

【社團大聲公】運動研究社

學生大代誌

本學期新成立的運動研究社，是一個綜合運動體驗和運動知識的社團，提供各類型運動傷害的課程，目前在校歸類於學藝性社團中。運動研究社社長、化材三勞鈞業分享，「高中時期是籃球校隊的球員，時常受到運動傷害的困擾，進而開啟對於肌肉原理的研究。運動傷害在生活中隨處可見，例如日常的扭傷、擦挫傷等，我希望集合運動相關知識來幫忙大家了解和保養身體，進而減緩運動及歲月對身體機能所帶來的衝擊。」

勞鈞業說明，運動傷害的「預防」和「後續處理」相當重要，新學期社課規劃以此作為開課方針，授課內容有解說肌肉原理、肌貼使用方式及運動按摩等專業知識；下學期將進行實作，預計和體育性社團合作，希望幫助從事運動的同學緩解運動傷害，也讓他們在運動場上有更好的表現。

此外，社團亦將帶領社員們體驗各項球類運動，藉由實際參與了解運動過程可能造成受傷的情況；同時教導社員們在第一時間了解傷勢，並做出判斷和後續處置，有效輔助讓傷害也能快速復原。

對於仍在眾多社團中尋覓所好的同學們，勞鈞業說：「一定要加入自己真正有興趣的社團！我們提供對於運動有幫助的體驗及實用知識，歡迎大家加入運動研究社。」

（文／陳律萍）

2019/09/22

本學期新成立的運動研究社參加今年的社團博覽會擺攤。（攝影／張瑟玉）

