

南華運程季刊資訊

出版單位/南華大學運動與健康促進學士學位學程
出版人/許伯陽
採訪小組/盧珮嘉、梁嘉展、洪有朋、楊婷雅
地址/嘉義縣大林鎮南華路一段 55 號
電話/05-2721001
Email/pyhsu@nhu.edu.tw

南華運程季刊資訊為「南華大學運動與健康促進學程」之刊物，本期為 109 學年上學期(6 月~9 月)內容，歡迎賞析！

1、封面報導：棒球隊曾家鎰加盟中華職棒中信兄弟隊...P1

2、棒球隊第一屆七位畢業生鵬程萬里...P1

3、活動賽事 1：2.0 版男子籃球隊與男子排球隊成軍暨開訓典禮...P2

4、活動賽事 2：三好南華盃高中棒球聯賽...P2

5、活動賽事 3：南華大學棒球校友 0B 賽... P3

6、活動賽事 4：桉樹林校友盃排球賽...P3

7、活動賽事 5：南華籃球校友友誼賽...P3

8、108 學年運動團隊至大林慈濟醫院就診...P4

9、南華運程通過體育署運動防護員課程採認 7 門課...P4

10、正行中心介紹...P5

11、系學會幹部介紹..P6

12、學生表現：大四傅曉萍考取體育署中級體適能指導員證照...P6

13、證照資訊：108 學年第二學期證照榜...P7

封面

棒球隊曾家鎰加盟中華職棒中信兄弟隊

旅遊

系應屆畢業生曾家鎰於今年 7 月 20 日中華職棒新人選秀會中以第八輪第四順位入選中信兄弟隊，8 月 26 日簽下 2 年半的合約，內容 20 萬簽約金，一軍月薪 9.5 萬、二軍月薪 7 萬，另有激勵獎金 80 萬元，這是最棒的大學畢業禮物。然而這份合同雖然簽約金不高，但曾家鎰半點都沒有猶豫，與父親立即決定簽約，加入兄弟隊，他說打職棒是他一生的夢想，即使台南市隊也向他招手，提供鐵飯碗的公職工作，他還是選擇職棒路。

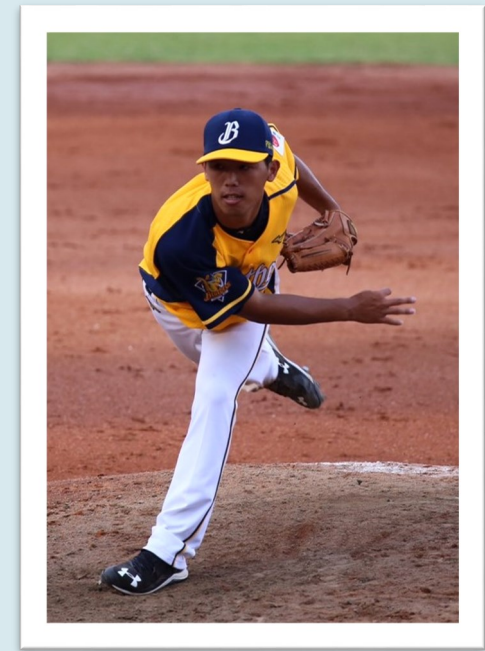
在南華棒球隊中，曾家鎰是浪值得討論的一位，中興高中畢業後入選第一屆南華棒球隊，身材條件一般，投球沒顯眼成績，且個性桀傲不遜，加上當時隊上有王偉軒、黃東濱、郭郁政與翁瑋均等大投手，蔡明憲也逐漸展露頭角，家鎰前兩年鮮少有機會獨當一面，甚至被派去支援乙組的海峽盃青少年棒球賽，蔡仲南總教練對他的評價是技術水準已到位，就看他何時能心態調整好，家鎰回憶就在大

二升大三那年，他說他對於壞球的心態改變了，不會像以前鑽牛角尖而亂發脾氣，投了一些好比賽後開始產生信心，認為自己也不差，隨後大三暑假隊上有六位隊友入選味全龍去打職棒，這個衝擊更讓家鎰受到刺激，決定加倍努力奮力追上。

曾家鎰在大四時成為球隊第一先發主力投手，大四上在大專棒球聯賽預賽對文化大學，後援 4 又 2/3 局沒失分，在春季聯賽決賽對上從未取勝的開南大學，主投七又 2/3 局無失分，南華以 3 比 0 擊敗開南，取得隊史第一勝，這兩場比賽對手實力堅強，投出好成績後讓家鎰更有自信站上投手丘面對打者，也成為他記憶中最佳的大學比賽。

總結大學階段成績，60 局的投球局數，3.6 的自責分率，為球隊貢獻 5 勝 3 敗的成績，在南華棒球隊中，家鎰是第八位加入中華職棒的選手，是目前唯一一位打滿四年再進入職棒的選手，是從一般選手受到南華棒球隊栽培而成為精英選手，當然南華棒

球隊在前兩年的辛苦耕耘在後兩年獲得回饋，於球隊青黃不接之際扛起主力投手工作，讓球隊在大專聯賽與春季聯賽戰績不墜，如此的共生模式創造最佳的大學球隊經營典範。最後，再次恭喜曾家鎰能踏上台灣棒球運動的最高舞台，也期許他發揮大學時堅毅向上的精神持續注一軍邁進(許伯陽/運程)。



球隊	比賽名稱	姓名	勝	敗	打席	局數	投球數	先發	安打	全壘打	保送	觸身球	三振	暴投	失分	自責分	防禦率
南華大學	105 年梅花旗	曾家鎰	0	0	2	1/3	7	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0.000
南華大學	105 年大專盃(預賽)	曾家鎰	1	0	6	2	21	1	1	0	0	0	4	0	0	0	0.000
南華大學	105 年大專盃(複賽)	曾家鎰	1	0	8	2 1/3	37	1	1	1	0	0	4	0	0	0	0.000
南華大學	105 年大專盃(決賽)	曾家鎰	0	0	17	4 2/3	58	0	2	0	1	0	1	0	1	1	1.929
南華大學	106 年春季聯賽	曾家鎰	1	2	43	9	159	2	12	1	4	2	7	0	8	8	8.000
南華大學	106 年大專盃(預賽)	曾家鎰	0	0	3	1/3	11	0	2	1	0	0	0	1	2	2	54.545
南華大學	107 年春季聯賽(預賽)	曾家鎰	0	0	13	2 2/3	49	0	4	0	2	0	3	0	3	3	10.150
南華大學	107 年大專盃(預賽)	曾家鎰	0	0	39	7	82	1	9	0	6	0	4	0	3	3	3.857
南華大學	107 年大專盃(決賽)	曾家鎰	0	0	3	2/3	5	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0.000
南華大學	108 年春季聯賽	曾家鎰	0	0	17	4	68	0	4	0	1	1	1	1	3	3	6.750
南華大學	108 年大專盃(預賽)	曾家鎰	1	0	24	6 2/3	87	0	3	0	2	0	3	0	0	0	0.000
南華大學	109 年春季聯賽(預賽)	曾家鎰	3	1	79	20 1/3	299	3	19	0	7	0	16	0	5	4	1.771
總計			5	3	254	60	883	8	59	3	24	3	43	2	25	24	3.602

棒球隊第一屆七位畢業生鵬程萬里

南華

棒球隊於 105 學年成軍，當年共招收 30 位選手，經過 4 年的歷練後，有些選手入選職棒，有些投入社會球隊，有些因無舞台而轉學發展，更有些最後放棄棒球休學或者僅完成學業，首屆的棒球隊成員堅持到最後的只有七位，分別是陳鼎傑、藍濱勝、黃子榕、沈脌濟、劉家仁、曾家鎰與蕭億翔等人。

隊長藍濱勝是球隊開路先鋒與不動的先發游擊手，職棒選秀落選後，與捕手黃子榕一同加入台南市棒球隊，兩位首屆普門中學的隊友到社會球隊依舊是隊友，今年九月的協會杯，藍濱勝隨即擔任球隊的先發，前兩戰都有出色的表現，贏得教練的信任。外型帥氣的陳鼎傑是球隊的中外野手，打擊腳程與守備都是一時之選，在職棒選秀落選後，社會球隊安永鮮物(崇越棒球隊)隨即向他招手，鼎傑與投手蕭億翔一同加入，在九月的協會杯都有不錯的發揮。外野手劉家仁則是對教練工作有興趣，加入南華棒球隊教練團擔任助理教練。沈脌濟則是攻讀旅遊所並在南華棒球隊繼續打球，沈脌濟在今年的春季聯賽表現亮眼，以 5 成 13 的打擊率拿下全聯賽第四名的佳績，無奈職棒選秀還是未受各隊青睞，原想放棄棒球選手夢，先工作再來考體育相關研究

所，後來被師長說服，就讀南華旅遊所，持續打球，繼續追尋職棒夢。沈脌濟於八月份期間入選 U23 世界盃中華培訓隊，實力確實備受肯定。最後一位曾家鎰則是加入中信兄弟隊。

南華棒球隊首屆七位畢業生各個都有好的發展，敬祝鵬程萬里，相信未來的前途發展將無可限量(許伯陽/運程)。



活動賽事 1 2.0 版男子籃球隊與男子排球隊成軍暨開訓典禮

運動

學程於 8 月 17 日舉辦本校男子籃球隊與男子排球隊的開訓典禮，正式介紹進階 2.0 版的籃球隊與排球隊給校方認識，未來我們將以更完整的團隊來參與 UBA 與 UVL 公開二級賽事。

本校男子籃球隊於 105 學年開始挑戰公開二級的賽事，最好的成績為晉級雲嘉南預賽第二階段的地區賽，還未曾打入全國 16 強的賽事。今年在運程陳志函教練的籌組下，球隊全面改組，僅留四位運程二年級選手，並招募八位新生，組成 2.0 版的南華男子籃球隊，其中，許漢麟身高 191 公分，為立仁高中籃球隊主力中鋒，109 學年度高中乙級聯賽全國最有潛力中鋒之一，183 公分凌漸羅偉愷，運程二年級轉學生，今年靜宜大學能打入 UBA 二級全國 16 強的關鍵選手，183 公分凌漸林睿陞，從 UBA 一級明道大學先發轉入南華運程

三年級，三位將建構球隊的攻守核心，中鋒與高大後場陣容將是球隊攻堅的優勢，預定的目標為 109 學年 UBA 公二級全國 16 強決賽，110 學年大專籃球聯賽公二級前四名，



之後站穩公開一級。本校男子排球隊曾於 105 學年越級參加 UVL 公二級賽事，因慘敗而於隔年 106 學年回歸一般組賽事，107 學年因運動績優生招募到優秀選手鍾子翔、李俊鋒與曾至憲等人，與一般組黃梓豪、石宏恩與劉能邦等人搭配得宜，球隊陣容日趨完整，於 108 學年 UVL 公開二級全國 16 強並列第九名，創下校史最佳成績。今年在黃健安教練的籌組下，招募到四位優秀選手，其中 194 公分林建佑為 U20 國家培訓隊成員，將快攻手位置提高到國手等級，181 公分李承諺為大成商工甲組選手，188 公分黃昱華

與 183 公分侯瑋杙有著優異的身材條件，搭配球隊原有陣容將可組成更有調度空間的球隊，預定的目標為 109 學年 UVL 公二級前八名，110 學年 UVL 公二級前三名，之後站穩公開一級。

對於球隊的發展，運動學程許伯陽主任表示，兩支球隊的籌組不求速成，校方設置運動學程招募優秀選手，聘請專任籃球陳志函教練與排球黃健安教練，建設「正行中心」之專項重訓區、教學活動區、運動防護室、兩面室內籃球與排球場等，都是以永續經營為目標，建立球隊的文化傳統，包含重視品德、態度、團隊與課業等，重要性超越競技成績。校長則勉勵兩支球隊選手，星雲大師以「正行中心」命名綜合球場，其意為要各位選手「心中行正」，全力求勝要出自正軌，做人處事與待人接物都要發自內心行正，這樣的表現才能贏得對手尊敬，展現運動家精神。（許伯陽/運程）



活動賽事 2

三好南華盃高中棒球邀請賽

由南

華大學與三好體育協會共同主辦的第四屆「2020 三好南華盃高中社團棒球邀請賽」於 8 月 6 日下午舉行開賽，今年參加隊伍來自全國 9 縣市、12 所高中職乙組棒球隊。由南華大學校長林聰明、三好體育協會會長劉招明、南華大學校友會理事長許崑珉、南華大學校友總會理事蔡肇洋等 4 人共同開球。為期三天的賽事相當精彩，來自台中市的蕨格高中四強決賽擊敗已經二連霸的台南高工，與高雄市立中山高中爭取冠軍寶座。中山高中經過三天征戰及延長賽後，以黑馬之姿拿下今年三好南華盃的「總冠軍」。

有鑑於高中乙組棒球隊有 400 多隊，卻只有不到一成的政府資源，且這些球隊自己分成了北、桃、中、南四區聯盟，經常性地自主辦理四區的聯賽，以及區與區之間的明星賽、對抗賽，雖然沒有太多媒體關注，但這些球隊的教練與選手們卻仍蓬勃的在各地推動著台灣學生棒球運動。在佛光山的支持下，四年前由三好體協與南華大學共同為高中乙組棒球隊舉辦賽事，期許球員皆能秉持星雲大師的三好精神，透過賽事互相切磋交流，並將三好帶到球賽上。已舉辦第四屆的「三好南華盃高中棒球邀請賽」，不僅有網路平台轉播賽事，更規劃選手村、球評及專業裁判等，讓三好南華盃成為乙組棒球的指標性賽事。

南華大學校長林聰明表示，南華大學成立棒球隊培育體育選手首重品德與團隊紀律，球隊在嚴謹的管理之下，每位選手都相當自律，也非常勤於練習，成軍四年屢獲佳

績，且近三年在職棒選秀中皆有球員獲得青睞簽約加盟職業球隊，包含 107 年的翁瑋均加入樂天桃猿(原為 Lamigo 桃猿)及 108 年更有 6 位選手入選味全龍球隊。今(109)年 6 月甫畢業的曾家銘也於 7 月選秀會獲中信兄弟指名，相信球員們未來在職棒生涯上能繼續精進球技發光發熱，有機會為國爭光。近幾年開始邀請高中棒球團隊到南華大學比賽，受到各界肯定，也希望透過運動平台，讓球員切磋球技，從中學習與發揮團隊精神，並從賽事的交流，獲得三好的啟發，能為這些熱血青年留下難以忘懷的回憶，提供球員一個築夢踏實的機會。

三好體育協會會長劉招明也期勉球員藉此以球會友、廣結善緣，發揮團隊精神。同時，也感謝感謝南華大學提供場地與住宿，感謝佛光山開山星雲大師高瞻遠矚，以教育培養人才，並先後成立籃球、棒球、足球等球隊，也培育不少優秀的運動選手。

「2020 三好南華盃高中社團棒球邀請賽」由高雄市立中山高中勇奪「冠軍」；蕨格高中獲得「亞軍」；「季軍」為台南高工以及屏榮高中。個人獎項最佳鬥士：中山高中張書華；最佳投手獎：蕨格高中許竣豪；最佳教練獎：中山高中教練張漢翔。（南華大學秘書室）



活動賽事 3

南華大學棒球校友 0B 賽

南華

乙組棒球隊成立十多年，每年都會不定期舉辦校友 0B 賽，今年 9 月 5 日於南華第一棒球場舉辦，除了現役的南華乙組棒球隊與畢業校友隊外，另邀請中正大學棒球隊一起同樂，三隊循環交流，也互贈禮品，周六下午南華運動園區特別熱鬧！感謝校友總會理事長許崑峯蒞臨，更

感謝校友總會理事同時也是南華乙棒大學長蔡肇洋鼎力支持，並下場說明 0B 老骨頭也不賴！（許伯陽/運程）



活動賽事 4

桉樹林校友盃排球賽

桉樹

林校友盃排球賽過去都是於三月校慶日校友回娘家時舉辦，今年因故改於 8 月 29 日，時間雖變但熱情不變，場地在正行中心的排球場進行，今日比賽共有 9 隊百餘位校友熱烈參與，打球比賽外也辦 buffet 餐聚，校友們對於學校運

動設施的改變讚不絕口，同時驚艷 2.0 進階版的南華男排隊的實力，一致看好未來在大專聯賽的表現，本次比賽活絡校友與南華的連結，讓校友回校看看南華的發展，度過愉快的周末球敘。（許伯陽/運程）



活動賽事 5

南華籃球校友友誼賽

校友

好熟悉的隊形與打法，雖然有些畢業 10 年，身形依舊保持得不錯，只是老骨頭 (0B) 追不上小鮮肉，體態還是比不上每天在練球的學弟，其次也是 2.0 進階版的男子籃球隊擁有更好的天賦與技術，校友們對於學校運動設施的改變

讚不絕口，皆說當時在南華時都沒有這麼好的設施設備，羨慕之情溢於言表，友誼賽讓大家度過愉快的午後南華時光，相約明年擴大舉辦（許伯陽/運程）



108 學年運動團隊至大林慈濟醫院就診

運程

於 108 學年第 2 學期與大林慈濟醫院產學合作後，短短一個學期就有總計 41 次的校代表隊就診紀錄，包含棒球隊 17 位 32 人次，排球隊 4 位 8 人次以及武術隊 1 位選手 1 人次，其中棒球隊以手腕、手肘、肩膀、背的關節肌腱與肌肉問題最多，排球與武術則以下肢的膝蓋、腳踝的肌腱與肌肉問題為主，透過陳韋任醫師的窗口，提供精確診斷與綜合式治療，自行處置或轉診於其他科別與醫師，給予最適當的醫療照料，8 月 17 日由校長親自頒發感謝狀，感謝韋任醫師對南華運動團隊的照料，讓選手們無後顧之憂安心的在球場上盡情表現，期盼未來能更深入合作，創造最佳的產學合作典範(許伯陽/運程)。



項目	就診人數	就診次數	就診科別	就診醫師	受傷情形	院方處置
棒球	17	32	中醫科 復健科	陳韋任 陳瑋雯 王思讚 鄭翔瑋	肩關節夾擠 棘上肌發炎 椎弓解離 脊椎滑脫 手掌腱鞘囊炎 手肘屈腕肌肌腱鈣化 手肘尺側副韌帶撕裂發炎 肩胛背上神經卡壓 手肘屈腕肌肌腱炎 身體排列問題腰椎過度彎曲腰部緊繃 膕腱炎 背部筋膜炎 背部肌肉疲勞緊繃 尺側副韌帶發炎 尺測屈腕肌肌腱炎 左手 MP 掌指關節扭傷 尺測屈腕肌肌腱炎 旋轉肌袖撕裂傷 肩盂唇損傷 手肘屈腕肌肌腱炎 尺側副韌帶鬆弛發炎 尺側副韌帶縫補手術 尺側副韌帶發炎 尺測屈腕肌撕裂	肩胛復位 美式整脊 針灸 拔罐 藥物輔助治療 小針刀 超音波檢查 乾針 震波 MRI 檢查 浮針
排球	4	8	骨科 復健科 中醫科	唐煥明 王淑怡 陳瑋雯 陳韋任	薦骨扭傷 跳躍膝 食指挫傷 韌帶發炎 跟腱，阿基里斯腱疼痛 二頭肌拉傷	針灸 X 光檢查 復健科電療 超音波檢查 埋針
武術	1	1	中醫科	周禮偉 陳韋任	膝蓋、腳踝	針灸

南華運程通過體育署運動防護員課程採認 7 門課

依據

教育部體育署運動防護員資格檢定辦法之規定，運動防護員的檢定資格包含運動防護專業科學與運動防護基礎科學兩領域共 17 門 26 學分的課程，以及 250 小時的運動防護員實習，完成後才有資格參與體育署所主辦的運動防護員學科與術科的檢定考試，通過後授予運動防護員證照，執行運動傷害之預防、從事體育運動者之健康管理、運動傷害之辨別與評估及送醫前之緊急處理、運動傷害後之防護及保健以及其他經主管機關認可之運動防護事務。

日前，運程整理目前已開設之運動防護模組之部分課程給體育署審查，送審科目僅有一門運動處方因部分課程大綱不符規範而未通過，其餘七門課全數通過，計有運動傷害防護、運動貼紮與實驗、肌力與體能訓練法、運動生理學、運動營養學、運動生物力學與運動健康管理等課程，剩餘 10 門課程預計將於開設完畢後再行送審，目標為 17 門課程全數通過。

運動防護模組課程為運程四大課程模組之一，深受同學們青睞，運動防護為運動產業最具就業需求的次產業，而體育署頒發的運動防護員證照為國家證照，非常具有專業指標的一張證照，運程會持續發展運動防護的相關課程、師資與研習，並積極充實設備與設施，讓運動防護成為運程特色課程，為雲嘉地區首屈一指的課程(許伯陽/運程)。

體育署運動防護員資格

學歷

- 大學以上畢業
- 修習運動防護員檢定規定課程

實習

- 二百五十小時以上運動防護實習時數證明

檢測

- 通過學科測驗
- 通過術科測驗

南華大學運動與健康促進學程通過體育署運動防護員課程採認之課程總表

依據體育署運動防護員相關科、系、所及課程採認審查準則，運動防護員課程採認規定共有 17 門課，與至少 26 學分，108 學年送審 7 門課程已通過審查。

檢定規定課程名稱	規定學分	採認年度	採認科系	採認課程名稱	課號	採認學分	備註
運動傷害防護學與實驗	2	109	南華大學-運動與健康促進學士學位學程	運動傷害防護	00054045	2	
運動貼紮與實驗	2	109	南華大學-運動與健康促進學士學位學程	運動貼紮與實驗	00052408	2	
運動體能訓練	2	109	南華大學-運動與健康促進學士學位學程	肌力與體能訓練法	00052388	2	
運動生理學與實驗	2	109	南華大學-運動與健康促進學士學位學程	運動生理學	00052422	2	
運動營養學	1	109	南華大學-運動與健康促進學士學位學程	運動營養學	0052411	2	
運動生物力學	1	109	南華大學-運動與健康促進學士學位學程	運動生物力學	00054046	2	
健康管理	1	109	南華大學-運動與健康促進學士學位學程	運動健康管理	00048057	2	

附件一、運動防護員檢定規定課程

學科類群	科目（學分數）
運動防護基礎科學	一、人體解剖學與實驗（1 學分） 二、人體生理學與實驗（1 學分） 三、運動生理學與實驗（1 學分） 四、運動營養學（1 學分） 五、運動生物力學（1 學分） 六、運動心理學（1 學分） 七、運動保健之經營與管理（1 學分） 八、健康管理（1 學分）
運動防護專業科學	一、運動傷害防護學與實驗（2 學分） 二、運動處方（2 學分） 三、運動貼紮與實驗（2 學分） 四、運動傷害防護儀器之運用（2 學分） 五、運動推拿指壓學（2 學分） 六、運動傷害評估學（2 學分） 七、運動保健學（2 學分） 八、運動體能訓練（2 學分） 九、運動防護實習（2 學分）

正行中心場館介紹

正行

中心為本校原綜合球場，經過多年的增建，由原風雨球場三面籃球場大小的開放規模，改造成封閉式兩面籃球場大小的場地，一面籃球場改成雙層的室內空間，並具有全區空調設施的綜合球場，近期重量訓練室增設完成，本校創辦人星雲大師正式落款命名為「正行中心」。

坐落在正行中心雙層室內空間一樓的區域，約算有 120 坪的空間，規劃為「專項重量訓練區」、「教學活動區」與「運動防護室」，此空間為正行中心最重要的核心設施，規劃目的即是以培訓本校競技運動團隊，籃球、排球、足球與棒球的專項重量訓練、體能訓練與運動防護而設，兼具教學、訓練與恢復等功能。「專項重量訓練區」約 60

坪，設置 15 項專業訓練器材，如腿部伸張機、俯臥式腿部彎曲機、三頭下壓機、45 度上斜推蹬機、雙臂交叉訓練機、飛輪與壺鈴等，可進行肌力與體能訓練法、重量訓練理論與實務與運動專長訓練等課程。「教學活動區」約 60 坪，全區人工草皮，配置教學用投影機 3 台、100 吋投影布幕 3 座、電腦教學廣播系統 1 台與白板，可進行運動推拿指壓學、運動傷害評估學、運動貼紮與實驗、運動技術分析與運動專長訓練等課

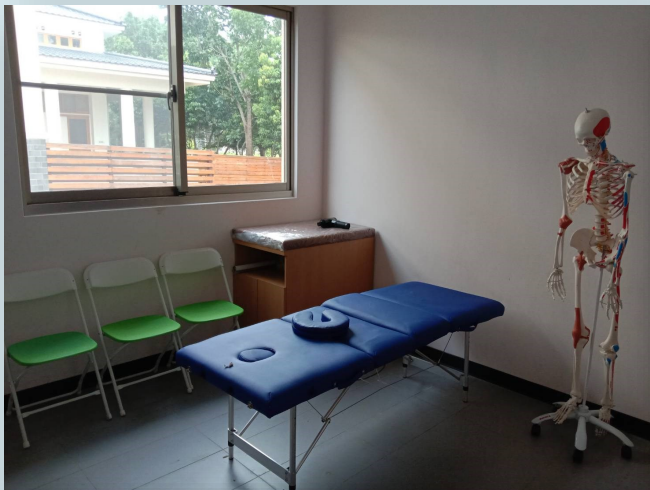


程。「運動防護室」占地約 10 坪，配置診療床、貼紮台、製冰機、冰桶、水療機、熱敷、電療、按摩等儀器設備，除了進行選手診療外，還可進行運動貼紮與實驗、運動傷害防護儀器之運用、運動保健學與人體解剖生理學等課程。

在正行中心雙層室內空間二樓的區域，規劃為「棒足訓練區」，全區鋪設人工草皮，為棒球隊投手的室內練習場，以及足球隊室內練習場，未來還要增設 300 人左右的 5 層看台椅，居高臨下的視野很適合觀看球場區的比賽與活動。而正行中心的球場區為兩面籃球場、兩面排球場與六面羽球場共用的場地，作為籃球與排球校隊的訓練場地，平時為體育課教學場地，更是本校大型活動的舉辦地點，為多用途的綜合場地。

正行中心後台的原舞台區，則設置兩間運動器材室、球員休息更衣室、兩間教練辦公室、以及體適能檢測室等，運程將分期逐步完成設置，待設置完備後，將成為實用性極高的運動場館，也會成為運動學程培育運動人才的重要場域。

最後，運動員的品德與精神是運動的核心價值，「正行中心」之真正意涵為心中行正，也是運動的內在意涵，請各位銘記在心（許伯陽/運程）。



系學會幹部介紹

運程

第三屆系學會成員由 108 級二專級的同學擔任，由熱情洋溢的藍邦綺擔任會長，認真負責的楊婷雅擔任副會長，以及沈思佳擔任公關、吳珮筠擔任總務、喻濬永擔任副總務、李崇維擔任器材、張巧瑩擔任美宣、潘昱霖擔任活動、蔡佳君擔任副活動、黃展辰擔任文書與簡榮志擔任副文書，本學期規劃期初、迎新、耶誕節與期末等活動，特別是迎新活動將規劃兩天一夜的走馬瀨農場之行，讓大一新生在玩樂中認識彼此並融入南華運程的大家庭，相信在邦綺的帶領下，系學會將發揮最佳的團隊戰力，將活動一個一個辦好，獲得學弟妹的讚賞。

109 級運動學程系學會幹部介紹



會長-藍邦綺



副會長-楊婷雅



公關長-沈思佳



總務長-吳珮筠



副總務長-喻濬永



器材長-李崇維



美宣長-張巧瑩



活動長-潘昱霖



副活動長-蔡佳君



文書長-黃展辰



副文書長-簡榮志

學生表現

大四傅曉萍考取體育署中級體適能指導員證照

曉萍

就讀南華大學運動學程四年級，目前在嘉義市國民運動中心擔任體適能指導員，於五月參加教育部體育署中級體適能指導員考試，通過考試取得證照，為本系第一位取得中級證照的學姊，中級與初級指導員考試區別在於，中級運動指導的對象增加特殊族群（樂齡、孕婦）以及須設計運動計畫及不同個案的分析，而體適能檢測部分不僅有一般和樂齡的檢測也涵蓋了血壓測量及皮脂厚測量等。

學科準備部分，曉萍將 103 年至 108 年中級的考古題列一份讀書計畫表，藉由平日空閒時間，按計畫表閱讀考古題，若有考題答案和自己所理解的不同時，曉萍會將考題詢問指導老師或是上網找相關資訊，在此也

發現到考古題有些題目的解答是未做更新，容易在閱讀時有些誤解，因此建議再閱讀考古題時，需先將題目清楚地了解，若有問題或不解，盡量花時間去尋找正確答案，才不會誤解了原理。

而在術科方面分為體適能檢測、一般及特殊族群運動指導和運動計畫設計及個案分析三者，前兩者項目平常有實際的操作，因而再準備得同時相較於上手，在體適能檢測部分有「水銀血壓計」及「皮脂厚」的測量是需要注意的，須清楚瞭解兩者所該注意的事項和操作，因實際在平常檢測，很少會接觸到這兩者項目，因此建議在參與證照強化課程班模擬體適能檢測項目時，有機會盡可能把握實際操作的機會，了解兩者的操作流程。而在運動計畫設計和個案分析

項目，需詳讀牢記基本的危險因子和常模的對照方式，才有辦法在個案分析上，了解如何針對學員狀況，做出運動指導的規劃以及調整，因每位學員的各案都有所不同，必須給予不同課表做練習，相對在分析和設計課表時，

指導者都需先了解基本的訓練原理。

而會在想報考中級指導員，是希望能再提升自我運動相關的知識和能力，證照也許考到了，但還是體認到自己知道的太少，很多檢測、判斷、跟訓練都是很複雜的，當然絕不是書上說的那麼簡單，還需要更多操作與經驗，其中當然也包含了特殊族群，清楚要學的還有太多，曉萍認為證照只是開始，只是一個敲門磚而已，教練這個專業這條路上必須是終身學習的，最後期許自己在求學的路程裡，透過學習和分享加深自我的技能和知識，增強自身競爭力，有能力對學員實施體適能理論與實務之指導，秉持著學習的心態持續向上努力。（傅曉萍/運程）



證照資訊

109 學年第一學期證照榜

截至九月，運程共計有 33 人取得 53 張證照，其中四年級 13 人 28 張，三年級 15 人 20 張，二年級 5 人 5 張，本學程畢業的證照門檻為運動資格證書或教練裁判證一張，以及檢測、急救或其他專業證照一張，共兩張證照，請參照各年級之畢業資格證照表。

編號	姓名	學號	取得年級	證照	發證單位
1	傅曉萍	10634028	二	國民體適能初級指導員證照	體育署
			三	國民體適能中級指導員證照	體育署
			二	心肺復甦術合格證書	台灣急救教育推廣與諮詢中心
			二	樂齡健身運動指導員證照	中華民國健身運動協會
			三	TRX 懸吊訓練師培訓(STC)證照	TRX 台灣
2	黃麒戎	10634042	二	國民體適能初級指導員證照	教育部體育署
			二	心肺復甦術合格證書	台灣急救教育推廣與諮詢中心
			一(旅遊)	紅十字會急救員證照	中華民國紅十字會
			一(旅遊)	初級臨床體能檢測技術員合格證書	台灣健康運動聯盟
3	倪孟潔	10634023	二	國民體適能初級指導員證照	教育部體育署
			二	心肺復甦術合格證書	台灣急救教育推廣與諮詢中心
			二	樂齡健身運動指導員證照	中華民國健身運動協會
			三	籃球教練 C 級證照	中華民國籃球協會
4	梁嘉展	10634040	二	室內排球教練 C 級證照	中華民國排球協會
			二	室內排球裁判 C 級證照	中華民國排球協會
			三	紅十字會急救員證書	中華民國紅十字會
5	蔡宜婷	10634041	二	室內排球裁判 C 級證照	中華民國排球協會
			三	紅十字會急救員證書	中華民國紅十字會
6	郭育誠	10634043	二	棒球教練 C 級證照	中華民國棒球協會
			一(旅遊)	棒球場地專業維護人員合格證書	中華民國大專院校體育總會
7	盧珮嘉	10634039	一	紅十字會急救員證書	中華民國紅十字會
8	高怡慧	10634047	三	紅十字會急救員證書	中華民國紅十字會
			三	紅十字會成人、兒童及嬰兒 CPR+AED 證書	中華民國紅十字會
9	潘程唯	10634027	一	紅十字會急救員證書	中華民國紅十字會
10	彭崇凱	10634032	三	籃球教練 C 級證照	中華民國籃球協會
11	張茗豐	10634037	三	運動設施經理人初級證照	臺灣體育運動管理學會
12	古琳湘	10634017	三	國武術運動 C 級教練證照	中華民國國武術總會
13	高家慶	10634007	三	CPR+AED 證書	中華民國紅十字會
14	蘇裕廷	10734046	一	心肺復甦術合格證書	台灣急救教育推廣與諮詢中心
15	張沛涵	10734031	一	心肺復甦術合格證書	台灣急救教育推廣與諮詢中心
16	蔡津茹	10734026	一	心肺復甦術合格證書	台灣急救教育推廣與諮詢中心
17	洋皓	10734009	一	心肺復甦術合格證書	台灣急救教育推廣與諮詢中心
18	李銘祐	10734039	一	心肺復甦術合格證書	台灣急救教育推廣與諮詢中心
19	楊承恩	10734050	一	心肺復甦術合格證書	台灣急救教育推廣與諮詢中心
20	陳謹鴻	10734027	一	心肺復甦術合格證書	台灣急救教育推廣與諮詢中心
21	姜濤	10734043	一	心肺復甦術合格證書	台灣急救教育推廣與諮詢中心
22	李俊鋒	10734055	一	心肺復甦術合格證書	台灣急救教育推廣與諮詢中心
			二	PADI 開放水域潛水員國際證照	美國 PADI 潛水教練專業協會
			二	室內排球教練 C 級證照	中華民國排球協會
23	詹子慶	10734005	二	體適能健身指導員 C 級證照	中華民國健身運動協會
24	謝愷溢	10734058	二	體適能健身指導員 C 級證照	中華民國健身運動協會
25	陳仕峰	10734028	二	運動設施經理人初級證照	臺灣體育運動管理學會
26	謝雨璇	10734051	二	室內排球教練 C 級證照	中華民國排球協會
27	張愷倫	10734024	二	室內排球教練 C 級證照	中華民國排球協會
28	許暉承	10734052	二	巧固球裁判 C 級證照	中華民國巧固球協會
			二	巧固球教練 C 級證照	中華民國巧固球協會
			二	巧固球教練 B 級證照	中華民國巧固球協會
			二	巧固球裁判 B 級證照	中華民國巧固球協會
29	曾宥彬	10834011	一	體適能健身指導員 C 級證照	中華民國健身運動協會
30	陳元鈞	10834012	一	體適能健身指導員 C 級證照	中華民國健身運動協會
31	洪宇哲	10834003	一	體適能健身指導員 C 級證照	中華民國健身運動協會
32	楊鈞威	10811013	一	體適能健身指導員 C 級證照	中華民國健身運動協會
33	簡榮志	10834049	一	網球裁判 C 級證照	中華民國網球協會