新北市各級學校運動團隊防護知能促進研習計畫
民安國小場次

一、 緣起：

（一）學生在學校參與體育專業團隊，除了學習體育專業技能，追求表現外，更該提升自身的運動防護知能，以利長遠健康發展。

（二）扶輪社本於社會責任，積極投入各項公益活動及關注社會脈動，結合各界資源，提攜學生發展，共創福祉。

二、 目的：

（一）增強學生對運動傷害的防護知識和技能，提升學生在體育活動中的安全意識。

（二）促進家長與學生之間的互動，增加家庭對學生體育活動的支持與認同。

（三）利用社會資源，結合專業知識，提高學校體育教育的整體水準。

（四）建立持久且穩定的學校與社會合作平台，持續推動學生全面發展。

三、 辦理單位：

（一）主辦單位：新北市政府體育局、新北市政府教育局、新莊中央扶輪社

（二）承辦單位：新北市新莊區民安國小

（三）協辦單位：中華民國運動徒手保健協會

四、 活動時間地點、內容及對象：

（一）時間：115 年 12 月 5 日 (星期六) 上午 9 時至 12 時。

（二）對象：本市國小體育團隊學生及家長、帶隊教師及教練。

（三）出席：新北市政府教育局代表、新莊中央扶輪社代表、友社代表。

（四）活動地點：新北市新莊區民安國民小學-能強館

(五）下載報名表: https://reurl.cc/KEGg4m

（六）報名截止:115年11月27日（五）下午6時。

連結：https://forms.gle/HNEjkUc98pCXMNDR8

五、 經費需求：

教育局補助及國際扶輪 3490 地區第三分區扶輪社贊助，參加學員總數以 300人為限。

六、 預期效益：

（一）學生能習得相關防護知能，在訓練的同時能察覺身體相關狀況，給予自身最好的照護。

（二）藉由親子之間的貼紮、按摩放鬆等治療方式，讓學生能感受父母積極認同且全力支持自己所努力之事物。

（三）由彼此的互助與認同，重塑青春期學生與家長間，亦師亦友齊心向上的強大羈絆。

（四）透過新北市政府教育局的連結，持續給予社會正向動能，讓社友所挹注的資源，直接而有力的影響教育。

（五）預估參與 300 人。

七、 活動流程

時間	活動內容
08:00-08:20	各組工作人員就位
08:20-09:00	報到、與會人員就位
09:00-09:05	介紹貴賓
09:05-09:15	長官來賓致詞
09:15-09:20	致贈感謝狀及頒發指導證書
09:20-09:30	大合照
09:30-09:35	講座內容介紹
	主持人：中華民國運動徒手保健協會　李文芳 理事長
09:35-10:00	骨科運動醫學與運動傷害防護
	主講人：衛生福利部立臺北醫院　胡御風 醫師
10:00-10:25	運動傷害防護貼紮操作
	主講人：家豐醫療集團　廖哲祺 物理治療師
10:25-11:30	成果展示(團戰、個人戰)
	主持人：家豐醫療集團　李沛瑩 物理治療師
	裁判長：中華民國運動徒手保健協會 李文芳 理事長
10:25-11:05	團賽(各組操作三個指定項目，交裁判組)
11:05-11:30	個人戰(各組派員上台 PK)
11:05-11:30	分組專項指導(棒球、籃球、跆拳…)
11:30-11:50	運動伸展釋放肌肉壓力
	主講人：家豐運動科學學院　賴虹潤 院長
11:50-12:00	頒獎合照(團賽、個人戰)
12:00~	賦歸