

出國報告 (出國類別：考察視察訪問開會談判
進修研究實習業務洽談)

國立臺灣師範大學運動與休閒學院 與立陶宛體育大學交流報告

服務單位：國立臺灣師範大學/
姓名/職稱：張育愷/教授
派赴國家/城市：立陶宛/考納斯
出國期間：中華民國 112 年 2 月 3-12
報告提交日期：112 年 2 月 12 日
報告聯絡人/校內分機：葉家姩/3223

摘 要

本次跨校交流旨在促進國立臺灣師範大學運動與休閒學院與立陶宛體育大學之間的學術與文化合作。過程中首先透過拜會立陶宛體育大學國際交流處，深入瞭解了該大學的國際交流政策和流程，促進了雙方的相互理解。隨後之校園和實驗室參訪使我們更深入認識立陶宛體育大學的學術資源，為未來的合作提供了具體基礎。在學術交流方面，成功分享了“**Health Behavior Change**”課程，分享來自亞洲的學科視野。重要的會談包括與校長的對話，學校一級主官間的對話，彰顯了雙方對於學術合作和國際交流的高度關注。另運動心理組師長會談更帶來戰略性的合作意義，表達了雙方在開設運動心理學課程上的積極態度。最後，拜會臺灣駐立陶宛辦事處進一步促進了兩國在教育和科技領域的交流，為未來合作奠定了廣泛基礎。整體而言，此次交流不僅增進了雙方學術合作，也深化了文化交流，期待未來雙方能在更多領域展開合作。

目 次

一、目的	1
二、過程	1
三、心得	4
四、建議事項	5
五、附錄	5

一、目的：

此次交流出訪為國立臺灣師範大學運動與休閒學院與立陶宛體育大學之跨校交流，亦為歐盟 Erasmus+的出訪計畫。企盼能增進兩校間的認識、建立兩校之跨校學術交流，以及深化臺灣與立陶宛兩國之間合作。

二、過程：

(一) 行程表

日期	行程
2/3	● 由桃園機場出發
2/4	● 抵達維爾紐斯機場
2/5	● 拜會立陶宛體育大學國際交流處 ● 立陶宛體育大學校園 ● 立陶宛體育大學實驗室參訪
2/6	● 進行“Health Behavior Change”之授課 I ● 拜會立陶宛體育大學校長 ● 與立陶宛體育大學一級主管進行會談
2/7	● 進行“Health Behavior Change”之授課 II ● 與立陶宛體育大學運動心理組師長會談
2/8	● 拜會立陶宛臺灣辦事處
2/9	● 文化交流
2/10	● 返程

(二) 立陶宛體育大學簡介

1. 立陶宛體育大學年歷

1934 年，立陶宛體育大學的根源可以追溯到歷史上的一個重要日期，即 1934 年 10 月 10 日，當時在立陶宛總統安塔納斯·斯梅托納的法令下，成立了高級體育教育課程，提供高等教育學位。這些課程的創立旨在將體育鍛煉和軍事訓練的科目結合起來，以便畢業生能夠在中學中教授這些科目。

1938 年，高級體育教育課程於 1938 年關閉，其職能由成立在維陶塔斯·馬格納斯大學的體育教育系接替。

1945 年，立陶宛國立體育學院於 1945 年 11 月 3 日作為一個獨立的機構成立。第一年，學院招收了 100 名學生。

1999 年，於 1999 年 5 月 8 日，立陶宛議會 (Seimas) 通過決議，將學院更名為立陶宛體育學院。

2012 年，學院被重新命名為立陶宛體育大學。2014 年 學校慶祝其 80 週年。

2019 年，學校慶祝其 85 週年。

2022 年，學校慶祝其 88 歲生日，這激發了“LSU 88，無窮體育”活動的創建，並反映了體育對學校及其社區的重要性。

2. 立陶宛體育大學之結構

立陶宛體育大學學擁有 4 個學系，以及 2 個研究所和中心。學系包含：教練科學系、健康促進和康復系、體育與社會教育系、體育和旅遊管理系；研究所和中心則包含：體育科學和創新研究所、籃球研究和研究中心。此外，該大學提供 21 個學習計畫，包括：9 個本科計畫，10 個碩士計畫和 2 個博士學習計畫。

此外，另有如下之課程採取英文授課，課程亦可針對運動教練、運動員和管理人員有密集課程：

大學學位

- 運動教練學
- 物理治療學
- 體育與旅遊管理
- 運動、營養與壓力管理

碩士學位

- 國際體育表現分析碩士
- 國際籃球教練與管理碩士
- 適應身體活動
- 旅遊與體育管理
- 物理治療學
- 身體活動與公共衛生

博士學位

- 生物醫學科學：生物學
- 社會科學：教育

3. 立陶宛體育大學之特色

- 在波羅的海地區是領先的體育科學機構之一。
- 自 1934 年以來一直是體育傳統和健康積極生活價值觀的倡導者。
- 是一所以體育、體能活動、康復和主動休閒為核心的大學。
- 擁有 39 個專業方向的體育教練課程在立陶宛排名為最受歡迎的學習計畫之一。
- 與不同的地方和國家公共、私營以及非政府組織有密切合作夥伴關係。
- 與 90 多所國外大學和高等教育機構進行學術交流。
- 在 LSU 的學生和校友中，有世界著名的教練、知名運動員、奧運會、世界和歐洲冠軍以及獎牌得主。

(三) 交流過程

日期：2/3 活動：由桃園機場出發

日期：2/4 活動：抵達維爾紐斯機場

日期：2/5

活動 I：在拜會立陶宛體育大學國際交流處的活動中，我們與該處的主要人員進行了有意義的會談。與會人員包括了立陶宛體育大學國際關係辦公室主任 Mrs Irena Čikotienė、Erasmus 機構協調員 Mr. Tomas Kukenys 以及學生流動協調員 Ms Justė Knatauskaitė。這次會談提供了一個良好的機會，讓我們深入瞭解該大學的國際交流政策、流程和機會，同時也促進了彼此之間的相互理解和合作。

活動 II：參訪立陶宛體育大學校園和實驗室是一次富有啟發性的經歷。我們由 Erasmus 機構協調員 Mr. Tomas Kukenys 和研究員 Dr. Marius BRAZAITIS 帶領，深入了解了該大學的豐富學術資源和現代化實驗室設施。這次參訪不僅使我們對該大學的教學環境和研究氛圍有了更深入的認識，還為未來的合作提供了更具體的基礎。該活動強化了雙方之間的互動，促進了學術交流和合作的機會。

日期：2/6

活動 I：在“Health Behavior Change”授課 I。本課程為 Assoc. Prof. Dr. Brigita Miežienė 針對立陶宛體育大學運動、營養和壓力管理專業的本科一年級學生之課程。這門課程旨在引導學生了解健康行為變革的重要性，特別針對運動、營養和壓力管理這些關鍵領域。這一堂課程當中，育愷以 New Era of Exercise Psychology: Chronic Exercise, Cognitive Function, & Brain from Past, Present, & Future Perspectives 進行了課程之教學，為學生提供了來自亞洲的的見解和實用的知識。

活動 II：在與立陶宛體育大學校長 Prof. Diana Rėklaitienė 的拜會中，進行了一場重要的會談。這次會談提供了一個難得的機會，使雙方能夠就學術合作、學校發展和國際交流等方面進行深入而有意義的對話。校長的參與彰顯了對合作的高度重視，同時也為未來的合作奠定了堅實的基礎。

活動 III：與立陶宛體育大學一級主管進行的會談涉及到各學術部門主管和學習計畫主管，總共約 15 人參與。這場會談提供了一個平台，讓與會者就各自領域的發展、挑戰和合作機會進行深入的交流。透過這種方式，雙方能夠更好地了解彼此的需求和期望，並探討未來更加密切的合作關係。

日期：2/7

活動 I：健康行為變革課程 II。在這堂“Health Behavior Change”授課 II 中，Assoc. Prof. Dr. Brigita Miežienė 針對立陶宛體育大學運動、營養和壓力管理專業的本科一年級學生進行了極具啟發性的課程。這門課程不僅強調健康行為變革的重要性，還專注於運動、營養和壓力管理等關鍵領域。課堂上，育愷以“New Era of Exercise Psychology II: Multi-Modal Exercise, Cognitive Function, & Brain”為主題進行教學，並融入了多模式健身運動的實務操作和體驗，提供了學生更具體的

學習體驗。

活動 II：運動心理組師長會談。與立陶宛體育大學運動心理組師長的會談具有戰略性的合作意義。參與會談的重要人員包括 Assoc. Prof. Dr. Jūratė Požeriene (學務副校長)、Prof. Dr. Romualdas Malinauskas (體育與社會教育系主任) 以及 Assoc. Prof. Dr. Ilona Tilindienė (體育與社會教育系主任)。會談主要聚焦在探討在立陶宛體育大學設立運動心理學課程的可能性。在會中，育愷表達出院方對未來開設相關課程的支持，並願意提供臺灣在運動心理學領域的最新發展情況，以作為 LSU 未來決策的參考。此次會談不僅強化了雙方的合作夥伴關係，也為未來的學術交流和課程合作搭建了堅實的基礎。

日期：2/8

拜會立陶宛臺灣辦事處是一次重要的外交交流活動，此次拜會臺灣在立陶宛的代表—王雪虹大使，以及科技組組長，中國醫藥大學借調之程大川教授。在這次會談中，與立陶宛臺灣辦事處的代表進行深入的交流，討論雙方在教育、科技和文化領域的合作機會。大使王雪虹的參與使得會談更具重要性，她的洞察力和對臺灣事務的瞭解將對雙方合作的深化產生積極影響。同時，程大川教授的存在也為科技領域的合作提供了專業的建議和支持。這次拜會不僅強化了雙方外交關係，也為未來合作的廣泛領域奠定了基礎。

日期：2/9 活動：文化交流

日期：2/10 活動：返程

三、心得：

這次與立陶宛體育大學的跨校交流經歷豐富多彩，讓我們對其教育體系、研究環境和文化有了更深的了解。在與立陶宛體育大學國際交流處的會談中，我們與主要人員交換了看法，這不僅加深了對該大學的認識，也為未來的合作鋪平了道路。參訪該大學校園和實驗室更是一場啟發性之旅，深入了解了其先進的學術資源和實驗室設施。這次互訪不僅促進了雙方在學術領域的合作，也強化了校際合作的基礎。

在課堂授課中，與立陶宛體育大學的學生分享了“Health Behavior Change”課程，透過實用的知識和亞洲觀點，促進了學術交流。與立陶宛體育大學校長和一級主管的會談則打開了更廣泛的合作可能性，強調了雙方對未來發展的共同期望。

在與立陶宛臺灣辦事處的交流中，與大使和科技組組長進行深入對話，加強了兩國在教育 and 科技領域的合作，這是一個促進國際交流的重要平台。整體而言，這次跨校交流不僅加深了學術合作，也促進了文化理解，為未來的互惠性合作奠定了堅實基礎。

四、建議事項：(請逐項分列並簡短說明，倘無建議事項，請寫「無」)

項次	內容	採納情形 (請勾選)		
		已採行	未採行	研議中
1	無			

五、附錄：



拜會立陶宛體育大學校長



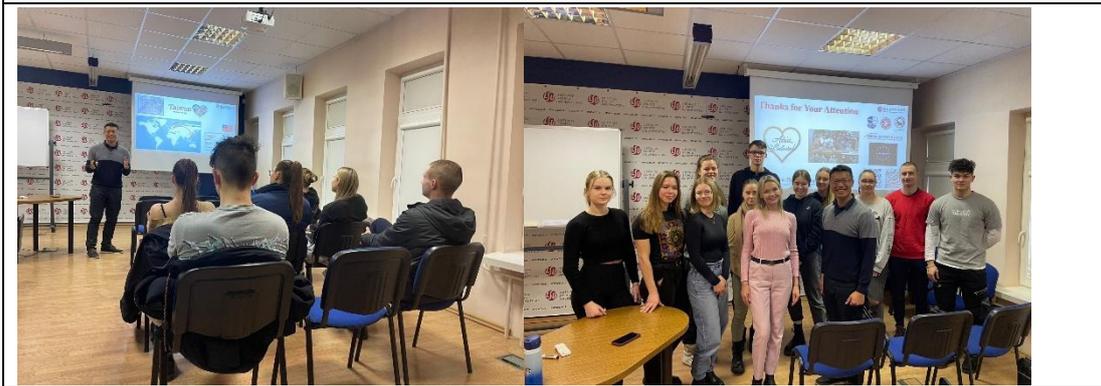
與立陶宛體育大學一級主管進行會談



拜會立陶宛體育大學國際交流處



立陶宛體育大學校園、實驗室參訪



進行“Health Behavior Change”之授課 I



進行“Health Behavior Change”之授課 II



與立陶宛體育大學運動心理組師長會談



拜會立陶宛臺灣辦事處