

附件 1

## 教育部體育署 109 年度國民體適能指導員精進教育 研習會實施計畫

壹、依據：教育部體育署民國109年3月5日臺教體署秘（二）字第1090008011號函辦理。

貳、目的：透過體育專業的知能交流，及多元、新穎之健身活動資訊的注入，提供國民體適能指導員增能教育機會，藉以精進其專業知識與技能，裨益於國人健康運動活動之推展。

參、辦理單位：

- 一、主辦單位：教育部體育署
- 二、承辦單位：中華民國體育學會、國立臺南大學、國立臺灣師範大學、國立臺灣體育運動大學

肆、培育內容：

- 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。

伍、辦理時間及地點：

- 一、臺南場次：  
109年10月31日（星期六）；假國立臺南大學舉行。  
（臺南市中西區樹林街2段33號）
- 二、臺中場次：  
109年11月1日（星期日）；假國立臺灣體育運動大學舉行。  
（臺中市北區雙十路16號）
- 三、臺北場次：  
109年11月8日（星期日）；假國立臺灣師範大學舉行。  
（臺北市大安區和平東路1段162號）

陸、參加對象：

具備教育部體育署核發「初級或中級國民體適能指導員」資格者優先錄取。

柒、參加費用：

每人繳交研習費用新臺幣 800 元整（含自製鼓乙只、研習資料、午膳、保險等費用，不含住宿），並請配合主辦單位之通知，於期限內（10/6）繳交費用，逾期未繳者視同放棄錄取。

捌、報名日期：

109年9月10日至9月21日(星期一)下午6時為止。

玖、報名方式：

本研習會一律採用網路報名方式，恕不接受現場報名，請先逕至「教育部體育署體適能網站」(<https://www.fitness.org.tw/>)最新消息進行報名，如有任何報名相關問題，可逕行與本會聯絡人聯繫。

\* 電話：02-77496876、02-77496878。

\* 聯絡人：中華民國體育學會蔣安恬小姐、李宥達先生。

拾、錄取方式：

- 一、具備教育部體育署核發「初級或中級國民體適能指導員」資格者優先錄取。其餘將依報名先後順序錄取，各區錄取40名為原則。
- 二、錄取名單將於9月28日公告於「教育部體育署體適能網站」([www.fitness.org.tw](http://www.fitness.org.tw))，同時寄發繳費通知信，並請於10月6日24時前完成匯款，逾期未完成匯款者視同放棄錄取資格。
- 三、正式參與名單將於109年10月13日(星期二)下午6時前公佈，請逕至「教育部體育署體適能網站」查詢。

拾壹、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、學員需全程參與，並於研習結束後核發證書，如無法配合者請勿報名參加。
- 三、正式參與名單公佈後因故無法參與者，請於109年10月20日(星期二)中午12時前告知承辦單位(中華民國體育學會)，可全額退費；逾期告知與未報到者恕不退費。
- 四、各區研習均不接受現場報名，亦不得旁聽。
- 五、所有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、報名資料係由教育部體育署委請中華民國體育學會蒐集整理，待研習事務結束後，中華民國體育學會將保留姓名、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 2

教育部體育署 109 年度國民體適能指導員精進教育研習  
臺南、臺中暨臺北場次一研習會課程表

| 時間          | 課程內容  |
|-------------|---|
| 8：30-9：10   | 報 到   |
| 9：10-12：00  | 埃維族非洲鼓樂：擊鼓節奏與身體韻律的共鳴<br>美國芝加哥大學音樂博士【陳碧燕】            |
| 12：00-13：30 | 午餐與休息   |
| 13：30-17：20 | 鋼硬靈活：提升身體活動度與靈活性的操作技法<br>美國國家肌力與體能專家 NSCA-CSCS【俞齊親】 |
| 17：20~      | 賦 歸   |