



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

對應的SDGs與校務中長程目標：

SDG 3（良好健康與福祉）；

校務中長程目標：強化運動傷害防護與健康促進，建置永續運動安全機制

115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

融入SDGs的作法

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的影響

- (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動科學檢測之知識與技能，並善盡大學社會責任

場域鏈結方式

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動防護支援，以向下扎根國中小體育班運動傷害防護之效益

計畫面臨之困境及解決方法

主要困境

困境一：駐診活動參與度不高

雖有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

困境二：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

解決方法與規劃

困境一解決方案：

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

困境二解決方案：

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以及提前適應將來實習應對之能力

一到四月計劃進度與成果

常態性活動

- 運動傷害防護培訓 (115/01/10)
針對培訓內容前後測，正確率為55%；術科及格率為87%
- 運動傷害防護駐診 (115/03/013~迄今)

本學期有2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50%

- 運動傷害隨隊防護 (115/01/01 ~ 迄今)



115年運動傷害防護隨隊 (1月-4月)		
日期	比賽	人次
115/01/20~115/01/23	EBW全國冬季聯賽	4
115/01/30~115/02/01	2026永靖愛象盃籃球邀請賽	3
115/02/04~115/02/06	五校友誼賽	3
115/02/09~115/02/12	台中邀請賽	4
115/03/07~115/03/08	青年盃	2
115/03/21~115/03/23	宜蘭邀請賽	3
115/04/11	大甲鎮瀾盃	1
115/04/18~115/04/19	2026柏釧盃邀請賽	2
	總人次	22

- 運動科學檢測培訓 (預計活動將於6月底進行)
- 運動科學檢測 (預計活動將於7月進行)