

出國報告（出國類別：考察）

2007 年台灣體育學院赴美國史丹佛 參訪報告書

服務機關：國立臺灣體育學院

姓名職稱：蘇校長文仁教授

楊峰州副教授兼進修部主任

周桂名副教授

河龍成教練

派赴國家：美國

出國期間：96 年 2 月 26 日至 96 年 3 月 5 日

報告日期：96 年 6 月 4 日

摘 要

近年來教育政策目標大多只向於培養民主素養的公民教育，強調知識技能不斷更新的終身學習以及創新能力的獲取教育以及創新能力的獲取。不斷提升國家的競爭力，才能面對全球化的新變局；要更能不斷提昇與擴展學校競爭力，才能在全球化的脈絡與衝擊下，使本校的教育水準向上提升，培育更多各類人才。

學術交流是本校相當重視的工作重點之一，而國際化更是本校發展注重的一環，藉由各種形式的交流活動來推動校際之間的互訪，已達到教學經驗揣摩及教育理念溝通的目的。

此次參訪活動緣起於史丹佛大學來函邀請本校跆拳道隊師生赴該校交流訪問，史丹佛大學位於美國加州的帕拉阿圖市（Palo Alto），創校於 1891 年，因該校獨特、明確的創校理念，形成獨樹一格的史丹佛傳統，強調創新與接受挑戰，並且把這兩項特質當作該校招收學生的基本門檻。各科系的研究成績在 US News and World Report 的美國學校排行榜上總是位居全美的一、二位。史丹佛大學的校訓（University Motto）是 Die luft der Freiheit weht，重視學生的學術表現及課外的表現。

甚感榮幸我們有此難得機會能與國際一流學府互相教學及訓練經驗，使學生能透過面對面討論的方式，吸取他人經驗、彼此學習，並拓展學生之國際視野。

經由本次的學術交流以及雙方跆拳道隊的互相觀摩，成功建立起兩校情誼，並且圓滿達成將在下一年度的七月邀請史丹佛的跆拳道校隊，在參加世大運前蒞本校作第二次的觀摩訪問、移地訓練與友誼賽，建立起長久臺灣體育學院與世界一流名校史丹佛大學的跆拳道代表隊選手交流，為本次最大的成功。

關鍵字：史丹佛、跆拳道、學術交流

目 錄

壹、參訪目的	1
一、參訪目的	1
二、時間及人數	1
三、行程重點	1
貳、參訪行程	2
一、隊職員簡介	2
二、參訪行程	3
參、心得及建議	10
附件	
參訪照片	11

壹、參訪目的

一、參訪目標

藉此難得機會能與國際一流學府互相教學及訓練經驗，使學生能透過面對面討論的方式及實施訓練的過程，學習、精進，以拓展學生之國際視野及運動技能，並吸取史丹佛大學各項體育場館設施，以作為未來參考。

二、時間及人數

(一) 訪問時間：：自 96 年 2 月 26 日至 96 年 3 月 5 日，共計 8 天。

(二) 成員：

領隊	蘇校長文仁教授
秘書兼翻譯	楊主任峰州副教授
教練	周副教授桂名
教練	河龍成教練
隊員	跆拳道代道隊學生共 12 名

三、行程重點

- (一) 未來兩校體育間交流規劃
- (二) 參觀各項體育場館設施
- (三) 體育技能交流

貳、參訪行程

(一) 隊職員簡介

職稱	姓名	出生年	性別	服務職稱或系所別	學術及運動專長
領 隊	蘇文仁	1948	男	國立台灣體育學院校長 競技運動學系教授	體育行政與管理、運動選材學、舉重、健力
秘書兼翻譯	楊峰州	1962	男	國立台灣體育學院進修部主任 休閒運動系所副教授	休閒教育學 休閒企劃書
教 練	周桂名	1971	男	國立台灣體育學院 競技運動學系副教授	跆拳道
教 練	河龍成	1960	男	國立台灣體育學院 競技運動學系講師	跆拳道
隊 員	賴慶忠	1984	男	國立台灣體育學院學生	跆拳道
隊 員	潘孟宏	1984	男	國立台灣體育學院學生	跆拳道
隊 員	徐正鴻	1986	男	國立台灣體育學院學生	跆拳道
隊 員	李長昱	1986	男	國立台灣體育學院學生	跆拳道
隊 員	吳明傑	1986	男	國立台灣體育學院學生	跆拳道
隊 員	游傑凱	1986	男	國立台灣體育學院學生	跆拳道
隊 員	張雅喻	1985	女	國立台灣體育學院學生	跆拳道
隊 員	鍾宜真	1984	女	國立台灣體育學院學生	跆拳道
隊 員	陳彥如	1983	女	國立台灣體育學院學生	跆拳道
隊 員	蔡佩晴	1986	女	國立台灣體育學院學生	跆拳道
隊 員	黃婷玉	1986	女	國立台灣體育學院學生	跆拳道
隊 員	黃緯婷	1987	女	國立台灣體育學院學生	跆拳道

（二）參訪行程

第一天

傍晚 6:10 分抵達舊金山國際機場，由史丹佛的兩位學生 Paul 以及 Parilee 接機，並接送本校教職員及學生到餐館一同進行用餐，並進行一些簡單的自我介紹以及交流；用餐之後則到各自的寢室就寢。

第二天

早上九點集合，步行於胡佛塔前空地集合，在當地的華裔留學生艾莉絲小姐的介紹之下開始參觀校園。首先是胡佛塔，它是史丹佛大學 Stanford University 的第一屆畢生，曾當選美國總統的 Herbert Hoover，退休後捐贈「胡佛研究中心」 Hoover Institution 內設「東亞研究所」，是美國研究亞洲事務最富聲望的研究機構之一。接著走到了商學院，它的外觀是傳統西班牙式的建築，「紅瓦白牆」，而史丹佛大學的商學院及商學研究所，在當地的 US NEWS & World Report 2003~2006 年間，是全美排名前三名的學院。再則走到紀念教堂 Memorial Church，其建築外觀給人一種金碧輝煌的感覺，內部建築混合文藝復興與中世紀羅馬式的風格，而當地的師生都已能在教堂內舉辦婚禮為榮。最後則到了大學的書店，裡面不但是書店同時也有著紀念品販賣部以及咖啡吧；讓人可以在內寧靜的閱讀書籍；由於史丹佛大學 Stanford University 實在十分傑出，它們印有史丹佛大學的校徽的商品也相當的昂貴。



胡佛塔



紀念教堂 Memorial Church

中午我們與史丹佛大學體育部的長官一同用餐，長官們談論計畫些有關於未來兩校體育之間的交流的規劃；用完中餐之後，一群人則到當地較中式的大華商場，採買一些我們在當地所需要的民生用品。



餐會：由國立台灣體育學院校長蘇文仁教授贈禮給史丹佛大學體育部主任

晚上則是第一次與史丹佛大學的學生以及當地跆拳道俱樂部的會員一起練習，這次的練習由本校的河龍成河教練主導，在第一次的練習中，練習的內容以基本動作踢擊，並且給予史丹佛的學生踢擊的基本觀念及並說明運用的時機為主，練習後則回寢室沖澡就寢。



河教練教導選手旋踢基本踢擊之要領

第三天

一早集合完之後，便出發參觀美國傳統建築，大學城及附近建築物為兩層樓房，因在 1906 年舊金山大地震死傷慘重，再則由於當地的氣候乾燥，一年四季大多都是陽光普照，不擔心白蟻來襲，所以建築物大多都以木材作為主要的材料。而在 Grace 學姐的介紹下，我們對舊金山的歷史又有更進一步的認識。

中午用餐後，則回到史丹佛校園內準備第二次的練習，這次的練習由史丹佛教練 Tim 教練主導，而內容則是動態的熱身到連續動作的踢擊為主要內容，並灌輸我們一些不同以往的想法與進攻和防守的觀念。

晚上則在用餐完後進行球類活動的交流，在大學宿舍中，通常都會有交誼廳，而史丹佛大學宿舍交誼廳，不只有桌球、撞球、手足球機以及鋼琴；球類活動交流時我們看現的史丹佛學生能文能武的一面，且不管在從事什麼樣的活動專注且投入的精神，結束了球類活動後各自就回寢室休息。

第四天

一早在用完早餐後，便出發至 Huddart park，在 Tim 教練的老朋友的帶領，我們開始參觀 Huddart park，在介紹之下我們了解到 Huddart park 內的生態環境和台灣之間的差異，而 Huddart park 樹木生長主要以一顆母樹旁邊圍繞者很多顆的子樹，且 Huddart park 內的樹木的非常的年輕，平均 150~250 年的樹木。在 Tim 教練的朋友詳細的介紹及解說 Huddart park 後，我們一群人便離開 Huddart park，前去用餐。



Tim 教練的老友說明 Huddart park 內的生態環境

下午開始參觀史丹佛各項體育設施，首先參觀室內籃球場，接著經過游泳池、棒球場、美式足球場、田徑場、重量訓練…等。看許多的運動場館後，我們發現了，史丹佛大學內各項運動一定會有自己專屬的場地，且裡面的設施及器材非常完整，輔助器材相當的完善；其中讓人印象非常深刻的是，在史丹佛大學內，設有該校學生在學科或術科上有優異表現的名人堂；在名人堂內並有優秀選手個人簡介及所獲得的豐功偉業，以此來激勵各項代表隊選手以進入名人堂中為努力的目標及方向。



史丹佛大學籃球場



史丹佛大學游泳池



史丹佛大學美式足球場



史丹佛大學的名人堂

晚上進行第三次的練習，一開始由 Tim 教練以動態方式帶領我們熱身，接著由本校河龍成河教練繼續加強基本動作、踢擊的基本觀念及運用的時機，並加入基本踢擊完運用動作的變化以及反攻擊動作及觀念，練習後則回寢室沖澡就寢。

第五天

一早在 Grace 學姊的帶領之下，我們前往出發至美國第二大的 outlet 商場，在車程中我們印象中的美式賣場建築大多都是高樓林立，在到了目的地之後，在自己的親眼目睹之下，商場跟想像中有著想當大的差距，商場範圍想當的大，且位於郊區，並不像我們所想像的位於市中心且熱鬧，而在 Grace 學姊細心介紹之下，我們近一步了解美國賣場文化以及交易法則。

中午之後，進行第五天的練習，這次是由本校周桂名周副教授帶領這次練習；一開始做球類的熱身，在球類熱身之後便進行攻防練習，在我們私下的得知，史丹佛的學生很少從事這種方式的練習，史丹佛的學生們覺得的很有趣，但也覺得有點困難，在周副教授解說之下，大家了解攻防練習方式的目的是為了模擬比賽中千變萬化的情況，來做最好的因應措施與反應，最後就在一片撕殺聲中結束這次的練習。



球類熱身



周教練親自示範踢擊要領

第六天

在史丹佛大學邀請鄰近的少年青少年跆拳道俱樂部之下，一早我們便到史丹佛大學跆拳道教室開始準備今天所要教學的內容，這次的教學一樣是由本校周副教授主導，而我們台灣體院的學生負責當小老師，在這次的教學當中，我們發現他們的少年及青少年的潛力，他們從小所養成的專注精神，雖然我們言語可能有些不通，那些青少年及少年總能清楚明白的我們所要傳達的意思，最後就在一片歡樂聲中，結束了另一種不一樣的交流教學。教學後，我們一群人便被招待到史丹佛大學的室內籃球館，觀賞由亞歷桑納大學出戰史丹佛大學的 NCAA 籃球賽，這是一種非常不一樣的感覺，現場的氣氛，觀眾的加油聲，都讓整個比賽 HIGH 到最高點。雖然最後史丹佛大學以些微的差距輸了這場的比賽，但所有的觀眾都非常的肯定史丹佛大學的表現，給予球員最熱烈的掌聲。



觀賞 NCAA GAME

下午的練習，是我們到史丹佛大學的最後一次練習，而這次的練習就是對練，對練前周教練還特別叮嚀我們一番，叫我們千萬別掉以輕心，把台灣體院跆拳道隊最好的一面表現出來。在一輪對練過後，可以發現史丹佛大學學生實力雖不及我們，但在這次的對打練習，相信我們台灣體院的學生從他們身上也有發現或看見他們值得我們學習的地方，尤其是在精神方面，史丹佛的學生就算明知打不贏我們台灣體育學院的學生，卻也很勇於挑戰我們，光這點就很值得我們學生學習，也真正的驗證史丹佛大學的特色「創新與挑戰」。

第七天

一早大家拖著行李便準備出發前往舊金山。中午與台北駐舊金山服務處部長用餐後，我們便開始出發前往觀賞金門大橋與漁人碼頭，並且拍了非常多的照片留念。最後就在史丹佛大學教練 Tim、Grace 學姊和幾位的學生陪同之下，我們到達了舊金山國際機場，在依依不捨的心情下準備返國，結束了這次和史丹佛大學的交流活動。



參觀金門大橋

參、心得及建議

一、心得

經由本次的參訪，本校正面臨跨世紀的轉換，不只是學院的規模擴增，或者是大學的改制以及博士班的設立，在在均需要有大氣度的大學景象。此次參訪史丹佛大學學習得該校如何在世界奧運中屢獲佳績，該校屬綜合型的體育大學，並未單獨設立有競賽運動規模的學院，但在 2004 年的希臘雅典奧運，就獲得總計 17 面獎牌，包含 3 面奧運金牌、7 面銀牌及 7 面銅牌，不但這樣，在 2000 年雪梨奧運，該校也總共獲得了 10 面獎牌，其中 4 面金牌、3 面銀牌、3 面銅牌，其實整個大學的過程中，1996 年該校在亞特蘭大奧運就獲得 16 面奧運金牌、1 面銀牌及 1 面銅牌。就讓我們臺灣體育學院知道，與其跟幾十所大學建立交流，不如與世界一流的名校作各項單項專長間的互相切磋，將會比來跟更多沒有奧運金牌的學校的大學交流而來得更具競爭力。

二、建議

此次的參訪活動雖然規模不大，但是獲得的成效很多，建議兩校除今年第一次的跆拳道交流之外，應該積極建立起本校現有各項專長隊與史丹佛大學各專長隊之間互相的姊妹計畫，由於該校是已經具有學校校內就留有 30 面奧運金牌的學校及全美國最優秀的運動員，所以建議學校專心發展跟史丹佛大學的體育單位作交流，可以節省國家的成本及學校的資源，並使讓成效更為良好，以上二個建議提供給學校及教育部作參考。

附件：參訪照片



河教練與 Tim 教練合影



河教練示範踢擊



河教練教導史丹佛學生之踢擊技巧



教練團指導選手

學生練習圖片集



校長與長官教練合影



台灣體育學院學生與教練合影

