

計畫名稱：國中小體育班運動防護支援計畫

主持人：陳淑雅、李曜全

➤ 114年工作規劃

- （一）舉辦運動傷害防護與運動科學檢測集訓各一次，提升大學生運動傷害防護與運動科學檢測知識與技能。
- （二）每學期安排大學生固定前往國中小體育班進行運動傷害防護駐診，提供場邊傷害防護支援及進行衛教。
- （三）針對體育班訓練與比賽較完整的學校，提供教練專項團隊1次運動科學檢測及結果分析。

➤ 對學生之培育

- （一）大學生參加運動傷害防護與運動科學檢測集訓，能提升其運動傷害防護知識與技能及能執行運動科學檢測。
- （二）大學生定期的運動傷害防護駐診，提升其場邊運動傷害防護能力之應用，及其對選手衛教之能力。
- （三）本計畫能讓大學生提早了解運動物理治療未來職場。

➤ 場域鏈結之方式

派駐運動傷害防護員或運動物理治療師，帶領經運動傷害防護及運動科學檢測訓練之大學生，進入台中地區國中小體育班，針對運動專項之小選手及教練，提供駐診及隨隊之場邊運商防護支援，以向下扎根國中小體育班運動傷害防護之效益。

➤ 融入SDGs之作法

針對SDG3「良好健康和福祉」，向下扎根國中小體育班小選手對運動傷害防護的認識，與自我防護的能力，以達社會健康安全之永續。

➤ 預計對利害關係人產生之影響

- （一）提升國中小體育班小選手運動傷害防護知能。
- （二）提供教練運動科學檢測評估結果以規劃更完善之訓練計畫。
- （三）增進大學師生運動傷害防護與運科檢測之知識與技能，並善盡大學社會責任。

計畫進度分享

常態性活動

• 運動傷害防護培訓 (114/02/16)

針對培訓內容前後測，正確率增加90%

• 運動傷害防護駐診 (114/02/04 ~ 迄今)

本學期有3位同學參加駐診活動，截至目前每位同學已完成本學期規定目標之60%

• 運動傷害隨隊防護 (114/01/01 ~ 迄今)



傷防培訓之大合照

114年運動傷害防護隨隊 (1月)		
日期	比賽	人次
114/01/06~114/01/12	JHBL複賽 (12強)	7
114/03/29~114/03/30	竹高盃邀請賽	2
114/04/12~114/04/13	育英盃	2
114/04/12~114/04/14	柏釧盃中彰投籃球聯賽	2
114/04/19~114/04/20	全國十東北暨林東北扶輪社盃籃球邀請賽	2
114/04/21~114/04/24	台中市市長盃	4
114/04/26	柏釧盃中彰投籃球聯賽	1
114/04/28~114/05/02	114嘉義縣配天宮聖母暨國際籃球邀請賽	5
114/05/03	柏釧盃中彰投籃球聯賽	1
114/05/17~114/05/18	外埔區體育會活力盃籃球邀請賽	2
114/05/23~114/05/24	台中市體育總會理事長盃西屯區籃球邀請賽	2
114/06/07~114/06/09	柏釧盃中彰投籃球聯賽	2
114/06/14~114/06/15	龍井盃	2
	總人次	34

• 運動科學檢測培訓 (預計活動將於6月進行)

• 運動科學檢測 (預計活動將於7月進行)

計畫面臨之困境與其解決方法

➤ 經費預算有限

解決方法：

與助理及學生說明計劃持續進行的重要性，請同學諒解且詢問是否能繼續幫忙

➤ 駐診活動參與度不高

雖有許多學生報名參加培訓課程，但在學期中因與課堂時間重疊，則能後續參與駐診活動的人數偏少

解決方法：

多向其他科系有興趣之學生進行宣傳，看能否提高培訓課程後的參與度

➤ 場邊人力支援不足

因駐診活動人員參與度不足，則無法有效提高學生之防護臨場反應之能力，進而無法提供場邊防護人員

解決方法：

呼籲學生積極參與駐診活動，建構培訓傳承系統，以培育同學獨當一面之能力