**中華民國擊劍協會110年度B級教練講習會 課程表**

附件二

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 日期  時間 | 9月3日 | 9月4日 | 9月5日 |
| 星期五 | 星期六 | 星期日 |
| 07:30~08:00 | 報到 | | |
| 08:00-09:00 | 運動禁藥 | 擊劍術語(法、英) | 運動傷害防護及急救 |
| 09:00-10:00 | 性別平等教育 | 擊劍運動技術及戰術 | 運動傷害防護及急救 |
| 10:00-11:00 | 運動員健康管理 | 擊劍運動技術及戰術 | 運動疲勞及恢復 |
| 11:00-12:00 | 訓練計畫擬定 | 擊劍運動技術及戰術 | 運動疲勞及恢復 |
| 12:00-13:00 | 中午休息 | | |
| 13:00-14:00 | 擊劍運動規則 | 教練職責及素養 | 擊劍指導技術 |
| 14:00-15:00 | 擊劍運動規則 | 教練倫理 | 擊劍指導技術 |
| 15:00-16:00 | 體能測驗、評估及訓練 | 運動選才學 | 擊劍指導技術 |
| 16:00-17:00 | 運動心理學 | 運動情報蒐集及其分析 | 擊劍指導技術 |
| 17:00-18:00 | 運動心理學 | 運動情報蒐集及其分析 | 擊劍指導技術 |
| 18:00-19:00 | 運動生理學 | 擊劍指導技術 | 擊劍指導技術 |
| 19:00-20:00 | 運動生理學 | 擊劍指導技術 | 考試 |