

## 中華民國相撲協會112年度B級教練講習課程表（共32小時）

地點：臺北市立大學天母校區（台北市士林區忠誠路二段101號）鴻坦樓518教室  
相撲技術操作課程於新北市石門相撲場上課

※暫定課程，依當天實際活動狀況為主

日期	8月9日	8月10日	8月11日	8月12日
星期	三	四	五	六
07:45   08:10	報到 開訓典禮	報到	報到	報到
08:10   09:00	性別平等教育 (伍維婷)	運動傷害防護急救 (傅思凱)	競賽技術及戰術 (徐敬亭)	相撲技術操作① (曾志民)
09:10   10:00	奧會模式 (李明峻)	運動疲勞及恢復 (傅思凱)	運動情報蒐集 及分析 (徐敬亭)	相撲技術操作② (曾志民)
10:10   11:00	運動禁藥 (曾玉華)	體能測驗評估訓練 (傅思凱)	運動教練訓練學 I (陳鉸澈)	相撲技術操作③ (曾志民)
11:10   12:00	運動心理學 I (洪聰敏)	教練倫理 (李明峻)	運動教練訓練學 II (陳鉸澈)	相撲技術操作④ (曾志民)
12:00   13:00	午餐			
13:10   14:00	運動心理學 II (洪聰敏)	相撲運動沿革及 其發展現況 (李明峻)	運動生理學 I (侯建文)	相撲技術操作⑤ (陳俊傑)
14:10   15:00	教練職責及素養 (陳鉸澈)	相撲運動術語 〔專項外語〕 (李明峻)	運動生理學 II (侯建文)	相撲技術操作⑥ (陳俊傑)
15:10   16:00	教練管理學 (陳鉸澈)	訓練計畫擬定 (陳鉸澈)	運動營養學 (侯建文)	相撲技術操作⑦ (陳俊傑)
16:10   17:00	運動團隊經營管理 (陳鉸澈)	兒童及青少年運動 訓練注意事項 (陳鉸澈)	運動員健康管理 (侯建文)	相撲技術操作⑧ (陳俊傑)
17:10   18:00	/			測驗時間