國民健康署「運動保健師資培訓計畫」

106.06.20 v1

第5~8梯次報名簡章

1. **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。

1. **培訓對象及規劃**
2. 培訓對象：
	1. 醫事人員：醫事人員及高齡照護相關科系畢業人員。
	2. 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)
3. 培訓人數：106年規劃辦理北中南東共11場，每場100人為原則。
4. 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)。
5. 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。
6. 培訓時數：培訓時數合計16小時，課程規劃如下表：

第五梯次培訓地點：桃園市政府衛生局4樓大會議室

 (桃園市桃園區縣府路55號4樓)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | 7月8日星期六 | 7月9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。

第六梯次培訓地點：新北市政府衛生局9樓會議廳

(新北市板橋區英士路192-1號9樓)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | 7月15日星期六 | 7月16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。

第七梯次培訓地點：澎湖縣政府地下大禮堂

 (澎湖縣馬公市治平路32號)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | 7月22日星期六 | 7月23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。

第八梯次培訓地點：國立臺灣體育運動大學 田徑場簡報室

 (台中市北區雙十路一段16號)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | 7月29日星期六 | 7月30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。
1. **報名資訊**
2. 報名及錄取公告日程：
	1. 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。
	2. 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。
	3. 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。
3. 課程費用：**免費 (含講義資料與午餐)**
4. 參加人數：每梯次預計參與人數為100人(名額有限、額滿為止)。
5. 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：
	1. 個人自行報名連結如下：

1.國民健康署網站 => 服務園地 => 活動熱訊

2.輸入計畫網址：goo.gl/9YKAWm

3.掃描右邊QR code進入計畫網站=>快速報名

* 1. 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。
1. 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。
	* 1. 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。
		2. 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。
		3. 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。
2. 報名注意事項：
3. 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。
4. 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**。
5. 各縣市培訓對象皆可跨區報名參加，但**不得跨梯次補課或補考**。
6. 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。
7. 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。
8. 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（申請中）、臺灣老年學暨老年醫學會（申請中）。
9. 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

1. 主辦單位保有修改課程內容及解釋之權力。
2. **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 | 高雄市政府社會局婦幼青少年活動中心 | 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  | 桃園市政府衛生局4樓大會議室 | 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(異動暫定) |