

新北市學校運動防護站實施計畫

109年6月5日新北教體衛字第1091018997號函

壹、依據：高級中等以下學校體育班設立辦法第11條。

貳、目的：

- 一、充實選手運動防護知能、避免培訓時發生運動傷害。
- 二、提升選手運動傷害恢復效率。
- 三、逐步建置本市基層運動防護網絡，增進本市體育班學校運動防護知能，照護本市基層運動選手。

參、主辦單位：新北市政府教育局（以下簡稱教育局）。

肆、補助對象：本市已設置或欲建置運動防護站之體育班學校。

伍、執行期程：每年度1月1日起至12月31日止。

陸、申請方式：申請學校於規定期限內，檢送計畫及經費概算表（如附件1）報教育局審查。

柒、實施方式：

- 一、輔導學校設立運動防護站：輔導協助體育班學校設置運動防護站，聘任具有運動防護員資格之人員（學校進用運動防護員或物理治療師前，應依性別平等教育法第二十七條規定查閱其有無性侵害之犯罪紀錄，或曾經主管機關或學校性別平等教育委員會調查有性侵害、性騷擾或性霸凌行為屬實並經該管主管機關核准解聘或不續聘者）。

二、執行學校運動防護與管理：

- （一）學校運動防護站採駐點方式，提供選手訓練前熱身指導、貼紮防護、訓練中緊急處理、賽後收操、傷後復健及功能性運動強化訓練等工作，並協助鄰近體育班學校或體育重點學校進行運動防護作業，另於重要賽會活動以外勤支援的方式隨隊服務，以提供本市運動選手免於運動傷害的安全運動環境，提升訓練成效與競技成績。
- （二）建置選手運動防護紀錄檔案（如個人運動傷害史記錄表、貼紮登記表及耗材使用登記表等，詳見附件2），掌握選手體能狀況，提升選手競技表現，有效長期維持選手體能狀態。

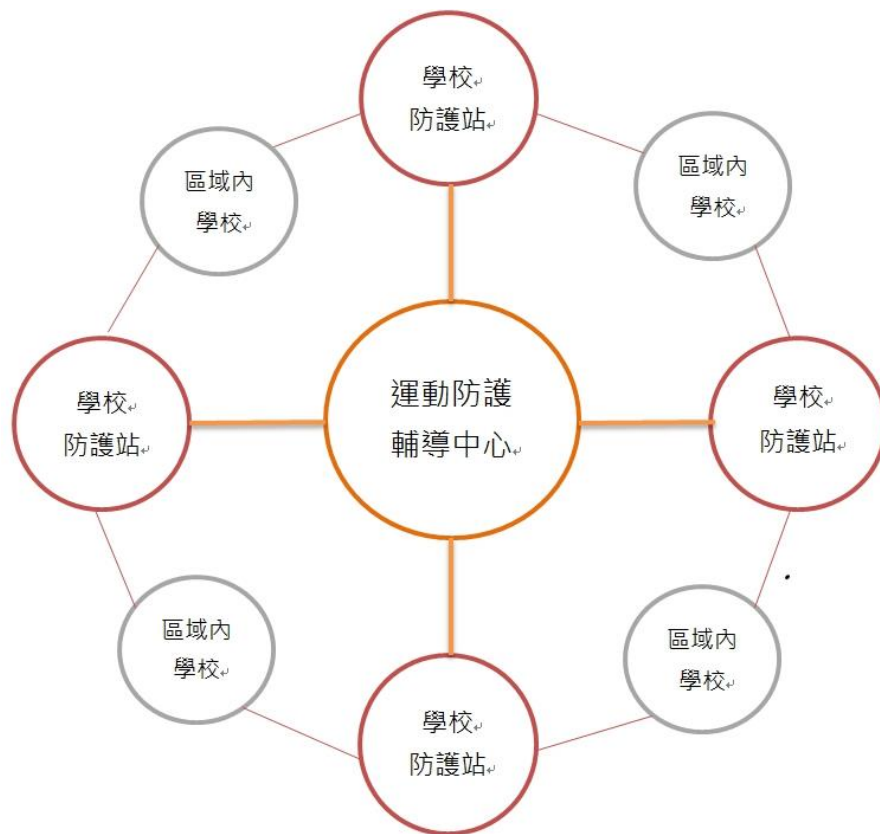
三、建置運動防護支援網絡：

- （一）利用防護員駐點巡迴模式，提供本市體育班學校運動防護服務，形成支援網絡。

- (二) 結合輔仁大學運動防護輔導中心，充實本市運動防護支援網絡，導入運動防護專業諮詢，協助支援學校防護人力及運動防護教育；後續規劃透過該校運動醫學中心綠色通道及快速就診等服務，提供本市學校基層選手完整醫療照護及更專業的健康管理。

四、落實運動防護教育：

- (一) 運動防護專業諮詢：利用運動防護輔導中心資源，提供學校運動防護規劃運作等專業建議。
- (二) 支援學校防護人力：由輔仁大學運動防護輔導中心建立運動防護團隊，媒合支援學校防護人力需求，安排區域人力配置事宜。
- (三) 協助運動防護教育：輔導中心協助學校辦理運動防護教育相關課程，落實基層防護教育及知能宣導。



捌、經費補助項目及支用原則：

一、經費補助項目：

- (一) 經常門經費：運動防護員工作費、運動防護消耗性器材、交通（差旅）費、加班費、講座鐘點費及雜支。
- (二) 資本門經費：運動防護硬體設備（包含新建置及充實運動防護站所需購置設備）。

二、經費支用原則：

(一)經常門經費：

1、運動防護員工作費及保險費：

- (1)依「運動防護員資格檢定辦法」報考取得運動防護員資格者：工作費360元/小時。
- (2)未具運動防護員資格者(含運動防護生)：工作費250元/小時。
- (3)其他具專業證照之人員(包含醫師、物理治療師、復健師等)：依其相關規定支付鐘點費。
- (4)加班費不得流入流出，倘有賸餘款需全數繳回。
- (5)聘用人員相關勞健保費用。
- (6)補助額度原則：補助工作費時數以600小時為原則(每日3小時、每週5日、每年40週，學校得於額度內依實際需求調整安排)，視預算經費及申請情形調整，必要時得專案補助。

2、運動防護消耗性器材：

- (1)限購置單價未達1萬元之消耗性物品。支用本項經費時，請依實際需求於補助額度內編列概算，經學校主辦會計及校長核章後始得執行。
- (2)原則以1校補助4萬元，每增加支援1校經費增加5,000元，但得考量支援頻率調整。

3、交通費：限支應至輔導服務學校辦理運動防護教育之交通費。

4、差旅費：限支應重要賽會活動外勤支援隨隊服務之差旅費。

5、加班費：

- (1)不得超過經常門總經費10%，限教育部體育署補助專案計畫聘任月薪運動防護員(物理治療師)，或校內人員具有運動防護員或物理治療師執照之專業人員因執行本案而延長工作時間之加班費，惟每月加班時數原則不得超過20小時。
- (2)加班費之單價應依其適用法規辦理。

6、講座鐘點費：辦理運動防護教育相關課程鐘點費，編列額度為2節，每節鐘點費上限如下：外聘專家學者2,000元、外聘與主辦或訓練機關(構)學校有隸屬關係之機關(構)學校人員1,500元、內聘主辦或訓練機關(構)學校人員1,000元。

7、雜支：不得超過經常門總經費5%，限支應本案相關雜支費用。

(二)資本門經費：

- 1、新建置運動防護站設備：含製冰機、上半身水療設備、下半身水療設備、熱敷箱、貼紮床、藥球及藥球架等。倘申請學校已購置前列器材設備，請檢附學校現有設備照片及規格說明，依運動防護硬體設備一覽表（附件3）所列品項申請添購其他所需設備，惟設備總金額不得超過45萬元整。
- 2、充實運動防護站設備：依運動防護硬體設備一覽表（附件3）所列品項申請添購所需設備，以原則每年總補助20萬元為上限，惟經評估必要性添購需高於20萬元整，由教育局審查後另案核定。
- 3、設備購置申請項目不得與教育部體育署補助專案計畫重複。

玖、經費來源：教育局預算及其他相關經費支應。

拾、預期效益：

- 一、經由學校運動防護站之辦理，逐步建置本市基層運動防護支援網絡，建構新北市完整的選手傷害預防及緊急處置體系。
- 二、防護員運動現場照護，除可降低選手運動傷害的發生率，並可加速傷後復健效益，提升運動表現。經由現場實際操作及緊急處理，提升運動員對運動防護操作的知能和學習成效。
- 三、建置運動照護支援體系，強化與周邊醫療院所接軌，達成完整的運動醫學專家顧問團隊，有效提升運動傷害的預防、治療與復健的效益，提升訓練成效與競技實績。

拾壹、本計畫奉核定後實施，修正時亦同。

【學校全銜】○年度運動防護站實施計畫

學校名稱								
校長				體育班班級數 體育班學生人數		3班 人		
承辦人 (含職稱)				聯絡電話				
體育班發展 運動種類								
體育重點學校 運動種類								
現況分析 (現有運動團隊運 動防護人力及物 品資源)	1. 現有運動防護人力： 2. 現有運動防護設備、物品資源： 3. 現行運動防護服務時間(每日、每週、每學期)：							
輔導 服務學校 (請務必詳實填列)	學校名稱		發展運動種類		目前已有運動防護資源			
	例：○○國小		田徑、桌球		基本運動防護用品耗材			
輔導服務學校 所需服務時間 (請填列於各校服 務時間表，倘有 學校支援頻率為2 周1次，請加註說 明)	時間	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	星期日
	上午							
	下午							
		○○國小			○○國中			
	晚間							

備註:填列輔導服務學校時，請務必先行與該校聯絡，倘需實際前往該校服務須事前瞭解其能提供運動防護員工作所需之場地、時間及物品。

承辦人

處室主任

會計主任

校長

【學校全銜】○年度運動防護站實施計畫經常門經費概算表

單位：新臺幣(元)

經費項目	經費明細				說明
	單價	數量	單位	小計	
運動防護員 工作費		600	時		一、專業人員類型及人數： 二、工作費時數計算式：每日○ 時，每週○日，共○週。
運動防護員 保險費		12	月		聘用人員相關勞健保費用，請分列 填具編列計算方式。 例：勞保○元、健保○元、勞退○ 元，共計○元，共10個月
運動防護 消耗性器材		1	式		
交通費		1	式		一、限支應至輔導服務學校辦理運 動防護工作之交通費。 二、核實支應。
差旅費		1	式		一、限支應重要賽會活動外勤支援 隨隊服務之差旅費，一年內原則不 得超過5場次。 二、核實支應。
加班費			時		不得超過經常門總經費10%，請於 核定額度內撙節核實支應。
講座鐘點費			節		辦理運動防護教育相關課程鐘點 費，編列額度為2節。
雜支		1	式		不得超過概算總經費5%。
合計					

承辦人：

單位主管：

會計單位：

校長：

【學校全銜】○年度運動防護站實施計畫資本門經費概算表（範本）

單位：新臺幣(元)

經費項目	經費明細				備註
	單價	數量	單位	小計	
製冰機	85,000	1	臺	85,000	750磅。
上半身水療設備	132,500	1	臺	132,500	含48加侖水療桶與水療用馬達。
下半身水療設備	138,000	1	臺	138,000	含65加侖水療桶和水療用馬達。
熱敷箱	42,300	1	臺	42,300	含熱敷包，可容納12片熱敷包。
貼紮床	16,000	1	臺	16,000	
合計					

承辦人

單位主管：

會計單位：

校長：

附件2-1

姓名：_____ 性別：_____ 班級：_____ 座號：_____ 項目：_____

國民小學：_____ 國小教練：_____ 住家電話：_____

通訊地址：_____

緊急聯絡人一：_____ 電話：(公司)_____ (手機)_____

緊急聯絡人二：_____ 電話：(公司)_____ (手機)_____

※受傷部位：_____ ☐左 ☐右

受傷日期：_____ 年 _____ 月 _____ 日/報告日期：_____ 年 _____ 月 _____ 日 ☐新傷 ☐舊傷

主觀敘述(主述病史/傷害機轉/過去醫療史/發生時間/其他因素)：_____

_____客觀檢查(視診/觸診/關節活動/肌力測試/神經學檢查/特殊測試)_____

處理計畫

☐暫時停止運動，時間_____ ☐可繼續參與運動-限制相關動作 ☐可繼續參與運動-不限制動作 ☐保護

復健目標：含各階段目標、預定完成日期、處理內容與做法：_____

※受傷部位：_____ ☐左 ☐右

受傷日期：_____ 年 _____ 月 _____ 日/報告日期：_____ 年 _____ 月 _____ 日 ☐新傷 ☐舊傷

主觀敘述(主述病史/傷害機轉/過去醫療史/發生時間/其他因素)：_____

_____客觀檢查(視診/觸診/關節活動/肌力測試/神經學檢查/特殊測試)_____

處理計畫

☐暫時停止運動，時間_____ ☐可繼續參與運動-限制相關動作 ☐可繼續參與運動-不限制動作 ☐保護

復健目標：含各階段目標、預定完成日期、處理內容與做法：_____

※受傷部位：_____ ☐左 ☐右

受傷日期：_____ 年 _____ 月 _____ 日/報告日期：_____ 年 _____ 月 _____ 日 ☐新傷 ☐舊傷

主觀敘述(主述病史/傷害機轉/過去醫療史/發生時間/其他因素)：_____

查(視診/觸診/關節活動/肌力測試/神經學檢查/特殊測試)_____

處理計畫 ☐暫時停止運動，時間_____ ☐可繼續參與運動-限制相關動作 ☐可繼續參與運動-不限制動作

標：含各階段目標、預定完成日期、處理內容與做法：_____

※受傷部位：_____ ☐左 ☐右

受傷日期：_____ 年 _____ 月 _____ 日/報告日期：_____ 年 _____ 月 _____ 日 ☐新傷 ☐舊傷

主觀敘述(主述病史/傷害機轉/過去醫療史/發生時間/其他因素)：_____

查(視診/觸診/關節活動/肌力測試/神經學檢查/特殊測試)_____

處理計畫 ☐暫時停止運動，時間_____ ☐可繼續參與運動-限制相關動作 ☐可繼續參與運動-不限制動作

復健目標：含各階段目標、預定完成日期、處理內容與做法：_____

附件2-2

【學校全銜】○年度運動防護室貼紮登記表

[illegible]

/						
---	--	--	--	--	--	--

附件2-3

【學校全銜】○年度_____隊防護耗材使用統計表

物品名稱	規格 /單位	/ /	/ /	/ /	/ /	/ /
		領用量	領用量	領用量	領用量	領用量
運動白貼	1.5吋/卷					
輕型彈貼	2吋/卷					
重型彈貼	2吋/卷					
重型彈貼	3吋/卷					
人工膚膜	2.75吋/卷					
優碘	25ml/瓶					
生理鹽水	500ml/瓶					
紗布墊	2x2吋/片					
紗布墊	3x3吋/片					
OK 繃	一般型/片					
OK 繃	大型/片					
OK 繃	關節用/片					
OK 繃	蝴蝶型/片					
透氣紙膠	1吋/卷					
酒精棉片	片					
消毒棉棒	包					
止血棉棒	條					
手術手套	隻					
保護墊	1/4吋/片					
保護墊	1/8吋/片					
KG3-COLD	條					
KG3-HOT	條					
冷凍噴劑	罐					
SAM 夾板	卷					
其他：						
領用人						
防護員						
教練簽名						

附件3

運動防護硬體設備一覽表

序號	項目	數量及單位	說明
1	製冰機	1臺	750磅。
2	上半身水療設備	1臺	含48加侖水療桶與水療用馬達。
3	下半身水療設備	1臺	含65加侖水療桶和水療用馬達。
4	熱敷箱	1臺	含熱敷包，可容納12片熱敷包。
5	貼紮床	1臺	
6	踝關節訓練器 (BAPSBOARD)	1臺	1. 包含 BAPS 板1個及5個不同大小的半圓球。 2. 訓練運動員踝關節的控制能力，降低扭傷的機率。主要訓練腳踝本體感覺與肌力。
7	氣動式加壓系統 (六氣囊)	1臺(組)	1. 包含主機、充氣導管、手臂與腿部加壓束套各2個。 2. 功能：於傷害急性期幫助消除腫脹。可快速消除疲勞、降低腫脹、幫助腫脹，讓運動員可隨時挑戰極限。 3. 單價有88,000元、90,000元。
8	平衡訓練器	1臺(組)	1. 含機台1台、拉力帶數條、弧形平台、滑輪、腳踏板、坐墊。 2. 功能：於傷害發生後期，訓練身體平衡與穩定，強化腿部力量的穩定性與建置動態強度。 3. 單價有48000、50000元。
9	攜帶式鋁製 折疊按摩床	1臺	1. 含呼吸孔。 2. 可拆解，攜帶方便，當場地受限時，有個可伸展放鬆的位置，也可預防防護員下背的職業傷害。 3. 單價有12,000元、15,000元。
10	REDCORD 懸吊訓練組 (TRAINER)	1組	1. 包含懸吊主機1組、直徑8釐米，長5公尺繩索、鞋型踏板1對、懸吊帶，背部懸吊帶，握把式懸吊帶各2條。 2. 功用：於傷害發生後期，訓練肌力與肌耐力，及改善身體穩定與協調性。 3. 單價有57,750元、80,000元。
11	TOTALGYM (全能健身房)	1臺	提供80種肌力訓練、減少關節壓力。
12	AT 貼紮工作台	1臺	平式車頂工作台，載重可達100公斤以上。五層抽屜可放置貼布及防護用品。
13	拖車型防護箱(硬殼)	1臺	1. 超大容量，可一次備齊外出訓練或比賽所需防護用品。 2. 附有伸縮拉桿及輪子，方便搬運。多層間隔，可分類收納防護用品。尺寸:24" × 17" × 14.5。
14	多功能床(六片床)	1臺	長197*寬75公分、調整高度最低38公分、最高96公分。
15	伸展及動作訓練床	1臺	可依身高體型配合升降調整。
16	滑輪拉力系統	1臺	多功能肌力肌耐力訓練系統，含移動式底座及2.5kg*20個砝碼。
17	飛輪機(心肺)	1臺	傷後復健時，維持心肺耐力使用。

序號	項目	數量及單位	說明
18	手搖車(心肺)	1臺	傷後復健時，維持心肺耐力使用。
19	藥球&藥球架	1組	專門置放復健用的藥球，含一整組藥球，分別不同重量。
20	全身骨骼模型	1臺	清楚標示各肌肉的起點及終點；肩關節、肘關節、髖關節及膝關節部位附有韌帶模型，以便教育運動員人體結構。
21	長背板	1組	搬運用，長度約183cm，寬度約41cm，重量約7kg，負重達200kg，包含頭部固定器。
22	抽氣式護木	1組	發生骨折、脫臼時，第一時間緊急固定後移置安全地點等待救護車。
23	平衡訓練儀	1組	提供平衡評估及復健訓練。
24	FMS 設備	1組	進行功能性檢測用。
25	雙門冰箱	1臺	1. 製作冰按摩冰杯以及存放「再用冰袋」、「史賓可皮膚保護膜」等需冷藏耗材。 2. 限本計畫執行使用，不可作為其他用途。
26	洗衣機	1臺	1. 清洗熱敷、水療、按摩用毛巾、浴巾與床單。 2. 限本計畫執行使用，不可作為其他用途。
27	烘衣機	1臺	1. 毛巾、浴巾與床單經烘衣機殺菌後較衛生可避免選手交叉感染。 2. 限本計畫執行使用，不可作為其他用途。