

國民健康署「運動保健師資培訓計畫」

第 9~11 梯次報名簡章

壹、計畫目的

為因應高齡化社會，培養運動保健專業師資，促進健康老化，向前延伸預防功能，減少長者衰弱、失能風險，本署規劃辦理 11 梯次「運動保健師資培訓」課程，以運動及醫事專業人員為對象，進行高齡者運動相關增能培訓，運用本署 105 年「社區高齡運動保健課程」發展完成具實證基礎之介入模式及「健康老化」、「認知功能訓練」、「運動安全及體適能評估」等模組課程，規劃高齡運動保健培訓課程，促使運動保健與基層醫療保健服務相結合，並連結社區健康營造計畫等相關業務計畫，媒合本課程培訓師資擔任本署相關計畫運動保健師資。

貳、培訓對象及規劃

一、培訓對象：

- (一) 醫事人員：醫事人員及高齡照護相關科系畢業人員。
- (二) 運動專業人員：大學以上體育相關科系畢業或運動專業人員(包括：體育署核發之國民體適能指導員、運動指導員、運動防護員、體育運動相關教師、取得民間執照之運動教練等專業運動背景人士)

二、培訓人數：106 年規劃辦理北中南東共 11 場，每場 100 人為原則。

三、本計畫課程上課方式：講師講述、分組討論及實際操作(含術科)。

四、經全程參加本計畫課程(須完成簽到及簽退)，並通過考試者，將頒發結業證明書，並可擔任國民健康署運動保健師資；遲到、缺課、缺考或未能配合課程要求參與活動者不予發證。

五、培訓時數：培訓時數合計 16 小時，課程規劃如下表：

第九梯次培訓地點：臺南市政府衛生局 東興辦公室大禮堂

(臺南市新營區東興路 163 號)

	8月5日 星期六	8月6日 星期日
07:50-8:10	報到、領取講義資料	報到
08:10-08:20	始業式暨計畫說明	課程說明
08:20-10:00	健康老化(A1) 召集人：林金定 教授	老人運動安全評估與 體適能評估(C1) 召集人：楊雅如/曾國維 教授
10:20-12:00	老人認知功能訓練(A2) 召集人：沈明德 職能治療師	老人心理學、團體活動帶領技 巧、溝通與團隊增能(C2) 召集人：周建智 教授/ 柯宏勳 職能治療師
12:00-12:55	上午簽退、午餐	上午簽退、午餐
12:55-13:00	下午課程簽到	下午課程簽到
13:00-14:40	慢性病者運動注意事項及 緊急狀況處理(B1) 召集人：蔡美文 教授	高齡運動保健課程(D) (含術科測驗) 召集人：曹昭懿 教授
15:00-16:40	老人運動醫學及 運動傷害處理(B2) 召集人：陳思遠醫師/周立偉教授	
16:40-17:00	個人學科測驗	
17:00-	簽退、賦歸	簽退、賦歸

◇ 培訓授課師資依課程召集人安排，每梯次實際授課師資可能有所不同。

第十梯次培訓地點：臺東縣政府大禮堂

(臺東市中山路 276 號 1 樓)

	8 月 12 日 星期六	8 月 13 日 星期日
07:50-8:10	報到、領取講義資料	報到
08:10-08:20	始業式暨計畫說明	課程說明
08:20-10:00	健康老化(A1) 召集人：林金定 教授	老人運動安全評估與 體適能評估(C1) 召集人：楊雅如/曾國維 教授
10:20-12:00	老人認知功能訓練(A2) 召集人：沈明德 職能治療師	老人心理學、團體活動帶領技 巧、溝通與團隊增能(C2) 召集人：周建智 教授/ 柯宏勳 職能治療師
12:00-12:55	上午簽退、午餐	上午簽退、午餐
12:55-13:00	下午課程簽到	下午課程簽到
13:00-14:40	慢性病者運動注意事項及 緊急狀況處理(B1) 召集人：蔡美文 教授	高齡運動保健課程(D) (含術科測驗) 召集人：曹昭懿 教授
15:00-16:40	老人運動醫學及 運動傷害處理(B2) 召集人：陳思遠醫師/周立偉教授	
16:40-17:00	個人學科測驗	
17:00-	簽退、賦歸	簽退、賦歸

◇ 培訓授課師資依課程召集人安排，每梯次實際授課師資可能有所不同。

第十一梯次培訓地點：金門縣政府多媒體簡報室

(金門縣金城鎮民生路 60 號)

	9月2日 星期六	9月3日 星期日
07:50-8:10	報到、領取講義資料	報到
08:10-08:20	始業式暨計畫說明	課程說明
08:20-10:00	健康老化(A1) 召集人：林金定 教授	老人運動安全評估與 體適能評估(C1) 召集人：楊雅如/曾國維 教授
10:20-12:00	老人認知功能訓練(A2) 召集人：沈明德 職能治療師	老人心理學、團體活動帶領技 巧、溝通與團隊增能(C2) 召集人：周建智 教授/ 柯宏勳 職能治療師
12:00-12:55	上午簽退、午餐	上午簽退、午餐
12:55-13:00	下午課程簽到	下午課程簽到
13:00-14:40	慢性病者運動注意事項及 緊急狀況處理(B1) 召集人：蔡美文 教授	高齡運動保健課程(D) (含術科測驗) 召集人：曹昭懿 教授
15:00-16:40	老人運動醫學及 運動傷害處理(B2) 召集人：陳思遠醫師/周立偉教授	
16:40-17:00	個人學科測驗	
17:00-	簽退、賦歸	簽退、賦歸

◇ 培訓授課師資依課程召集人安排，每梯次實際授課師資可能有所不同。

參、報名資訊

一、報名及錄取公告日程：

- (一) 各梯次課程開始前三週受理網路報名，開課前八日（前一週五）中午 12:00 截止報名。
- (二) 各梯次開課前五日（當週星期一）公告錄取名單，名單公告於本計畫網站首頁，並以電子郵件通知。
- (三) 為安排分組教學及教材準備，若未能到課者，請於開課前聯繫計畫工作組取消報名。

二、課程費用：免費 (含講義資料與午餐)

三、參加人數：每梯次預計參與人數為 100 人(名額有限、額滿為止)。

四、報名方式：各梯次以獨立連結網路報名，得由個人自行報名或衛生局所推薦，說明如下：

- (一) 簡章下載：國民健康署網站 => 服務園地 => 活動熱訊
<https://www.hpa.gov.tw/Home/Index.aspx>

- (二) 個人自行報名連結如下：

1. 輸入計畫網址：goo.gl/9YKAWm
2. 掃描右邊 QR code 進入計畫網站=>快速報名



- (三) 衛生局所推薦：由衛生局審核確認推薦後提供報名網址，並於報名時加註推薦之衛生局所，若經查資格不符仍不予錄取。

五、資格審核機制：由主辦單位依下列序位進行資格審核，以決定學員錄取序位，另序位相同而由衛生局推薦者，將優先錄取，以利後續社區長者健康促進之推動。

- (一) 第一序位：符合「最近一年內曾從事高齡運動指導」、「課程後願意加入媒合計畫擔任運動保健師資」2 項條件者。
- (二) 第二序位：符合「過去曾從事高齡運動指導」、「課程後願意加

入媒合計畫擔任運動保健師資」2項條件者。

(三) 第三序位：僅符合「課程後願意加入媒合計畫擔任運動保健師資」1項條件者。

六、報名注意事項：

(一) 為提高實作課程教學效能，將進行學員分組，並於報到當日公告分組組別及名單，課程期間需依組別入座，不得自行調整。

(二) 本課程以培養運動保健師資為目的，請自行評估，若未能配合課程要求參與活動、無法全程參與課程或未來無法參與媒合計畫擔任運動保健師資者請勿報名。

(三) 各縣市培訓對象皆可跨區報名參加，但無跨梯次補課或補考。

(四) 第二天課程含術科操作，請穿著適合運動的輕便服裝，勿穿著拖鞋。

(五) 若遇天然災害等不可抗拒之因素，則依行政院人事局公佈之放假標準辦理，後續課程資訊將另行公告。

七、繼續教育學分：全國教師在職進修研習時數(16時數)、臺灣復健醫學會(10點)、臺灣護理學會(16積分)、中華民國物理治療學會(16.4積分)、臺灣家庭醫學醫學會(16點)、臺灣職能治療學會(16積分)、臺灣老年學暨老年醫學會(乙類14分)。

八、聯繫資訊：臺北市立大學 運動健康科學系

(02) 2871-8288 分機 6408 吳品嫻、傅思凱老師

e-mail：kanpai6408@gmail.com

九、主辦單位保有修改課程內容及解釋之權力。

肆、預定辦理培訓梯次

梯次順序	區域(可跨區參與)	辦理地點(暫定)	日期
第一梯次	臺北市、基隆市、連江縣	臺北市立大學天母校區國際會議廳	6/10、6/11
第二梯次	高雄市、屏東縣	高雄市政府衛生局 8 樓會議廳	6/17、6/18
第三梯次	花蓮縣	花蓮縣衛生局 3 樓大禮堂	6/24、6/25
第四梯次	宜蘭縣	宜蘭縣政府衛生局健康大樓第三會議室	7/1、7/2
第五梯次	桃園市、新竹縣、苗栗縣	桃園市政府警察局警政大樓 8 樓禮堂	7/8、7/9
第六梯次	新北市	新北市政府衛生局 9 樓會議廳	7/15、7/16
第七梯次	澎湖縣	澎湖縣政府地下大禮堂	7/22、7/23
第八梯次	台中市、彰化縣、南投縣	國立臺灣體育運動大學田徑場簡報室	7/29、7/30
第九梯次	雲林縣、嘉義縣、台南市	台南市政府衛生局東興辦公室大禮堂	8/5、8/6
第十梯次	台東縣	台東縣政府大禮堂	8/12、8/13
第十一梯次	金門縣	金門縣政府衛生局 3 樓	9/2、9/3