中華民國擊劍協會108年度C級教練講習會

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | 日期  時間 | 12月21日  (星期六) |
|  | 07:20～07:30 | 報到 |
| 1 | 07:30～08:30 | 性別平等教育  講師：張佳穎 |
| 2 | 08:30～09:30 |
| 3 | 09:30:10:30 | 教練職責及素養  講師：黃子華 |
| 4 | 10:30～11:30 | 體能訓練  講師：黃子華 |
| 5 | 11:30:12:30 | 選手健康管理  講師：黃子華 |
|  | 12:30～13:00 | 午休用餐 |
| 6 | 13:00～14:00 | 擊劍運動技術  講師：  賴明助 |
| 7 | 14:00～15:00 |
| 8 | 15:00～16:00 |
| 9 | 16:00～17:00 | 情報蒐集與戰術分析  講師：  黃子華 |
| 10 | 17:00～18:00 |
| 11 | 18:00～19:00 | 擊劍指導技術  (實際操作)  講師：  賴明助(銳)  黃子華(軍) |
| 12 | 19:00～20:00 |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | 日期  時間 | 12月22日  (星期日) |
|  | 07:20～07:30 | 報到 |
| 1 | 07:30～08:30 | 教練倫理  講師：賴明助 |
| 2 | 08:30～09:30 | 運動禁藥  講師：曾玉華 |
| 3 | 09:30～10:30 | 擊劍規則  講師：賴明助 |
| 4 | 10:30～11:30 | 運動心理學  講師：賴明助 |
| 5 | 11:30～12:30 |
|  | 12:30～13:00 | 午休用餐 |
| 6 | 13:00～14:00 | 擊劍術語  講師：黃子華 |
| 7 | 14:00～15:00 | 擊劍指導技術  (實際操作)  講師：  黃子華(軍)  劉宗盛(鈍)  賴明助(銳) |
| 8 | 15:00～16:00 |
| 9 | 16:00～17:00 |
| 10 | 17:00～18:00 |
| 11 | 18:00～19:00 |
| 12 | 19:00～20:00 |
|  | 20:00～20:30 | 考試 |

課程若有調整，依實際上課情況為準