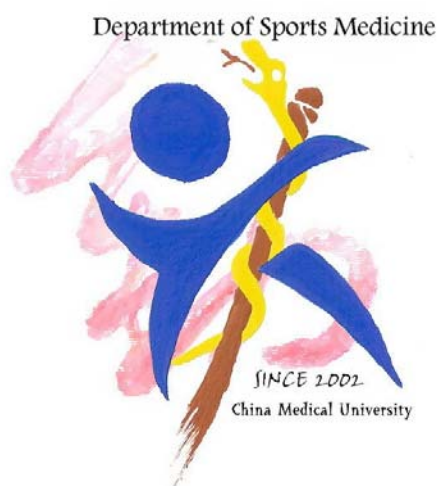


# 中國醫藥大學運動醫學系 實習紀錄手冊



**E**xercise Science

**H**ealth Fitness

**S**ports Injury Prevention

組別：\_\_\_\_\_

姓名：\_\_\_\_\_

學號：\_\_\_\_\_

# 目 錄

運動醫學系「運動科學組」實習指導書.....	1
運動醫學系「體適能組」實習指導書.....	4
運動醫學系「運動防護組」實習指導書.....	7
運動醫學系「運動產業」實習指導書.....	11
運動醫學系實習請假單.....	14
運動科學/體適能/運動傷害防護/運動產業 實習討論課程出席表.....	15
運動科學/體適能/運動傷害防護/運動產業 實習週誌表.....	17

## 運動醫學系「運動科學組」實習指導書

### 壹、目的

運動醫學系為讓本系學生提昇專業能力並與科學研究結合，規定大四學生需參與實習，進而增加學生自我實務經驗，及銜接升學與就業的機會。

### 貳、範圍

1. 本系學生選擇「運動科學實習」時，包含學科課程與實驗課程，均須遵照辦理。
2. 選填實習限制:需通過教育部實驗室安全衛生教育訓練，特殊實驗需求所需之教育訓練須另外取得。尚未取得認證者請於9月開學時完成，方能核計實習時數。
3. 上學期需有人體試驗(IRB)上課的實數證明，及完成IRB申請書的撰寫，以利接續下學期的實習課程。

### 參、名詞定義

1. 本系指導老師：能全程參與、指導並提供實驗地點之本系專任教師。
2. 實習點：本系所屬實驗室、專業教室或指導老師指派之其他地點。
3. 實驗儀器：指完成實習所需之設備。

### 肆、流程圖

權責	作業流程	說明
大四實習生	分組與選擇指導老師	分組與選擇研究方向
	↓	
本系指導老師	確認研究主題	確認實驗計畫內容
	↓	
大四實習生	進行每學期 200 小時實習	1. 協調各實習點空間使用排班與運作事宜 2. 上台實習報告(含論文與研究進度)與實驗操作
	↓	
	↓	
	↓	
大四實習生 & 本系指導老師	期末報告書面繳交	期末上台成果報告與繳交書面報告。
	↓	
	↓	
大四實習生	學術研討會成果發表	當學年研究成果至少需至相關學術研討會發表一次。

## 伍、內容

### 1. 運動科學實習操作(需事先預約實習點或實驗儀器)

- (1) 同學以 2 人一組為原則，設計一運動科學相關之實驗，實際執行完成並撰寫成論文報告。
- (2) 每組依據實驗計畫確實操作(必須本系指導老師完全通過實驗計畫內容方可開始執行實驗)
- (3) 實習生應妥善使用實驗儀器設備，必要時須通過操作檢定。未依正常程序操作、管理儀器者將停止其使用權。若因此延誤實驗進度，實習生應自行負責。
- (4) 使用各實驗室或專業教室須切實遵守使用規則，尤其不可在實驗室飲食，且不得將包裝食物之垃圾丟棄在實驗室之垃圾桶，實驗結束後必須將垃圾帶走。違反使用規則者將停止其使用權。若因此延誤實驗進度，實習生應自行負責。
- (5) 當學年研究成果至少需至相關學術研討會發表一次。

### 2. 演講: 每週 2 小時討論課程，包含

- (1) 口頭報告計畫內容：每組報告執行之計畫內容，含背景介紹、文獻探討、實驗設計、經費預算與預期結果
- (2) 口頭報告運動科學相關之論文(每人 2 次)：實習生須選擇近五年內運動科學相關之 **原文 original paper**，不符合規定者則重新報告。
- (3) 口頭報告實習成果：
  - 甲、期中研究進度報告：含研究進度追蹤、實驗中待解決問題。
  - 乙、期末須將實驗成果以口頭報告，並整理為論文形式繳交書面報告。
- (4) 問題討論：參與其他同學報告之討論
- (5) 若口頭報告不理想者須重新報告(否則無法評分)。

### 3. 請假規定：

- (1) 實習學生需自我安排實習時間，並負責任準時達成
- (2) 每週 2 小時討論課程，如需請假，請填寫請假單。系上每學期給予 2 次公假，其餘需請事(病)假。並須於一周內完成學校請假手續。
- (3) 未完成請假手續以曠課論，出席但遲到早退 20 分鐘以上一律以曠課計。
- (4) 全學期曠課達 3 次或未出席次數(含事、病假與缺席)達學期應出席次數 1/3，則本學期成績以不及格論。

### 4. 實習時數計算：

- (1) 每週討論課程：每次給予 2 小時
- (2) 課程中：進度或成果報告：4 小時/組/人；論文報告：6 小時/人
- (3) 人體試驗(IRB)上課時數×2；完成 IRB 申請書撰寫：6 小時；學術研討會參加證明：口頭報告：25 小時；海報：15 小時。
- (4) 實習操作：按實際時數給予(必須提出受試者證明或指導老師核簽才可折算實習時數)。
- (5) 與指導老師討論實驗內容(含實驗室會議)：按實際時數給予(由指導老師核簽)

- (6) 期末書面成果報告：完成並符合規定者給予 30 小時，缺交或未符規定者不給與時數。
- (7) 協助系上事務：包含課程、運動科學相關活動、見習生培訓等，協助者經系主任同意後可核計實習時數。

5. 評分標準

- (1) 討論課程出席：15% (曠課或請假一次扣 5%) 。
- (2) 口頭報告及問題討論：30%
- (3) 討論課程發問：10%
- (4) 實習操作：25%
  - 甲、是否依據實驗計畫確實操作(必須完全通過實驗計畫內容方可開始執行實驗)
  - 乙、是否妥善使用實驗室儀器設備，必要時須通過操作檢定。
  - 丙、是否切實遵守實驗室規則。
- (5) 期末成果書面報告(每組一份)：20%

(6) 上學期未完成教育部實驗室安全衛生教育訓練、人體試驗(IRB)上課、及 IRB 申請書撰寫者，期末成績以不及格計。
--

(7) 實習時數未達 200 小時者，期末成績以不及格計。
-------------------------------

(8) 未與指導老師討論而擅自進行實驗者期末成績以不及格計。
--------------------------------

(9) 研究成果未至相關學術研討會發表者，下學期課程重修。
-------------------------------

6. 其他規定：

- (1) 實習要求之專業技能，請實習學生多加練習與討論。並與指導老師保持密切聯繫
- (2) 對專業的熱心與責任是實習的核心，請同學保持謙虛與和善的態度，面對實習老師與學員。

## 運動醫學系「體適能組」實習指導書

### 壹、目的

運動醫學系為讓本系學生提昇專業能力並與實務應用結合，規定大四學生需參與實習，進而增加學生自我實務經驗，及銜接就業的機會。

### 貳、範圍

1. 本系學生選擇「健康體適能學實習」時，包含實習點實習與支援體適能檢測、運動指導，均須遵照辦理。
2. 選填實習限制:需具備體適能指導員證照(參考下列項目)及通過見習考試，方可進入實習點實習。尚未取得證照者請於 9月開學前取得，方能核計實習時數。

教育部體適能指導員
ACSM體適能指導員
YMCA 體適能指導員(SCI,GEI,或AOA)
AFAA 體適能指導員
其他相關證照需由指導老師認可

### 參、權責單位

1. 業界老師：包含單位負責人、教練，需負責規畫、教導教學訓練計畫或指派學生進行體適能相關工作。
2. 本系指導老師：協助與協調學生實習事宜。
3. 實習團：由實習團長與各實習點負責人，進行健康體適能組實習。

### 肆、名詞定義：

1. 實習團長與各實習點負責人：由教師或同學推選出負責任的實習生，實習負責教師同意後擔任。

### 伍、流程圖

權責	作業流程	說明
大四實習生	選擇實習單位	見下方說明
	↓	
實習負責教師	確認實習點負責人與實習團長	協調各實習點學生排班、請假與運作事宜。
	↓	
	↓	
大四實習生	進行每學期至少 200 小時實習	校內實習(體適能實習)含社區體適能服務，最低實習時數要求：200 小時(上學期 7-12 月，下學期 1-5 月)
	↓	
本系指導老師與業界老師	期中個案與期末報告書面繳交	期末上台成果報告與繳交書面報告。

## 陸、內容

1. 各實習點詳見實習選填手冊。
  - (1) 業界實習單位 (選擇業界實習單位者需再加選「運動產業實習」, 每學期總共須完成 400 小時實習, 其出席規定、兩項實習課程成績統籌由業界實習單位負責)
  - (2) **校內實習每學期應進行 200 小時實習, 其中包含至少 20 小時社區體適能服務**
    - 甲、社區實習單位: 包含國小學童、社區老人體適能活動、本校推廣中心體適能相關課程或實習選填手冊中註明之社區實習單位。
    - 乙、校內實習單位
    - 丙、社區體適能服務: 支援學校、政府或業界舉辦之社區體適能活動(含檢測)。
2. 請假規定:
  - (1) 實習學生需自我安排實習時間, 並負責任準時達成。
  - (2) 如遇到實習單位需求或運動賽事防護工作時(同時修習防護實習者適用)與學校課程衝堂時, 需協調同組實習學生代班。如需請假, 請填寫請假單, 系上每學期給予 2 次公假, 其餘需請事假, 以上請假需事先申請並通過。
  - (3) 校內實習假單由本系指導老師與系主任簽名, 並由實習團留存, 方可成效, 如無進行請假手續則列為曠職。
  - (4) 各實習點未出席次數(含事、病假與曠職)達學期應出席次數 1/5, 或曠職次數達 2 次, 將於實習團內部檢討後, 交由學系實習委員會決定該學生本學期是否重修。
  - (5) 每週討論課等同實習點, 其請假規定比照辦理。
  - (6) **業界實習單位請假則依據實習單位規定辦理。**
3. 社區體適能服務:

每學期每人須完成至少 20 小時社區體適能服務。支援學校、政府或業界舉辦之社區體適能活動(含檢測)時, 經由實習團公開開會討論決定是否承接與人力調配, 費用由實習團決定與經費管理。如遇此項實習時數不足時, 可由系上體適能相關活動、見習生培訓、見習考核協助等項目流用。
4. 實習團定期討論內容:

定期開會討論實習團事宜, 需邀請本系指導老師或主任與會, 討論內容如下:

  - (1) 實習點與粉絲團經營管理問題。
  - (2) 各實習點學生請假與排班事宜, 或團員遲到、早退、曠職之處置。
  - (3) 實習經費討論與管理, 包含自費收入、活動經費、耗材支出與邀請專家演講等。
  - (4) 學弟妹見習教學與協助課程事宜。
  - (5) 各實習點實習內容規劃與執行成效回報。
  - (6) 其他相關運作問題。
5. 學期中上台報告內容:

個案需為實習單位的學員, 需與業界老師或系上老師討論後進行資料整理, 報告內容需以 SOAP 呈現, 佔實習成績 30%。
6. 討論課程心得單: 討論課程需填寫心得單並於下課準時繳交, 佔實習成績 10%。
7. 實習時數計算:

**每學期應進行 200 小時實習, 其中包含至少 20 小時社區體適能服務**

- (1) 業界實習單位：以實際時數折算
- (2) 校內及社區實習單位
  - 甲、「B1 團體運動」全程單一指導人每次以 3 小時折算，若同一節課程 2 人以上輪流帶領則依照時間比例分配(需全程參與)。
  - 乙、「輔順仁愛之家」、「沐風 60」或其他經核定之老人團體運動指導人每次 2 倍時數折算，協助人以實際時數折算。
  - 丙、「VIP」、「適應體育」、「惠文國小」每次以 1.5 倍時數折算
  - 丁、未特別列出之單位以實際時數折算，但若為新增實習點折算方式另行公告。
- (3) 每週討論課準時出席以 2:1 折算(2 小時折算 1 小時)
- (4) 實習時數如遇系上事務，包含系上體適能相關活動、開會、見習生培訓、見習考核協助等，協助者經系主任或本系指導老師同意後可核計實習時數。
- (5) 實習時數系上僅規定最低實習時數標準，為鼓勵同學實習，**實習總時數**會列入本課程「健康體適能學實習」平時成績計算。參與社區體適能服務(包含負責承接招募)的同學將列入學期總成績加分。
- (6) **實習時數未達 200 小時者，期末成績以不及格計。**

8. 其他規定：

- (1) 各實習點需求人數詳見**實習選填手冊**。
- (2) 實習要求之專業技能，請實習學生多加練習與討論。
- (3) 對專業的熱心與責任是實習的核心，請同學保持謙虛與和善的態度，面對實習老師與學員。
- (4) 實習期間的活動或支援，如接受各單位人事費的補助，則不能列入實習時數。
- (5) 相關實習問題，可與本系實習指導老師聯繫。



## 運動醫學系「運動防護組」實習指導書#

### 壹、目的

運動醫學系為讓本系學生提昇專業能力並與實務應用結合，規定大四學生需參與實習，進而增加學生自我實務經驗，及銜接就業的機會。

### 貳、範圍

本系學生選擇校內實習的「運動防護學實習」時，包含學生球隊與業界單位的實習點實習，及支援運動賽事防護，均須遵照辦理。

選填實習限制:需具備EMT1及通過見習考試，方可進入實習點實習。

在校肌動學、運動生理學、解剖學等基礎學科成績不及格者，建議勿選填業界單位。

### 參、權責單位

- 1、實習指導人員與實習老師：包含球場教練、隊長、單位負責人、球隊經理及運動防護員，需負責規畫教學訓練計畫，並指導學生進行運動防護、行政管理、運動處方與復健計畫教學。
- 2、本系指導老師：協助與協調學生與業界間的實習事宜。
- 3、實習團：由實習團長與各實習點負責人，進行運動防護組實習。

### 肆、名辭定義：

- 1、隊長：指校內各球隊負責帶隊的隊長。
- 2、實習團長與各實習點負責人：實習學生擔任，由學長選出負責的實習生，系主任同意後擔任。

### 伍、流程圖

權責	作業流程	說明
大四實習生  系主任	<div style="border: 1px solid black; padding: 2px; display: inline-block;">選擇實習單位</div> ↓ <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; display: inline-block;">兩階段選填</div> ↓ ↓ ↓ <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; display: inline-block;">確認實習點負責人與實習團長</div> ↓ ↓ <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; display: inline-block;">進行每學期至少 200 小時實習</div> ↓ ↓ ↓ <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; display: inline-block;">期中個案與期末報告書面繳交</div>	分學生球隊與業界單位實習：  第一階段：產業實習選填，第二階段：校內實習(運動防護學實習)選填，依據系上公告成績排序選填(不足名額可流用)。  協調支援運動賽事防護與各實習點學生請假與運作事宜。  校內實習(運動防護學實習)最低實習時數要求：200 小時 (上學期 7-12 月，下學期 1-5 月)  期末上台成果報告與繳交書面報告。
本系指導老師與實習指導人員與實習老師		
本系指導老師與實習老師		

## 陸、 內容：

### 1. 校內實習的「運動防護學實習」需填選業界單位或學生球隊進行實習。

#### (1) 業界單位：

選擇業界實習點需完成至少 200 小時的實習(業界實習點詳見實習選填手冊)，實習時間(原則以白天為主，可視單位需求而定)由各單位實習老師排定，請假需與實習老師協調調班事宜，需請假時需按照請假規定。

\*另外，200 小時的實習中，以隨隊防護工作為主，但需完成 20 小時運動賽事防護或出隊比賽防護工作，以及 20 小時系上防護活動、協助講座課程教學。

#### (2) 學生球隊實習：

選擇學生球隊實習點需完成至少 200 小時的實習(學生球隊實習點詳見實習選填手冊)，實習時間(原則以白天為主，可視球隊需求而定)由各球隊隊長排定，請假需與教練或隊長協調調班事宜，需請假時需按照請假規定。

\*另外，仍需完成至少 20 小時運動賽事防護或出隊比賽防護工作，以及 20 小時系上防護活動、協助講座課程教學。

#### (3) 醫院實習：

提供實習生自由選擇，需完成 3 個月醫院實習，包含上午至北港醫院骨科、中醫傷科或復健科實習，學習跟診、開刀見習、醫院會議報告、運動傷害講座與巡迴醫療，下午參與角力隊防護協助與運動傷害教學工作，完成後給予 90 小時實習時數，將分為 4 個時段：A-7 至 9 月；B-10 至 12 月；C-1 至 3 月；D-4 至 6 月，實習人數需求將另外公告。

### 2. 運動賽事防護或出隊比賽防護工作：

學生球隊與業界單位實習皆需完成 20 小時運動賽事防護或出隊比賽防護工作，以及 20 小時系上防護活動、協助講座課程教學，賽事防護可由實習團成員、老師或者實習老師提供，支援賽事防護舉辦單位需要求提供耗材與工作經費，經由實習團公開開會討論決定是否承接與人力調配，費用由實習團決定與經費管理。辦理運動賽事防護的相關公文與流程，請詢問系辦劉小姐。

運動賽事防護或出隊比賽防護工作，由負責承接同學招募，需以每場比賽中需 2 至 3 名防護員進行支援，建議由有經驗學生(指較了解舉辦單位與球隊的學生)，搭無經驗學生(指對舉辦單位與球隊的學生較陌生)進行賽事防護支援。

### 3. 實習時數規定：

(1) 選填業界單位實習的同學，需於同單位完成一學期的實習，不得更換單位(如有相關問題必須更換，請與張文典、王信民老師討論)。選填學生球隊實習的同學，建議盡量不要更換單位，專心照護選填的學生球隊，如遇學生球隊實習時數不足時，可支援其他學生球隊。

(2) 實習中需含完成至少 20 小時運動賽事防護或出隊比賽防護工作，如遇實習時數不足時，可由系上防護活動、協助講座課程教學、業界實習同學支援/指導學生球隊、協助學弟妹講座課程教學共 20 小時可相互流用。

(3) 校內實習 200 小時需包含隨隊 100 小時、大會防護 20 小時、後端治療 60 小時、系上防護活動及協助講座課程教學 20 小時，其中依狀況部份時數可互相流用。

### 4. 請假規定：

(1) 實習學生需自我安排實習時間，並負責任準時達成。

(2) 如遇到實習單位需求或運動賽事防護工作與學校課程衝堂時，需協調同組實習學生代班。如需請假，請填寫請假單，系上每學期給予 2 次公假，其餘需請事(病)假，事(病)假需以 1:2 方式進行實習補假。

- (3) 校內實習假單由本系指導老師與系主任簽名，並由實習團留存，方可成效，如無進行請假手續則列為曠職。
- (4) 各實習點未出席次數(含事、病假與曠職)達學期應出席次數 1/5，或曠職達 2 次，將於實習團內部檢討後，由系主任決定該學生本學期重修。
- (5) 每週一討論課等同實習點，其請假規定比照辦理。
- (6) 業界實習單位請假則依據實習單位規定辦理。

5. 本系防護點：

學生球隊實習需系上提供柳川 1 與 2 樓實習教室，由實習團規劃硬體設備與服務流程，服務對象為校內球隊運動員與校內學生，由隨球隊練習時轉介至本系防護點，進行復健運動計畫與機能訓練。服務內容為自費貼紮、自費軟組織處理與自費個別體能訓練。如運動員需要重量訓練，可轉介健身中心的體適能組協助。如需使用請告知張文典、王信民老師，時數可列入實習時數。

6. 實習團定期討論內容：

定期開會討論實習團事宜，需邀請本系指導老師或主任與會，討論內容如下：

- (1) 各實習點學生請假與補假事宜，或團員曠職檢討。
- (2) 實習經費討論與管理，包含自費收入、賽事經費、耗材支出與邀請專家演講等。
- (3) 設置本系防護點與防護諮詢點，完程空間硬體規劃與服務流程制定協調。
- (4) 學弟妹見習教學與協助課程事宜。
- (5) 實習耗材與經費需妥善討論管理。
- (6) 相關運作問題需定期開會討論。

7. 實習表現成績：包含實習時數考核、實習表現與活動參與，佔實習成績 70%。

8. 學期中上台報告內容：

個案需為實習單位的運動員或會員，需與業界老師討論後進行資料整理，報告內容需以 SOAP 呈現，佔實習成績 20%。

9. 期末成果報告內容：

個案需為期中報告的運動員或會員，需與業界老師討論後進行資料整理，書面內容需以 SOAP 呈現，佔實習成績 10%。

10. 實習時數抵扣：

**每學期應進行至少 200 小時實習，以隨隊防護工作為主，但其包含 20 小時運動賽事防護或出隊比賽防護工作，以及 20 小時系上防護活動及協助講座課程教學。**

- (1) 業界實習單位：以實際時數折算
- (2) 每週一討論課準時出席以 2:1 折算(2 小時折算 1 小時)
- (3) 實習時數如遇系上事務，包含系上防護相關活動、開會、見習生培訓、見習考核協助等，協助者經系主任或本系指導老師同意後可核計實習時數。
- (4) 實習時數系上僅規定最低 200 小時實習時數標準，業界單位可能會多於最低實習時數標準，為鼓勵同學實習，實習總時數會列入本課程「運動防護學實習」平時成績計算。運動賽事防護(包含負責承接招募同學)的同學將列入學期總成績加分。
- (5) **實習時數未達 200 小時者，期末成績以不及格計。**

11. 其他規定：

- (1) 各實習點原則以需求人數進行實習選填，排班與運作需由業界老師與實習負責人協助。
- (2) 實習單位要求需具備運動指導、運動復健處理、運動防護與貼紮技術，請實習學生多加練習與討論。
- (3) 對專業的熱心與責任是實習的核心，請同學保持謙虛與和善的態度，面對實習老師與運動員。
- (4) 實習期間的活動或支援，如接受各單位人事費的補助，則不能列入實習實數。
- (5) 相關實習問題，可與本系指導老師聯繫，會由運動醫學系實習委員會進行研議並協助處理學生問題。

## 運動醫學系「運動產業」實習指導書#

### 壹、目的

運動醫學系為讓本系學生提昇專業能力並與實務應用結合，規定大四學生需參與實習，進而增加學生自我實務經驗，及銜接就業的機會。

### 貳、範圍

本系學生選擇校內實習的「運動產業實習」時，修課時需選擇「運動產業實習」加「運動防護學實習」或「健康體適能學實習」，均須遵照辦理。

選填實習限制:

1. 在校成績優良，且當學期成績需無補修必修科目的同學(將由系辦考核)，依成績排序選填。
2. 防護組需具備EMT1證照及通過見習考試；體適能組需具備體適能指導員證照(參考運動醫學系「體適能組」實習指導書)及通過見習考試。
3. 在校必修學科成績不及格者，不得選填產業實習，且各基礎與專業學科要求須符合「運動防護學實習」或「健康體適能學實習」規定。

### 參、權責單位

1. 實習老師：包含單位負責人、醫師、球隊經理及運動防護員，需負責規畫教學訓練計畫，並指導學生進行運動防護、行政管理、運動處方與復健計畫教學。
2. 本系指導老師：協助與協調學生與業界間的實習事宜。
3. 實習團：由實習團長與各實習點負責人，協助運動產業實習進行。

### 肆、名辭定義：

- 1、各實習點負責人：實習學生選填後單位後，由系主任同意後擔任。

### 伍、流程圖

權責	作業流程	說明
大四實習生	<b>選擇實習單位</b>	分學生球隊與業界單位實習：  第一階段：產業實習選填，第二階段：校內實習(運動防護學實習、健康體適能學實習)選填，依據系上公告成績排序選填(不足名額可流用)。  協調支援運動賽事防護與各實習點學生請假與運作事宜。  產業實習最低實習時數要求：400 小時 (上學期 7-12 月，下學期 1-5 月)  期末上台成果報告與繳交書面報告。
系主任	↓ <b>兩階段選填</b>	
	↓ ↓ ↓	
	<b>確認實習點負責人</b>	
	↓ ↓	
本系指導老師與業界老師	<b>進行每學期至少 400 小時實習</b>	
	↓ ↓ ↓	
本系指導老師	<b>期中個案與期末報告書面繳交</b>	

## 陸、內容：

1. 「運動產業實習」需加選「運動防護學實習」或「健康體適能學實習」，並填選業界單位進行實習，需完成至少 **400 小時** 的實習(業界實習點詳見實習選填手冊)，實習時間(原則以白天為主，可視單位需求而定)由各單位業界老師排定，請假需與業界老師協調調班事宜，需請假時需按照請假規定。運動防護組實習時數需包含每學年 250 小時體育署規定符合運動防護員業務範圍的實習時數，指實際接觸從事體育運動者，參與運動防護員執行業務內容之學習經驗。(法規參考教育部運動防護實習之認定基準)。

運動防護員業務範圍的實習時數認可項目：

### (1)運動傷害之預防：

- 以運動前體能檢測方式來判斷從事體育運動者之身體狀態。
- 參與及督導從事體育運動者體能訓練及調整訓練計畫(例如：關節活動度與柔軟度改善、肌力訓練與調整、神經肌肉控制與協調訓練等)。
- 檢視比賽或訓練時之環境狀態，並提供運動安全相關之建議。
- 定期檢查運動器具、設備及場地之安全。
- 協助使用合適之護具、評估護具之使用及維護狀況。
- 施予合適之貼紮或包紮。
- 提供運動傷害相關預防資訊。
- 熱身、整理操、伸展指導。

### (2)從事體育運動者之健康管理：

- 運動防護紀錄之建立、填寫、管理及維護。
- 運動場地、設備之安全維護及管理。
- 運動傷害預防與緊急處理之衛教及指導。
- 擬訂服務對象所處運動訓練場所之緊急事故管理及工作計畫。

### (3)運動傷害之辨別與評估及送醫前之緊急處理：

- 評估形成傷害與身體不適之機轉及程度。
- 評估與檢視受傷範圍及狀況。
- 使用適當之急救技術，並提供到院前之緊急救護處理。
- 協助送醫。

### (4)運動傷害後之防護及保健：

- 依照醫師指示，調整並協助復健流程。
- 受傷後各項體能調整與功能訓練之規劃與執行。

### (5)其他經主管機關認可之運動防護事務。

## 2. 請假規定：

實習學生需自我安排實習時間，與業界老師約定時間後，需負責任準時達成，如需請假，請填寫請假單，系上給予 2 次公假，其餘需請事(病)假，事(病)假需以 1:2 方式進行實習補假。假單需給業界老師、本系指導老師與系主任簽名，由系辦留存，方可成效，如無進行請假手續導致實習單位產生空窗與爭執，則列為曠職，曠職 2 次，由系主任決定該學生本學期重修。**業界實習單位請假則依據實習單位規定辦理。**

3. 實習表現成績：實習老師依中國醫藥大學運動醫學系產業實習成績表評分，佔實習成績 80%。

4. 學期中上台報告內容：  
個案需為實習單位的運動員或會員，需與實習老師討論後進行資料整理，報告內容需以 SOAP 呈現，佔實習成績 20%。
5. 期末成果報告內容：  
個案需為期中報告的運動員或會員，需與實習老師討論後進行資料整理，書面內容需以 SOAP 呈現，佔實習成績 10%。
6. 實習時數抵扣：  
實習時數如遇系上事務，協助者可抵時數(只能抵實習點 40 小時的實習實數，需符合相關時數分配門檻)，包含系上活動、開會、見習考核協助等，但需系主任同意後方可執行，折抵實習時數為實際活動時數的 1/2 計算。
7. 其他規定：
  - (1) 實習單位要求需具備運動處方、基礎評估、運動指導、運動復健處理、運動防護與貼紮技術，請實習學生多加練習與討論。
  - (2) 實習單位皆無提供住宿，建議實習點離家較近者優先考慮，如需租屋住宿請將聯繫方式告知系辦劉小姐紀錄。
  - (3) 對於運動產業實習時數，系上僅規定最低 400 小時要求，但同學仍需依業界單位工作型態及球團運作狀況加以配合，為鼓勵同學實習，實習總時數會列入本課程「產業實習」學期總成績加分計算。而如有參與運動賽事防護的同學也會列入學期總成績加分。
  - (4) 運動產業實習期間，需雙週一下午 13:00-17:00 (含專題討論)的回校參與課程，請向實習老師告知，不用請假。
  - (5) 運動產業實習為全學期(或全學年)實習，需注意自己的服裝儀容、出席狀況、實習表現與學習態度，會由實習老師評分計算學期總成績，如表現不良而評分不及格，需進行重修實習學分。
  - (6) 對專業的熱心與責任是實習的核心，請同學保持謙虛與和善的態度，面對實習老師與運動員。
  - (7) 相關實習問題，可與本系指導老師聯繫，會由運動醫學系實習委員會進行研議並協助處理學生問題。

## 運動醫學系實習請假單

學號：	姓名：
請假日期：民國      年      月      日	實習點：
<p>請假事由：</p> <p><input type="checkbox"/> 承接賽事活動</p> <p><input type="checkbox"/> 支援球隊需求</p> <p><input type="checkbox"/> 其他_____</p> <p>請假：</p> <p><input type="checkbox"/> 公假</p> <p><input type="checkbox"/> 事(病)假(需1:2補假)，已告知實習團長，團長簽名：_____</p>	
簽核	
球團教練(隊長)或指導老師	系主任

請自行影印使用



運動科學/體適能/運動傷害防護/運動產業 實習討論課程出席表

\_\_\_\_\_學年度 上學期

實習生姓名：

學號：

次數	日期	折抵時數	教師簽名	備註
1	月 日			
2	月 日			
3	月 日			
4	月 日			
5	月 日			
6	月 日			
7	月 日			
8	月 日			
9	月 日			
10	月 日			
11	月 日			
12	月 日			
13	月 日			
14	月 日			
15	月 日			
16	月 日			
17	月 日			
18	月 日			
19	月 日			
20	月 日			

運動科學/體適能/運動傷害防護/運動產業 實習討論課程出席表

\_\_\_\_\_學年度 下學期

實習生姓名：

學號：

次數	日期	折抵時數	教師簽名	備註
1	月 日			
2	月 日			
3	月 日			
4	月 日			
5	月 日			
6	月 日			
7	月 日			
8	月 日			
9	月 日			
10	月 日			
11	月 日			
12	月 日			
13	月 日			
14	月 日			
15	月 日			
16	月 日			
17	月 日			
18	月 日			
19	月 日			
20	月 日			

運動科學/體適能/運動傷害防護/運動產業 實習週誌表#

(時期)	年 月 日至 年 月 日		本週總時數	小時	累積總時數	小時
日期	時間 (折抵時數)	實習 地點	實習工作內容要記			負責人簽名
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					

運動科學/體適能/運動傷害防護/運動產業 實習週誌表

(時期)	年 月 日至 年 月 日		本週總時數	小時	累積總時數	小時
日期	時間 (折抵時數)	實習 地點	實習工作內容要記			負責人簽名
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					

運動科學/體適能/運動傷害防護/運動產業 實習週誌表

(時期)	年 月 日至 年 月 日		本週總時數	小時	累積總時數	小時
日期	時間 (折抵時數)	實習 地點	實習工作內容要記			負責人簽名
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					

運動科學/體適能/運動傷害防護/運動產業 實習週誌表

(時期)	年 月 日至 年 月 日		本週總時數	小時	累積總時數	小時
日期	時間 (折抵時數)	實習 地點	實習工作內容要記			負責人簽名
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					

運動科學/體適能/運動傷害防護/運動產業 實習週誌表

(時期)	年 月 日至 年 月 日		本週總時數	小時	累積總時數	小時
日期	時間 (折抵時數)	實習 地點	實習工作內容要記			負責人簽名
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					

運動科學/體適能/運動傷害防護/運動產業 實習週誌表

(時期)	年 月 日至 年 月 日		本週總時數	小時	累積總時數	小時
日期	時間 (折抵時數)	實習 地點	實習工作內容要記			負責人簽名
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					



運動科學/體適能/運動傷害防護/運動產業 實習週誌表

(時期)	年 月 日至 年 月 日		本週總時數	小時	累積總時數	小時
日期	時間 (折抵時數)	實習 地點	實習工作內容要記			負責人簽名
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					

運動科學/體適能/運動傷害防護/運動產業 實習週誌表

(時期)	年 月 日至 年 月 日		本週總時數	小時	累積總時數	小時
日期	時間 (折抵時數)	實習 地點	實習工作內容要記			負責人簽名
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					

運動科學/體適能/運動傷害防護/運動產業 實習週誌表

(時期)	年 月 日至 年 月 日		本週總時數	小時	累積總時數	小時
日期	時間 (折抵時數)	實習 地點	實習工作內容要記			負責人簽名
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					

運動科學/體適能/運動傷害防護/運動產業 實習週誌表

(時期)	年 月 日至 年 月 日		本週總時數	小時	累積總時數	小時
日期	時間 (折抵時數)	實習 地點	實習工作內容要記			負責人簽名
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					

運動科學/體適能/運動傷害防護/運動產業 實習週誌表

(時期)	年 月 日至 年 月 日		本週總時數	小時	累積總時數	小時
日期	時間 (折抵時數)	實習 地點	實習工作內容要記			負責人簽名
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					

運動科學/體適能/運動傷害防護/運動產業 實習週誌表

(時期)	年 月 日至 年 月 日		本週總時數	小時	累積總時數	小時
日期	時間 (折抵時數)	實習 地點	實習工作內容要記			負責人簽名
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					

運動科學/體適能/運動傷害防護/運動產業 實習週誌表

(時期)	年 月 日至 年 月 日		本週總時數	小時	累積總時數	小時
日期	時間 (折抵時數)	實習 地點	實習工作內容要記			負責人簽名
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					

運動科學/體適能/運動傷害防護/運動產業 實習週誌表

(時期)	年 月 日至 年 月 日		本週總時數	小時	累積總時數	小時
日期	時間 (折抵時數)	實習 地點	實習工作內容要記			負責人簽名
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					



運動科學/體適能/運動傷害防護/運動產業 實習週誌表

(時期)	年 月 日至 年 月 日		本週總時數	小時	累積總時數	小時
日期	時間 (折抵時數)	實習 地點	實習工作內容要記			負責人簽名
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					

運動科學/體適能/運動傷害防護/運動產業 實習週誌表

(時期)	年 月 日至 年 月 日		本週總時數	小時	累積總時數	小時
日期	時間 (折抵時數)	實習 地點	實習工作內容要記			負責人簽名
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					

運動科學/體適能/運動傷害防護/運動產業 實習週誌表

(時期)	年 月 日至 年 月 日		本週總時數	小時	累積總時數	小時
日期	時間 (折抵時數)	實習 地點	實習工作內容要記			負責人簽名
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					

運動科學/體適能/運動傷害防護/運動產業 實習週誌表

(時期)	年 月 日至 年 月 日		本週總時數	小時	累積總時數	小時
日期	時間 (折抵時數)	實習 地點	實習工作內容要記			負責人簽名
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					

運動科學/體適能/運動傷害防護/運動產業 實習週誌表

(時期)	年 月 日至 年 月 日		本週總時數	小時	累積總時數	小時
日期	時間 (折抵時數)	實習 地點	實習工作內容要記			負責人簽名
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					

運動科學/體適能/運動傷害防護/運動產業 實習週誌表

(時期)	年 月 日至 年 月 日		本週總時數	小時	累積總時數	小時
日期	時間 (折抵時數)	實習 地點	實習工作內容要記			負責人簽名
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					

運動科學/體適能/運動傷害防護/運動產業 實習週誌表

(時期)	年 月 日至 年 月 日		本週總時數	小時	累積總時數	小時
日期	時間 (折抵時數)	實習 地點	實習工作內容要記			負責人簽名
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					

運動科學/體適能/運動傷害防護/運動產業 實習週誌表

(時期)	年 月 日至 年 月 日		本週總時數	小時	累積總時數	小時
日期	時間 (折抵時數)	實習 地點	實習工作內容要記			負責人簽名
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					



運動科學/體適能/運動傷害防護/運動產業 實習週誌表

(時期)	年 月 日至 年 月 日		本週總時數	小時	累積總時數	小時
日期	時間 (折抵時數)	實習 地點	實習工作內容要記			負責人簽名
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					

運動科學/體適能/運動傷害防護/運動產業 實習週誌表

(時期)	年 月 日至 年 月 日		本週總時數	小時	累積總時數	小時
日期	時間 (折抵時數)	實習 地點	實習工作內容要記			負責人簽名
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					

運動科學/體適能/運動傷害防護/運動產業 實習週誌表

(時期)	年 月 日至 年 月 日		本週總時數	小時	累積總時數	小時
日期	時間 (折抵時數)	實習 地點	實習工作內容要記			負責人簽名
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					

運動科學/體適能/運動傷害防護/運動產業 實習週誌表

(時期)	年 月 日至 年 月 日		本週總時數	小時	累積總時數	小時
日期	時間 (折抵時數)	實習 地點	實習工作內容要記			負責人簽名
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					

運動科學/體適能/運動傷害防護/運動產業 實習週誌表

(時期)	年 月 日至 年 月 日		本週總時數	小時	累積總時數	小時
日期	時間 (折抵時數)	實習 地點	實習工作內容要記			負責人簽名
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					

運動科學/體適能/運動傷害防護/運動產業 實習週誌表

(時期)	年 月 日至 年 月 日		本週總時數	小時	累積總時數	小時
日期	時間 (折抵時數)	實習 地點	實習工作內容要記			負責人簽名
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					

運動科學/體適能/運動傷害防護/運動產業 實習週誌表

(時期)	年 月 日至 年 月 日		本週總時數	小時	累積總時數	小時
日期	時間 (折抵時數)	實習 地點	實習工作內容要記			負責人簽名
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					

運動科學/體適能/運動傷害防護/運動產業 實習週誌表

(時期)	年 月 日至 年 月 日		本週總時數	小時	累積總時數	小時
日期	時間 (折抵時數)	實習 地點	實習工作內容要記			負責人簽名
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					



運動科學/體適能/運動傷害防護/運動產業 實習週誌表

(時期)	年 月 日至 年 月 日		本週總時數	小時	累積總時數	小時
日期	時間 (折抵時數)	實習 地點	實習工作內容要記			負責人簽名
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					

運動科學/體適能/運動傷害防護/運動產業 實習週誌表

(時期)	年 月 日至 年 月 日		本週總時數	小時	累積總時數	小時
日期	時間 (折抵時數)	實習 地點	實習工作內容要記			負責人簽名
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					

運動科學/體適能/運動傷害防護/運動產業 實習週誌表

(時期)	年 月 日至 年 月 日		本週總時數	小時	累積總時數	小時
日期	時間 (折抵時數)	實習 地點	實習工作內容要記			負責人簽名
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					

運動科學/體適能/運動傷害防護/運動產業 實習週誌表

(時期)	年 月 日至 年 月 日		本週總時數	小時	累積總時數	小時
日期	時間 (折抵時數)	實習 地點	實習工作內容要記			負責人簽名
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					

運動科學/體適能/運動傷害防護/運動產業 實習週誌表

(時期)	年 月 日至 年 月 日		本週總時數	小時	累積總時數	小時
日期	時間 (折抵時數)	實習 地點	實習工作內容要記			負責人簽名
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					

運動科學/體適能/運動傷害防護/運動產業 實習週誌表

(時期)	年 月 日至 年 月 日		本週總時數	小時	累積總時數	小時
日期	時間 (折抵時數)	實習 地點	實習工作內容要記			負責人簽名
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					

運動科學/體適能/運動傷害防護/運動產業 實習週誌表

(時期)	年 月 日至 年 月 日		本週總時數	小時	累積總時數	小時
日期	時間 (折抵時數)	實習 地點	實習工作內容要記			負責人簽名
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					

運動科學/體適能/運動傷害防護/運動產業 實習週誌表

(時期)	年 月 日至 年 月 日		本週總時數	小時	累積總時數	小時
日期	時間 (折抵時數)	實習 地點	實習工作內容要記			負責人簽名
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					



運動科學/體適能/運動傷害防護/運動產業 實習週誌表

(時期)	年 月 日至 年 月 日		本週總時數	小時	累積總時數	小時
日期	時間 (折抵時數)	實習 地點	實習工作內容要記			負責人簽名
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					

運動科學/體適能/運動傷害防護/運動產業 實習週誌表

(時期)	年 月 日至 年 月 日		本週總時數	小時	累積總時數	小時
日期	時間 (折抵時數)	實習 地點	實習工作內容要記			負責人簽名
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					

運動科學/體適能/運動傷害防護/運動產業 實習週誌表

(時期)	年 月 日至 年 月 日		本週總時數	小時	累積總時數	小時
日期	時間 (折抵時數)	實習 地點	實習工作內容要記			負責人簽名
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					

運動科學/體適能/運動傷害防護/運動產業 實習週誌表

(時期)	年 月 日至 年 月 日		本週總時數	小時	累積總時數	小時
日期	時間 (折抵時數)	實習 地點	實習工作內容要記			負責人簽名
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					
	—:— ~ —:— ( )					