

出國報告 (出國類別：其它)

日本鹿屋體育大學（姐妹校）跨國棒球選手動作表現檢測活動

服務機關：國立體育大學

姓名職稱：湯文慈教授

派赴國家：日本

出國期間：中華民國 106 年 2 月 26 日至 3 月 2 日

報告日期：中華民國 107 年 3 月 31 日

摘要

執行跨國合作計畫，針對日本棒球選手進行 FMS 量測，帶領臺灣研究團隊至日本，並指導日本學者 FMS 量測方式與技術發展與傷害調查報告，以及比較過去研究團隊在臺灣所收集的選手特徵，瞭解兩國兩隊訓練上產生功能性代償的特徵差異，以討論與調整訓練的重點。未來有關競技運動的項目研究，在多方跨國合作之研究與訓練，尤其對方有高階、及高達上億的運科器材，並建置在寬廣的訓練環境，但該校的師生人數不多，故希望對方希望進行跨國合作並增加設備利用效率，本校有相關的教師、訓練人才，但無購置高價儀器，期待能透過雙方跨國研究，使得研究水準、能量得以提升。

目次

一、目的	1
二、過程	2
三、心得及建議	3
四、附錄（檢測之照片）	4

一、目的

執行跨國合作計畫，針對日本棒球選手進行 **FMS** 量測，待領臺灣研究團隊至日本，並指導日本學者 **FMS** 量測方式與技術發展與傷害調查報告，以級比較過過去研究團隊在臺灣所收集的選手特徵，瞭解兩國兩隊訓練上產生功能性代償的特徵差異，以討論與調整訓練的重點。

二、過程

以下就本次參加行程以及重要活動，逐一說明：

(一)行程總表

106年2月26日：中午抵達機場，下午抵達鹿屋體大，開始進行初步實驗。

106年2月27日：全日對棒球選手進行測驗，共20人次，晚上進行測驗會議，檢討當日進度。

106年2月28日：上午進行初步資料處理，下午進行棒球選手測驗，共10人次，觀察棒球隊訓練內容。

106年3月1日：上午進行資料處理，下午召開研究會議，討論本次測驗數據。

106年3月2日：今天返國。

(二)設立資料庫，儲存相關執行的準備資料、與訓練相關人員之內容

本次出國前，召開多次實驗會議，討論實驗方法、流程及所需時間，並依討論結果設定實驗之日程表，希望在有限的時間內，完成最佳化的檢測。本次特地製作棒球選手的運動傷害調查，以及檢測指導語之中日文對照表，以利降低雙方語文理解造成之差異，提升實驗進行之效率。

(三)研究成果

本次共計檢測30人次棒球選手，以FMS測驗方法檢測，內容包括深蹲、跨欄、直線前蹲、肩活動度、直膝抬腿、伏地挺身、旋轉穩定，共7個項目，利用描述性統計、以及以不同守備位置分類，找出不同性質選手之問題，提供運動訓練之建議，藉由本次機會與該校交流，在不同國情、不同文化、不同的訓練方法下，獲得許多寶貴知識，期待能應用於將來之研究。

三、心得及建議

未來有關競技運動的項目研究，在多方跨國合作之研究與訓練，尤其對方有高階、及高達上億的運科器材，並建置在寬廣的訓練環境，但該校的師生人數不多，故希望對方希望進行跨國合作並增加設備利用效率，本校有相關的教師、訓練人才，但無購置高價儀器，期待能透過雙方跨國研究，使得研究水準、能量得以提升。

四、附錄



圖一：觀察田徑運科檢測



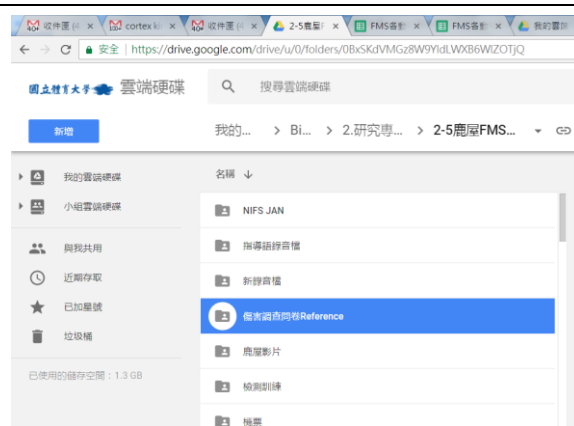
圖二：FMS 檢測過程(1)



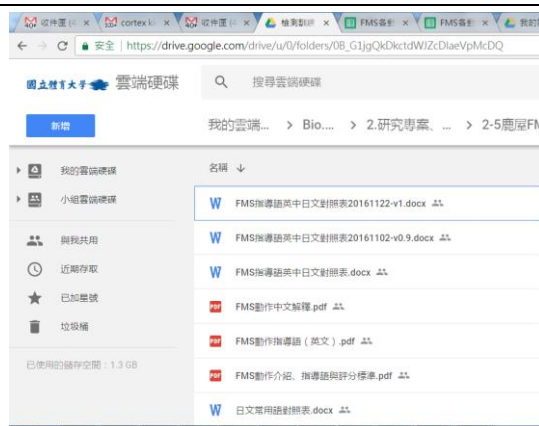
圖三：臺灣田徑代表隊檢測討論



圖四：FMS 檢測過程(2)



圖五：建立運動傷害調查問卷



圖六：建立 FMS 動作指導中日文對照表