

國立成功大學服務學習課程計畫

一、課程基本資訊			課程序號	104
課程名稱	運動傷害與疾病專題研究		本課程開設次數	首次開課
開課單位	體育健康與休閒研究所		課程屬性	融入服務學習內涵之專業課程
任課老師	職稱	系所	聯絡電話	email
林麗娟	所長	體育健康與休閒研究所	50381	z8308083@email.ncku.edu.tw
教學助理	職稱	系所	聯絡電話	email
林泰祐	博士生	醫學工程研究所	50394	fatlin45@hotmail.com
開課年級	碩班生		必/選修	選修
學分數	2		是否配置教學助理	是
每週上課時數	2		是否辦理保險	是
預定修課人數	20		服務單位如何擇定	教師
每學期服務次數	10		服務時段	課餘時間
每次服務時數	2		是否有固定服務時間	否
服務議題	領導統籌、運動志工培訓及運動傷害需求 志工培育			
服務對象	台南市高中(職) 優秀青少年運動員			
二、課程目標				
<p>二、課程目標 (一) ”運動傷害”專業服務為策略，發展運動健康管理之科學服務系統理論與實務，探討運動健康管人員(服務提供者)與優秀運動員(需求者)間的價值共創方法與過程，進行運動傷害預防之服務的設計、驗證與營運相關活動的研究。培養具服務利他精神的運動科學服務、研究與實務人才。(二) 藉由課程提升學生對運動訓練體系、健康管理與運動傷害之認知及需求，建立學生對運動專業知識的瞭解，並了解受傷機制與如何評估處理，同時結合理論與實務的操作規劃體能運動課程，提供正確的運動指導的技能與策略。(三) 提供學生參與賽會的服務學習機會，以運動傷害防護員的角色落實專業課程之實務應用，培養學生企劃活動、組織分工、合作協調、負責盡職完成任務的能力及態度。(四) 了解運動科學介入運動傷害預防之重要性，學習各項運動能力檢測項目的操作方法及原理，並實際將運動科學防護實作實際服務於成大校園、新豐高中、永仁高中等高中競技型之運動員，提供各項運動檢測的分析結果以利於運動員明確了解目前的身體機能狀況做好自身運動健康管理。(五) 教導及帶領大學部共同參與各項運動傷害防護處理與賽事活動，其中除了學習如何管理與規劃之外，也可促使運動志工之養成得以永續發展。</p>				
三、課程內容及特色				
<p>(一) 邀請專家學者教導運動傷害防護相關專業知識，並結合運動科學的概念來激發學員對於運動傷害、健康管理及運動訓練法不同的觀念，同時藉由課程交流給予實際服務學習的機會。(二) 藉由</p>				

參與各大運動賽會與活動了解運動防護員的角色，經由參與臨場運動防護案例透過反思來提出改善方案及最佳因應對策。(三) 透過分組、帶領、討論與任務執行等過程學習培養學生專業能力、服務合作能力，並以此提供台南市優秀之青少年選手(以缺乏運動醫學之學校為優先)運動傷害的觀念養成。

四、教學策略 (例如：如何透過課堂專業學習達成社區服務之目的、安排課程及服務比重...等)

(一) 邀請專家學者教導運動傷害防護相關專業知識，並結合運動科學的概念來激發學員對於運動傷害、健康管理及運動訓練法不同的觀念，同時藉由課程交流給予實際服務學習的機會。(二) 藉由參與各大運動賽會與活動了解運動防護員的角色，經由參與臨場運動防護案例透過反思來提出改善方案及最佳因應對策。(三) 透過分組、帶領、討論與任務執行等過程學習培養學生專業能力、服務合作能力，並以此提供台南市優秀之青少年選手(以缺乏運動醫學之學校為優先)運動傷害的觀念養成。四、教學策略 (例如：如何透過課堂專業學習達成社區服務之目的、安排課程及服務比重...等) (一) 課堂講習：以課堂講授的方式讓學生具備應有的運動傷害相關專業知識，包括原理及其在運動場上的實際應用，內容涵蓋各種不同類型運動的傷害之成因和需求。(二) 服務學習：透過實際運動傷害預防與健康管理的服務，實踐課堂上所習得的知識，從服務的過程中發現問題，並藉由知識(或經驗)的分享和討論找出解決的辦法。包括協助服務隊伍練球或比賽的運動防護、執行體能及生理檢測等。在與運動員的互動之中瞭解台灣運動員的環境，學習與他人溝通相處的能力。(三) 小組報告：依不同運動專項分組，並針對各項運動之常見傷害進行資料蒐集及整理分析，例如該項運動常發生的運動傷害種類、部位、時機、發生之原因、急性處理方式及後續治療復健、對選手之影響...等。期中進行小組研討，期末個案檢討服務時的工作執行方式、進度與經驗分享。

五、各階段工作及各週流程 (以每學期 18 週計算)

	次數	內容	時數
準備 服務前階段工作訓練	1	服務學習課程簡介、說明課程內涵及分組，討論工作理念與合作服務模式	2
	2	運動健康管理與運動傷害防護	2
	3	碰撞性、接觸性運動傷害需求	2
	4	籃網類運動傷害與健康照護之需求	2
	5	揮棒(杆)及持拍類運動傷害與健康照護之需求	2
	6	健走及跑步運動傷害與健康照護之需求	2
	7	賽事運動傷害防護經驗分享	2
	8	運動醫學概論與運科需求測驗	2
服務 藉由運動傷害防護的角色實際協助各賽事，課餘時間需安排共 20 小時的服務學習	9	理學檢查與急性運動傷害處理	2
	10	運動科學與運動傷害之結合討論	2

		與場邊實務	
	11	分組討論服務主軸及工作內容， 規劃於服務單位進行方式	2
	12	常見膝關節運動傷害討論與實務	2
	13	常見肩關節運動傷害討論與實務	2
	14	常見足踝關節運動傷害討論與實務	2
反思 透過個案分享相互討論，激盪彼此間思想	次數	內容	時數
	15	期末小組討論與經驗分享	2
	16	期末小組討論與經驗分享	2
慶賀 分享並展示服務學習中的寶貴經驗	次數	內容	時數
	17	小組討論與經驗分享：1.台南永仁高中 2. 台南新豐高中 3.全國中等學校運動會隨隊分享	2
	18	分組展示服務學習之成果並繳交心得報告	2

六、合作機構

合作機構	機構聯絡人	機構電話	e-mail	機構地址
永仁高中	時超傑	(06)3115538	a200582003@yahoo.com.tw	台南市永康區忠孝路 74 號
新豐高中(含永康國中、歸仁國中、仁德國中選手)	李宜勳	(06)2304082	jf6268@sfsh.tnc.edu.tw	台南市歸仁區中正北路一段 148 號
體育室	林麗娟	(06)2757575	linlili22@gmail.com	台南市大學路 1 號

七、講習訓練與服務進行方式 (請具體說明服務時間、地點、執行方式、執行次數及活動內容)

(一) 講習訓練

項目	日期	地點	內容	講師	時間
專業課程	3 月	中正堂 多功能視聽教室	說明服務學習課程內涵及服務內容	林麗娟	16
講習及行前訓練	4 月	中正堂 多功能視聽教室	運動傷害防護專業知識介紹及經驗分享	蘇維仁、洪暉、顏大千、馮榕張	8
講習及行前訓練	4 月	中正堂 多功能視聽教室	運動醫學介紹與實務應用	周伯禧	2

(二) 服務進行方式

1.台南市永仁及新豐高中：以小組為單位，固定安排學員前往協助運動傷害衛教及隨隊防護貼紮，

更期望透過志願服務之基礎訓練課程，增進學校運動志工對於志願服務內涵、倫理、發展趨勢以及志願服務法有深入了解。 2.全國中等學校運動會隨隊防護：結合運動科學，透過體適能及專項檢測的方式以了解身體機能狀況，並跟隨上述學校或台南市其他國高中優秀之青少年選手共同參加全國中等學校運動會做賽會運動傷害服務。

八、評量方式

項目	分數百分比(%)
參與服務 (共 10 次，每次 2 小時，合計 20 小時)	50
問題討論與參與程度	20
服務日誌及成果報告	30

九、預期效益 (預計修課人數、提供服務人次、接受服務人次、影響效益等)

1.預計修課人數：10 人 2.提供服務人次：10 人*20 次=200 人次 3.影響效益：預期透過團隊合作實際參與賽會的經驗，能給予具有運動專業之碩士班同學有回饋服務之機會，並讓台南市資源不足的國高中運動選手除具有自我照護之運動傷害及健康管理之概念外，亦有學習模仿之對象，讓修習課程的同學運用所學發揮所長，並體會人生服務、助人快樂，成為有能力組織團隊發揮積極進取、樂於付出的人。

十、延續性規劃及具體作法 (自申請當學年起含二學年度內提升課程品質之遠景規劃)

1.進行學生對本課程滿意度調查與學習成效調查並做改進。 2.預計持續招收服務學習的同學，經由碩士班具備經驗的學長姐帶領學弟妹進行經驗分享與活動督導，提升碩班生發展統籌領導的能力。 3.將參與學校聯合成果發表會，與相同服務性質之課程一起分享服務成果，觀摩學習之效果並反思整理回饋於未來的課程設計。 4.提供台南市國運動傷害資源不足之國高中運動選手自我健康管理與運動傷害預防之觀念教育與支援(預計 200 人次)。