

教育部經費補助博士生出國出席國際會議報告

博士生姓名:張維綱

博士生學號:970505

出席會議中文名稱:2009 年第四屆亞太運動科學與第八屆國際運動科學研討會

出席會議英文名稱:4th Asia Pacific Conference on Exercise and Sports Science (APCESS) & 8th International Sports Science Conference (ISSC)

會議舉辦時間:2009 年 7 月 15 日起至 7 月 17 日

會議舉辦地點:卡蘭丹 哥打巴魯(Kota Bharu, Kelantan)

一、參加會議經過

此會議是由亞太運動科學與國際運動科學兩大重要的會議所組成，本此舉辦在馬來西亞的哥打巴魯。投稿本次研討會的目的主要在希望能將自己的研究與國外運動科人士討論與蒐集意見，而除了本人外，同行的同學還包含陳家宏、羅盛安兩人，我們為了取得較便宜價格的機票，則訂了亞洲航空，雖然此航空的航班出發時間並非多數人喜歡的晚上出發白天抵達，而是白天出發晚上抵達但如果能省下多一點錢，對我們這些窮學生而言已經很滿足了，在此也十分感謝教育部的補助讓我們得以到國外發表研究的成果，否則依自己的經濟狀況是很難達成的。

在研討會的第一天，我們才驚訝的知道自己所訂的飯店剛好就是舉辦研討會的地點，這讓我們省下許多往返研討會場與住處的時間，但在向大會報到與領取大會手冊後才發現，原先大會在信件通知時是告知自己為海報發表，但手冊中自己卻被安排為口頭發表，這也是本次研討會第二個驚訝處，由於大會將我的英文口頭發表時間訂於研討會第三天(最後一日)的早上 11 點，自己也有帶筆記型電腦與相關報告的資料，讓我有十分足夠的時間來準備投影片與練習演講內容，加上自己過去已有英文發表經驗，心情也較能放鬆些，因此這幾天仍然正常參與此研討會所安排的工作坊與學者發表時間。研討會的前兩天，原為自己的海報發表時間卻已被更改，因此我便去觀看其他人的研究，此研討會仍以馬來西亞、新加坡

等學者居多，但由於他們的主要語言為英語，所以自己也必須用英語與他們溝通，研討會過程中也認識了許多吉隆坡大學的學生，發現他們都只是大學生就能進行研究並發表，明顯比我們國家的學生要早許多，雖然發現他們對研究上應該注意的客觀性仍未能十分了解，但提早先做一些小實驗來練習也許對他們的研究生涯是有幫助的。在其他研究中我也發現該國的跆拳道研究也蠻多的，雖然並非使用多麼精密高貴的研究器材，但也許一個相似我國的研究風氣吧!

第三天上午，就是我自己的口頭發表時間，總發表時間為 12 分鐘，其中包含 2 分鐘的發問時間。我的發表題目為"Effect of different cycling resistance on vastus medialis oblique and vastus lateralis"，中文題目為"不同腳踏車踩踏負荷對股內斜肌與股外側肌活化之影響"，主要目的在期望透過不同的腳踏車踩踏負荷來找到最適當的股內斜肌訓練的負荷，雖然本研究並未發現顯著性，然而本研究在研討會中也引發其他國家學者的興趣，有其他學者也主動表示期望能延續此類的研究，畢竟在國外用來訓練股內斜肌多利用半蹲訓練或直膝訓練，鮮少使用腳踏車來做為訓練的工具；而且在本研討會中也比較少見此類研究，這讓我對自己研究發表的獨創更有信心!除此之外，在參加完本研討會所舉辦的一些工作坊與發表會，也讓自己在新的研究領域上有更新的見識。



本人口頭發表情況



主持人頒發口頭發表證書

二、與會心得

本次研討會的發表領域甚廣，包含"Biomechanics"、"Dance Education and Movement Science"、"Exercise Physiology and Sport Nutrition"、"Leisure and Wellness"、"Health and Fitness"、"Health Promotion"、"Information and Instructional Technology in Physical Education and Sports"、"Martial Arts Science"、"Motor Control and Learning"、"Motor Development, Fundamental Movement, Physical Activity and Children"、"Physical Education"、"Pedagogy, Curriculum Development"、"Sport and Exercise for Elderly"、"Sport and Exercise for Special Population"、"Sport Coaching and Training Science"、"Sport History"、"Sport Philosophy"、"Sport Politics"、"Sport Psychophysiology"、"Sport Psychology"、"Sport Management"、"Sport Medicine"、"Sport Sociology"、"Talent Identification and Sports Training in Young Athletes"

也因此我們可看到許多不同領域的優秀作品在此研討會中呈現，雖然本研討會仍較多當地馬來西亞的學者參與，但研討會中所安排的工作坊邀請了各界學術領域的大師來為大家實際上課教學，包含一些很特別的舞蹈、爆發力訓練與復健運動教學，是我較少見到的。參與完本研討會後，我發現自己在學術的視野也提升許多，期望未來能繼續參予各地不同的學術盛會。關於本次發表的心得，雖然自己在會前被大會誤通知我為海報發表，但在出國前我一直猶豫是否應帶電腦出國，一來怕遺失，二來怕麻煩，然而到了現場知道自己是口頭發表後，我才慶幸自己有將電腦帶在身邊，讓我有足夠的資料與工具來完成個人的發表內容，本次經驗也告訴我，雖然自己的仔細小心能讓自己的發表結果不留下遺憾，但我們卻不能預防他人的疏失所帶來的問題，因此出門在外還是不要因為嫌麻煩就不帶電腦出門，所謂不怕一萬只怕萬一、計畫往往趕不上變化，最適合形容我這一次的遭遇；但當我遇到了，我還是得去面對。

另外，除了研討會的心得外，由於哥打八魯是屬於比較鄉下的區域，治安並沒有很好，在研討會的第二天就有其他同為研討會學生遭搶錢包的事件發生，這也讓

我們了解出門在外，還是要十分注意自己的安全。

三、建議

1. 出國時蒐集好相關研討會地點的資訊，如果能就近住宿是十分方便的，這可減省許多來回走路的時間，而及早訂好旅社也是很重要的。
2. 馬來西亞人種眾多，有印度、新加坡、華人、馬來人與外國人，但英語皆是主要的語言，因此到馬來西亞必須將英文練好以方便溝通。
3. 出國時最好攜帶自己的筆記型電腦與相關發表資料，因為自己很難知道何時需要去修改自己的資料或遇到跟我一樣得必須上台口頭發表。
4. 出門在外，錢不露白，但如發生任何事件，警察局是第一個要去通知的地方。

四、攜回資料名稱與內容

1. 大會手冊與論文集一本
2. 口頭發表證書
3. 大會參展廠商之器材介紹資料