

國立體育大學教師專業成長報告書

日期： 111 年 11 月 29 日

申請序號：

| | | | |
|--|-------------|--|-------------------------------|
| 申請人 | 蔡錦雀 | 單位主管 | |
| 活動/證照 名稱 | NSCA 體能訓練專家 | 活動日期 | 111 年 9 月 23 日 至 11 月 30 日 |
| 研習成果 | | | |
| <p>1. 請說明該研習、證照、課程內容，應用於教學研究訓練之規劃或執行成果(100 字以上)</p> <p>為持續精進運動保健與訓練之專業職能，了解國際相關證照之考證內容與所需知能，報名參加美國肌力與體能協會(National Strength and Conditioning Association, NSCA)的體能訓練專家(Certified Strength and Conditioning Specialists®, CSCS®)認證考試，同時也配合教師社群活動之辦理，研讀相關教材與參考書，在社群活動中邀請考證與研習教學經驗相當豐富的江政凌教練分享考試重點與考古題解析，以利準備考證，本人參與了討論會與教師社群活動共 4 次(9/23, 10/7, 10/21, 11/4)，並已於 111 年 11 月 28 日完成美國肌力與體能協會之會員登錄與 CSCS 考試報名，按該協會之規定須於 120 天之內完成線上考試。</p> <p>此次在準備考試的過程中，對 NSCA 教材內容有較全面的了解，可以在相關課程教授中融入教材內容與考題，且親身體驗準備考證、完成報名、與線上考試的過程，有助於協助及輔導有意報考的學生。</p> | | | |
|  | |  | |
| 教師社群參與人員大合照 | | 教師社群活動中配合參考書研讀進行考題解析 | |



教師社群活動中江教練示範動作與說明

教師社群活動中江教練示範動作與說明

檢附證明

- 研習結業證書、證照、課程證明等相關證明文件：檢附**影本**黏貼於本欄
- 交通費、住宿費、報名/註冊/認證費等相關單據：請檢附**正本**，黏貼於「國內/國外出差旅費單據黏貼單」或紙本「黏貼憑證用紙」

教務處