



# 中華體育季刊【TSSCI 收錄期刊】

第 33 卷 第 3 期  
總 編 號 第 130 期  
民 國 74 年 9 月 創 刊  
民 國 108 年 9 月 出 版

總編輯／季力康

編輯委員／林玟君 張家豪 陳成業  
程瑞福 黃俊豪 鄭景峰  
豐東洋

校稿／林建志 陳朱祥

排版／博創印藝文化事業有限公司

地址／新北市中和區中山路三段  
110號9樓之3

電話／(02) 8221-5966

傳真／(02) 8221-5968

中華體育季刊雜誌社

發行人／林靜萍

社長／王鶴森

執行編輯／許振明

發行所／中華民國體育學會

地址／臺北市文山區汀州路四段88號

電話／傳真／(02) 2934-5380

E-mail: yardlinding@yahoo.com.tw

劃撥帳號／01399771 中華民國體育學會

行政院新聞局出版事業登記／局版台誌第6879號

臺灣郵政台北誌字第278號執照登記為雜誌文寄

ISSN 1024-7300

國內零售／每期300元，一年四期1000元

## 目 錄

135 自造教育與探索體育理念  
連結之探討

李晟瑋／郭癸賓

145 局部振動介入與運動後肌  
肉硬度變化之探討

陳林生／林信甫

155 極端化訓練促進有氧能力  
之策略與成效

陳著／鄭景峰

165 運動科技在羽球步伐分析  
之應用

洪敏豪／張吉堯／林國全

173 民初武術教育的發展(1912-  
1927)

郭憲偉

183 變動的社會界限：從建構主義的觀點檢視偏差休閒  
理論的發展 陳渝苓／湯添進

195 國際男子競技體操評分規則修訂之訓練因應策略 黃勝盟／黃泰益  
陳金鼓