

2009世運會 高雄相關資料

行政院體委會自民國 91 年 7 月首度邀請國際世界運動總會 (IWGA) 會長 Ron Froehlich 來台訪問後，開始進行各種申辦「2009 年世界運動會」評估及申辦準備。並委託中華奧會於 92. 04. 30 假台北高雄辦事處，向謝市長簡報，申辦 2009 世界運動會的可行性。於 2003. 5. 13 行文正式確定由高雄市代表我國申辦 2009 世界運動會，並於 05. 14 高雄市謝市長與體委會林主委分別致函 IWGA 表達高雄市申辦 2009 年世界運動會之意願，開啟了高雄市申辦世界運動會之門。高雄市謝市長批示：2009 年申辦世界運動會工作小組由姚副市長高橋擔任召集人 2003. 06. 11 假台北體育聯合辦公大樓，由體委會朱副主委壽騫主持申辦 2009 年世界運動會第一次籌備會議，會中確定工作重點及分工事項。 2003. 06. 11 假台北體育聯合辦公大樓，由體委會朱副主委壽騫主持申辦 2009 年世界運動會第一次籌備會議，會中確定工作重點及分工事項。 2003. 06. 18 高雄市召開申辦世界運動會工作執行小組第一次會議，討論城市問卷內容。行政院於 92 年 7 月 2 日以院臺體字第 0920036298 號函復同意由高雄市政府代表我國提出申辦。 2003. 08. 22 本市將城市調查問卷寄送至世界運動總會，並獲得正式通知成為申辦城市 (據 IWGA 會長表示共又六個城市有意申請—荷蘭鹿特丹、匈牙利、美國克里夫蘭、休士頓等)。 2003. 11. 6-16 本市 (蔡副局長協族、陳以亨教授、鄭科長勵君) 與中央 (體委會許科長秀玲、中華奧會吳組長文焮、許怡文小姐) 組成 6 人小組，主動進行遊說，製作並攜帶本市文宣及光碟資料，分別至荷蘭鹿特丹、瑞士蘇黎世、義大利米蘭及西班牙巴塞隆納等國拜訪執行委員 (執委共七名，拜訪六名)，告知本市具主辦實力，並請他們針對我申辦書內容，分別提出建議，獲得許多寶貴訊息。 2003. 11. 28 召開世運會文宣製作小組會議，確定多媒體簡報、拍攝城市行銷、宣導短片、場館簡介等工作內容。並將遊說時各委員提出之建議及修正做成 24 頁的彩色折頁，於會長、秘書長訪華之前寄送各執行委員，獲得一致的認同。 2003. 12. 11 由姚副市長召集 IWGA 會長、秘書長訪視本市形成協調會，達成以高規格接待之共識，希各有關單位協助配合。 2003. 12. 18-20 三天，IWGA 會長朗·弗契 (Mr. Ron Froehlich) 及秘書長柯、科倫先生 (Mr. Co Koren) 訪視本市場館，本市以元首級禮遇貴賓，留下良好印象。 2003. 12. 26 本市應 IWGA 要求匯款 25000 美元作為申辦保證金。 2004. 01. 31 本市申辦書再次依 IWGA 會長及執行委員之建議重新修正印製寄達 IWGA 總部。 2004. 03. 29-30 世界運動總會執行委員也是國際柔術運動總會榮譽會長 Dr. Rinaldo Orlandi 及技術指導訪台講授柔術並訪問本市，亦比照會長模式接待，對本市留下深刻印象並允諾支持。 2004. 05. 12 體委會告知 IWGA 以非正式方式告知 2009 世界運動會將由高雄市主辦。 2004. 06. 14 IWGA 會長與本市謝市長正式簽訂 2009 世界運動會主辦書。世運會每四年舉辦一次，已舉辦過六屆，2001 年第六屆由日本秋田舉辦，2005 年第七屆由德國杜伊斯堡舉辦，2009 年第八屆由本市主辦。



11 月的壽星們生日快樂



蕾涵
11.10



健哲
11.09



杏旻
11.25



家平
11.12



志華
11.05



德安
11.11



文雄
11.26



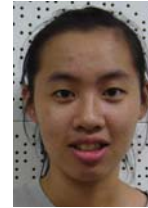
哲婉
11.13



宏彰
11.18



玳竹
11.20



冠婷
11.09



11月的大事看這裡喔! 11月的大事看這裡喔!



11月10->體育營



11月12~16->期中考週



11月22->系員大會



11月26->大一合唱比賽



漸漸被體育界遺忘的運動體適能

目前教育部體育司與體委會如火如荼的爭相辦理健康體能(health-related physical fitness)。尤其是教育部對此方面的重視，更是前所未有的，經費投入之鉅，讓人瞠目結舌。我們同意健康對每一個人來說，比什麼都重要。不可否認的，健康體能也相當重要，因為健康體能內含要素，確實關係吾人健康之良莠。不過在此要提醒大家的是，健康不是體育的唯一目標，健康體能也不是唯一的體能。體育教育工作者，似乎不再在乎學童是否需要一些身體的挑戰，與在從事身心的磨練時產生的一些教育效益。我們要極力呼籲，體育界不但要強調健康體能，更不能忽略運動體能(sport related fitness)，因為運動體能，攸關一般社會大眾運動時是否能夠順手，是否能夠運動得有效率，是否能夠避免運動傷害，更重要的是，是否能夠享受運動的樂趣，沒有運動體能，那來運動的樂趣呢？連運動的基本條件(即運動體能)都沒有的人，如何能夠透過運動，享受健康的碩果呢？如何能讓人持續運動，終生運動呢？

對於體育界而言，請不要忘記自己是學體育的，也請不要忘記從事球類運動，以及其他多種運動時，光是健康體能的後果，可能會因身體運動能力不足而容易受傷的，運動時可能會因不協調而索然無味，參與休閒活動可能會因不敏捷而易生挫折。我們不在強調運動體能多重要，我們只是在提醒，體育從業人員，不應忘記體育與運動，比人強的地方，是除健康之外的其他身體特質與能力，這些皆是健康教育人員所做不到與無法表現出的，更是一般社會大眾最忽略的身體重要能力。體育與運動的諸多內容，對人類的貢獻，絕不止於健康促進。如果僅止於健康促進，我們那要體育司，我們也不要體委會了，只要衛生署就好了，不是嗎？我們覺得學體育的人，好像在自廢武功，也好像在割棄身上比人強的肉，您說是嗎？

發言人：scwang

面對運動傷害--PRICE法則

◎Prevention/Protection 預防或保護→採取避免運動傷害的適當策略，如買一雙優良的運動鞋、安全的運動場地、適當的裝備、等等。當有傷害發生後，最重要的是要保護受傷的部位，例如：行動不便時可以利用拐杖。

◎Rest 休息→休息是為了走更長的路，如果要勉強使用受傷的部位，通常會有更嚴重的後果。

◎Ice 冰敷→在傷害的急性期中(約三天)，每天要用冰敷或其它冷療的方式來控制發炎與腫脹的問題。每次約二十到三十分鐘、至少三到四小時實施一次。記得：千萬不要用熱療的方式，因為它會增加腫脹的現象。

◎Compression 加壓→利用彈性繃帶包紮，將腫脹降到最低狀態。包紮的方法是：在受傷部位處，繃帶由遠端開始向近心端纏繞並固定好。不要包太緊，不然會造成其遠端肢段因循環不良而腫脹。另外要注意的是：晚上睡覺時也不要將彈性繃帶取下。

◎Elevation 抬高→抬高的用處是要降低受傷部位的血液及組織液的流出或積聚，來減低腫脹。適當的抬高方法是將受傷的部位抬得比心臟位置高一些，下肢受傷時可以讓患者躺下並抬高患肢。

預防運動傷害

『準備』是最佳的預防手段。要預防運動傷害您必須做到三件事：維持良好體能、均衡的飲食、使用適當的運動器材及設備。

維持良好體能→良好體能所指的是您要在參與比賽前將您的身體訓練完成。

運動醫學專家建議：參與一項新的運動前，最少要先花六周的時間來調整您的身體。維持良好體能的三個方法：加強肌力，加強心肺耐力，增進肌肉柔軟度。

◎加強肌力→重量訓練、柔軟體操等活動。

◎加強心肺耐力→有氧活動，如跑步、走路、騎單車、游泳等。

◎增進肌肉柔軟度→身體的大肌肉要多伸展。

記得一點：伸展肌肉前，您需要一些簡單的熱身運動。

恭賀

體三甲 王顥翔 同學

參加 世界三大鐵人賽之一

「普吉島國際超級鐵人賽」

男子18-24歲組

以2小時57分14秒 獲得第二名

100級新生的入學感想

剛踏進這個校園感覺挺陌生的，但經過第一天的新生訓練，熱情的學長姊的詳細介紹，讓我們更了解屏教大的傳統以及校園的認識，第一次踏入大學的生活，和以往的國中生活、高中生活有以往的不同，大學生活就是要會讀書，也要會玩，這樣才是真正的大學生，下午到了大禮堂也聽到各個學處的主任、教官的規則以及說明。希望能在大學四年的生活裡，能夠學到更多更充實的知識。擁有良好的環境，擁有優質的師資和熱心的學長、姊，相信應該可以在大學生活中能夠多采多姿。

吳珮儀

我感到很高興也很榮幸，能進到屏教大體育系，學長姊們的熱忱與熱心，讓我深深體會到體育系的活力和無限的發展可能性，剛進到陌生的環境和陌生的同學，難免會有些惶恐與無助，但同學們的熱情，也讓我漸漸地融入這個小型社會，最後，剛開始對於這個學校環境還不太熟悉，希望以後不管遇到什麼問題，學長姊們可以幫我一個大忙。

巴楚允