

收發日期	102年9月16
檔號	030324
存	
保存	

中華民國體育學會 函

會址：116 臺北市汀州路4段88號

電話：02-29345380 02-89317287

傳真：02-89317285

受文者：教育部體育署

發文日期：中華民國102年9月4日

發文字號：體學會瑞字第10200089號

速別：普通

密等及解密條件：

附件：隨文

主旨：檢陳本會辦理 鈞署「102年度國民體能指導員精進教育研習會實施計畫，

敬請函轉各直轄市政府教育局、各縣（市）政府、國教署、公（私）立大專校院及各縣（市）體育會，鼓勵所屬合格初級及中級國民體能指導員踴躍報名參加，請 鑒核。

說明：

- 一、依據 鈞署102年8月29日臺教體署全（一）字第1020025334號函辦理。
- 二、本次研習會內容特針對合格初級及中級「國民體能指導員」所規劃之進修課程，敬請鼓勵所屬人員踴躍報名參與。
- 三、初級及中級「國民體能指導員」之定義：前行政院體育委員會所辦理之檢定考試合格者。
- 四、請逕至 鈞部體適能網站 (www.fitness.org.tw) 最新消息處詳閱實施計畫及下載報名表；填妥後以 E-mail 方式寄至學會彙整以完成報名手續 (jjliu415@gmail.com)。
- 五、隨函檢陳實施計畫及課程表（附件1-2）。
- 六、如有相關問題，請與中華民國體育學會劉玉潔小姐聯絡。
（電話：02-77346876）。

正本：教育部體育署。

副本：



程 瑞 福

教育部體育署 總收文



1020027346

文
A

附件 1

教育部體育署 102 年度國民體能指導員精進教育 研習會實施計畫

壹、依 據：民國 102 年 8 月 29 日臺教體署全（一）字第 1020025334 號函辦理。

貳、目 的：透過體育專業知能的交流，及多元、新穎之健身活動資訊的注入，提供國民體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、國立臺灣師範大學。
- 三、協辦單位：臺北市政府教育局、新北市政府教育局、臺中市政府教育局、臺南市政府教育局、高雄市政府教育局、各縣（市）政府、公（私）立大專校院。

肆、培育內容：

- 一、強化國民體能指導員之理論基礎與實務操作。
- 二、增進國民體能指導員之規劃與開立運動計畫能力。
- 三、加強國民體能指導員之溝通與互動。

伍、辦理時間及地點：

- 一、時間：民國 102 年 11 月 2 日（星期六）8 時至 17 時 20 分
- 二、地點：國立臺灣師範大學「校本部體育館」（臺北市和平東路 1 段 162 號）

陸、參加對象：

- 一、具備「初級國民體能指導員」資格者（前行政院體育委員會核發）。
- 二、具備「中級國民體能指導員」資格者（前行政院體育委員會核發）。

柒、報名日期：

自即日起至 102 年 10 月 10 日（星期四）為止。

捌、報名方式：

本研習會一律採網路報名方式，恕不接受現場報名，請於 102 年 10 月

附件 2

教育部體育署 102 年度國民體能指導員精進教育 研習會課程表

時間	課程內容	
8：00-8：50	報 到	
8：50-9：00	課程說明	
9：00-9：30	專業經驗交流	
9：40-10：30	不老神話的運動實踐（營養、運動、醫學）	
10：40-11：30	銀髮族的體適能指導	
11：40-12：00	意見交流	
12：00-13：30	午餐與休息	
13：30-14：20	銀髮族的運動計畫設計 互動式教學 I	銀髮族的運動計畫設計 互動式教學 I
14：30-15：20	銀髮族的運動計畫設計 互動式教學 II	銀髮族的運動計畫設計 互動式教學 II
15：30-16：20	徒手肌力健身操－運動阿鈣	
16：30-17：20	綜合討論與結業	