



Committed to achieving sustainable community health through research, teaching and community engagement focused on physical activity and human movement

以体育锻炼和人体运动学为主要目标，开展科研、教学和社区实践，并致力实现可持续性公众健康

SCHOOL OF KINESIOLOGY SUMMER PROGRAM 2017

UBC 人体运动学院 2017 年暑期学习课程

七月十五日至八月十五日

Package A - Sport and Exercise Performance

- Sport and Exercise Psychology
- Clinical Exercise Physiology

Package B - Coaching Science

- Foundations of Coaching
- Sport Psychology for Coaching

Package C- Clinical Kinesiology

- Clinical Exercise Physiology
- Health and Physical Activity Behaviour

每位学员学费\$4,750 CAD 包含:

- 住所安排
- 课程材料
- 医疗保险
- 课余社交活动

课程项目安排

Package A – Sport and Exercise Performance 运动与锻炼机能

参与此课程包的学生将在课堂、实验室和实地考察中探索与运动相关的概念。过去的学生参观了列治文奥林匹克椭圆速滑馆，2010年冬季奥运会场所，如今世界级的休闲娱乐场所；卑诗体育馆，2010年冬季奥运会开幕暨闭幕仪式和2015年国际足联女子世界杯的主办场所；身体活动研究中心（PARC），一个11000平方米、国际先进、汇集科技整合脊髓损伤研究项目的研究设施。

Sport and Exercise Psychology 运动锻炼心理学

本课程旨在培养学生深入理解心理因素对参与体育运动和竞技体育能力表现的影响。学生将有机会参与小组活动、在特定场景下运用知识、开拓与心理学相关的思维技能。本课程着重鼓励学生思考如何将理论概念和模式付诸实践。过去的客座讲师包括了 Matt Fisher，2010年加拿大冬季单板滑雪队的肌力与体能训练主教练。

Clinical Exercise Physiology 临床运动生理学

本课程集理论与实验为一体，旨在概述临床运动生理学。多样的课内活动，包括基于问题的案例分析、小组项目和动手实验室检查心肺功能、肌肉功能和新陈代谢。课程将涵盖参观世界知名的康复研究中心（PARC）等实验室以促进积极的学习环境。通过本课程，学生将认知评估运动生理反应的基本方法；因临床综合症中受改变的反应；以及如何在临床环境中通过应用运动处方和运动监测来促进健康。学生将了解运动和生活方式对预防和治疗慢性疾病的影响与价值。

Package B – Coaching Science 运动执教科学

参与此课程包的学生将体验从课堂到室外及体育馆的互动实践学习。过去的学生参观了 UBC 雷鸟体育馆；列治文奥林匹克椭圆速滑馆，世界级的休闲娱乐场所及 2010 年冬季奥运会场所；UBC 室内棒球训练中心，投资 350 万、国际先进的室内击球馆。

Foundations of Coaching 运动执教基础

本入门执教课程旨在为学生提供成为一名成功教练的基础。该课程将引导学生定义作为教练的身份，并提高他们的培训及发展技能。涉及的辅助课题肌力与体能训练、运动营养学、运动技能学习发展以及运动表现培训。户外实践与讲座相结合以演示运动执教的核心概念。通过该课程，学生将能够通过创建他们的执教理念并应用相关过程来意识到教练固有的力量。他们将学习识别常见的运动损伤，提供安全的培训和竞争环境、使用游戏学习技巧、建立身体条件，以及基本的预防及支持贴扎技巧。

Sport Psychology for Coaching 运动执教心理学

本课程提供运动心理学中与执教相关课题的广泛概述。学生将开发如何在执教过程中运用体育与运动心理学理论的认识，并理解执教心理方面的重要性，如回应受伤、运动员积极性、领导能力、过渡期问题及心理思维技能训练。课程将通过户外游戏、游览体育训练中心、竞技场、及实验室来促进互动实践学习。

Package C – Clinical Kinesiology 临床人体运动学

运动锻炼现在不仅被公认为促进健康的基础生活方式的一部分，还是治疗如心脏疾病、肺疾病、糖尿病、癌症、老年痴呆症和其他退行性疾病等 26 种慢性疾病或病症的一惯例环节。参与此课程包的学生将学习以运动锻炼达到治疗及促进健康目的的理论基础。课堂上学习的概念将涉及测试及检测运动训练计划的实验课题相呼应。学生将有机会参观身体活动研究中心（PARC），一个 11000 平方米、国际先进、汇集科技整合脊髓损伤研究项目的研究设施以及 UBC Allan McGavin 运动医疗中心，加拿大唯一国际足疗指定治疗中心之一。

Clinical Exercise Physiology 临床运动生理学

本课程集理论与实验为一体，旨在概述临床运动生理学。多样的课内活动，包括基于问题的案例分析、小组项目和动手实验室检查心肺功能、肌肉功能和新陈代谢。课程将涵盖参观世界知名的康复研究中心（PARC）等实验室以促进积极的学习环境。通过本课程，学生将认知评估运动生理反应的基本方法；因临床综合症中受改变的反应；以及如何在临床环境中通过应用运动处方和运动监测来促进健康。学生将了解运动和生活方式对预防和治疗慢性疾病的影响与价值。

Health and Physical Activity Behaviour 健康与锻炼行为

本课程以心理学为基础，探讨参与健康和锻炼行为对整个寿命间健康的影响，以及如何通过干预与健康促进策略调节个人参与锻炼行为。通过本课程，学生将了解促进身体健康及锻炼行为变化的模式，以及他们对干预涉及、发展、评估的应用来鼓励特殊人群采用并维持锻炼。



了解更多信息: <http://vancouversummerprogram.ubc.ca/>

Ms. Teresa Sham, Coordinator
International Academic Projects
Phone 1.604.822.0563
teresa.sham@ubc.ca

Ms. Winty Cheung, Executive Director
UBC Asia Pacific Regional Office, Hong Kong
Phone +852.2111.4401
winty.cheung@apro.ubc.ca