

世運會由來

世界運動會僅有短短 23 年歷史，當時由 12 個非奧運項目單項運動總會，聯合在荷蘭組成世界運動會委員會，爾後更名為世界運動會總會 International World Games Association (IWGA)，初創會議由南韓籍國際奧會執委金雲龍主持，他是當時國際跆拳道總會會長也是世界運動會總會創始榮譽會長。世界運動會總會成立目地，在於提供非亞奧運項目一全球性競賽舞台，以吸引媒體籌措贊助經費、增加運動人口及發展各項運動，1996 年亞特蘭大奧運會將羽球、棒球、壘球等列入正式項目，這三個總會也因而退出世界運動會，2000 年雪梨奧運會也將有跆拳道、三項鐵人、女子水球及女子舉重列入正式項目，在過去這些年來，也有許多單項運動總會加入，目前共有 31 個國際單項運動總會會員。

2009 高雄世界運動會標誌



以漢字「高」字為設計題材，運用書法力動筆勢，結合色彩繽紛的節慶彩帶舞動意象，傳達「和諧、友誼、律動、飛躍、進步、歡樂」的概念，也象徵世界各地歡樂的運動能量串起高雄市、匯聚在高雄，其中起筆點一抹旭日光輝與收筆處捲起的藍色浪花，具陽光城市與海洋首都之隱意，韻動字型也有如選手邁步衝刺的亮麗身影。設計師介紹：高雄市的傑出設計師林宏澤，以「陽光之都、動感高雄」為主題的設計作品，獲得評審們一致的認同而獲得首獎，1961 年出生的林宏澤，係國立台灣師範大學美術研究所設計碩士，現任台南科技大學視覺傳達設計系專技副教授、中華民國美術設計協會常務理事、翰堂設計公司創意指導及經濟部商業司「提升商業設計計畫」諮詢委員，在設計界的資歷已有 21 年；他曾獲國內外設計類獎百餘項，包括全國美展設計類第一名、中華民國視覺設計創作金獎、波蘭華沙國際海報雙年展、斯洛伐克國際海報三年展、法國國際海報沙龍展、HKDA 亞太設計獎、漢城亞洲平面設計展、香港設計師協會獎、華人 CI 設計名家百傑…等國際知名獎項，設計作品並獲國立美術館、高雄市立美術館、北京設計博物館、德國工藝美術博物館、波蘭 Wilanow 海報博物館、香港文化博物館、延邊大學藝術學院、廈門大學藝術學院…等永久典藏。



12月的寶貝們 HAPPY BIRTHDAY



彥 彰

12.13



韋 祥

12.20



婉 珊

12.14



詠 馨

12.12



志 安

12.28



志 恩

12.28



12月

重要事項



🗓️ 12月7號

🐾 大二舞蹈比賽 🐾



🗓️ 12月9~10號

🐾 校慶校運 🐾

🗓️ 12月11號

🐾 補假 🐾



🗓️ 12月31號

🐾 彈性放假 🐾



快要渡過2007年了祝大家跨年愉快唷!



吃熱再喝冷 最好至少間隔三分鐘

寒冷冬天吃熱火鍋是一大享受，而搭配著喝冰飲，也可能是部分人的習慣，但是專家說，這對人的腸胃和血壓是個嚴酷考驗。他們建議吃了熱的再想喝點冷飲解渴，最好能間隔三分鐘以上，才能減少對身體的衝擊。醫生指出，喝完熱湯後血管會擴張，這時如果大量飲用冰飲，血管會急劇收縮，導致血壓增高，出現頭痛、頭暈，甚至噁心等症狀。

醫生說，從物理角度看，過冷和過熱的兩種物質相遇會發生爆炸，更不用說在人體裡面了。尤其對於原來血壓就有點高的人來說，這樣做更危險。此外，短時間內使用溫度反差強烈的食物，也會直接損害腸胃功能。因為食物的消化是有一定過程，剛喝完熱湯，馬上喝冷飲，會造成腸胃冷熱不均勻，腸胃受到強烈刺激，容易引起胃疼、胃脹、腹脹等各種症狀。而消化道的全身收縮，也會使高血壓進一步惡化。

何謂運動禁藥

指運動員違規使用禁用物質或方法提昇訓練效能及運動成績。談到運動禁藥，大家都馬上想到類固醇。但除此之外，性奮劑、賀爾蒙、利尿劑、止痛劑，大麻等其他禁用物質，以及違規輸血、基因違規操作等禁用方法，甚至拒絕接受禁藥檢測或企圖阻撓運動禁藥管制作業都算違規行為。

只要你繼續參加運動比賽，會經常碰到運動禁藥檢測，你本人可能會被抽測到，而你的競爭對手可能也以欺瞞手段使用禁藥。你甚至也可能會想嘗試使用。

何謂香港腳？

香港腳是一種黴菌感染，常發生於兩趾間破皮或脫皮的部位，也常出現如同濕疹或水泡在足底乾裂的皮膚。它造成足趾間與足底有痛癢和發熱的感覺。香港腳可經由接觸帶菌的地板、毛巾、凳子而感染。提供香港腳黴菌生長的條件是黑暗、溫暖和潮濕，這些情況常存在於浴室、儲藏室、和穿用的鞋子中。

(一)治療=用中性肥皂和清水徹底清洗足部，用清潔的熱毛巾小心地擦拭患部，儘可能除去腐敗的組織，用殺黴菌噴劑(Fung-O)噴撒患處之後，再用爽足粉(Foot Powder)撲於足趾之間以及鞋內，以便吸收汗與濕氣，而保持足部的長期乾燥。

(二)預防=在淋浴和游泳之後徹底擦乾足部，特別是足趾之間。更需注意在夏季裡儘可能穿著通風的鞋子。保持常換襪子的習慣，以避免過多的潮濕，特別是在大熱天裡。晨間與睡前及每次換襪子時，用爽足粉(Foot Powder)撲於足趾之間與足底部位。

(三)適用的Cramer產品=殺黴菌噴劑(Cramer Fung-O Spray)；爽足粉(Cramer Foot Powder with Tolnaftate)



恭

賀



體四甲 陳家祥 錄取台灣師範大學運動科學研究所



啦啦隊
冠軍

參加本校舞蹈比賽

體二甲全體同學



體育最新資訊

96 學年度全國創意舞蹈大賽實施計畫

報名方式：即日起至 12 月 31 日止（詳情請至體育室網站）

97 年度 C 級網球裁判講習

報名方式：即日起至 12 月 28 日止（詳情請至體育室網站）

台北市田徑 C 級教練與裁判講習

報名方式：即日起至 12 月 21 日止（詳情請至體育室網站）

