

# 國立體育大學企業參訪 成果報告書

主辦單位：教務處教學業務發展組

執行單位：運動保健學系

帶隊教師：黃啟煌教授

執行期間：109年6月11日、6月18日

## 壹、執行成果概述

參訪單位	史塔克公司
參訪地點	台北市內湖區樂群二路189號5樓之2
系所別	運動保健學系三年級
參訪人數	參與教師 <u>1</u> 人，職員 <u>      </u> 人，學生 <u>36</u> 人，合計 <u>37</u> 人
參訪目的	<p>本學期本系邀請史塔克運動科學訓練總監與其團隊來校擔任本系運動傷害評估與功能復健（二）課程之業界教師，介紹筋膜運動的基本概念、提供本系師生 Flexi-Bar 培訓、Redcord 培訓課程。</p> <p>透過企業參訪，實地認識客製化運動訓練創新產業之發展情形及其運作方式，以增加三年級學生對業界之認識、及開啟未來就業之規劃。</p>
參訪過程	<p>因參訪單位限定每次參訪人數至多20人，故規劃2梯次 每一梯次之行程：</p> <p>8:40自本校出發→前往台北市內湖區史塔克公司</p> <p>9:40參訪史塔克公司：認識史塔克運動訓練中心、 運動科學團隊之分工與運作模式</p> <p>11:30 自內湖返回 →12:30 抵達學校</p>
參訪檢討	無
參訪成效	<p>※了解參訪公司對人才需求與反思</p> <p>一、工作態度</p> <p>態度積極／對工作有熱忱</p> <p>樂於學習／肯努力／上進心</p> <p>勇於挑戰與嘗試／願意分享</p> <p>隨時準備好自己的人</p> <p>二、專業能力</p> <p>1.深度知能：</p> <p>熟知解剖學／肌動學／熟悉筋膜相關概念、 對復健器材的使用能力</p> <p>傷害復健計畫安排與邏輯／能有條理安排訓練</p> <p>基本體態評估</p> <p>2.基本概念：Redcord 訓練（公司提供培訓）</p> <p>3.指導能力：具備一對一指導或團課指導能力</p> <p>三、跨領域能力</p> <p>1.愛運動</p>

2.喜歡與人接觸／與人應對與相處 溝通能力 正向鼓勵與指導

3.懂得自我行銷／具備銷售與經營能力

4.跨領域學習 創造自己的獨特性

※此次參訪對後續學習與職涯規劃的心得／想法／收穫／啟發

#### 一、產業運營

1. 運動健康產業高端服務-環境、氣氛、品牌風格

2. 肌力訓練的新觀念

3. 凡與人接觸，就離不開「服務」，如何營造被服務的享受感、讓人想一去再去。

4. 以客為尊的精緻服務，但有營運壓力。

5. 健康體適能與運動防護兩個專業合作的運作模式

#### 二、專業學習與發展

6. 運動防護專業人員在此產業的工作內容與特色

7. 對實習與學習有更多元的想法，不再只侷限於職業隊/基層，能有更多延伸應用場域，做出更好的服務。

8. 業界為在校所學知能的更深更廣延伸

9. 成功不只來自專業度，更重要的是細節。

10.每個企業的人才需求有很大的不同，選擇適合自己的，才能長久。沒有一項工作是輕鬆的，必須從中尋找快樂與樂趣。

11.「復健→體適能→運動表現」三階段的邏輯思維是在運動防護實習時需要反覆思考。

12.了解平時實習要求的用意，反思自己哪裡沒做好／應改進調整／如何做得更好；在團隊中學習去溝通，不僅是與客戶的應對，還有與夥伴的連結，是更為重要的。

#### 三、自我精進

13.工作是要給人東西，而非一味學習，專業底子、工作態度與社交能力在工作上的重要性

14.將一套訓練系統學習到極致，也能發揮極大效益與自我價值。

15.訓練／評估方法日新月異，需要持續接收新知，不能墨守成規。

16.跨領域整合的重要性／找到自己的獨特性

	<p>17.深切認知「學海無涯」，未來將不斷複習已經學過的學科與術科，還想要上自己有興趣且實用的課程，深化自己的觀念與與應用能力。</p> <p>發現在系統化運動訓練安排進行動作控制與筋膜放鬆的發展興趣。</p> <p>參訪調查表如附件檔案。</p>
建議事項	<p>本次企業參訪後，您覺得系上之相關專業課程需做甚麼樣的調整？</p> <p>一、課程主題安排與調整</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 因為安排業師課程與參訪，增加了更多變化性與趣味性，但壓縮/犧牲了「運動治療學的一些基礎課程</li> <li>2. 防護中心各項運動治療器材的使用</li> <li>3. 復健的目標、各部位傷害的排程、運動治療的方法。</li> <li>4. 更多運動治療器材的介紹與操作。</li> </ol> <p>二、校外參訪與專業發展相關</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>5. 增加校外參訪機會與外界／發展趨勢的連結／更多企業分享內容，能了解職場與課程學習上的落差</li> <li>6. 運動產業轉型發展的介紹</li> </ol> <p>三、工具類課程</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>7. 加深筋膜介紹與訓練</li> <li>8. 加開 Redcord/flexibar 相關課程</li> </ol> <p>四、跨領域課程</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>9. 實際職場所需要及必備能力</li> <li>10. 與人交流與自我行銷</li> </ol> <p>五、其他</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>11. 多開校外實習點，讓學生能接觸各種領域的專業、多學習機會</li> <li>12. 多一些業師課程</li> <li>13. 專業「整合」的課程要早一點上。</li> </ol>

參訪人數：36人      問卷回收數：32份      回收率88.89%

參訪企業：		非常同意 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 不同意				
		5	4	3	2	1
您對參訪的內容感到滿意	4.66	21	11	0	0	0
		65.6%	34.4%	0.0%	0.0%	0.0%
您對參訪的地點安排感到滿意	4.75	24	8	0	0	0
		75.0%	25.0%	0.0%	0.0%	0.0%
您對參訪的時間流程感到滿意	4.56	19	12	1	0	0
		59.4%	37.5%	3.1%	0.0%	0.0%
您對本次參訪活動整體感到滿意	4.66	21	11	0	0	0
		65.6%	34.4%	0.0%	0.0%	0.0%
參加本次參訪活動，有助於體認職涯規劃之重要性	4.56	18	14	0	0	0
		56.2%	43.8%	0.0%	0.0%	0.0%
本參訪提供「運動保健專業知識與技能」核心能力之需求關聯	4.47	17	13	2	0	0
		53.1%	40.6%	6.3%	0.0%	0.0%
本參訪提供「分析及解決問題能力」核心能力於此工作場域之重要性	4.41	18	9	5	0	0
		56.3%	28.1%	1.6%	0.0%	0.0%
本參訪提供「溝通與團隊合作能力」核心能力於工作場域的關聯	4.53	19	11	2	0	0
		59.3%	34.4%	6.3%	0.0%	0.0%
本參訪提供「專業倫理及服務熱忱」核心能力於工作場域之能力需求程度	4.63	21	10	1	0	0
		65.6%	31.3%	3.1%	0.0%	0.0%
本參訪提供「寬闊視野與國際觀」核心能力於此工作場域之重要性	4.66	21	11	0	0	0
		65.6%	34.4%	0.0%	0.0%	0.0%

## 貳、企業參訪單位資料

公司名稱	史塔克公司
公司地址	台北市樂群二路189號5F-2
接待單位	史塔克公司
聯絡人	李明貞
聯絡電話	02-85092555
傳真號碼	
E-Mail	<a href="mailto:info@stark.com">info@stark.com</a>
公司網址	<a href="https://www.stark.works/">https://www.stark.works/</a>
公司簡介 (產品)	<p>史塔克公司是一家以關注社會大眾需求、連結國外創新且更具運動效益之產品設計為主導的公司，是世界筋膜權威 Dr. Robert Schleip 獨家授權之 Fascia in sport &amp; movement 技術轉移單位，並提供專業教育訓練課程、一對一客製化運動訓練、團體課程的多元創新發展公司，致力於帶給客戶在身體狀態、動作能力上進步的希望，達到理想的生活表現。</p> <p>※運動指導 一對一指導、團體課程 對象：少動族／久坐族、運動愛好者、增肌減脂族、專項選手</p> <p>※專業課程 筋膜運動學、紅繩訓練系列課程</p> <p>※產品 <a href="#">REDCORD</a>、<a href="#">FLEXI-SPORT</a>、<a href="#">AIREX</a>、<a href="#">SoftX</a>、<a href="#">Smartsleep</a>、<a href="#">LETS BANDS</a>、<a href="#">BellaBambi</a>、<a href="#">Ballance</a></p>

## 參、參訪活動照片



照片說明：參訪單位歡迎本系師生前往參訪、介紹其營運模式





照片說明：以客為尊的營運模式—空間設計讓顧客感受輕鬆自在





照片說明：多功能開放運動空間—依課程需求調整使用空間