

簽 於 陸上運動學系

106 年 10 月 20 日

主旨：檢陳陸上運動學系106學年度第一學期第二次系務會會議紀錄乙份。

說明：

- 一、依106年10月11日開會通知單續辦。
- 二、奉 核後，將以電子郵件寄送與會者。

敬陳 校長

承辦單位電話：

審 核

決 行

助教黃郁涵

1020/1100

臺北市立大學 陳顯宗  
教授兼系主任

1024/1120

副教授羅仁勝

1027/1810

臺北市立大學 歐遠帆  
教授兼學術副校長

1025/1120

教授兼體育學院院長 賴政秀

1024/1000

1026/1600

1026/1600

1026/1600



敬送 - ○○老師

臺北市立大學體育學院  
陸上運動學系 106 學年度  
第 1 學期第 2 次系務會議紀錄

106 年 10 月 19 日

臺北市立大學體育學院陸上運動學系 106 學年度  
第 1 學期第 2 次系務會議紀錄

時間：中華民國 106 年 10 月 19 日(四)11 時 00 分

地點：鴻坦樓六樓陸上系辦公室

主席：羅主任仁駿

聯絡人及電話：黃郁涵助教 28718288 分機 6202

壹、主席致詞：

貳、前次決議案執行情形記載表：

決議項目	決議（裁示）情形	會辦單位	執行情形																																																												
1.有關本系 106 學年度第 1 學期運動績優生名單乙案。	照案通過。	無	依會議決議辦理。																																																												
2.有關本系 106 學年度第 1 學期獎助/學金申請案。	一、獎學金：二年級-張家瑜；三年級-韓勻謙；四年級-林信志。 二、勤奮向學獎助金：李怡樺。 三、龍山寺獎學金：李享恩。	無	業已送交學務處辦理後續事宜。																																																												
3.有關本系 107 學年外國學生申請入學招生簡章案。	一、107 學年度招生名額業已報部，107 年招收射箭項目；108 學年度招生項目改為招收 2 名，全部專長皆可招收。 二、(0929 新增)依教務處 9 月 27 日通知，新增 4.推薦書二份及 5.英文或中文留學計畫書兩項。	無	依會議決議辦理。																																																												
4. 有關本系田徑欄架及自由車項目未來發展乙案	一、107 學年度起欄架項目合併至短距離項目授課。 二、107 學年度自由車項目停招，為維護學生權益，104 級至 106 級課程仍正常開課。	無	依會議決議辦理。																																																												
4.有關本系 106 學年度招生名額乙案	一、107 學年度招生名額如下表： <table><tr><th colspan="2">運動種類</th><th>名額</th><th>原民</th><th>甄審</th></tr><tr><th colspan="2"></th><th>107</th><th>107</th><th>107</th></tr><tr><td rowspan="6">田徑</td><td>全能</td><td>1</td><td rowspan="6">3</td><td rowspan="6">3</td></tr><tr><td>短跨</td><td>8</td></tr><tr><td>中長</td><td>6</td></tr><tr><td>跳部</td><td>6</td></tr><tr><td>擲部</td><td>5</td></tr><tr><td>欄架</td><td>---</td></tr><tr><td colspan="2">競技體操</td><td>3</td><td>0</td><td>0</td></tr><tr><td colspan="2">舉重(健力)</td><td>4</td><td>1</td><td>0</td></tr><tr><td colspan="2">射箭</td><td>5</td><td>0</td><td>2</td></tr><tr><td colspan="2">射擊</td><td>4</td><td>0</td><td>0</td></tr><tr><td colspan="2">拔河</td><td>5</td><td>1</td><td>6</td></tr><tr><td colspan="2">自由車</td><td>---</td><td>---</td><td>---</td></tr><tr><td colspan="2">合計</td><td>47</td><td>5</td><td>11</td></tr></table>	運動種類		名額	原民	甄審			107	107	107	田徑	全能	1	3	3	短跨	8	中長	6	跳部	6	擲部	5	欄架	---	競技體操		3	0	0	舉重(健力)		4	1	0	射箭		5	0	2	射擊		4	0	0	拔河		5	1	6	自由車		---	---	---	合計		47	5	11	無	依會議決議辦理。
運動種類		名額	原民	甄審																																																											
		107	107	107																																																											
田徑	全能	1	3	3																																																											
	短跨	8																																																													
	中長	6																																																													
	跳部	6																																																													
	擲部	5																																																													
	欄架	---																																																													
競技體操		3	0	0																																																											
舉重(健力)		4	1	0																																																											
射箭		5	0	2																																																											
射擊		4	0	0																																																											
拔河		5	1	6																																																											
自由車		---	---	---																																																											
合計		47	5	11																																																											

### 參、行政單位宣導事宜：

- 一、教務處：106 學年度寒假假轉學考調查，敬請有意願招收轉學生的師長，務請最遲於 10 月 23 日(一)前回覆分則檔案，本系 106-2 寒轉招生名額為二轉 1 名、三轉 1 名。
- 二、學務處：本校 106 學年度校慶將於 106 年 12 月 9 日(六)於天母校區舉辦，敬邀各位師長共襄盛舉。
- 三、人事室：惠請合於退休資格且預擬於 108 年退休生效的師長，填寫意願調查表，並加蓋單位主管職章後，於 106 年 12 月 5 日(星期二)前逕送本室彙辦，俾利依限報局及編列 108 年預算，調查表單請至本室/退休專區/108 年退休調查表下載。
- 四、通識中心：106-2 學期起開課申請自即日起至 106 年 11 月 10 日前，敬請欲開設 106-2 通課程的師長依規定辦理申請(請詳參通識中心 10/6 通知)，並請於本校校務系統—登錄/通課程精進系統進行線上資料登錄。
- 五、教發中心：教發中心於 10 月 24 日(二)12:00 至 15:00 於博愛校區藝術館 1 樓 A101 教室舉辦 106 學年度第 1 學期全校教師教學研討會，敬請有興趣之師長與同仁踴躍參與。敬請有意參加之師長及同仁們即日起至 10 月 21 日(六)止，至本校「校務系統研討會系統」之「活動資訊查訊及報名」中報名。
- 六、體育室：
  - (一)臺北市 106 年度基層訓練站成果報告書電子檔請於 10 月 31 日前寄送予體育室駱小姐彙整，俾利 11 月 15 日前報局完成結案作業。
  - (二)有關申請教育部體育署「107 年運動發展基金輔導發展特色運動及改善運動訓練環境計畫」專案補助，請以書面方式於 10 月 27 日(五)前將表格擲送體育室。
  - (三)詩欣館與室外網球場之停車位，近來發現學生會將機車違規停放此處，敬請各位師長協助宣導學生該處不得停放機車。
  - (四)為辦理大運會第二次經費補助，請老師於 106 年 10 月 20 日前，提供經費需求(檔案如附件一，第 5 頁)，俾利本室彙整送競技輔導會議討論，並依決議額度進行補助。

### 肆、系務宣導事宜：

- 一、106 學年度系大會暨系迎新活動將於 11 月 21 日(二)13:10 於科資大樓 9 樓國際會議廳舉辦，敬請各位師長撥冗共襄盛舉。
- 二、106-1 班級輔導活動費(3,200)已可開始支用，敬請各位師長與班級討論使用方式及日期。
- 三、敬請各班級導師協助宣導，敬請學生於離開教室時，務必確認教室內全數電源皆已關閉，避免造成教學器材損壞。

#### 四、優異成績摘要：

序號	項目	姓名	比賽	項目	名次
1	射擊	周軍邑	106 年全國運動會	10 公尺空氣步槍團體賽	1
2		呂紹全	106 年全國運動會	10 公尺空氣步槍個人賽	1
3		郭保瑩	106 年全國運動會	10 公尺空氣步槍團體賽	1
4		呂紹全 高勝軍 邱安羽	106 年全國運動會	10 公尺空氣步槍團體賽	2
5		郭保瑩	106 年全國運動會	10 公尺空氣步槍個人賽	2
6		詹昱穎	106 年全國運動會	10 公尺空氣步槍團體賽	3
7		高勝軍	106 年全國運動會	10 公尺空氣步槍個人賽	3
8	田徑	黃世瑋	106 年臺北市秋季全國田徑公開賽	110 公尺跨欄	1
9		林祐霆	106 年臺北市秋季全國田徑公開賽	鉛球	1
10		賴芸竹	106 年臺北市秋季全國田徑公開賽	標槍	2
11		陳孝維	106 年臺北市秋季全國田徑公開賽	撐竿跳高	2
12		陳家倩	106 年臺北市秋季全國田徑公開賽	跳遠	2
13		陳宇璿	106 年臺北市秋季全國田徑公開賽	10000 公尺	2
14		林采瑩	106 年臺北市秋季全國田徑公開賽	撐竿跳高	2
15		郭哲皓	106 年臺北市秋季全國田徑公開賽	跳遠	2
16		陳宇璿	106 年臺北市秋季全國田徑公開賽	3000 公尺障礙	2
17		孫明聖 王品尊 趙智堯 陳季暉	106 年臺北市秋季全國田徑公開賽	4X400 公尺接力計時決賽	2
18	舉重	李豐江	106 年全國舉重總統盃	85 公斤級	2
19		林彥君	106 年全國舉重總統盃	48 公斤級	3

#### 伍、提案討論：

提案一、有關本系 106 學年度第 1 學期運動績優生名單乙案，提請 追認。

說 明：

一、陸上系田徑跳部專長陳家倩同學為本系 106 學年度招收之港澳生，陳家倩為香港國家代表隊優秀選手，經常獲遴選參加多項國際賽事，為使能專心於競技水準提升，並兼顧課業學習效益，擬請同意陳生運動績優學生資格審核。

二、106 學年度第 1 學期運動績優生名單：

(一)俞辰憲：106-1-1 系務會議審核通過。

(二)蔡雅羽：106-1-1 系務會議審核通過。

(三)陳家倩：2016 亞洲青年田徑錦標賽跳遠 5.94 第四名。

決 議：同意追認。

提案二、有關本系教師 105 學年度第 2 學期教學省思乙節，提請 討論。

說 明：

一、依本系 104-1-5 系務會議臨時動議決議辦理。

二、會議決議略以...「有關本系在教師評鑑辦法中」T4-1 教學省思：T4-1-1

對教學上的省思能提出具體事證(如教學意見調查之省思回饋)」乙節，建請各位同仁在學期末時，一同對於前一學期的教學情形來進行反思，並於下學期的系務會議中提出書面報告一同分享討論，落實教學省思。」。

三、本次會議共計收到 6 位師長省思回饋，詳如附件二，第 6 頁。

決 議：照案通過。

提案三、有關本系辦理文康活動乙案，提請 討論。

說 明：

- 一、為辦理本系 106 年度文康活動，敬請師長們提請討論活動時間及地點。
- 二、依人事室說明，文康活動應於假日及寒暑假或下班後辦理，如運用上班時間，須請休假或加班補休。

決 議：將於 11 月 22 日(三)中午辦理，於桃園市的香江匯餐廳。

提案四、有關本系 106 學年度體育表演會表演節目乙節，提請 討論。

說 明：

- 一、依 106 學年度體育表演會籌備會決議辦理，本系須於 10/20(五)提交表演項目、負責人及人員名冊。
- 二、106 學年度體表會將於 12 月 8 日(五)晚間於天母校區籃球館演出。

決 議：本系將配合體表會籌備會議決議辦理，第一演出順位是自由車專長；第二順位是田徑專長。

陸、臨時提案：無。

柒、散會：13 時 00 分。

## 106 年大運會代表隊部分參賽費補助調查

代表隊：\_\_\_\_\_

學生/ 教師	住宿費(單價*天數*人數) (學生 600/天， 教師簡任 1800/天 薦任 1600/天)	交通費(單價*2 趟*人數) (教師及學生皆以「台北至當地」 自強號計算)	總金額
範例 學生	$600*3*10=18000$	以「台北至高雄」為例 $843*2*10=16860$	34860
範例 教師	$1800*3*1=5400$ $1600*3*1=4800$	$843*2*2=3372$	13572
學生			
教師			

備註一：原體育室 A 版參賽費編列約 770 萬元，惟本年度經費預算被議員打 8 折，約 616 萬元；另因體表會及校慶經費不得刪減，不足額皆以參賽費刪減，故本年度可支用之參賽費僅約 570 萬元。再因本年度獎助學金不足額約 170 萬元，也以體育室 A 版其他尚有餘款之科目項下支應，經核算 A 版經費扣除已使用參賽費及其他不足額經費，目前可供參賽使用僅剩餘約 130 萬元，且尚有 10 個代表隊未使用第一次全額補助（105 年度這 10 個代表隊約使用 130 萬元）。

備註二：106 年全國大專運動會已使用全額部分經費（報名費+膳食費），本次將補助（住宿費+交通費），如需使用報名費，將列為第一(二)次報名費。

備註三：本次補助將以體育室 B 版-其他旅運費 100 萬元整支應，請各代表隊提出經費需求，俾利本室彙整送競技輔導會議討論，並依決議額度進行補助。



## 臺北市立大學陸上運動學系 教師教學省思單

填寫日期：106 年 09 月

授課教師	羅仁駿	課程名稱	田徑擲部專長
開課學期	105-2	課程屬性	<input checked="" type="checkbox"/> 專長 <input type="checkbox"/> 學科 <input type="checkbox"/> 術課
開課年級	1 ~ 4	修課學生人數	24 名
教學現況分析	<p>本學期上課情況良好，選手運動表現而言男子標槍黃士峰 106 年亞洲田徑巡迴大獎賽臺北站金牌、106 全國大專運動會鉛球林祐霆金牌、106 全國大專運動會女子標槍許安誼金牌、106 全國大專運動會男子標槍鍾政宏銀牌、106 全國大專運動會女子鏈球范怡婷銅牌，106 全國大專運動會共計 2 金 1 銀 1 銅成績表現良好其餘選手成績皆有進步。</p>		
教學意見調查 之省思回饋	<p>本學期因配合 2017 世大運比賽場地控管造成投擲次數減少，已調整賽前投擲技術訓練時間並利用週三下午、週六週日上午課餘時間統一集合加強技術訓練。</p>		
檢討與建議	<p>如能增加編列移地訓練經費讓選手能多接觸在不同環境的投擲場地訓練，且增加投擲機會並以賽代訓以便提升競技成績表現。</p>		

# 臺北市立大學陸上運動學系 教師教學省思單

填寫日期：106 年 9 月

授課教師	黃文成	課程名稱	田徑中長專長
開課學期	105-2	課程屬性	<input checked="" type="checkbox"/> 專長 <input type="checkbox"/> 學科 <input type="checkbox"/> 術課
開課年級	1~4	修課學生人數	26 名
教學現況分析	<p>本學期上課情況大致上良好，106 年全國大專校院運動會梁哲睿男子 10000 公尺競走銀牌、106 全國大專校院運動會林函蓁女子 10000 公尺競走銀牌成績表現良好其餘成績表現良好其餘中長選手成績皆有進步。選手成績皆有進步。</p>		
教學意見調查 之省思回饋	<p>學生肌耐力稍有不足，以調整訓練課表內容並加強訓練。</p>		
檢討與建議	<p>選手能多接觸高地訓練提升競技成績。</p>		

# 臺北市立大學陸上運動學系 教師教學省思單

填寫日期：106 年 8 月

授課教師	陳世偉	課程名稱	射擊專長
開課學期	105-2	課程屬性	■專長 □學科 □術課
開課年級	1~4	修課學生人數	12 名
教學現況分析	105-2 學期上課情況良好，大部分學生均按時並配合訓練，106 年大專運動會共獲得 2 金 3 銀表現優異。		
教學意見調查 之省思回饋	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 學生表示部分訓練過於枯燥且長時間，在心理層面容易出現躁動及不耐煩等行為，此為時間壓力所造成，並為訓練及比賽必要的一環，目前於每日訓練前加入運動心理學的意象訓練，藉以強固動作概念及專注力，並利用心輔諮商等方式尋求改善中。</li> <li>2. 持續進行肌耐力的加強，將以提升有氧能力及心肺功能的訓練方式予以增強，希望藉此降低心跳，有助於瞄準、擊發；下半年將針對冬季訓練期間加強基本體能，以快走、跑步及重量訓練為主。</li> </ol>		
檢討與建議	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 學校補助參加經費不足，學生須自付大部分的參賽費用。</li> <li>2. 宿舍床位不足，學生校外租屋增加生活負擔。</li> <li>3. 選手比賽備用槍枝不足，零件也因價格高昂無法隨時換新，槍枝屬精密性器材，需定期調校、維護，槍枝零件更因長期受潮影響其精準度，急需汰舊換新。</li> </ol>		

# 臺北市立大學陸上運動學系 教師教學省思單

填寫日期：106 年 10 月 16 日

授課教師	陳圳龍	課程名稱	拔河
開課學期	105-2	課程屬性	<input checked="" type="checkbox"/> 專長 <input type="checkbox"/> 學科 <input type="checkbox"/> 術課
開課年級	1.2.3.4.年級	修課學生人數	18 名
教學現況分析	<p>本專長之同學們在 105 第 2 學期均有積極、努力參與課程訓練與比賽活動。並於 3 月參加中華民國 105 學年度(106 年)全國拔河錦標賽 公開男子組 600 公斤級榮獲冠軍、大專男子組 600 公斤級 榮獲亞軍。4 月參加 106 年度全國各級學校室內拔河比賽大專男子組 600 公斤級 榮獲亞軍。</p>		
教學意見調查 之省思回饋	<p>1. 男子隊均能在訓練、比賽時都有正常發揮與表現。期待他們也可以繼續更用心在專長技術與體能訓練，進而提升運動成績，再創佳績。</p> <p>2. 因新進 1.2 年級學弟們在團隊默契、技術訓練時間、穩定性還是不夠，所以將會在星期假日也安排團隊技術練習。</p>		
檢討與建議	<p>希望本專長之優秀選手們(世界盃 U23 量級奪牌)，在下學期可以有申請學雜費、住宿等機會，有利於往後招生。</p>		

# 臺北市立大學陸上運動學系陳瑞蓮教師教學省思單

填寫日期：106 年 10 月 17 日

授課教師	陳瑞蓮	課程名稱	舉重、健力
開課學期	105-2	課程屬性	■專長 □學科 □術課
開課年級	1-4	修課學生人數	14 名
教學現況分析	105 下學期專長課再度調整訓練節奏，除每星期一、二、四及五專長訓練時間外，另增加星期一、三及五早上 6：30 至 8：40 分，增加一般體能訓練及專項體能訓練。		
教學意見調查 之省思回饋	<p>1. 訓練場地，輔助訓練器材不足，缺少如雙槓架、單槓架及弓背架</p> <p>2. 體育局補助場地改善費用，舉重訓練場空氣品質已改善不少。</p>		
檢討與建議	如何招攬優秀選手前來就讀？		

# 臺北市立大學陸上運動學系陳瑞蓮教師教學省思單

填寫日期：106 年 10 月 17 日

授課教師	陳瑞蓮	課程名稱	肌力與體能訓練
開課學期	105-2	課程屬性	<input type="checkbox"/> 專長 <input type="checkbox"/> 學科 <input checked="" type="checkbox"/> 術課
開課年級	陸上二（女）	修課學生人數	20 名
教學現況分析	下學期各專長賽事較多，上課人數有時較少，同學的學習狀態反而比較好，比較活潑，敢問問題了		
教學意見調查 之省思回饋	教學避免過於太單調，以提高同學學習興趣。		
檢討與建議	無		

# 臺北市立大學陸上運動學系 教師教學省思單

填寫日期：106 年 10 月

授課教師	王淑華	課程名稱	田徑短距離專長
開課學期	105-2	課程屬性	<input checked="" type="checkbox"/> 專長 <input type="checkbox"/> 學科 <input type="checkbox"/> 術課
開課年級	1~4 年級	修課學生人數	25 名
教學現況分析	<p>該學期訓練之首要目標以在大運會奪牌為主，訓練學生專項速度、有氧-無氧能力、肌力、爆發力為主。並在星期三、六加強訓練，持續加強選手專項技術。整學期的上課學生均表現良好。</p> <p>教學成效：整體表現仍有進步空間</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 林家穎男子跳遠第 2 名創個人最佳成績 7.78M，併在 7 月亞錦賽創下個人最佳成績 7.81，入選世界大學運動會</li> <li>2. 魏溢慶 2017 世界大學運動會中奪得男子 4 x 100 公尺接力第 3 名。</li> </ol>		
教學意見調查 之省思回饋	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 學生目前給予的授課建議事項中，除了感謝之外，並無太大建議。</li> <li>2. 這學期希望學生能達到一般水平標準，所以學生大致上的表現還可以。惟學生的訓練動機偏低，所以這學期主要目標是提升學生的訓練動機，希望明年的大運會能有好的成績表現，至少能創下個人的最佳成績。</li> </ol>		
檢討與建議	<p>檢討：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 學生普遍打工時間過多，休息恢復不夠，進而影響訓練的成效。</li> <li>2. 經費不足，無法有機會在寒暑假時到外縣市進行移地訓練。</li> </ol> <p>建議：學校能有足夠學生足夠的住宿機會，降低他們打工的時間，提升訓練的專注力。</p>		

# 臺北市立大學陸上運動學系 教師教學省思單

填寫日期：106 年 10 月

授課教師	王淑華	課程名稱	肌力與體能訓練 2
開課學期	105-2	課程屬性	<input type="checkbox"/> 專長 <input type="checkbox"/> 學科 <input checked="" type="checkbox"/> 術課
開課年級	2 年級	修課學生人數	31 名
教學現況分析	<p>該學期課程主要讓學生瞭解體能訓練之實務應用，除了能協助學生提升自己的運動專項知識外，能針對其他運動項目的體能需求，設計處方，借以提升其運動表現。</p> <p>教學成效：學生整體表現相當好。</p>		
教學意見調查 之省思回饋	<p>學生目前給予的授課建議事項中，對此課程相當滿意，針對 106-2 目前沒有做出太多的調整。</p>		
檢討與建議	<p>檢討：</p> <p>期末學生的實習教學時間太短(期末報告)，會在 106-2 的課程中做微調整。</p>		



臺北市立大學體育學院  
陸上運動學系 106 學年度第 1 學期第 2 次  
系務會議簽到單

時間：106 年 10 月 19 日 11 時 00 分

地點：鴻坦樓六樓陸上系辦公室

編號	出席人員	簽名處	備註
1	羅仁駿主任	羅仁駿	
2	黃文成老師	黃文成	
3	方 零老師	方 零	
4	陳九州老師	陳九州	
5	王淑華老師		請假
6	戴世然老師	戴世然	
7	陳瑞蓮老師	陳瑞蓮	
8	陳世偉老師	陳世偉	
9	陳圳龍老師	陳圳龍	
10	田仁秀老師		公假
11	黃金宏老師		公假
	黃郁涵助教	黃郁涵	

