

適應體育學系

第八期系刊

中華民國 101 年 4 月



指導老師：王瑱瑄老師

編製：黃暄淇

主任的話

各位適應體育學系的老師、同學們大家好：

本系是全國唯一以「適應體育」命名的科系，10 年來走過萌發與茁壯的歲月，目前有著優秀的老師與同學，教育目標明確而前瞻。未來本系的發展，希冀能朝以下方向前進：

一、**廣續以適應體育指導人才培育為目標：**我國之適應體育事務，仍被視為特殊教育的一環，特殊教育之身心障礙學生休閒生活與教育課程領域，即泛稱為適應體育；準此，本系之發展主流，仍以培育各級學校的適應體育指導人才為大宗，配合教育部落實特殊學校適應體育政策，將來可以證照化，取得適應體育教練資格，准於教育環境中執行適應體育專業指導任務。

二、**擴大以特殊族群為服務對象之「運動照護」人才培養為方針：**

除了學校適應體育的專業發展之外，有鑑於「適應性身體活動」(adapted physical activity) 派典跳脫傳統適應體育的思維，加上我國老年人口比例提高，發展遲緩兒童運動參與介入效果顯著，以及身心障礙社會人士的休閒運動權利，逐漸受到重視...等因素，本系遂框架此特殊族群為服務對象，發展出一種本土化、隸屬適應體育範疇之內的新興「運動照護」領域，藉由運動與休閒活動為媒介，俾以促進特殊族群身心健康作為照護之標的，斯為本系發展之另一主流專業。

三、**修正以身心障礙運動競技教練、分級專業人才之培植為導向：**

有鑑於國內欠缺各類各級身心障礙競技運動教練人才的培育專責單位，更無身心障礙運動賽會分級專業人才的養成機構，本系責無旁貸自應順勢及早規劃，循用網羅兩者具有實務經驗之師資與架構完善課程以資因應。

綜上所述，本系可謂是專業且具潛力的年輕科系，隨著時代及體育觀念的變遷，本系將順應發展。另外，本系於今年 10 月即將接受教育部的系務評鑑，肯定是一場「物競天擇」的嚴苛考驗，系上教師無不卯起勁來戮力以赴。在此，懇求適體系全體師生配合，務必盡可能的參與系上舉辦的所有活動，「再好吃的菜，也要有人捧場」才是，協心合力共同渡過本系轉型的低靡時期。感恩！

新聘教師 朱彥穎

初到貴寶地 - 新任教師朱彥穎有話要說!

今年2月起，我終於來到了國立體育大學的適應體育學系。對我來說，來到適體系任教是如願以償，更是在認清方向之後的再出發。並不是說我原來任教的大學與學系或研究所不夠好；相反的，那是一個非常優異的機構，同事間的相處以及與學生的互動也都很好——所以我才延宕多年，一直下不了決定，狠不下心離開。這一次，因緣際會，更有騎虎難下與如夢似幻般的感覺與演變，我回到了我曾設立的軌道，更精準的對向我的目標——適應體育。

初到適體系，有許多人、事、物要熟悉，要學習。其中的當然重點就是系上教師與學生，也包括校內各種對我來說頗為「新奇」的運作規則與特性。舉個具體的例子來說，就像是學生的「特質」就與我曾教過的學生有很大的不同：班級人數龐大、男生比例較高、個性活潑外向、上課時有大半的學生總是人在心不在…等等。在開學後的前幾週期間，我甚至有點怕四月一日「愚人節」的到來——會不會有「惡作劇」或大量的「開玩笑」呢?! 一直到三月底，當我知道了今年的愚人節是星期天而感到如釋重負，頓時高興了起來時，我才知道原來我還不只是有點怕，或僅感到些微壓力而已。現在想起當時的擔憂與心情，覺得自己實在也蠻好笑的。

兩個月過去了，我逐漸的熟悉了環境，也開始感到自在。雖然仍然瘋狂著準備上課的資料與系所評鑑的業務，以及展開研究的相關事務，我開始能把一些學生的臉孔、身型、性格、與姓名對在一起了。這得特別感謝系上幫助我的所有老師，以及系所秘書馬慕繇，宋少君、黃柏翔、吳思賢等學生。

說到系上的老師，我特別對近期內這些老師的努力付出有很大的感觸與欽佩。適體系是國內唯一的學系，非常的特別，但就是因位她的獨特性，在教學目標、未來規劃、與系務的操作上都有很大的挑戰，也受到了巨量的評鑑壓力。在這種「風雨飄搖」的時刻，系所上的老師們擔起了責任並投入了大量的時間與精

力，我看到周俊良主任的規劃與領導，陳張榮、高桂足、周禾程、王瑱瑄、陳文長、林曼蕙等老師的主動配合、創造、與付出，這真是體大之福、學生之福。

「適應體育是很有可為的！」這是我想跟系上所有的學生說的一句話。對我來說，這句話可不是口號或入股，不然我就不必離開我先前的好工作而來到這裡。當然，這句話也不是適合給所有的學生，而僅適合給「用心」的學生。如果你是一個有理想與抱負的人，而不是一個得過且過、隨波逐流的人，那麼，對你來說，適應體育就是一個尚未大量開發的沃土，是一個你可以展現自我的舞台，最甜美的利益，通常就是留給開創者來享用的。最後，我以下面這個小故事與大家分享：

草原上有隻母獅子，靜靜的趴著，看著她的小獅子在一旁玩耍。玩了一陣子之後，小獅子跑來問母獅子：「媽，幸福是什麼？在哪裡？如何追尋？」

母獅子想了一會兒，笑著說：「幸福就在你的尾巴上！」

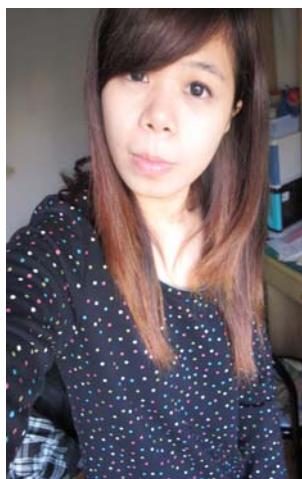
於是小獅子不斷追著尾巴跑，但始終咬不到。

母獅子笑道：「傻瓜！幸福不是這樣得到的！只要你昂首向前走，幸福就會一直跟隨著你！」

刻意的追尋不如勇敢的往前走，成功並不遠！

「適應體育」是一個有具體的核心的領域，在未來更有大量的需求，可以走的很高很遠。自大學以來，因為專業的背景與學習，我見識了物理治療專業的發展和茁壯，也參與了運動傷害防護/運動保健的成長。現在，我來到適應體育，這是我主動的選擇，也希望周圍的夥伴能和我一起努力，共同發展，更高更遠，讓幸福跟隨而來！

98級系學會

會長	副會長	活動部長	活動副部長
宋少君	陳品翰	郭文熠	樂仰哲
			
美宣部長	美宣副部長	總務部長	總務副部長
吳昆霖	顏佳琪	王燕嬌	張嘉宜
			

場器部長

賴欣男



場器副部長

許雅各



體育部長

康羽箴



體育副部長

陳冠豪



公關部長

孫長銘



公關副部長

羅伊珊



文書部長

謝佳琪



副文書部長

黃暄淇



會長的話

第八屆 98 級

適應體育學系 系學會

會長 宋少君

各位師長、學長姐、學弟妹們，你們好！

我是適應體育學系第八屆的系學會會長宋少君，首先我要先恭喜即將戴上學位方帽畢業離開適體這大家庭的學長姐們，天下沒有不散的筵席，畢業不是一個結束，而是一個新的旅途的開始，希望學長姐們在適體的所見、所聞、所學都能成為將來謀職、創業的重要工具，學妹在這先祝福各位學長姐在未來一帆風順，鵬程萬里。

再來非常歡迎第十屆新鮮人的加入，有新血的注入讓我們適體系更加充滿活力。第八屆系學會首次重大活動就是為新生量身訂做的「百適渴熱」迎新宿營，兩天一夜的行程拉近了適體系同學彼此的感情，緊張又刺激的大地遊戲、有趣又瘋狂的營火晚會、知性與美食相遇的老街，讓大夥們帶著甜美的回憶在夢中完美落幕了。

第八屆系學會秉持著上一屆學長姐們的特優精神，在今年所有系學會的成員們更加同心協力，在迎新宿營的結束後，陸陸續續接著舉辦大大小小的系員大會（系周會）、生日禮派對、幼應了聯合聖誕晚會、趣味接力、男女混合籃球賽、以及即將盛大舉行的畢業晚會等等，而參與過這些活動的同學們我們透過回饋單，知道這些活動都有得到不錯的迴響，這也表示我們的目的「藉由活動增進學長姐、學弟妹、同學之間的感情」都有成功達成。

在此我要感謝第八屆系學會的幹部們與第八屆的同學們，在這一年之中一起努力去完成各項活動，在系學會需要人手的時候互相支援、互相打氣，有了你們的幫忙系學會才能順利的辦好每一場活動，謝謝各位的鼎力相助，我也希望接棒下去的學弟妹們，只要你/妳有意願，系學會隨時歡迎您的加入！相信您的加入會讓系學會更加成長，讓活動更加豐富精彩。

適應體育系學會 會長 宋少君

2012 大獨盃捷報

加賀!

2011 大專獨立科系盃賽(大獨盃)

隊名	名次	參加隊員
女子 籃球隊	亞軍	簡怡柔、梁雅如、闕君如、蕭廷亘、楊佳錦、 林韋君、吳鈺婕、彭佳琪、劉錦靜、李雨潔、 洪語柔、林玠妤
羽球隊	亞軍	陳政邦、黃再陽、康羽箴、廖晨安、賴欣男、 傅瑀儒、林慧敏、林翊、林建霖

PS :

適體系的同學們都很盡心盡力的在比賽，為系上爭取榮譽，往後成績一定會更

好，更加團結，加油！

大獨盃一系男籃

這次的大獨盃移師到南部的成功大學，算是上大學以來最遠的第一次，去年我們很辛苦的獲得了冠軍，所以今年一開始也是信誓旦旦想要來個二連霸，但是這次卡在春假後所以練球時間有受點影響，不過全隊還是維持一個高昂的情緒，所以前一天就驅車前往南部因為賽程是一大早，可惜今年在八強輸了但是從中學到了很多，因為大家每年都一直在進步，別小看這種比賽其實強度也是很強的，去年贏的算有些運氣，今年可能因為準備不足，所以最後就輸掉了，但是過程中我們也沒有放棄，像是預賽有一場我們也是拼到延長賽最後獲勝，大家也是憑著不服輸的精神才能打贏，我想這就是大家要的，應該要從過程中學到拼戰精神，雖然參加比較就是想要得名，所以沒得名雖然有點可惜，不過大家還是很難得能聚在一起那麼團結也是很開心，雖然我今年還是以替補的為主，但是我明年一定會好好加油的，利用我剩下來的一年時間好好充實，希望在明年能夠有好的表現為自己的大學生涯不要留下遺憾，我也很慶幸能夠遇到這些好對有好學長好學弟，跟大家一起奮鬥的感覺真的很好，相信我們明年一定能夠把今年的討回來，重返榮耀哈哈，適應體育加油~

by 適體三 孫長銘

大獨盃—系女籃



在比賽前，大家都很努力的練習，儘管都練到手腳都痠痛了，練習還是依然到場，沒有缺席，帶著全身痠痛的身體，投出每一球，踏每一步，求的只是能把動作做得更紮實，練出準確度，移動速度跟運球能力能增強。

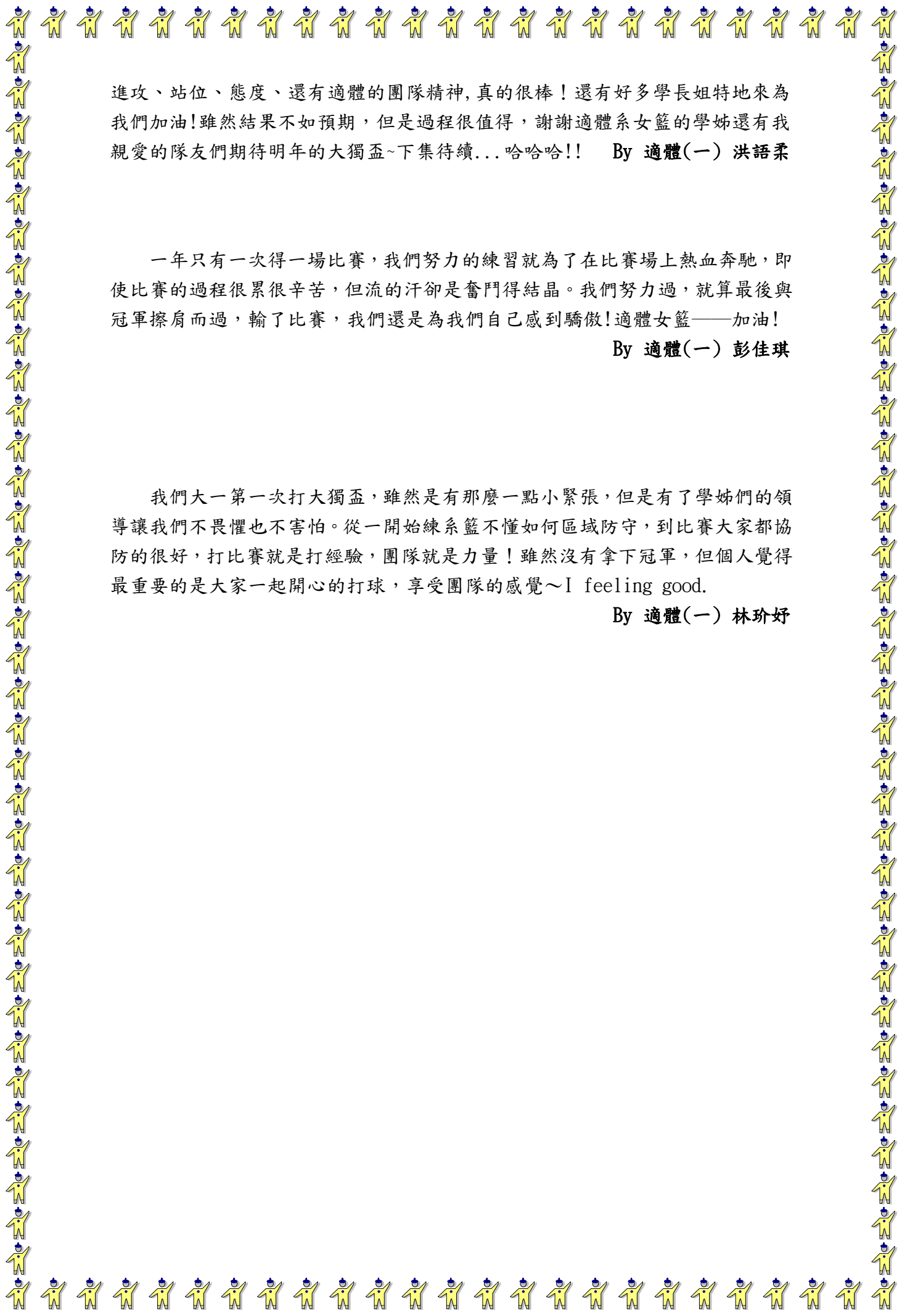
這次比賽學到了很多，不管是在進攻方面還是防守上面，都有顯著的進步。每個人都很努力地在屬於自己任務上做好自己的責任，把自己的人守好，並且珍惜上場的每一分每一秒，盡力的去做好每個動作，不浪費每一次上場的機會。

雖然這次只拿到第二名，沒能在冠軍賽擊敗對手，但在整體上則是打出了一場好球賽，先不管有沒有贏得冠軍，我們獲得的則是更大的收穫，且吸收更多經驗，更了解自己的優缺點，但這並不代表我們在實力上不如人，而是運氣比較不好了一些，回來我們再繼續練習繼續磨練，把自己的技術練再加強，下一次在出戰時，就要以壓倒性，明顯的差距來贏得比賽!!

By 適體(一) 劉錦靜

從以前就很喜歡打籃球，但是到大學才真的認真的學，籃球怎麼打。因為很喜歡，所以想更了解，更進步，因此就加入系上籃球隊，希望因此可以學到很多有關籃球方面的知識。大獨盃是一年一度重要的比賽，也是第一次與系上學姊一起出去比賽，為了大獨盃的表現，我們寒假很努力的練習，學姊很有耐心的教我，因為比起其他人，對於籃球的觀念，我很不足，很感謝學姊。

從第一場到最後一場，不管是在場上還是在場下都學到很多，例如觀念、防守、



進攻、站位、態度、還有適體的團隊精神,真的很棒!還有好多學長姐特地來為我們加油!雖然結果不如預期,但是過程很值得,謝謝適體系女籃的學姊還有我親愛的隊友們期待明年的大獨盃~下集待續...哈哈!! By 適體(一) 洪語柔

一年只有一次得一場比賽,我們努力的練習就為了在比賽場上熱血奔馳,即使比賽的過程很累很辛苦,但流的汗卻是奮鬥得結晶。我們努力過,就算最後與冠軍擦肩而過,輸了比賽,我們還是為我們自己感到驕傲!適體女籃——加油!

By 適體(一) 彭佳琪

我們大一第一次打大獨盃,雖然是有那麼一點小緊張,但是有了學姊們的領導讓我們不畏懼也不害怕。從一開始練系籃不懂如何區域防守,到比賽大家都協防的很好,打比賽就是打經驗,團隊就是力量!雖然沒有拿下冠軍,但個人覺得最重要的是大家一起開心的打球,享受團隊的感覺~I feeling good.

By 適體(一) 林玠妤

大獨盃—系羽

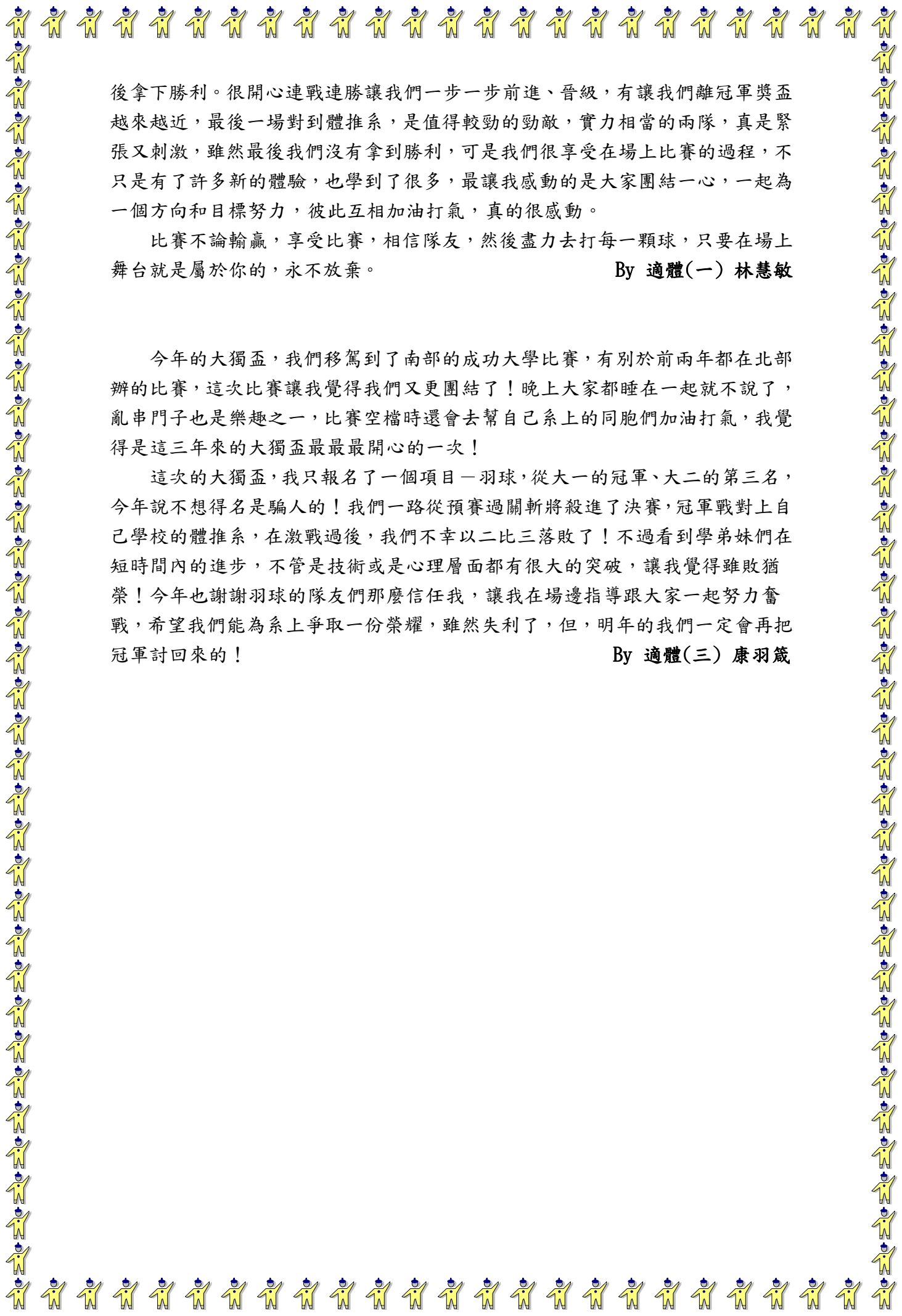


大學第一次參加校外的比賽，就是這次大獨盃，第一次參賽就獲得不錯的佳績，雖然不是第一名，不過沒關係，代表我們還有很大的進步空間，這次在大獨盃中參與排球跟羽球這兩個項目的運動，不過在排球的部分在第一場的時候就被淘汰了，很可惜，相較之下羽球非常的順利，最大的對手是國體大的體推系，因為我們的是靠著學長姐的支持才能打到最後，每一場比賽都非常的認真，其中，跟中興水保系比的時候，我與廖晨安學長搭檔，我們在這場的比賽非常的刺激，一來一往，比數非常的接近，雙方各得一勝時，學長一直鼓勵我，我們一定要先拿下一勝，幫自己先取得勝點，果然，最後以15：13險勝，我跟學長都非常的開心！羽球是我從小就開始的運動，所以我有基本的底子，但是國中高中就沒有再繼續練習了，上了體大後，認識學長姐，開始繼續練習，很開心學長邀請我參加這次大獨盃，但是我卻在冠軍賽的時候，輸了體推的學長，我很不甘心，因為差我一勝就可以得到冠軍了，不過在排點的時候，我們也沒有猜中，很希望一切都在掌握之中，但是事與願違，幸運沒有那麼多，但也可能在能力上也有差異，下一次我會好好鍛鍊自己，在下次的的大獨盃中跟系上的學長姐一起拿到羽球大獨盃中的冠軍。

By 適體(一) 林建霖

寒訓，大家都努力的加緊練習和改進自己不足的地方，我們分組練習打比賽，加強比賽時的臨場感，面對不同的對手時，使用不同的戰術來做不同的訓練，為大獨盃做準備。

連續三天的比賽，第一天沒有賽程，可是接後兩天是滿滿的比賽，第一次大獨盃有些緊張，但有學姊學長的超強陣容一點都不需要擔心，過程中真是刺激又緊張，每一顆球也許都是勝負的關鍵，隨時都有可能有一方的逆轉勝，面對每一比賽都不能掉以輕心，認真的打好每一場比賽，做好每個人各自該做好的事，然



後拿下勝利。很開心連戰連勝讓我們一步一步前進、晉級，有讓我們離冠軍獎盃越來越近，最後一場對到體推系，是值得較勁的勁敵，實力相當的兩隊，真是緊張又刺激，雖然最後我們沒有拿到勝利，可是我們很享受在場上比賽的過程，不只是有了許多新的體驗，也學到了很多，最讓我感動的是大家團結一心，一起為一個方向和目標努力，彼此互相加油打氣，真的很感動。

比賽不論輸贏，享受比賽，相信隊友，然後盡力去打每一顆球，只要在上舞台就是屬於你的，永不放棄。

By 適體(一) 林慧敏

今年的大獨盃，我們移駕到了南部的成功大學比賽，有別於前兩年都在北部辦的比賽，這次比賽讓我覺得我們又更團結了！晚上大家都睡在一起就不說了，亂串門子也是樂趣之一，比賽空檔時還會去幫自己系上的同胞們加油打氣，我覺得是這三年來的大獨盃最最最開心的一次！

這次的大獨盃，我只報名了一個項目—羽球，從大一的冠軍、大二的第三名，今年說不想得名是騙人的！我們一路從預賽過關斬將殺進了決賽，冠軍戰對上自己學校的體推系，在激戰過後，我們不幸以二比三落敗了！不過看到學弟妹們在短時間內的進步，不管是技術或是心理層面都有很大的突破，讓我覺得雖敗猶榮！今年也謝謝羽球的隊友們那麼信任我，讓我在場邊指導跟大家一起努力奮戰，希望我們能為系上爭取一份榮耀，雖然失利了，但，明年的我們一定會再把冠軍討回來的！

By 適體(三) 康羽箴

大獨盃一系壘

雖然這次的比賽成績不如預期的好，但從輸球也學習到某些重要的觀念；雖然很基本但卻不能忘記的觀念——“練習”。在比賽前幾個禮拜剛好遇到寒假，大家都很難空出時間一起參與練習，就算有來練習人數也不多，所以自然而然就無法磨合球隊的默契及一些守備、打擊的觀念技巧。雖然第一場大勝對手，但後面兩場卻後繼無力，因此喪失了晉級的資格。不只守備出了問題連打擊也無法發揮，這一切都只能歸咎於練習不足及經驗上的欠缺。但相信過了這次的教訓及磨練後，下一次的大獨盃，適體壘球隊肯定能有所改變、有所進步；並且將適體精神表現出打死不退的姿態，讓每個適體人都以適體系感到驕傲，我們拚鬥不懈的精神也是本系的宗旨所在，我們常常看到那些身障選手殘而不廢的精神，使得我們更要有繼續往前的動力，只要我們能多花點心思及時間，肯定能為適體系帶來光榮的一刻啊。下次的比賽就換適體壘球隊稱霸大獨盃！

By 適體(一) 邱沅桔

百適渴熱 趣味接力賽

時間

101 年 10 月 04 日

地點

志清湖



要開始囉!!



我吹我吹吹吹~



學弟讓我一點><”



學長我要贏你~(大口咀嚼!)



好恐怖的土司呀!



YA! 好棒~成功

百適渴熱 迎新

時間

100 年 10 月 7、8 日

地點

四方鮮乳牧場



當我們同在一起！



最後一竿，來當曾雅妮~



我一定要贏~疊羅漢！



不計形象，我要把你衝破...



我是大廚師，小當家



迎新好 Happy~

幼應了 聖誕晚會

時間

100 年 12 月 21 日

地點

教學 209 教室



簽到簽到囉!!



感謝長庚幼保的同學幫忙!



滿懷期待...



好熱鬧的場面!



好戲上場~~



我是大主角，全場看我一個!

百適渴熱 籃球賽

時間

101 年 03 月 21 日

地點

體大漢堡館



準備開始戰鬥啦!



來個定點跳投~



女生打得很激烈!



看我的上籃...



搞笑上籃...



YA~Happy ending

體院盃籃球賽

時間

101 年 03 月 31 日

地點

體大漢堡館



適體系，加油！



我們最猛啦!!



飛盤躲避是我們的強項~輕鬆!



籃球我們不輸體研所呢!!



飛盤冠軍非我們莫屬啦!!



適體系是最大贏家!!