

# 100 年度海峽兩岸運動訓練理論與實務研討會

## 實施計畫

- 壹、計畫宗旨：探討運動訓練之相關理論及最新運動訓練趨勢，研習訓練技術、肌力及體能訓練方法，強化教練專業及團隊訓練管理知能，提升訓練績效。
- 貳、指導單位：行政院體育委員會
- 參、主辦單位：中國文化大學體育室、體育學系、運動教練研究所、國術學系
- 肆、協辦單位：中華民國體育運動總會、中華民國運動教練協會、大專院校體育總會。
- 伍、舉辦日期：2011 年 11 月 11 日至月 20 日（星期五~日）
- 陸、舉辦地點：中國文化大學（臺北市士林區華岡路 55 號體育館）
- 柒、研討主題：運動訓練理論與實務
- 捌、研討方式：
- 一、專題講座：邀請國內外專家學者或國家級教練進行專題講座。
  - 二、專項技術訓練研習(workshop)：邀請國外國際知名教練或國內外專家進行專項技術訓練研習。
- 玖、研習內容：
- 一、運動訓練科技新知
  - 二、運動醫學與運動傷害防護
  - 三、運動生理學
  - 四、運動心理學
  - 五、訓練學
  - 六、專項運動訓練理論與實務
  - 七、團隊經營與管理
  - 八、肌力及體能訓練設計與規劃
  - 九、運動員如何將壓力轉為動力
- 拾、研習方式：
- 一、運動科學專題講座
  - 二、專項運動訓練實務操作
  - 三、運動傷害防護實務操作
  - 四、專項肌力與體能訓練實務操作

### 拾壹、報名資格：

依「行政院體育委員會運動發展基金辦理培育頂級運動教練人才作業要點」第三條規定：培育對象以符合下列規定之奧林匹克運動會（以下簡稱奧運）及亞洲運動會（以下簡稱亞運）（以下合稱奧亞運）運動競賽種類（項目）之教練，且持有全國性單項運動協會核發效期內之 A 級或 B 級教練證者（以下簡稱培育對象）：

- 一、曾任我國奧運、亞運、東亞運動會、青年奧林匹克運動會、亞洲青年運動會、世界及亞洲單項正式錦標賽或其他經本會認可運動賽會之

國家代表隊教練。

二、最近三年內曾指導選手獲得全國運動會、全國大專校院運動會（限最優級組）、全國中等學校運動會或教育部主辦之運動聯賽（限最優級組）前六名之教練。

三、經行政院體育委員會遴選並經專案小組審核通過之奧亞運運動種類（項目）具訓練績效或發展潛力之教練。

拾貳、參加人數：80名。分游泳、田徑(短跑、跳高、標槍)、桌球、羽球四個專項運動各20名。

拾參、報名方式：

一、報名表：請依附件之報名表詳實填寫。

二、報名費標準如下：新臺幣 1500 元

網路報名截止：2011年10月31日（星期日）

△報名費用包含：研討會資料及午餐。

△以各級學校教練身分報名者必須出示學校證明（含本人照片），於 **100年10月31日** 前發送電子版本到 E-mail：[roger0512@hotmail.com](mailto:roger0512@hotmail.com)，如果您未能出示有效的證明，大會組委會將保留取消您報名的權利。

△優惠金額以完成報名手續為限。

三、繳交報名費：請以郵局匯票繳費，郵局匯票抬頭為「中國文化大學」，寄臺北市華岡路 55 號中國文化大學體育館 502 室林少麗小姐收。

四、通訊報名：採以下任一種方式均可。

（一）郵寄：將報名表逕寄「臺北市士林區華岡路 55 號體育館 502 室」簡名豪先生收。

（二）傳真：02-2861-7064

（三）E-mail：[roger0512@hotmail.com](mailto:roger0512@hotmail.com)

（四）電話洽詢專線：02-2861-0511 轉 16504 或 17152。

五、親自報名：請至「中國文化大學臺北市士林區華岡路 55 號體育館 502 室」報名。

八、住宿安排：協助安排住宿，以 2 人一間房，**意者請於 100 年 10 月 31 日前填報登記表**，並 e-mail：[roger512@hotmail.com](mailto:roger512@hotmail.com) 或郵寄「臺北市士林區華岡路 55 號體育館 502 室」簡名豪先生收，以郵戳為憑。

九、交通車安排：

（一）上午：上課時間每日上午 7:20 至劍潭捷運站 2 號出口發車。

（二）晚上：上課時間每日 18:00 於中國文化大學體育館 3 樓出口前發車至劍潭捷運站 2 號出口。

拾肆、核發證書：

一、凡全程參與研討會者核發結業證書，證書由國際級教練暨主辦單位簽署。

二、依「各級學校專任運動教練聘任管理辦法」第 18 條：教練在職期間應積極進修研究與其訓練指導有關之知能，其進修時數每年至少十八小

時以上，並取得證明。本研習會上課時數得列入專任運動教練年度應進修研習時數。

拾柒、附則：

- 一、退費：因故無法參加者，請於 **2011年11月1日前**通知本研討會議事組，否則概不退費。
- 二、參加人員請依所屬單位或機構之規定向所屬單位報請公假或差旅費。
- 三、會議期間供應午餐，如須住宿請填住宿申請表，以便協助代訂旅館。自行訂定者請參考本研討會之合作飯店上網自行預訂，憑出席證可獲優惠折扣。飯店網址：<http://beitou.hotel123.com.tw/>
- 四、相關訊息請參考本研討會網站：<http://www2.pccu.edu.tw/CUEP/>
- 五、網站將自即日起開始接受線上報名。

附件：

1. 研習會日程表
2. 報名表
3. 住宿申請表

## 附件一

## 100 年度海峽兩岸運動訓練理論與實務研討會課程表

日期：2011 年 11 月 11 日至 11 月 20 日(星期五~日)計 9 天

地點：中國文化大學（11192 臺北市士林區陽明山華岡路 55 號）體育館

時間	11月11日 (五)	11月12日 (六)	11月14日 (一)	11月15日 (二)	11月16日 (三)	11月17日 (四)	11月18日 (五)	11月19日 (六)	11月20日 (日)
07:30 至 08:00	報到	簽到	簽到	簽到	簽到	簽到	簽到	簽到	簽到
08:00 至 09:50	中國競技運動發展趨勢 魏香明	運動訓練學 張莉清	溫宇紅、張貴敏、蘇丕仁、劉堅 游泳、田徑(短跑、跳高、標槍)、 桌球、羽球專項運動訓練法			應用運動心理 洪聰敏	運動肌內效貼紮法 林曉琦	速度敏捷訓練法 蔡於儒	運動訓練團隊管理 翁明嘉
09:50 至 10:00	休息								
10:00 至 12:00	運動生化學 邱俊強	運動生化學 邱俊強	溫宇紅、張貴敏、蘇丕仁、劉堅 游泳、田徑(短跑、跳高、標槍)、 桌球、羽球專項運動訓練法			肌力訓練法 曾自強	運動員生理評定與監控 吳慧君	運動按摩與恢復 黃文泉	專項體能訓練法 韋焜
12:00 至 13:00	研習工作坊 張莉清、邱俊強 午餐		研習工作坊 溫宇紅、張貴敏、蘇丕仁、劉堅 張莉清、邱俊強 午餐			研習工作坊 溫宇紅、張貴敏、蘇丕仁、劉堅 午餐		午餐	
13:00 至 14:55	運動訓練學 張莉清	運動訓練學 張莉清	溫宇紅、張貴敏、蘇丕仁、劉堅 游泳、田徑(短跑、跳高、標槍)、 桌球、羽球專項運動訓練實務			林季嬋、張可欣/Robert Woods 游泳、田徑(短跑、跳高、標槍)專 項運動訓練實務		100 年出國研習 心得報告 大陸地區	
14:55 至 15:05	休息								
15:05 至 17:00	運動生化學 邱俊強	運動生化學 邱俊強	溫宇紅、張貴敏、蘇丕仁、劉堅 游泳、田徑(短跑、跳高、標槍)、 桌球、羽球專項運動訓練實務			張富貴、韋燄 桌球、羽球專項運動訓練實務		100 年出國研習 心得報告 美國地區	
17:00 至 18:00	研習工作坊 張莉清 邱俊強	研習工作坊 張莉清 邱俊強	研習工作坊 溫宇紅、張貴敏、蘇丕仁、劉堅 張莉清、邱俊強			賦歸		賦歸	
18:00	賦歸								

## 張貴敏個人簡歷

現名	張貴敏	性別	男	民族	漢	
政治面目	黨員	出生日期	1950年4月11日			
籍貫	遼寧省大連市					
單位	瀋陽體育學院田徑教研室			電話	13609898617	
最高學歷	畢(肄、結)業時間	院 校	專 業		學 制	學 位
	2001	上海體育學院	體育教育訓練學		3	博士
參加工作時間		1968年9月		身體狀況	良好	
專業技術職務 任職資格		教授	取得 時間	2004年 6月	審批機關	遼寧省人事廳
現從事何種專 業技術工作		體育專業教師		累 計 工 作 時 間	43年	
現(兼)任 行政職務		無		任職時間		
主要工作經歷		1976年-1986年瀋陽體育學院田徑教研室教師 1986年-1992年瀋陽體育學院競技體校校長、田徑教練員 1992年-1995年瀋陽體育學院體育系主任、教師、碩士研究生導師 1995年-2003年瀋陽體育學院副院長、教師、碩士研究生導師 2003年-2010年瀋陽體育學院院長、教師、博士生導師、碩士研究生導師 2010年-現在 瀋陽體育學院教師、博士生導師、碩士研究生導師				

<p>主要工作、科研成果與獎勵</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 教學：教授博士、碩士研究生、本科生專業課程，包括田徑專項課程、田徑理論課程、體育產業概論。</li> <li>2. 教材：主編國家通用教材田徑運動教程、田徑運動（成人教育教材）、田徑教學與訓練、田徑初級教程（非體育專業用書，待出版）、少兒趣味田徑（待出版），主編專著田徑叢書（8本）、體育運動叢書（16本）、體育市場營銷學、第一副主編田徑高級教程、田徑熱點論等。</li> <li>3. 科研：第一作者公開發表 63 篇，國際國內重要學術會議報告 20 餘篇。 主持完成國家級、省部級科研課題 18 項。</li> <li>4. 科研獲獎：國家教育部優秀成果獎一項；國家體育總局社科成果獎 5 項、教學成果獎 3 項；省級社科成果獎 13 項、教學成果一等獎一項。</li> <li>5. 社會兼職：國家體育科學學會運動訓練學分會副主任、體育產業分會副主任 國家體育總局戰略研究會成員、教育部教學指導委員會委員、全國田徑理論研究會副會長、全國高等院校體育教育訓練研究會常務副會長、中國科學院合肥智慧所兼職研究員、遼寧師範大學等 5 所大學客座教授。</li> <li>6. 訓練運動員：擔任瀋陽體育學院競技體育學校教練員，運動員獲全國大學生女子標槍第二名、全國少年男子標槍第三名、全國少年女子標槍第七名、全國體育學院田徑十項全能第二名</li> </ol>
---------------------	--

## 溫宇紅個人簡歷

現名	溫宇紅	性別	女	民族	漢		
政治面目	九三學社 預備黨員	出生日期	1968年6月10日				
籍貫	河南						
單位	北京體育大學游泳教研室			電話	13911999531		
最高學歷	畢(肄、結)業時間	院 校		專 業		學制	學位
	2006	北京體育大學		體育教育訓練學		3	博士
參加工作時間		1993年7月		身體狀況	健康		
專業技術職務 任職資格		教授	取得 時間	2008年 12月	審批機關	北京體育大學	
現從事何種專業技術工作		教師		累 計 工 作 時 間	18年		
現(兼)任 行政職務		教研室副主任		任職時間	3年		
主要工作經歷		1993年-今，北京體育大學游泳教研室					
主要工作、科研成果與獎勵		<p>1.教學方面：已指導碩士研究生 35 人，擔任碩士及本科生不同層次的游泳訓練、教學或理論課程。</p> <p>2.教材方面：出版各類專著、教材、譯著二十餘部，其中本人完成字數超過 200 萬字。</p> <p>3.學術論文方面：公開發表 10 篇，國際國內重要學術會議 7 篇。</p> <p>4.課題方面：主持和參與各類科研課題二十餘項，本人支配課題經費 20 萬。在各級學術刊物或學術會議中發表論文三十餘篇</p> <p>5.獲獎方面：2004 年，教育部霍英東基金會優秀青年教師教學類三等獎 2008 年，國務院授予北京奧運會、殘奧會先進個人 2009 年，主持《游泳理論》雙語課程，獲國家級雙語示範課程 2009 年，《高等院校開設水中健身課程的研究與實踐》，獲國家體育總局，教學成果獎三等獎 2010 年，主編教材《游泳教學和訓練雙語教材》，北京體育大學精品教材獎。</p> <p>6.游泳術科經歷：曾為國家一級游泳運動員，曾擔任中國國家游泳隊資訊組組長。先中國國家游泳少年集訓隊專家。參加各類全國性游泳比賽的調研和裁判工作，全國游泳高級教練員崗位培訓工作、全國水中健身教員、游泳指導員培訓工作數十次，擔任中國大學生體育協會游泳分會競賽委員會副主任。2003 年受中華成人游泳協會邀請赴臺灣為游泳 B 級教練員授課。</p>					

## 劉堅個人簡歷

現名	劉堅	性別	男	民族	漢	
政治面目		出生日期	1955年2月14日			
籍貫	北京市					
單位	JL Academy of badminton IL USA			電話	13655046257	
最高學歷	畢(肄、結)業時間	院 校	專 業		學 制	學 位
	1988	上海體育學院	訓練專業		2	肄業
參加工作時間		1976年7月		身體狀況	良好	
專業技術職務 任職資格		外國專家	取得 時間	2011年1 月	審批機關	福建外國專家 局
現從事何種專 業技術工作		俱樂部總教練		累 計 工 作 時 間	36年	
現(兼)任 行政職務		俱樂部總監		任職時間	16年	
主要工作經歷		1976年-1981年 八一羽毛球隊 運動員、教練員 1981年-1986年 福州市體校 教練員 1986年-1989年 斯裡蘭卡國家羽毛球隊 教練員 1990年-1991年 美國國家羽毛球隊 教練員 1992年-1994年 美國長島米勒羽毛球俱樂部 教練員 1995年-今 美國伊州 JL Academy of badminton IL USA 總 教練				

<p>主要工作、科研成果與獎勵</p>	<p>本人獲得的運動成績</p> <p>1· 1977年 全國羽毛球錦標賽 團體第四名</p> <p>2· 1979年 全國運動會羽毛球賽 團體第四名</p> <p>本人所培養的運動員獲得的運動成績</p> <p>1· 1991年-1995年 全美國青少年錦標賽 單打、雙打、混合雙打冠軍</p> <p>2· 1994年-2004年 全美國羽毛球錦標賽 單打、雙打冠軍</p> <p>3· 1995年-2010年 共舉辦 15 屆美國伊利羅伊州高中羽毛球教練員培訓班</p> <p>本人所獲得的獎勵</p> <p>1· 1996年 獲美國羽毛球協會頒發四級教練員證書</p> <p>2. 1997年、2001年 獲兩次美國奧組委頒發羽毛球最佳教練員稱號</p> <p>3. 1992年-1994年 任美國約克學院運動系客座教授</p> <p>4· 1988年 獲國際羽毛球聯合會頒發的教練員</p>
---------------------	---

## 蘇丕仁個人簡歷

現名	蘇丕仁	性別	男	民族	漢		
政治面目		出生日期	1942年1月27日				
籍貫	北京市						
單位	北京體育大學乒乓球教研室			電話	13621005552		
最高學歷	畢(肄、結)業時間	院 校		專 業		學 制	學 位
	1967年	北京體育大學		乒乓球教學與訓練		4	學士
參加工作時間		1958年6月		身體狀況	良好		
專業技術職務 任職資格		教授	取得 時間	1997年	審批機關	北京體育大學	
現從事何種專 業技術工作		乒乓球教學、研究、訓練		累 計 工 作 時 間	53年		
現(兼)任 行政職務		乒乓球教研室原主任		任職時間	10年		
主要工作經歷		1958—1963年 山西省乒乓球隊 運動員 1963—1967年 北京體育大學 學生 1967— 北京體育大學乒乓球教研室主任、教師					

<p>主要工作、科研成果與獎勵</p>	<p>1. <b>教學方面</b>：博士生導師、碩士研究生、本科生乒乓球理論課和乒乓球方研究向課課程。</p> <p>2. <b>教材方面</b>：編著教材本，1、《乒乓球教學與訓練》</p> <p>2. 《現代乒乓球運動教學與訓練》</p> <p>3. 《乒乓球運動教程》（主編）</p> <p>3. <b>學術論文方面</b>：公開發表學術性論文 150 萬字。</p> <p>4. <b>課題方面</b>：主持“乒乓球運動訓練週期理論的研究”奧運攻關課題。</p> <p>5. <b>獲獎方面</b>： 2002 年獲“中國乒乓球運動貢獻獎”； 2003 年獲“北京市高校教學名師”；</p> <p>6、<b>其他獲獎</b> 1997 年“乒乓球科研優秀獎”；</p> <p>7、<b>個人運動成績</b>：1958 年 59 年獲得全國乒乓球競標賽團體第四名 <b>教練成績</b>：1999 年全國體育院校乒乓球比賽男女團體冠軍、男女單打冠軍。</p> <p>6. <b>社會兼職</b>：中國乒協科研委員會副主任、北京體育大學學術委員會委員、教學指導與教材建設委員會委員。中央電視臺 10 頻道、北京電視臺、北京人民廣播電臺乒乓球解說嘉賓、顧問。</p>
---------------------	--

## 張莉清個人簡歷

現名	張莉清	性別	女	民族	漢		
政治面目	群眾	出生日期	1970年11月6日				
籍貫	山東威海						
單位	北京體育大學運動訓練學教研室			電話	13141376742		
最高學歷	畢(肄、結)業時間	院 校		專 業		學制	學位
	2008	北京體育大學		體育教育訓練學		3	博士
參加工作時間		1994年7月			身體狀況	健康	
專業技術職務 任職資格		副教授	取得 時間	2010年 12月	審批機關	北京體育大學	
現從事何種專 業技術工作		教師			累 計 工 作 時 間	17年	
現(兼)任 行政職務		無			任職時間		
主要工作經歷		1994年-2001年山東煙台市農業局農業廣播電視學校 2005年-2007年備戰2008年奧運會國家隊管理處 2008年-至今北京體育大學運動訓練學教研室					
主要工作、科研 成果與獎勵		<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 教學方面：本科生不同層次的體能訓練課程。包括體能訓練原理與方法、運動競賽學、教練法、運動訓練過程與控制等各個層次的課程。</li> <li>2. 教材方面：編著教材5本，《美國NBA體能訓練與方法》、《運動訓練學》、《運動訓練學習題大全》、《曲棍球訓練大綱》。</li> <li>3. 學術論文方面：公開發表9篇，國際國內重要學術會議7篇。</li> <li>4. 課題方面：主持、參與、完成國家級、省部級科研課題11項，本人支配課題經費50多萬。</li> <li>5. 獲獎方面：2010年度北京體育大學“優秀教師”先進個人稱號；2010年度中國體育科學學會優秀個人；2008年度北京奧組委優秀個人</li> <li>6. 社會兼職：中國體育科學學會運動訓練學分會副秘書長；國家體育總局教練員體能培訓講師；競技體育可持續發展論壇主持人；各省市體育局教練員培訓任務。</li> </ol>					

## 邱俊強個人簡歷

現名	邱俊強	性別	女	民族	漢		
政治面目	黨員	出生日期	1974年4月25日				
籍貫	山東萊州						
單位	北京體育大學運動生化教研室			電話	13801111074		
最高學歷	畢(肄、結)業時間	院 校		專 業		學 制	學 位
	2002	北京體育大學		運動人體科學		3	博士
參加工作時間	1998年7月			身體狀況	良好		
專業技術職務 任職資格	副教授 碩士生導師	取得 時間	2006年 10月	審批機關	北京體育大學		
現從事何種專 業技術工作	教師			累 計 工 作 時 間	13年		
現(兼)任 行政職務	無			任職時間			
主要工作經歷	1998年至今於北京體育大學運動生化教研室任教； 2003年-2008年擔任國家競走隊科研團隊負責人。						
主要工作、科研 成果與獎勵	<p>邱俊強，北京體育大學運動生化教研室副教授，研究方向為高水準運動員的訓練監控和營養補充。</p> <p>曾先後主持承擔了《備戰2004年奧運會國家競走隊科研攻關與服務》、《備戰2008年奧運會國家競走隊高原組科研攻關與服務》、《田徑耐力專案優秀運動員高原訓練方法與研究》、《備戰2010年冬奧會速度滑冰專案重點運動員營養恢復措施的研究與應用》、《對速滑專案代謝特點及陸冰能力轉化的研究》等多項課題。</p> <p>曾獲多項科研獎勵，課題《中國優秀運動員運動訓練的生理生化監控理論與方法》獲國家科學技術進步獎二等獎(2009年度)；《高原訓練的方法與應用研究》獲“第29屆奧運會科研攻關與科技服務專案貢獻一等獎”(2009年度)；《備戰2010年冬奧會速度滑冰專案重點運動員營養恢復措施的研究與應用》獲“第21屆冬奧會科研攻關與科技服務專案貢獻三等獎”(2010年度)；由於在奧運攻關中的突出貢獻，個人曾先後獲“第29屆奧運會科研攻關與科技服務個人貢獻三等獎”；“第21屆冬奧會科研攻關與科技服務個人貢獻二等獎”。曾任備戰2004年雅典奧運會膳食—營養—恢復專家組專家；備戰2008年北京奧運會高原訓練專家組專家；備戰2010年冬奧會專家組專家。</p>						

附件二 100 年度海峽兩岸運動訓練理論與實務研討會報名表

報名研習運動專項：\_\_\_\_\_

姓 名		性 別	<input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女	請貼二吋半身 脫帽光面相片
英文姓名		出生年月日	年 月 日	
身分證字號				
學 歷				
運動種類、項目				
_____級專任運動教練證書		發證日期	年 月 日	
		證書字號		
單項運動_____級教練證		發證日期	年 月 日	
		證書字號		
戶籍地址	□□□			
通訊地址	□□□			
聯絡電話	宅		手機	
	公		電子信箱	
緊急聯絡人	姓 名		關係	
	緊急聯絡電			
	通訊地址	□□□		
服務單位蓋章 (若無則免填)			聯 絡 人	
			聯 絡 電 話	
			傳 真	
			電 子 信 箱	

相關證件黏貼表 (一)

身份證正面影本黏貼處

身份證反面影本黏貼處

教練證正面影本黏貼處

教練證反面影本黏貼處

相關證件黏貼表（二）

專任運動教練證書影本黏貼處（A4 格式大小）

相關證件黏貼表（三）

最高學歷證書影本黏貼處 (A4 格式大小)

## 附件三

## 100 年度海峽兩岸運動訓練理論與實務研討會

## 住宿登記表

研討會日期：100 年 11 月 11 日~11 月 20 日(星期五~日)

姓名		性別	<input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女	請貼二吋半身 脫帽光面相片
英文姓名		出生年月日	年 月 日	
身分證字號				
戶籍地址	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>			
通訊地址	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>			
聯絡電話	宅		手機	
	公		電子信箱	
緊急聯絡人	姓名		關係	
	緊急聯絡電話			
	通訊地址	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>		
住宿日期	<input type="checkbox"/> 100 年 11 月 11 日 <input type="checkbox"/> 100 年 11 月 16 日 <input type="checkbox"/> 100 年 11 月 12 日 <input type="checkbox"/> 100 年 11 月 17 日 <input type="checkbox"/> 100 年 11 月 13 日 <input type="checkbox"/> 100 年 11 月 18 日 <input type="checkbox"/> 100 年 11 月 14 日 <input type="checkbox"/> 100 年 11 月 19 日 <input type="checkbox"/> 100 年 11 月 15 日 <input type="checkbox"/> 100 年 11 月 20 日			
住宿旅館	※ 主辦單位依登記表傳送/寄達之日期順序安排住宿優先順序。			
飲食需求	<input type="checkbox"/> 葷 <input type="checkbox"/> 素		其他需求	