

# 學校運動防護員 巡迴服務計畫之探討

文 / 楊金昌



▲國立豐原高商運動防護員胡雅涵示範使用彈力繩動作。(圖／教育部體育署提供)

## 壹、前言

近年屢見學生運動選手從事運動訓練或比賽時，因傷影響運動表現與運動生涯，甚至無法再為國家披戰袍爭光。基此，教育學生運動員傷害預防的正確觀念，延長運動生涯，落實運動防護教育實刻不容緩。

教育部為發掘並培育潛力運動選手，儲備優秀運動人才，於民國 86 年起設立體育班，穩固我國體育競爭力之根本（詹俊成，2002）。為建構優質的運動培育與訓練環境，

教育部（2013）將運動防護員納入學校體育班運作的專業人力，並於 2013 年發布「高級中等以下學校體育班設立辦法」（以下簡稱體育班設立辦法），其中第 11 條規定：「主管機關應輔導體育班合聘具有運動傷害防護員資格之人員，巡迴各校協助體育班，辦理運動傷害防護工作。體育班得結合運動志工，協助運動訓練相關事務。」

## 貳、推動運動防護員巡迴服務計畫之三大策略與相關作為

教育部體育署（以下簡稱體育署）為落實運動防護教育，2013 年依體育班設立辦法第 11 條規定，擬定「體育署補助各級學校約用運動防護員巡迴服務試行計畫」，自 2013 年到 2016 年補助 90 校設有體育班高級中等學校（以下簡稱主聘學校）約用 90 名運動防護員，進行區域性中小學運動人才培育體系巡迴輔導。此外，規劃「運動防護與管理」、「建置運動傷害醫療體系」與「運動防護教育」三大策略，啟動運動防護員照護機制與區域防護醫療體系，提高運動防護效能。

一、運動防護與管理：建立運動防護運作模式與巡迴防護機制

持有「運動防護員資格檢定辦法」之運動防護員證照者，得依法進用為運動防護員，專責主聘學校校內運動員之運動防護及健康管

理，並巡迴服務區域中小體育班學校，提供教育訓練及觀念宣導，包括：訓練過程與賽季期間傷害預防、傷害評估與急救處理、傷後復健等運動照護與健康管理工作。

運動防護員進駐運動防護室從事防護工作（表 1），包括簡易貼紮、安排受傷人員復健課程、各項紀錄建檔與統計（表 2）及追蹤受傷與防護歷程情形。以國立臺北科技大學

表 1 運動防護員每天工作時間與內容一覽表

內容	1. 防護前行政工作（如：防護耗材及用品準備、彙整前一日防護建檔資料）。		
	2. 防護中執行預防、貼紮、復健課程訓練等（如：訓練前貼紮、觀察選手動作習慣性、安排受傷人員訓練課程）。		
3. 防護後各項報表統計與個別紀錄填寫（如：防護日誌紀錄與統計、就診狀況記錄與追蹤、與教練溝通訓練內容）。			
時段	9:00-12:00	13:00-14:00	14:00-18:00
週一	桃園農工	桃園農工	巡迴壽山高中與桃園國中
週二			桃園農工
週三			巡迴青溪國中與桃園國中
週四			巡迴壽山高中與青溪國中
週五			巡迴桃園農工與壽山高中

▲資料來源：作者整理

表 2 主聘與巡迴學校 104 年 1-7 月傷害處理人次統計情形表

每月傷害處理人次	2 月	3 月	4 月	5 月	6 月	7 月
跆拳道	33	194	101	107	112	98
田徑	無	180	130	60	48	51
棒球	22	183	179	164	147	153
籃球	無	144	39	28	34	43
總計	55	701	449	359	341	345

▲資料來源：國立臺北科技大學附屬桃園農工高級中等學校（2014）。資料來源：作者整理

附屬桃園農工高級中等學校推動第一年的成果為例，該校 2014 年 1 月 1 日進用專職運動防護員，提供該校及巡迴中小學校學生計約 350 位健康照護工作。

經調查運動員的運動傷害疼痛度恢復程度平均為 48.63%，多數認為恢復效果良好是因為有更多處理傷害的選項出現，如熱敷、伸展、運動復健，而不是只有冰敷一種方式，顯見運動防護與管理對運動員的重要性。

## 二、建置運動傷害醫療體系：結合民間力量發展學校體育

體育署為建置運動傷害防護醫療體系 (System of Sports Injury Prevention and Care) 的完善健康照護系統，結合高等教育豐沛的專業資源協助中小學運動防護推展，仿效衛生福利部六大區醫療網模式，協請大專校院成立運動傷害防護輔導中心 (Coordinating Center for Sports Injury Prevention and Care, CCSI, 表 3)，輔導設有運動防護員之高級中等學校及其巡迴體系學校，洽談基層運動傷害醫療院所 (Local Sports Injury Center, LSIC) 與區域運動傷害醫療中心 (District Sports Injury Center, DSIC)，形成區域醫療服務網絡，引進民間醫療院所之資源，也能協助民間醫療院所人員認識運動特性與瞭解運動禁藥，達到政府與民間共同照護優秀運動

選手之目的。

以中區為例，國立臺灣體育運動大學輔導國立大甲高級中學，與大甲李綜合醫院簽約，該醫院整合其骨科、復健科、家庭醫學科等各科室資源，提供簽約學校學生適度「綠色通道 (green pass) (非屬於每人皆可使用，目的在於針對發生緊急狀況)」看診與減免

表 3 運動傷害防護輔導中心

區域	運動傷害防護輔導中心	縣市
臺北區	國立臺灣大學	基隆市、臺北市、新北市、宜蘭縣、金門縣、連江縣
北區	國立體育大學	桃園市、新竹市、新竹縣、苗栗縣
中區	國立臺灣體育運動大學	臺中市、南投縣、彰化縣
南區	國立成功大學	雲林縣、嘉義市、嘉義縣、臺南市
高屏區	高雄醫學大學	高雄市、屏東縣、澎湖縣
東區	慈濟大學	花蓮縣、臺東縣

▲資料來源：教育部體育署 (2015a)

優惠服務。

## 三、運動防護教育

運動防護員針對運動幼苗做最根本的防護與預防處理，依個人需求做暖身以外的專屬伸展動作，必要時藉由平衡訓練器等訓練器材，輔助訓練肌群，使專項訓練與輔助訓練相輔相成，達到訓練效果。

另外，運動傷害防護輔導中心邀請國內

大專院校相關科系、研究所或產業界就功能性動作檢測、運動禁藥、競技體能訓練、運動營養教育、運動心理等領域專長的教授、專業人員至主聘學校以主題方式進行講座授課，希望瞭解運動競技特性，學習運動傷害預防的知識，以具備當傷害發生時自我保護與急救的概念。

#### 四、辦理保護運動幼苗夢想安心飛翔記者會

體育署補助國立豐原高級職業商業學校等 4 校在 102 學年度試辦運動防護員進駐校園經驗，對運動幼苗的身心照護具有效益。為運動防護教育觀念的向下紮根，於 2014 年 12 月 9 日辦理保護運動幼苗夢想安心飛翔學校運動防護員推動巡迴服務試行計畫記者會，期盼由體育署帶頭推動運動防護員，持續鼓勵與輔導地方政府，共同落實完備學校體育人才照顧系統。

#### 五、設計巡迴防護計畫標誌與制服

運動防護員深刻感受行政部門積極投入基層運動防護工作，基於使命感，以希臘神話中智慧女神化身、澳洲女性原住民守護神、日本朝福象徵、臺灣原住民吉祥靈鳥及守護神的貓頭鷹做為外顯意象，共同設計標誌（如下圖）：「貓頭鷹的頭頂呈現運動防護員用雙手守護運動幼苗，身體兩側的虛線代表體育署巡迴運動防護計畫的全面啟動，貫通

南北，涵蓋東西，化身腳趾的校園巡迴服務緊抓基層體育，巡迴運動防護員們期許自己善用智慧與雙手，守護每一位運動幼苗。」

此外，運動防護員為使各界關注運動防護議題，自行設計制服，不僅代表著在主聘學校內執行照顧運動幼苗工作，更是隨隊參加比賽過程，細心照顧每位參賽運動幼苗，



▲運動防護員巡迴服務標誌。  
（圖 / 教育部體育署提供）

期盼更多人響應。

#### 六、建立 Facebook 粉絲專頁

藉由網際網路的高度發展及充斥現代生活的網路平臺，創造一個交流空間，由各運動傷害防護輔導中心隨時分享計畫執行情況及活動成果，利用人際網絡、按讚推廣，提供更多了解執行情形的管道與增加計畫曝光度。



▲ Facebook 粉絲專頁。(圖/教育部體育署提供)

### 參、推動運動防護員巡迴服務計畫成果

體育署自 102 學年度起推動運動防護員巡迴服務計畫，至 104 學年度為止推動成果：

#### 一、運動防護員進駐校園，照顧運動幼苗

44 校進用 45 名運動防護員進駐校園服務，其中以高雄市進用 6 人為最多，臺南市進用 5 人次之（詳表 4）。

表 4 104 學年度核定進用運動防護員表

縣市別	運動防護員	人數
基隆市	安樂高中 1 人	1
臺北市	南湖高中 1 人	1
新北市	明德高中 1 人 清水高中 1 人 平鎮高中 1 人	2
桃園市	國立桃園高中 1 人 國立臺北科技大學附屬桃園農工 1 人	3
新竹縣	湖口高中 1 人	1
新竹市	香山高中 1 人 成德高中 1 人	2

縣市別	運動防護員	人數
臺中市	國立豐原高商 1 人 國立大甲高中 1 人 東山高中 1 人 后綜高中 1 人	4
南投縣	南投縣旭光高中 1 人 國立埔里高工 1 人 國立南投高中 1 人 國立水里商工 1 人	4
彰化縣	彰化藝術高中 1 人 國立員林農工 1 人 國立員林崇實高工 1 人 國立和美實驗學校 1 人	4
雲林縣	麥寮高中 1 人	1
嘉義縣	竹崎高中 1 人 國立民雄農工 1 人	2
臺南市	國立新豐高中 1 人 國立北門高中 1 人 國立曾文農工 1 人 國立臺南海事 1 人 國立善化高中 1 人	5
高雄市	福誠高中 1 人 新莊高中 1 人 高雄中學 1 人 文山高中 1 人 鼓山高中 1 人 國立岡山高中 1 人	6
屏東縣	國立內埔農工 1 人 國立潮州高中 1 人 枋寮高中 1 人	3
臺東縣	國立臺東體中 2 人 國立臺東高中 1 人	3
花蓮縣	體育實驗中學 1 人 國立花蓮高中 1 人 國立玉里高中 1 人	3
合計(名)		45

▲資料來源：教育部體育署（2015b）、（2015c）

## 二、中央與地方政府攜手共同落實照顧運動幼苗

(一) 依據 2014 年 6 月 20 日「102 學年度國立高級中等學校合聘運動防護員巡迴服務計畫執行檢討會議」決議：適當建立即時獎勵措施，建議列入「教育部對地方政府事務統合視導」，鼓勵地方政府共同推動運動防護工作。

(二) 以 2016 年辦理「104 年度地方教育統合視導 - 體育項目之特色運動」為例：新北市、苗栗縣、臺中市、屏東縣、南投縣、花蓮縣及宜蘭縣等 7 縣市，參酌體育署推動巡迴運動防護計畫模式，各自擬定運動防護計畫及巡迴服務機制，培養基層運動選手應備基本運動防護的能力。

## 肆、結語

學校體育班與運動代表隊選手之組訓與參賽，是學校體育的重要工作之一，亦是國家體育發展重要的一環。透過積極培育優秀運動人才，始能奠定國家競技體育與全民體育之基礎。基此，落實「體育運動政策白皮

書」有關完備高中職以下學校體育班運動人才健康照顧目標，體育署自 102 學年度起推動運動防護員巡迴服務計畫，學校體育團隊運作更加完善，運動選手無後顧之憂，全力從事運動訓練，期盼完善的制度設計，使學校專任運動教練與運動防護員全心投入工作，達到一加一大於二之綜效（Synergy），讓更多的優秀運動人才獲得專業的培育與照護！（本文作者為教育部體育署學校體育組科員）

## 參考文獻

- 國立臺北科技大學附屬桃園農工高級中等學校（2014）。教育部推動 103 學年度運動傷害防護成果報告書，28。
- 教育部（2013）。102 年 4 月 24 日臺教授體部字第 1020011519B 號令。
- 教育部體育署（2015a）。104 年 7 月 29 日臺教體署學（一）字第 1040022802 號函。
- 教育部體育署（2015b）。104 年 7 月 2 日臺教體署學（一）字第 1040019704 號函。
- 教育部體育署（2015c）。104 年 7 月 3 日臺教體署學（一）字第 1040019799 號函。
- 詹俊成（2002）。臺灣地區高中體育班現況調查研究（未出版碩士論文）。國立臺灣師範大學，臺北市。