

中華民國現代五項暨冬季兩項運動協會

114 年辦理教練資格檢定及管理實施計畫

本計畫經教育部體育署 113 年 12 月 20 日臺教授體字第 1130048389 號函備查

- 一、依據：「特定體育團體建立運動教練資格檢定及管理辦法」第十條辦理。
- 二、目的：中華民國現代五項暨冬季兩項運動協會（以下簡稱本會）為建立本會教練授證制度，精進教練培訓品質，並提升教練專業素養，以培育更多教練人才，特訂定本實施計畫（以下簡稱本計畫）。
- 三、本會辦理各級教練講習會參加資格，如附件一。
- 四、實施期程：自 114 年 1 月 1 日起至 114 年 12 月 31 日止。
- 五、實施方式：
 - （一）各場講習會、專業進修課程申請
本會應於各級教練講習會、專業進修課程舉辦前 30 日，依本計畫研擬各級教練講習會、專業進修課程場次之申辦計畫，並函報中華民國體育運動總會（以下簡稱中華體總）備查。
 - （二）各場講習會、專業進修課程結案
本會應於各級教練講習會、專業進修課程結束後 30 日內，檢附各級教練講習會、專業進修課程之成果報告書等相關資料，函報中華體總備查。
 - （三）辦理單位
各級教練講習會之學科及術科課程及測驗均應由本會辦理，惟 C 級及 B 級教練講習會得委託本會直轄市（縣市）現代五項暨冬季兩項委員會、中華民國大專院校體育總會、中華民國高級中等學校體育總會（以下簡稱受託團體）辦理，並得由受託團體向本會申請辦理。
 - （四）辦理場次
 1. C 級教練講習會 2 場
 2. B 級教練講習會 1 場
 3. A 級教練講習會 1 場
 4. 專業進修課程 3 場。
 5. 活動時間、地點及報名人數，如附件二、附件三。

(五) 講習會課程

各級教練講習會課程，應包括學科及術科，其課程科目、時數與通過標準，如附件四。

(六) 講習會時數

申請參加本會或受託團體辦理之各級教練講習會，經資格審查通過者，應於完成講習會學科及術科課程時數後，始得參加學科及術科測驗，其測驗方式與通過標準，如附件五，講習會應完成之時數如下：

1. C級教練：至少二十四小時。
2. B級教練：至少三十二小時。
3. A級教練：至少四十小時。
4. 參加各級教練講習會缺席達4小時（含）以上者，不得參加學科及術科測驗。

(七) 證照核發

前項人員修滿各該規定課程時數，學科及術科測驗均屬及格，且無「特定體育團體建立運動教練資格檢定及管理辦法」及本計畫規定不能取得教練資格者，由本會核發教練證。

六、申請人有下列情事之一者，不得申請教練資格之檢定：

- (一) 依「特定體育團體建立運動教練資格檢定及管理辦法」第四條所定終身不得申請教練資格之檢定。
- (二) 依「特定體育團體建立運動教練資格檢定及管理辦法」第四條之一所定於三年或該議決一年至四年期間不得申請教練資格之檢定。

七、申請參加各級教練講習會者，應填具報名表，並檢附下列文件、資料，並繳交費用，向本會提出申請：

- (一) 國民身分證、護照或其它身分證明文件。
- (二) 符合本計畫第三條參加資格規定之證明文件。
- (三) 最近一個月內（註1）核發之無違反本計畫第六條規定之警察刑事紀錄證明；具外國籍者，應檢附原護照國開具之行為良好證明文件；並以書面具結無違反本計畫第六條規定情事。

(四) 參加身分屬「原持有證照級別逾期未換發而失效者」，應檢附原持有證照級別之證明文件。

(五) 講習會、專業進修課程、證照補(換)發及成績複查之收費標準，如附件六。

註1:最近一個月內係指申請人提出申請之報名日期與其所附警察刑事紀錄證明之開立日期間距為一個月以內。

八、成績複查

(一) 對於學科及術科測驗結果有異議者，得於收到測驗結果次日起7日內向本會提出成績複查申請。

(二) 本會將於成績複查申請受理次日起7日內，將複查結果送達申請人。

九、教練證效期及展延

(一) 本會各級教練人數：(統計至113年10月15日止)

1. C級教練：232人。

2. B級教練：73人。

3. A級教練：27人。

(二) 教練證有效期間為四年；經參加專業進修課程累計達四十八小時，並每年至少六小時者，於效期屆滿三個月前至六個月內之期間，得向本會申請教練證效期之展延，每次展延期間為四年。

(三) 前項專業進修課程時數包括以下各類：

1. 本會辦理之各級講習會、專業進修課程時數。

2. 亞洲現代五項總會辦理之相關講習會時數。

3. 國際現代五項總會辦理之相關講習會時數。

4. 國際冬季兩項總會辦理之相關講習會時數。

5. 經本會認可其它體育團體辦理相關課程時數：

(1) 教育部體育署或各地方政府辦理之教練增能進修研習會等相關課程(如兒童訓練安全與權利認知等相關課程)。

(2) 其它特定體育團體辦理之教練增能進修研習會等相關課程(政策必修課程：性別平等教育、兒童訓練安全與權利認知、運動禁藥等相關課程)。

- (3) 國家運動訓練中心：教練增能進修研習會等相關課程。
- (4) 中華民國體育運動總會：教練增能進修研習會等相關課程。
- (5) 中華奧林匹克委員會：國際體育事務人才培訓營等相關課程。
- (6) 中華民國大專院校體育總會：教練增能進修研習會等相關課程。
- (7) 中華民國高級中等學校體育總會：教練增能進修研習會等相關課程。
- (8) e 等公務園學習平臺（認列課程表如附件七）。
- (9) 臺北 e 大（認列課程表如附件八）。

6. 持有本會核發各級教練證且於本會認可賽事擔任教練者，得依規定抵免專業進修課程時數，如附件九。

十、教練證補（換）發

- （一）持有教練證者，因故遺失、更名或毀損時，應填具申請表，向本會申請補（換）發。
- （二）教練證逾期未換發者，應準用本計畫第三條至第七條規定，再行參加原持有證照級別之教練講習會，並經學科及術科測驗及格者，始得辦理證照換發。

十一、國外教練證換證

- （一）未持有本會教練證且取得國外教練證者，得檢具相關證明文件資料，向本會提出申請，並經本會教練委員會審議通過者，予以換發為本會教練證，如附件十。
- （二）未持有本會教練證且取得國際現代五項總會(UIPM)、國際冬季兩項總會(IBU)教練證者，得檢具相關證明文件資料，向本會提出申請，並經本會教練委員會審議通過者，予以換發為本會教練證，如附件十一。
- （三）持有國外及國際教練證且換發為本會教練證者，若經國外或國際總會教練證核發單位判處停權或註銷時，本會得註銷該員教練證。

十二、其它事項

- (一) 持有教練證人員，有「特定體育團體建立運動教練資格檢定及管理辦法」第十三條所定情形者，由本會註銷其教練證，並函送中華體總備查。
- (二) 各級教練講習會之學科及術科相關資料及名冊，由本會妥善保存。
- (三) 本會將配合中華體總訪視相關作業。

十三、本計畫經本會教練委員會審議通過後，函報中華體總審查，經審查通過再報教育部備查後公告實施，修正時亦同。

中華民國現代五項暨冬季兩項運動協會
辦理各級教練講習會參加資格一覽表

編號	級別	參加資格
一	C級教練	高級中等以上學校畢業，受運動專業訓練，並熟悉運動之教育訓練及競賽規則。
二	B級教練	(一)取得中華民國現代五項暨冬季兩項運動協會C級教練證2年(註1)以上，具從事教練實務工作經驗。 (二)曾參加奧林匹克運動會、亞洲運動會、世界單項運動正式錦標賽之國家代表隊選手、亞洲單項運動正式錦標賽之國家代表隊選手。 (三)具有現代五項/冬季兩項之職業運動員身分。
三	A級教練	(一)取得中華民國現代五項暨冬季兩項運動協會B級教練證3年(註1)以上，具從事教練實務工作經驗。 (二)獲得二等一級以上國光體育獎章。

註1：自前一級別發證日期起計至講習會辦理日期前一天需符合規定之年限。

註2：申請各級教練資格檢定者，應於講習會辦理日期前一天年滿20歲以上，並具備表列各級教練講習會參加資格之一者。

附件二

中華民國現代五項暨冬季兩項運動協會辦理各級教練講習會時程表（暫定）

編號	級別	時間	地點	報名人數
1	A	8月	高雄	
2	B	2月	高雄	
3	C	2月	高雄	
4	C	待定	委託本會直轄市現代五項暨冬季兩項委員會辦理	
<p>本表僅為暫定時程表，實際時程請以經中華民國體育運動總會備查各場講習會實施計畫為主。</p>				

**中華民國現代五項暨冬季兩項運動協會
辦理教練專業進修課程時程表（暫定）**

編號	時間	地點	報名人數
1	2 月	高雄	
2	2 月	高雄	
3	8 月	高雄	
4	待定	委託本會直轄市現代五項 暨冬季兩項委員會辦理	

本表僅為暫定時程表，實際時程請以經中華民國體育運動總會備查各場專業進修課程實施計畫為主。

中華民國現代五項暨冬季兩項運動協會
辦理各級教練講習會課程時數配當表

課程科目		C 級教練	B 級教練	A 級教練		
學科	基礎學科	運動禁藥	2	2	2	
		性別平等教育	2	2	2	
		兒童訓練安全與權利認知	2	2	2	
		奧會模式			2	
		小計	6	6	8	
	運動科學	運動心理學	2	2	2	
		運動生理學		2		
		運動生物力學				
		小計	2	4	2	
	運動訓練	運動教練學			2	
		體能測驗、評估及訓練	2	2	2	
		訓練計畫擬定		2	2	
		小計	2	4	6	
	運動管理	運動團隊經營管理		2	2	
		運動情報蒐集及其分析	2		2	
		小計	2	2	4	
	運動醫學	運動傷害防護及急救	2	2		
		運動員健康管理			2	
		運動營養學			2	
		運動疲勞及恢復		2	2	
		小計	2	4	6	
	專項課程	現代五項運動沿革及其發展現況	1			
		現代五項運動術語	1	2	2	
		現代五項運動規則	1	2	2	
		小計	3	4	4	
	合計		17	24	30	
	術科	專項課程	技術操作	4	4	6
			戰術演練	3	4	4
合計		7	8	10		
總計		24	32	40		

中華民國現代五項暨冬季兩項運動協會
辦理各級教練講習會學科及術科測驗方式

類別	C 級教練	B 級教練	A 級教練
學科 測驗項目	學科 綜合測驗卷 (滿分 100 分)	學科 綜合測驗卷 (滿分 100 分)	學科 綜合測驗卷 (滿分 100 分)
術科 測驗項目	游泳 跑步 射擊 擊劍 障礙賽 實作教學 每項目滿分 20 分 (總分 100 分)	游泳 跑步 射擊 擊劍 障礙賽 實作教學 每項目滿分 20 分 (總分 100 分)	游泳 跑步 射擊 擊劍 障礙賽 實作教學 每項目滿分 20 分 (總分 100 分)
講習會 通過標準	70 學科、術科兩項 總和平均	80 學科、術科兩項 總和平均	85 學科、術科兩項 總和平均

中華民國現代五項暨冬季兩項運動協會辦理各項業務收費標準

項目	費用
A 級教練講習會	新臺幣 3000 元整
B 級教練講習會	新臺幣 2500 元整
C 級教練講習會	新臺幣 2000 元整
專業進修課程	新臺幣 1500 元整
補（換）發證照	新臺幣 1000 元整
成績複查	新臺幣 500 元整

中華民國現代五項暨冬季兩項運動協會
認列 e 等公務園學習平臺課程一覽表

編號	課程名稱	課程講師	平臺認證時數
1	教練學苑數位學習課程-運動生物力學	相子元	1
2	教練學苑數位課程 性別平等教育	許瓊云	2
3	教練學苑數位課程 運動疲勞及恢復	曾暉晉	1
4	教練學苑數位課程 從杭州亞運看運動員健康 管理	林頌凱	1
5	教練學苑數位課程 以運動生理建構運動科 學知識基礎	林嘉志	1
6	教練學苑數位課程 運動賽會	張智涵	1
7	教練學苑數位課程 運動法概論	李志峰	1
8	教練學苑數位課程 教練心理學總論	高三福	1
9	專任運動教練領導統御	湯慧娟	1
10	專任運動教練線上課程 愛要怎麼表達?	蕭嘉惠	1
11	專任運動教練線上課程 數位性暴力	魏慧美	2
12	專任運動教練線上課程 運動與人權-性別與 運動參與	陳昱文	2
13	教育部體育署專任運動教練線上課程 運動 心理秘笈	彭涵妮	3
14	教育部體育署專任運動教練線上課程 數位 網路性別暴力防治	韓昊雲	1
15	教育部體育署專任運動教練線上課程 數位 性暴力認識與協助	陳子玲	1
16	教育部體育署專任運動教練線上課程 校園 霸凌防治	廖書雯	1
17	教育部體育署專任運動教練線上課程 幼兒 體適能運動	麥劉湘	1
18	教育部體育署專任運動教練線上課程 運動 醫學快速上手	劉又銓 吳易澄	4
19	教育部體育署專任運動教練線上課程 行政 溝通	林志政	2
20	教育部體育署專任運動教練線上課程 法律 義務與責任	林佳和	3
21	教育部體育署專任運動教練線上課程 教練 領導統御	高三福	3

22	教育部體育署專任運動教練線上課程 訓練計畫撰寫	楊政盛	2
23	教育部體育署專任運動教練線上課程 性別友善由我做起	魏素鄉 蕭嘉惠	3
24	教育部體育署專任運動教練線上課程 相關法規說明	曾瑞成	3
25	【身心障礙選手生涯輔導課程】S11 情緒調節	曲智鑛	1
26	【身心障礙選手生涯輔導課程】S12 情緒調節進階-壓力調節策略	曲智鑛	1
27	體育署身心障礙運動課程-融合式運動實務	仲志遠	2
28	體育署身心障礙運動課程-肌力體能訓練指導實務	林韻茹等人	2
29	體育署身心障礙運動課程-感官障礙者運動指導實務	詹聖偉等人	2
30	體育署身心障礙運動課程-運動禁藥管制教育課程	陳伯儀	2
31	體育署身心障礙運動課程-國際特奧運動發展及競賽介紹	張羽柔	2
32	體育署身心障礙運動課程-國際聽障運動發展及競賽介紹	張震宇	2
33	體育署身心障礙運動課程-國際帕拉運動發展及競賽介紹	穆閩珠等人	2
34	體育署身心障礙運動課程-重度、多重障礙、身體病弱者運動指導觀念概述	朱彥穎	2
35	體育署身心障礙運動課程-情緒行為困難與泛自閉症者運動指導觀念概述	潘倩玉	2
35	體育署身心障礙運動課程-身心障礙運動權益保障及倡議工作指引(含歧視/微歧視)	姜義村	2
37	體育署身心障礙運動課程-特奧的融合式運動介紹	仲志遠	2
38	體育署身心障礙運動課程-身心障礙者運動正向行為支持與行為管理	洪儷瑜	2
39	體育署身心障礙運動課程-身心障礙運動指導觀念概述-醫學篇	鄭舜平	2
40	體育署身心障礙運動課程-身心障礙運動概念與指導技巧	詹元碩	2
41	淺談運動傷害-微系列	吳其穎	1
42	AI與運動科技	吳誠文	1
43	突破厭女：你我可以做什麼	王曉丹	2
44	[性平教育]性別平等教育法令與政策	呂明蓁	1

45	[性平教育]性別平等課程教學實例解析	薛婷芳	1
46	性別平等與媒體素養	方念萱	2
47	兩公約兒童權利課程：人權搜查客II	林真美	1
48	兩公約兒少保護課程：人權搜查客II	瑩真律師	1
49	兒童班級經營	陳湘羚	1
50	兒童及少年保護辨識、通報暨輔導知能研習	林月琴	1
51	幼兒學習評量指標暨評分指引介紹 覺知辨識（上）	陳姿蘭	1
52	兒童遊戲場安全規範（上）	王俊傑	2
53	兒童遊戲場安全規範（下）	王俊傑	2
54	從聯合國《兒童權利公約》探討兒童及青少年人權	葉大華	1
55	兒童權利公約與案例分享	黃翠紋	1
56	消除一切形式種族歧視國際公約（ICERD）第1條至第7條逐條釋義（上）	廖福特等人	2
57	消除一切形式種族歧視國際公約（ICERD）第1條至第7條逐條釋義（下）	胡博硯	2
58	教練學苑數位課程_性別教育議題	林佳瑩	1
59	教練學苑數位課程_113年性別平等教育	楊孟容	1
60	教練學苑數位課程_精英運動員法律課程	賴建安	1
61	教練學苑數位課程_緊急應變救護計畫	黃昱倫	1
62	教練學苑數位課程_運動行銷學-以2025雙北世壯運為例	林怡秀	1
63	教練學苑數位課程_週期化訓練	陳俊儒	1
64	教練學苑數位課程_下肢動態肌力檢測概論CMJ篇	王令儀	1
65	教練學苑數位課程_運動科技之應用	陳韋翰	1
66	教練學苑數位課程_運動能量學	李淑玲	1

註：本表僅供參考，請自行調整內容。

中華民國現代五項暨冬季兩項運動協會認列臺北 e 大課程一覽表

編號	課程名稱	課程講師	平臺認證時數
1	[性別平等]運動與性別議題－運動最美	胡天玫	3
2	國際性運動賽事之經營與管理	陳鴻雁	1
3	2025 雙北世界壯年運動會介紹及賽事籌辦 規劃	張勝傑	1

註：本表僅供參考，請自行調整內容。

中華民國現代五項暨冬季兩項運動協會
認列賽會帶隊抵免專業進修課程時數一覽表

類型	賽事名稱	抵免時數
國際賽事	2025 年第 9 屆哈爾濱亞洲冬季運動會	6
	2025 年現代五項亞洲錦標賽	4
	2025 年現代五項青年世界錦標賽	5
	2025 年 U17 現代五項世界錦標賽	5
	2025 年 U19 現代五項世界錦標賽	5
	Korean Summer Cup	4
	2025 年 IBU JUR CUP(青年世界盃)	5
國內賽事	2025 年現代五項國際賽事選拔賽	2
	114 年全國理事長盃現代五項跑步射擊錦標賽	2
	114 年(113 學年度)第 47 屆全國中正盃暨中等學校現代五項運動錦標賽	2
	冬季兩項全國城市盃台北站	2
	114 年全國城市盃現代五項跑步射擊錦標賽	2
	冬季兩項全國城市盃新北站	2
	冬季兩項全國城市盃桃園站	2
	114 年第 18 屆全國中正盃冬季兩項(直排輪射擊)錦標賽	2
	冬季兩項全國城市盃台中站	2
	冬季兩項全國城市盃台南站	2
	114 年全國協會盃現代五項運動錦標賽	2
	冬季兩項全國城市盃高雄站	2
說明	依據「亞奧運特定體育團體認列賽會帶隊(執法)抵免專業進修課程時數原則性指引」，每人抵免時數上限為每年至多 6 小時、4 年至多 24 小時。	

註：本表僅供參考，請自行調整內容。

附件十

中華民國現代五項暨冬季兩項運動協會辦理國外教練證換證對照表

國外教練證級別	本會教練證級別
一級	C 級
二級	B 級
三級	A 級

附件十一

中華民國現代五項暨冬季兩項運動協會辦理國際教練證換證對照表

國際教練證級別	本會教練證級別
一級	B 級
二級	A 級
三級	國家級