

檔 號：
保存年限：2-100206
5

國立體育大學 函

地址：桃園縣龜山鄉文化一路
250號

聯絡人：戴文佳

電子信箱

：ak3781@mail.ntsus.edu.tw

聯絡電話：03-3283201-8512

傳真電話：(03)3284047



受文者：國立暨南國際大學

股解：

發文日期：中華民國101年7月2日

發文字號：國體大體字第1010005448號

速別：普通件

專員王淑娟

副教授兼研究發展處長 戴榮賦

一、3珠文上傳本校公文系統

教授兼尹邦嚴

公告週知。

密等及解密條件或保密期限：

一、文陳閱後存。

附件：活動實施計畫書（實施計畫書.DOC，共1個電子檔案）

教授兼尹邦嚴

主旨：檢送本校體育推廣學系舉辦「2012年運動與3Q國際研討會」實施計畫暨徵文比賽辦法，敬請惠予公告並鼓勵貴校師生踴躍賜稿與報名參加，請查照。

說明：

- 一、本研討會訂於101年10月5日至6日(星期五、六)於本校國際會議廳舉辦。
- 二、本研討會旨在探討「聰明學習靠運動」的關鍵因素，經由演講、工作坊和實務研討來進一步增進民眾對「運動改造大腦：讓IQ高、EQ好、HQ強的關鍵密碼」之認知。
- 三、徵稿與報名注意事項：
 - (一)論文摘要投稿日期：自即日起至101年8月31日止。
 - (二)報名日期：自即日起至101年9月15日止。
 - (三)相關須知及表格請參閱研討會實施計畫之「投稿須知」

四、相關訊息可逕至本校體育推廣學系網頁

(http://dsp.ntsus.edu.tw/front/bin/home.phtml)查詢。

正本：公私立大專校院

副本：本校體育推廣學系

101707/03
10:20:54

研究發展處



1/14



依分層負責規定授權單位主管決行

裝

訂



2/14



2012 年運動與 3Q 國際研討會

2012 International Conference of Exercise for 3Q

實施計畫書

Proposal

指導單位：教育部

行政院體育委員會

主辦單位：國立體育大學

承辦單位：國立體育大學體育推廣學系

活動日期：2012 年 10 月 5~6 日

活動地點：國立體育大學國際會議廳

2012 年運動與 3Q 國際研討會



一、活動宗旨

美國哈佛大學教授 Dr. John Ratey 於 2008 年出版《Spark: The Revolutionary New Science of Exercise and the Brain》一書以科學實證理論和美國各地校園與社區的實例，闡述運動如何影響大腦功能，有效提高學習效率（提昇 intelligence quotient, IQ），消除壓力與焦慮，治療憂鬱與注意力缺乏過動症（提昇 emotional quotient, EQ），同時在許多的運動科學研究指出中證實規律的身體活動有助於促進身心健康，並預防慢性疾病（提昇 healthy quotient, HQ）。

行政院體育委員會於 99 年「運動城市調查」分析「規律運動人口比率」發現國人的運動比例雖已從 94 年的 15.5%，上升至 100 年的 27.8%，但無規律運動習慣之比率仍高於美國、馬來西亞與日本等國家，顯示國人規律運動比率的人口仍有很大的進步空間。同時，世界衛生組織亦指出，「身體活動不足」已是國際公共衛生議題，亦成為影響全球死亡率的第四大危險因子，因此推廣並讓國人習慣性地享受運動便刻不容緩。

2011 年以 Dr. John Ratey 為首，邀請多位國、內外專家學者進行演說與意見交流之「運動、腦科學與全民健康促進研討會」，喚醒國人對運動與健康的重視，並獲得各界好評。今年國立體育大學承襲前次的學術研究精神，再度舉辦運動與 3Q 研討會，期望藉此持之以恆的加深國人對運動與健康的了解，享受運動的同時，也提升自己的 IQ、EQ 與 HQ。

二、指導單位：教育部、行政院體育委員會

三、主辦單位：國立體育大學

四、籌備期程及研討會日期和地點

研討會日期：2012 年 10 月 5 至 6 日(五、六)

研討會地點：國立體育大學國際會議廳

五、專題演講者

美國學者： Dr. John Ratey; Harvard Medical School

Dr. Phillip Tomporowski; The University of Georgia

澳洲學者： Peter C. Terry; University of Southern Queensland

英國學者： Neil Walsh; The Bangor University

新加坡學者： Burns Stephen Francis; National Institute of Education



香港學者： 鍾伯光；香港浸會大學
日本學者： 橋本公雄；九州大學
國內學者： 古博文；國立彰化師範大學應用運動科學研究所副教授
溫蕙甄；慈濟大學體育中心助理教授
何宗融；中國醫藥大學中醫學院

六、參加對象

- (一) 中央部會及各縣市教育局處承辦學校教育之主管與承辦人員
- (二) 各級中小學校長與體育推動人員
- (三) 大專院校體育教師與行政人員
- (四) 大專院校體育教育、醫學、公共衛生與健康之教師及研究生
共 250 名額。

七、會議型式

- (一) 專題演講：邀請國內外專家學者針對探討主題進行專題演講。
- (二) 研究發表：接受各界與會學者投稿相關論文，並以海報發表方式進行相關研討與交流。
- (三) 工作坊：參與人員就相關問題進行意見交流。
- (四) 徵文比賽：推動「聰明學習靠運動！運動改造大腦，讓 IQ 高、EQ 好的關鍵密碼」一書之閱讀及心得徵文比賽。(比賽辦法請詳見附件)

八、重要日期

報名截止日期：2012 年 9 月 15 日
摘要投稿日期：即日起至2012年8月31日止

九、報名方式與費用

報名方式：採郵寄作業，請將報名表（附件四或附件五）填妥後，連同匯款資料寄至國立體育大學（333 桃園縣龜山鄉文化一路 250 號，國立體育大學體育推廣學系）戴鈺佳小姐收，或傳真到 03-3280595。

報名費用：學生 300 元整；一般社會人士 500 元整。(含餐費與保險)

投稿費用：學生 500 元整；一般社會人士 1000 元整。

匯款資訊：戶名：『國立體育大學-401 專戶』

銀行名稱：『第一商業銀行桃園分行』

帳號：『27130155551』；

或自備現金至國立體育大學出納組繳納。

十、議程表



2012 年運動與 3Q 國際研討會會議程表

Conference Program

2012 年 10 月 5 日 (星期五)

Time 時間	Activities 活動	Speakers 演講者	Location 地點
08:30~ 09:00	Registration 報到		國際會議廳
09:00~ 09:30	Opening Ceremony 開幕典禮		國際會議廳
09:30~ 11:00	Lecture I 專題演講 I	Dr. John Ratey 翻譯：	國際會議廳
11:00~ 11:20	Break 茶敘/休息時間		
11:20~ 12:50	Lecture II 專題演講 II	Dr. Phillip D. Tomporowski 翻譯：	國際會議廳
12:50~ 13:30	Lunch 午餐時間		
13:30~ 15:00	Lecture III 專題演講 III	Born To Run: Benefits, Barriers, Solutions Dr. Peter C. Terry 翻譯：	國際會議廳
	Lecture IV 專題演講 IV	Accumulating short bouts of exercise for health Dr. Bums Stephen Francis 翻譯：	教學大樓 308
15:00~ 15:20	Break 茶敘/休息時間		
15:20~ 16:20	Workshop I 工作坊 I	引言人/ 兩位邀請中 愛運動的學生更聰明	教學大樓 308
	Workshop II 工作坊 II	引言人/ 楊宗融教授、 中老年人的運動健康促進與學習	教學大樓 202
16:30~ 17:30	Poster presentation 海報發表		國際會議廳 外川堂

備註：專題演講 II 與 III 與工作坊 I 與 II，同時進行，請於報名表選填，擇一參加。



2012 年 10 月 6 日 (星期六)

Time 時間	Activities 活動	Speakers 演講者	Location 地點
08:30~ 09:00	Registration 報到		國際會議廳
09:00~ 10:00	Lecture V 專題演講 V	古博文教授	國際會議廳
	Lecture VI 專題演講 VI	溫蕙甄教授	教學大樓 308
10:00~ 10:20	Break 茶敘/休息時間		
10:20~ 11:20	Workshop III 工作坊 III	引言人/ 兩位邀請中 幼兒園的運動健康與學習促進	教學大樓 308
	Workshop IV 工作坊 IV	引言人/ 兩位邀請中 身心障礙學生的體育運動及學習參與	教學大樓 202
11:20~ 12:20	Poster presentation 海報發表		國際會議廳 外川堂
12:20~ 13:00	Lunch 午餐時間		
13:00~ 14:30	Lecture VII 專題演講 VII	橋本公雄教授 翻譯:	國際會議廳
	Lecture VIII 專題演講 VIII	Healthy and Active Aging 鍾伯光教授	教學大樓 308
14:30~ 14:50	Break 茶敘/休息時間		
14:50~ 16:20	Lecture IX 專題演講 IX	Dr. Neil Walsh	國際會議廳
16:20~ 17:00	聰明學習靠運動 閱讀心得發表		國際會議廳
17:00~ 17:30	Closing Ceremony 閉幕典禮		國際會議廳

備註：專題演講 V 與 VI、專題演講 VII 與 VIII 與工作坊 I 與 II，同時進行，請於報名表選填，擇一參加。

十一、投稿須知



一、審查方式

(一) 本會設有審稿制度，由專家學者進行評審，採隨到隨審方式進行，通過者將於 101 年 9 月 10 日於網站公布。

(二) 論文由本會審查委員會依論文之：1. 整體架構；2. 與研討主題相關性；3. 學術與實務應用價值等標準；4. 對後續研究之啟發性，予以評審之。

二、論文發表方式

論文發表方式乃由審稿委員對文章進行評斷，以海報形式進行發表：

1. 建議內容：

A. 原創性文章：緒論、研究目的、研究方法、結果與討論、結論與建議、參考文獻。

B. 綜評性或實務經驗文章：緒論、本文（分節）、結論與結語。

2. 海報規格 120*90 公分，並於發表當天報到時間將海報依個人編號自行張貼。

發表者於規定時間至海報張貼地點就位，以便回答提問者之問題，大會將由海報發表主持人至張貼地點巡視並發給證書，如未至海報張貼地點發表者恕不發給證書。

三、摘要投稿規定：

1. 摘要「內文」字數須在 500 字以內(含關鍵字)，並以中、英文並存的方式投稿。
2. 摘要必須反應完整論文內涵，內容包含研究目的、方法、結果、結論和關鍵詞；關鍵詞以 3~5 個重要詞句為原則。
3. 撰寫格式以一段式呈現。中文字型使用標楷體，標點符號用全型；英文與數字字型使用 Times New Roman，標點符號用半型。
4. 投稿者若有違反學術倫理行為，本會得撤銷其論文發表資格，並不得要求退還論文審查費用。
5. 請於 2012 年 8 月 31 日前將摘要(word 格式)以電子郵件附加檔案的方式寄至 ak3781@mail.ntsuo.edu.tw，並標明主旨為「2012 年運動與 3Q 國際研討會論文投稿」，逾期恕不收件。



2012 年運動與 3Q 國際研討會

投稿報名表

編號：_____

投稿專用報名表						
姓名	中文		身份證字號 (保險用)		性別	☐ 男 ☐ 女
	英文		出生日期	民國 年 月 日	飲食習慣	☐ 葷食 ☐ 素食
聯絡電話	住宅： 手機：		服務單位/學校		職稱	
論文作者						
論文題目						
通訊地址						
電子信箱						
報名費	1. 報名身分： ☐ 學生身分：500 元；☐ 一般身分：1000 元。 2. 報名方式： 採郵寄作業，請將報名表填妥後，連同匯款證明影本寄至國立體育大學（333 桃園縣龜山鄉文化一路 250 號，國立體育大學體育推廣學系）戴玹佳小姐收，或傳真到 03-3280595。 3. 投稿匯款： 行號：『第一商業銀行 桃園分行』； 帳號：『27130155551』 戶名：『國立體育大學-401 專戶』； 或自備現金至國立體育大學出納組繳納。 ※以學生身分報名者，請檢附學生證影本。					
作者聲明	致「2012 年運動、大腦與健康國際研討會」：茲保證本篇著作未發表於其他刊物，若侵犯他人著作權，由作者自行負責。 作者簽名：_____ 中華民國 年 月 日					

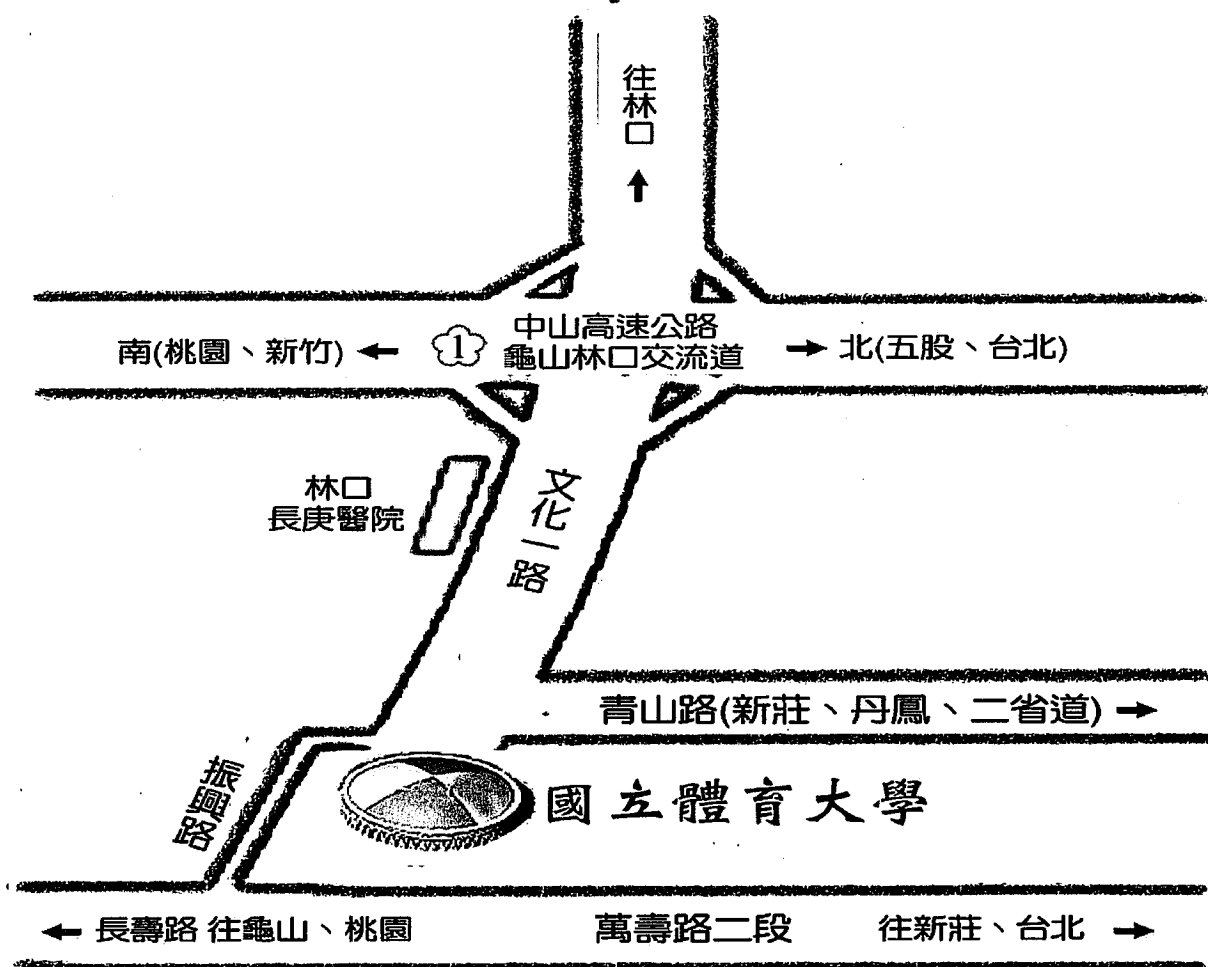
2012 年運動與 3Q 國際研討會報名表



編號：_____

報名表（不投稿）						
姓名	中文		身份證字號 (保險用)		性別	☐ 男 ☐ 女
	英文		出生日期	民國 年 月 日	飲食習慣	☐ 葷食 ☐ 素食
聯絡電話		住宅： 手機：	服務單位/學校		職稱	
通訊地址						
電子信箱						
報名費		1. 報名身分： ☐ 學生身分：300 元； ☐ 一般身分：500 元。 2. 報名方式：採郵寄作業，請將報名表填妥後，連同匯款證明影本寄至國立體育大學（333 桃園縣龜山鄉文化一路 250 號，國立體育大學體育推廣學系）戴廷佳小姐收，或傳真到 03-3280595。 3. 投稿匯款：行號：『第一商業銀行 桃園分行』； 帳號：『27130155551』 戶名：『國立體育大學-401 專戶』； 或自備現金至國立體育大學出納組繳納。 ※以學生身分報名者，請檢附學生證影本。				
【演講】 與 【工作坊】 參加場次	專題演講	10 月 5 日：13:30-15:00 ☐ 專題演講 II ☐ 專題演講 III		10 月 6 日：09:00-10:00 ☐ 專題演講 V ☐ 專題演講 VI 10 月 6 日：13:00-14:30 ☐ 專題演講 VII ☐ 專題演講 VIII		
	工作坊	10 月 5 日：15:20-16:20 ☐ 愛運動的學生更聰明 ☐ 中老年人的運動健康促進		10 月 6 日：10:20-11:20 ☐ 幼兒園的運動健康與學習促進 ☐ 身心障礙學生的體育運動及學習參與		
請填意願順位(1,2)，以利安排						
注意事項		1. 本研討會報名日期為即日起至 9 月 15 日中午 12 時止。 2. 為能清楚辨識您的各項資料，請配合以正楷書寫。 3. 為了響應環保行動，本次研討會將不提供紙杯及免洗餐具，敬請攜帶環保杯及環保餐具與會，謝謝。 4. 因名額有限，主辦單位保留調整各專題演講與工作坊人數之權利。 5. 洽詢電話：(03)3283201 轉 8512，網站查詢： http://dsp.ntsue.edu.tw/front/bin/home.phtml 。				

國立體育大學交通路線圖



國立體育大學交通資訊

一、本校地址：桃園縣龜山鄉文化1路250號總機：(03) 3283201~10 分機1518

二、搭車

(一)三重客運(各班次路線，請參閱三重客運公司網址 <http://www.sanchung-bus.com.tw/>)

路線名稱	可搭車地點 (行徑路線請詳見上述地址)	路線名稱	可搭車地點
長庚大學-台北市政府	台北市政府 行天宮	尖峰 10-15 分鐘 離峰 20-30 分鐘	可至本校下車
公西-北門	北門站(台北) 台北後車站	尖峰 30 分鐘 離峰 60 分鐘	請至林口長庚醫院 下車，搭乘接駁車 至長庚大學後，步 行至本校
公西-板橋	板橋國中 新莊國中	尖峰 7-12 分鐘 離峰 15-20 分鐘	

(二)桃園客運公司

1. 經大埔至體育大學

(1)行經路線：桃園〔復興路泰一電氣〕→東山里→桃農→青果中心→頂興路口→恆隆工

廠→陸光二村→龜山→大同路口→地磅→龍廷社區→水源地→裕元紡織→儲水池→舊路坑→中央造幣廠→舊路橋→北天宮→集會地→陳厝→西勢湖→大埔橋→振天宮→大埔→水井埔→德隆→牛角坡→邦坡→體育大學→志清湖

(2)桃園發車時刻：9:23、12:17

(3)體育大學志清湖發車時刻(回程)：9:48、13:07

2. 桃園火車站→長庚醫院：6:00 開始，每隔 10 分鐘一班車。

(三)長庚醫院交通車：台北長庚醫院→林口長庚醫院：每隔 15 分鐘一班車。(若到林口長庚醫院後可搭乘接駁車至長庚大學後，步行約 10 分鐘至本校)

三、搭乘高鐵：到達桃園高鐵車站須搭乘客運至桃園火車站後，轉搭桃園客運至長庚醫院或本校。

四、自行開車：請下中山高速公路「龜山、林口」交流道(文化一路)後，直行文化一路至本校。

附註：

1. 國立體育大學至林口長庚醫院或省道縱貫公路(龜山)各約 5 公里。

2. 如需住宿「樸園」，訂宿專線：(03) 3974231-3 轉 9

3. 三重客運電話：(02) 2988-2133

4. 桃園客運電話：(03) 375-3711

14/14



2012 年運動與 3Q 國際研討會「聰明學習靠運動」 閱讀心得徵文比賽辦法

壹、目的：藉由閱讀心得徵文比賽增進學生閱讀「聰明學習靠運動」的興趣，並藉此推廣「運動改造大腦：讓 IQ 高、EQ 好的關鍵密碼」之認知。

貳、主辦單位：國立體育大學

參、比賽說明：

(一)閱讀指定書目《聰明學習靠運動》(約翰·瑞提著，謝維玲譯，野人文化股份有限公司出版)，並依規定投稿。

(二)各組第一名將被邀請至「2012 年運動與 3Q 國際研討會」第二日(10 月 6 日)之指定時間上台分享心得。

肆、參賽組別：分為國小高年級學生組、國中學生組、高中學生與大專學生組。

(一)國小高年級學生組：心得字數 600-800 字內。

(二)國中學生組：心得字數 800-1200 字內。

(三)高中學生組：心得字數 1200-1500 字內。

(四)大專學生組：心得字數 1500-2000 字內。

伍、錄取名額及獎勵：各組擇優取前三名與佳作 2 名，共計 20 名。

(一)第一名：獎金 2000 元，獎狀乙紙。

(二)第二名：獎金 1500 元，獎狀乙紙。

(三)第三名：獎金 1000 元，獎狀乙紙。

(四)佳 作：獎金 500 元，各得獎狀乙紙。

參選作品若未達審核標準之水平，若干獎項可由主辦單位決議從缺。

陸、評選方式：由本單位邀請評審老師評定之。

柒、投稿日期：即日起至 8 月 31 日止，得獎者於 9 月 10 日在本研討會活動網站公布。

捌、投稿方式：

稿件請以 word 排版，A4 橫打格式撰寫，中文字型為標楷體，12 號字體，英文為 Times New Roman 字型，電腦列印後連同報名表郵寄至：

桃園縣龜山鄉文化一路 250 號「國立體育大學體育推廣學系」收，信封加註「投稿稿件」，並請附上電子檔光碟；

或以電子郵件的方式 mail 至 ak3781@mail.ntsue.edu.tw。

玖、注意事項：

(一)凡參加比賽之作品需是未曾在國內外任何刊物發表過之個人創作，不得抄襲，一經檢舉查獲者即取消資格，得獎者得追回獎金與獎狀。

(二)得獎作品將刊載於本大會手冊中，刊登時將不再另付稿酬，本大會擁有版權。

(三)凡第一名得獎作者需配合於本研討會第二日(10 月 6 日)上台發表。

(四)本辦法若有未盡事宜，得隨時公布修訂之，並保留修改辦法之權利。

(五)如有疑問，請電詢：(03)3283201 轉 8512。

2012 年運動與 3Q 國際研討會「聰明學習靠運動」

閱讀心得徵文比賽報名表

作品編號：_____

姓名		性別	☐ 男 ☐ 女	生日	民國 年 月 日
身份證字號或 護照號碼		學校			
聯絡 方式	電話： 手機：	e-mail			
聯絡 地址	☐ ☐ ☐				
參賽 組別	☐ 國小高年級學生組 ☐ 國中學生組 ☐ 高中學生組 ☐ 大專學生組				
學生證正反面浮貼處	(正面) (反面)				
作者聲明	致「2012 年運動與 3Q 國際研討會」：茲保證本篇著作未發表於其他刊物，若侵犯他人著作權，由作者自行負責，並同意錄取作品主辦單位得公開發表以及辦理授權非營利用途之重製、發行與公開傳輸；主辦單位並得集結編印、出版、公布於網站或推薦報刊媒體發表，不另致酬。 作者簽名：_____ 中華民國 年 月 日				

*報名表及作品(含電子檔)請於 101 年 8 月 31 日前郵寄或送交至國立體育大學體育推廣學系(桃園縣龜山鄉文化一路 250 號)

14/14