

中華民國手球協會 113 年度 C 級裁判檢定暨研習會實施計畫

本計畫經教育部體育署 113 年 3 月 8 日臺教授體字第 1130009243 號函備查辦理。

本計畫經中華民國體育運動總會 113 年 3 月 28 日體總業字第 1130000823 號函備查辦理。

- 一、依據：「特定體育團體建立運動教練(裁判)資格檢定及管理辦法」第九條辦理。
- 二、目的：提升運動教練、裁判水平，增進運動教練、裁判專業素養及技術水平，鼓勵運動教練、裁判依照自身專業成長之需求，參加專業進修課程，持續精進自我。
- 三、指導單位：教育部體育署、桃園市政府體育局、桃園市政府教育局、中華民國體育運動總會。
- 四、主辦單位：中華民國手球協會
- 五、承辦單位：桃園市手球委員會。
- 六、協辦學校：桃園市立南崁高級中學
- 七、活動時間：113年4月24日(三)至26日(五)，每天 8 小時研習課程，共計 3 天。
- 八、活動地點：桃園市立南崁高級中學 (33850桃園市蘆竹區仁愛路二段1號)
- 九、課程內容：如附件一。
- 十、授課講師資料：如附件二。
- 十一、參加對象及資格：(參加研習者符合第 1-3 項其一即可)
 1. 參加檢定者：須年滿 18 歲以上，高級中等以上學校畢業，對手球運動熱愛興趣人員。
 2. 已取得本會 A、B、C 級之有效之教練或裁判證者。
 3. 各縣市手球委員會行政人員、教練、球員或相關人員。
- 十二、報名資訊：
 - (一)報名時間：即日起至113年4月8日(星期一)下午 17 時止或額滿為止。
 - (二)報名方式：採網路報名(<https://forms.gle/GNQ5E7b756TwyacD9>)，請務必填寫報名資訊並上傳相關電子檔，即完成報名程序，本活動不接受現場報名。
 - (三)報名人數：以 30 人為上限，依線上報名優先順序為準，人數未達 15 人不開班。
 - (四)報名費用：新臺幣 3,300 元整。
 - (五)繳費資訊：於活動報到當日現場繳交。
 - (六)請在報名期限前完成報名手續，俾便製作研習參加名冊及辦理公假事宜。
 - (七)與會人員請檢附距講習會開始日前一個月內核發之無違反下列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於講習會報到當日繳交。
 - (八)退費標準：
 1. 經報名錄取後，未在申請期限內提出申請，一律收取報名費。
 2. 因故無法出席，請於113年4月17日下午17時前向本會申請取消報名。

3. 活動前 6 天 (含) 至活動日 (含以後), 恕不接受任何理由退費。
4. 如遇颱風、地震等不可抗力之情事:
 - (1) 若活動地點之縣市已公告活動當日停止上班上課, 本活動取消辦理, 主辦單位應全額退費。
 - (2) 若活動地點之縣市並無公告活動當日停止上班上課, 本活動照常辦理, 恕不退費。

十三、錄取結果：113年4月12日(星期五)中午 12 時前公布於中華民國手球協會網站(<https://handball.tw/>), 並以電子郵件通知錄取人員。

十四、頒發證書：

- (一) 全程參與 3 日研習課程者, 頒發 24 小時研習時數證明 1 份。
- (二) 無全程參與者, 不予核發研習時數證明。

十五、及格標準：

- (一) 本研習共 24 節, 須全程參與, 如因事請假, 以 4 節為限, 無故缺課者或請假超過規定 4 節時數, 喪失參加檢定晉級資格。
- (二) 經參加本次裁判研習課程, 並通過下列各項檢測者由本會核發裁判證:
 - (1) 筆試成績：通過 70 (含) 分以上者。
 - (2) 體能測驗：通過 70 (含) 分以上者 (詳見附件三合格者。)

十六、成績複查：參加檢定人員, 其筆試及體能測驗成績通過者名單, 於 113 年 4 月 30 日(星期二) 17 點前公佈於本會網站; 未通過者, 得於 5 月 3 日(星期五) 17 點前, 向本會裁判規則委員會提出成績複查, 複查費用新臺幣 300 元整, 請於提出申請時一併繳交。

十七、發證方式：凡參加檢定測驗及格者, 由中華民國手球協會陳報中華民國體育運動總會核備, 核發裁判證, 檢定經測驗通過後, 由中華民國手球協會網站通告, 並通知合格人員領取裁判證。

十八、裁判進修：本會所屬裁判員, 需每年參加裁判之進修至少六小時; 裁判證有效期間為四年, 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, 得向本會申請裁判證效期之展延, 每次展延期間為四年。

十九、交通資訊：如附件四。

二十、其他注意事項：

- (一) 參加人員請於 113 年 4 月 24 日(星期三)上午 8 點 20 分前逕至桃園市立南崁高中報到。
- (二) 本活動將提供午餐、裁判服, 請於報名表單內勾選(葷、素、方便素, 衣服適當之尺寸); 研習資料(國際沙灘手球規則、手冊)由主辦單位提供; 另請參加人員自理住宿。
- (三) 每一節課程皆進行點名, 如有任一節點名未到者, 視同未全程參與, 不予核發研習時數證明。
- (四) 參加研習人員請各所屬服務單位給予公假。

(五) 主辦單位保留隨時修正、暫停或終止本活動內容之權利，如有調整將另行公告週知。有關研習及通告請至中華民國手球協會網站或FB粉絲專頁下載。

(六) 倘有未盡事宜之處，請洽本活動工作小組人員：

1. 聯絡人：裁判規則委員會 執行秘書 吳宗翰

2. 聯絡電話：(02)2799-1867轉342

3. 電子信箱：t662@lsjhs.tp.edu.tw

(七) 本辦法經中華民國體育運動總會核定後公布實施，修正時亦同。

二十一、本計畫經中華民國體育運動總會年月日體總業字第號函備查辦理。

附件一：

中華民國手球協會 113 年度 C 級裁判檢定暨研習會課程表

節次	時間	第一日 4月24日(三)	時間	第二日 4月25日(四)	時間	第三日 4月26日(五)
0	08:00 08:20	學員報到	08:00 08:30	學員報到	08:00 08:30	學員報到
0	08:20 08:30	始業式 主持人：吳宗翰				
1	08:30 09:20	裁判職責與素養 講師：曹少樺	08:30 12:00	沙灘手球規則 講師：吳宗翰	08:30 12:00	室內手球、沙灘手球 判例研討 講師：李榮順
2	09:30 12:00	手球運動裁判實務(臨 場實務操作) 講師：曹少樺				
3						
4						
午間休息						
5	13:30 17:00	室內手球規則 講師：吳宗翰	13:30 14:20	性別平等教育 講師：吳宜霏	13:30 15:00	手球運動裁判技術 (裁判員手勢與跑位) 講師：李榮順
6			14:30 15:20	手球運動記錄方法 講師：曹少樺		
7			15:30 16:20	手球運動裁判術語 講師：曹少樺	15:10 16:00	國家體育政策(裁判 員制度) 講師：吳宗翰
8			16:30 17:30	專項體能測驗 測驗官:曹少樺、吳 宗翰	16:00 17:00	筆試測驗 測驗官：李榮順、曹 少樺
註：授課講師若有變更或課程調動，以研習會場為準。					17:00 17:30	綜合座談研討 主持人：吳宗翰

附件二：

中華民國手球協會 113 年度 C 級裁判檢定暨研習會講師名單

姓名	學/經歷	講授課程
吳宗翰	臺北市立大學 運動教育研究所 碩士 現職： 臺北市立麗山國民中學 體育教師 中華民國手球協會 裁判規則委員會 執行秘書 A 級裁判、A 級教練、沙灘手球洲際裁判	始業式 綜合座談研討 室內手球規則 沙灘手球規則 專項體能測驗 國家體育政策裁判員制度
吳宜霏	國立體育大學體育研究所博士班(在學) 高雄市女性權益促進會理事長 台灣女子運動體育協會理事 高雄市性別人才資料庫專家學者 立法院女子運動外交促進會顧問 曾任： 高雄師範大學體育系原住民專班兼任講師 屏東縣政府女性夢想館外聘督導 高雄市政府性騷擾防治會委員 中華民國拳擊武術有氧體適能協會理事 社團法人高雄市婦女新知協會總幹事 高雄市女性權益促進會秘書長 高雄、屏東地方法院檢察署觀護助理 現職： 博拓運動空間拳擊教練暨營運總監	性別平等教育
李榮順	台北體育學院 現職： 台北捷運公司 行車處領班 中華民國手球協會 裁判規則委員會 委員 A 級裁判、沙灘手球洲際裁判	室內手球、沙灘手球判例分析研討 手球運動裁判技術(裁判員手勢與跑位) 學科測驗
曹少樺	國立台灣大學 碩士 國立臺灣師範大學 體育與運動科學系博士班(進修中) 現職： 台北捷運公司 控制員 中華民國手球協會 裁判規則委員會 委員 A 級裁判、洲際裁判	手球運動裁判術語 裁判職責及素養 手球運動記錄方法 手球運動裁判實務(臨場實務操作) 學科測驗 專項體能測驗

附件三：

間歇折返跑測驗說明

受試者在一個距離 20 公尺場地測驗，並在兩點之間進行折返跑。這個折返跑測驗被分成 21 個階段，完成每一階段別大約需要 1 分鐘左右，受試者需要在每一階段內所分配的各級別時間內完成。

- 1.以第一階來說，完成的跑步速度為 8.5 公里/小時，之後每增加一階受試者就須增加 0.5 公里/小時，才有辦法完成。受試者完成每一趟測試後，會紀錄所完成的階段與級別。
- 2.受試者的腳必須完整接觸到折返點(20 公尺的邊線)，才算是完成該趟測驗。
- 3.如果測試者在下個信號響起前抵達折返點，在進行下一趟前必須等待信號響起。
- 4.受試者如未能於下個信號響前抵達折返點，必須提高他們的速度或步伐，以彌補所失去的時間。
- 5.當受試者連續 2 次於下個信號響前皆未能到達折返點，則停止測驗。
- 6.受試者的分數為完成該階段的最後級別。
- 7.及格分數由裁判規則委員會訂定之(洲際裁判男 77 趟、女 66 趟)：
C 級 70 分：男 66 趟 女 56 趟、B 級 80 分：男 73 趟 女 62 趟、A 級 85 分：男 77 趟 女 66 趟。

Participants run continuously between two points at a fixed 20-meter distance. Each 20 meter distance completed is called a “shuttle”.

The test is broken down into a number of levels of approximately 1 minute each, with each level requiring a fixed number of shuttles to be completed within the allocated level time. At level one, the running speed required to complete each shuttle is usually 8.5 km/h, with each subsequent level increasing the speed by 0.5 km/h.

A recorded or generated beep is played to indicate the time by which a participant must have completed a shuttle.

A shuttle is considered completed when the participant’s foot touches the next 20 meter mark.

If participants arrive at the the 20 meter mark before the next beep sounds, they must wait for the beep before running again.

If participants fail to reach the 20 meter mark by the next beep, they must increase their pace to make up the lost time within the space of 2 more beeps

The test stops when the participant fails to arrive within 2 meters of the 20 meter mark for two consecutive shuttles.

The participant’s score is given as a combination of the level reached and the number of shuttle completed at that level.

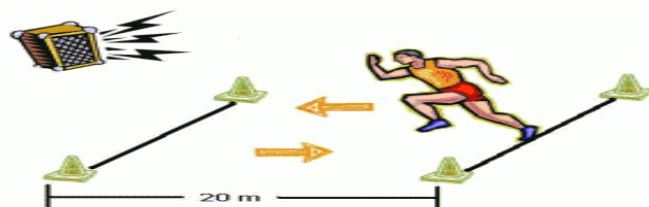


Fig.1 Test de Course Navette de Leger y Lambert

間歇折返跑各階段趟數及時間距離一覽表

Level	Shuttles	running speed (km/h)	time per shuttle (s)	Total level time (s)	Cumulative Time (min:seconds)	Distance per level (m)	Cumulative Distance (m)
1	7	8.5	9	63	01:03	140	140
2	8	9	8	64	02:07	160	300
3	8	9.5	7.58	60.6	03:08	160	460
4	9	10	7.2	64.8	04:12	180	640
5	9	10.5	6.86	61.7	05:14	180	820
6	10	11	6.55	65.5	06:20	200	1020
7	10	11.5	6.26	62.6	07:22	200	1220
8	11	12	6	66	08:28	220	1440
9	11	12.5	5.76	63.4	09:32	220	1660
10	11	13	5.54	60.9	10:32	220	1880
11	12	13.5	5.33	64	11:36	240	2120
12	12	14	5.14	61.7	12:38	240	2360
13	13	14.5	4.97	64.6	13:43	260	2620
14	13	15	4.8	62.4	14:45	260	2880
15	13	15.5	4.65	60.4	15:46	260	3140
16	14	16	4.5	63	16:49	280	3420
17	14	16.5	4.36	61.1	17:50	280	3700
18	15	17	4.24	63.5	18:53	300	4000
19	15	17.5	4.11	61.7	19:55	300	4300
20	16	18	4	64	20:59	320	4620
21	16	18.5	3.89	62.3	22:01	320	4940

間歇折返跑測驗分數轉換

男		女	
趟數	成績(分)	趟數	成績(分)
1-7	5	1-7	5
8-15	10	8-15	10
16-23	15	16-19	15
24-39	20	20-24	20
30-34	25	25-29	25
35-38	30	30-34	30
39-42	35	35-38	35
43-46	40	36-39	40
47-49	45	40-42	45
50-52	50	41-43	50
53-56	55	44-47	55
57-61	60	48-51	60
62-65	65	52-55	65
66-69	70	56-58	70
70-72	75	59-61	75
73-76	80	62-65	80
77-80	85	66-69	85
81-83	90	70-73	90
84-85	95	74-77	95
86 以後	100	78 以後	100
通過標準：		男	女
C 級 70 分		<u>66 趟</u>	<u>56 趟</u>
B 級 80 分		<u>73 趟</u>	<u>62 趟</u>
A 級 85 分		<u>77 趟</u>	<u>66 趟</u>

拒絕性騷擾

勇敢說不

⚠ 注意：

對他人性騷擾者，可由主管機關處1~10萬元罰鍰！

若觸犯刑法，將處2年以下有期徒刑、拘役

或科或併科新台幣10萬元以下罰金

被害人還可要求加害人負損害賠償責任！



請撥 **1999** 轉分機 **3365** 或 **4553**

亦可洽案發地警察局或主管機關、加害人所屬單位或所在地主管機關

