



# VANCOUVER SUMMER PROGRAM 2020

## 项目课程安排

### Vancouver Summer Program

为期四周，是在夏季为在读大学生开设的学术交流项目。该项目的目标是通过互动式讲座和多种课余活动来推动跨文化的学习体验。学生将在学习加拿大运动人体科学专科知识的同时，探索加拿大社会和文化。自2013年以来，已有600余名学生（来自42所大学）顺利完成此项目。

### 项目费用 \$5,250 CAD 包含

- 每个课程包内含有6个UBC学分（2门课程）
- 在校住宿（私人卧室，公共公寓空间）
- 医疗保险
- 丰富的课余社会文化活动及城市游览安排

### Package A - Sport and Exercise Performance

#### 课程包 A - 运动与锻炼机能

选择此课程包的学生将在课堂、实验室和实践考察活动中探索与运动锻炼相关的概念。往期项目中的学生参观了列治文奥林匹克椭圆速滑馆，一个世界级的体育娱乐场馆，2010年冬季奥运会的速滑比赛场地；人体活动研究中心 (PARC)，一个面积达11000平方米的国际先进研究机构，所进行的跨学科脊髓损伤与康复研究项目位列世界领先行列。

## 七月11日-八月11日

### 课程包 A

#### Sport and Exercise Performance 运动与锻炼机能

Sport and Exercise Psychology  
运动与锻炼心理学  
Clinical Exercise Physiology  
临床运动生理学

### 课程包 B

#### Coaching Science 运动执教科学

Foundations of Coaching  
运动执教基础  
Sport Psychology for Coaching  
运动执教心理学

### 课程包 C

#### Clinical Kinesiology 临床运动人体科学

Clinical Exercise Physiology  
临床运动生理学  
Health and Physical Activity Behaviour  
健康与运动行为研究

### Sport and Exercise Psychology 运动与锻炼心理学

本课程以理论为基础，介绍运动和锻炼心理学的核心主题和基本应用，培养学生从心理学角度理解人体活动的参与和运动表现能力。学生将有机会参与小组活动，掌握特定场景的知识运用及心理技能。本课程着重鼓励学生思考如何将理论概念和模型转化并运用于实践。往期项目的客座讲师包括 Matt Fisher，他是2010年冬季奥运会加拿大单板滑雪国家自由式项目的肌力与体能训练主教练与综合支持团队部分负责人。

### 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、小组项目和检查心肺功能、肌肉功能及新陈代谢的动手实验部分。课程包括参观世界知名的人体活动研究中心 (PARC) 等实验室，以营造互动的学习环境。通过本课程，学生将掌握运动中身体机能评定的指标及方法；临床综合征对身体机能的影响；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身体健康。同时，学生将了解到运动和生活方式对预防和治疗慢性疾病的关键作用。



# VANCOUVER SUMMER PROGRAM 2020

## Package B - Coaching Science

### 课程包 B - 运动执教科学

选择此课程包的学生将体验从课堂延伸到室外及体育馆的互动实践式学习。学生将接触到多个学科领域，了解运动执教过程中的重要的心理因素。往期项目中的学生参观了UBC雷鸟体育馆，一个耗资350万美元的世界先进的室内训练场馆；列治文奥林匹克椭圆速滑馆，世界级的休闲娱乐场所及2010年冬季奥运会场馆。

## Package C - Clinical Kinesiology

### 课程包 C - 临床运动人体科学

运动与锻炼不仅是当今公认的促进人体健康基本生活方式的组成部分，还是治疗如心脏疾病、肺疾病、糖尿病、癌症、老年痴呆症、其他退变性疾病等26种慢性疾病的重要组成部分。选择此课程包的学生将学习通过运动锻炼达到治疗效果及促进人体健康的理论基础。课堂上学习的概念将与涉及测试及运动训练计划监测的实验课题相呼应。学生将有机会参观人体活动研究中心 (PARC)，UBC Allan McGavin 运动医疗中心，加拿大仅有的两个国际足联 (FIFA) 指定治疗中心之一。

## Foundations of Coaching 运动执教基础

本运动执教入门课程旨在为培养学生成为一个成功的教练打好基础。该课程将引导学生定义个人执教理念，并提高他们培训及发展运动技能的能力。辅助课题包含肌力与体能训练、运动营养学、动作学习发展以及训练计划的制定。该课程采用户外实践与讲座相结合的方式，以呈现运动执教的核心概念。该课程引导学生通过个人执教理念的建立及训练程序的应用去领悟作为教练的权利与责任。学生将学习掌握常见运动损伤的识别，提供安全的训练和竞赛环境，使用游戏传授运动技能以培养身体素质，以及基本的预防及辅助贴扎技巧。

## 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。学生将领悟如何在执教过程中运用体育与运动心理学理论，从执教心理学角度解析团队协作、运动员能动性、领导力、教练与队员的关系及心理技能训练等。课程还将通过户外游戏、游览体育训练中心、竞技场馆及实验室等辅助活动来促进互动式实践学习。

## 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、小组项目和检查心肺功能、肌肉功能及新陈代谢的动手实验部分。课程包括参观世界知名的人体活动研究中心 (PARC) 等实验室，以营造互动的学习环境。通过本课程，学生将掌握运动中身体机能评定的指标及方法；临床综合征对身体机能的影响；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身体健康。同时，学生将了解到运动和生活方式对预防和治疗慢性疾病的关键作用。

## Health and Physical Activity Behaviour 健康与运动行为研究

本课程以心理学为基础，探讨参与健康和体育活动对整个生命周期人体健康的影响，了解如何通过外在干预与健康宣传策略改善大众的运动锻炼活动参与度。通过本课程，学生将掌握促进身体健康及运动锻炼行为变化的模型，及该模型对运动干预方式制定、实施、评估的应用，进而鼓励特殊人群采用并维持运动和锻炼的习惯。

## 了解更多信息请联系

### Mr. Carlos Cantu

International Affairs Coordinator,  
School of Kinesiology, UBC, Vancouver  
1.604.827.0318 | carlos.cantu@ubc.ca

### Vancouver Summer Program

Central Office  
University of British Columbia  
vsp.ubc@ubc.ca

### Mr. Stephen Kumar

Executive Associate  
UBC India Liaison Office, New Delhi, India  
91.11.4606.1905 | stephen.kumar@ubc.ca