07:45-08:00	學員報到		
	08:00-09:00	運動教練、訓練學	定向越野協會指派	
	09:10-10:00	運動選才學	定向越野協會指派	
	10:10-11:00	訓練計畫擬定	定向越野協會指派	
	11:10-12:00	競賽策略的擬定與應用	定向越野協會指派	
	12:00-13:00	午膳		
	13:00-14:00	運動團隊經營管理	定向越野協會指派	
	14:10-15:00	運動情報蒐集及其分析	定向越野協會指派	
	15:10-16:00	運動疲勞及恢復	定向越野協會指派	
	16:10-17:00	兒少運動訓練注意事項	定向越野協會指派	
	17:00~	學科測驗	定向越野協會指派	
術科 8 月 3 日  (六)	07:45-08:00	學員報到		
	08:00-12:00	專項技術操作	定向越野協會指派	
	12:00-13:00	午膳		
	13:00-17:00	專項戰術演練	定向越野協會指派	
	17:00~	術科測驗	定向越野協會指派	

註：本課表如有調整以當日公告為主