

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

◆ 113年工作規劃

- 1.舉辦運動傷害防護集訓(寒假)與運動科學檢測集訓(暑假)各一次，提升大學生傷防與運科檢測之知識與技能。
- 2.安排大學生每學期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衛教。
- 3.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。
- 4.配合物理治療學系下學期「運動傷害防護學」課程，安排修課學生前往大鵬國小進行運動傷害防護見習，以普及大學生場邊傷害防護經驗。

◆ 對學生之培育

- 1.大學生參加運動傷害防護集訓與運動科學檢測集訓，能提升其傷害防護知識與技能及能執行運動科學檢測。
- 2.大學生參與定期的運動傷害防護駐診，能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。
- 3.此外，本計畫能讓大學生提早了解運動物理治療未來職場之樣態。

◆ 場域鏈結之方式

派駐運動傷害防護員或運動物理治療師，帶領完成運動傷害防護及運動科學檢測集訓之大學生，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傷防護支援，以期向下紮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」，向下紮根國中小體育班選手對運動傷害防護的認識，以提升自我防護的能力，達社會健康安全之永續。

◆ 預計對利害關係人產生之影響

- 1.提升國中小體育班小選手運動傷害防護知能。
- 2.提供教練運動科學檢測評估結果以規劃更完善之訓練計劃。
- 3.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

- (113/01/17~迄今) 完成運動傷害防護集訓

集訓前後填寫問卷，正確率增加60%

- (113/03/08~迄今) 進行運動傷害防護駐診

本學期有3位物治系同學參加傷防駐診，截止目前，每位同學已完成本學期規定目標之90%，且完成每次的駐診日誌及每月一次的駐診月報。

- 預計於 113/06/23 進行運動科學檢測集訓，目前已開放報名

目前課程報名人數已達7人

- 預計於113/07/01~113/07/03於崇倫國中進行運動科學檢測活動

計畫面臨之困境與其解決方法

- 困境1：大學生能駐診次數不多

具體說明：（1）大學生的空堂不一定能配合體育班所提供的駐診時間，導致大學生能選擇的駐診時段偏少

（2）國中小段考時間與大學期中期末考時間不一樣，也可能導致大學生可參加駐診次數減少

解決方案：每學期駐診開始之前，全面規劃可駐診時段，供大學生參考並能提早規劃，以確保大學生參與駐診活動次數足夠

- 困境2：無法完全了解國中小球隊的狀況

具體說明：（1）本計畫傷防隨隊人力不足，因此只有重大比賽才可配合隨隊支援，因此無法完全掌握球隊小選手比賽時的身體狀況

（2）因人力不足，可支援場邊防護的天數也就不多，若球隊於比賽當天有選手發生狀況，則無法隨時支援

解決方案：與教練及選手建立line群組，於比賽期間隨時保持溝通，以期能確實掌握球隊狀況