

國立台灣體育學院圖書館剪輯資料

分類 醫療保健 來源 民生報 日期 790306 版面 二版

“建構完善訓練環境” 拋磚引玉

體總與長庚計畫合作，為亞運培訓選手進行身心測驗與輔導。

記者 江彥文／報導

●本報「建構完善訓練環境」系列報導有了回響，全國體總已與長庚醫院運動醫學中心磋商合作計畫，將為每一位亞運培訓選手進行身

心測驗與輔導，希望為每位選手塑造最強的戰鬥力量與意志。

另外，也有社會人士表示，願意加入亞運培訓工作，提供有關心理諮商服務，以紓解選手大賽前的焦慮心情。

運動是「體力」「技術」與「意志力」的綜合發揮，過去我國培訓工作偏重體力的鍛鍊和技術的指導，對選手意志力的培養比較缺乏。

兩屆奧運選手出賽前，體

總都只作了體能測驗、傷害調查等基本的生理輔導，對選手賽前焦慮情緒的掌握則付之闕如，以致部分選手比賽「失常」現象頻頻。因此

本報在系列報導的第一篇即要求體總作好選手賽前心理輔導，使「該得的獎牌不會失誤掉」「激發得牌邊緣的選手發揮最大潛能得牌」。

體總訓練組日前協同北訓中心人員，與長庚醫院運動醫學中心磋商合作計畫，預備由長庚醫院負責研擬各項生理、心理量表，針對每位亞運培訓選手，進行生理、心理、精神等測驗，以確實掌握每位選手身心狀態。

體總表示，亞運培訓選手是此項計畫的先期目標，來將擴大對象至各協會莊敬自強選手，最終目標是建立完整選手個人資料檔。

