**中華民國擊劍協會113年度C級教練講習會課程表**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  日期 時間 | 5月3日 | 5月4日 | 5月5日 |
| 星期五 | 星期六 | 星期日 |
| 上課地點 | 高雄市立左營高中 | 高雄市立左營高中 | 高雄市立左營高中 |
| 08:45-09:00 | 報到 |
| 09:00-09:50 | 體能測驗、評估及訓練 | 兒童訓練安全與權力認知 | 專項技術操作銳劍 |
| 10:00-10:50 | 體能測驗、評估及訓練 | 運動傷害防護及急救 | 專項技術操作軍刀 |
| 11:00-11:50 | 運動禁藥 | 運動傷害防護及急救 | 專項技術操作鈍劍 |
| 12:00-13:00 | 午休 |
| 13:00-13:50 | 性別平等教育 | 擊劍運動沿革及其發展現況 | 戰術演練 |
| 14:00-14:50 | 運動生理學 | 擊劍運動沿革及其發展現況 | 戰術演練 |
| 15:00-15:50 | 運動生理學 | 擊劍運動規則 | 戰術演練 |
| 16:00-16:50 | 教練倫理與職責 | 擊劍運動規則 | 考試 |
| 17:00-17:50 | 教練倫理與職責 | 策略的擬定與應用（技術及戰術） | 考試 |
| 18:00-18:50 | 擊劍運動術語（專業外語） | 策略的擬定與應用（技術及戰術） |  |