蔡錦雀簡歷

現　　職

國立體育大學運動保健學系副教授(2003-)兼系主任(2016/8-)

學　　歷

國立體育學院運動科學研究所體育碩士(1989-1993)

私立中國文化大學體育學系學士(1984-1988)

經　　歷

美國運動醫學會(American College of Sports Medicine, ACSM)檢定合格之健康體適能專家(Certified Health Fitness Specialist, HFS)(原健康體適能教練 Health Fitness Instructor, HFI)(1997-)

台灣運動生理暨體能學會理事(2005-)

中華民國有氧體能運動協會理事(1998-)

學術組織會員

中華民國體育學會

中華民國有氧體能運動協會

台灣運動生理暨體能學會

美國運動醫學會(American College of Sports Medicine, ACSM)

學術專長

運動生理學、體適能、體適能測驗與評量、身體活動測量

連絡方式

研究室電話：(03)3283201 分機 2301, 2424

傳　　真：(03)3280613

電子郵件信箱：cctsai@ntsu.edu.tw

蔡錦雀 (Tsai, Chin-chueh) 著作與學術研究(2003-)

一、期刊論文

盧俊宏、**蔡錦雀**、陳麗華、陳佳瑩 (2004)。健走運動與社區健康營造之探討。國民體育季刊，33 卷，3 期，46-51 頁。

蔡錦雀 (2006)。從身體活動的現況與相關影響因素談動態生活營造。學校體育雙月刊，16 卷，3 號，36-42 頁。

蔡錦雀 (2007)。增進健康體適能的運動計畫。臺北市終身學習網通訊，36 期，18-22 頁。

Chen, L. H., Lu, J. H., **Tsai, C. C.**, Chen S. E. (2005). Development of an instrument in assessing perceived environment attributes of walking in Taiwan. Med Sci Sports Exe, 37(5): S330. (Abstract)

Tsai, C. C., Chen, L. H., Lu, J. H., Yeh, I. (2005). Prevalence of walking for transportation in Taiwan. Med Sci Sports Exe, 37(5):S325. (Abstract)

Chen, L. H., **Tsai, C. C.**, Cai, P. J., Li, Y. R. (2007). Influence of walk-to-school promotion program on traffic safety behavior of elementary schoolchildren in Taiwan. Med Sci Sports Exe, 39(5): S30. (Abstract)

Chen, L. H., **Tsai, C. C.** (2008). Pedestrian environment of walking to schools for elementary schools in Taiwan. Med Sci Sports Exe, 40(5): S254. (Abstract)

Tsai, C. C., Kao, Y. L. (2009). Correlation of physical activity and commute to and from school by walking in adolescents. Med Sci Sports Exe, 41(5): S193. (Abstract)

Tsai, C. C., Kao, Y. L. (2010). Change of physical activity level and physical fitness in adolescent students within one year. Med Sci Sports Exe, 42(5): S370. (Abstract)

Lee, L. L., Watson, M. C., Mulvaney, C. A., **Tsai, C. C**., Lo, S. F. (2010). The effect of walking intervention on blood pressure control: A systematic review. International Journal of Nursing Studies, 47: 1545–1561. (SCI, Impact factor: 2.103)

Tsai, C. C., Tung, J. M., Chen, L. H., Chin, P. S., Tung, Y. H. (2011). Modified aerobic Tai Chi exercise improved physical fitness and functional ability in a middle-aged population. Med Sci Sports Exe, 43(5): S637. (Abstract)

Tung, Y. H., Chin, P. S., Chen, L. H., Tung, J. M., **Tsai, C. C.**, (2011). Walking games increasing functional ability among community-dwelling older adults. Med Sci Sports Exe, 43(5): S353. (Abstract)

Tsai, C. C., Chen, L. H., Tung, J. M., Chin, P. S.,Tung, Y. H. (2013). Self-rated exercise intensity and perceived benefits and barriers among group-based exercise participants [Abstract]. *Medicine and Science in Sports and Exercise, 45*(5): S320. (SCI)

Tsai, C. C., Lin, S. S. (2015). Usage of Dietary Supplements and Source of Information among Collegiate Bodybuilders [Abstract]. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, *46*(5), S609. (SCI)

Tsai, C. C., Chen, L. H., Chin, P. S., Tung, J. M., Tung, Y. H. (2016). Effect of integrated exercise program on physical fitness, functional ability and fasting blood glucose in a community diabetic patient group [Abstract]. *Journal of Aging and Physical Activity, 24,* S72-73. (SCI)

二、研討會論文

(一)口頭發表

蔡錦雀 (2004)。國人動態生活現況。救國團社會研究院 2004 世紀領航系列研討會之四：健康活力新趨勢－動態生活促進研討會。台北市。

蔡錦雀、盧俊宏、陳麗華、葉怡君 (2004)。台灣健走運動參與現況。2004 年國際體適能學術研討會。台北市。

Lu, J. H., **Tsai, C. C.**, Chen, L. H. (2004). The investigation of walking behavior in Taiwan. The 8th ASFAA Congress. Taipei.

Chen, L. H., **Tsai, C. C.**, Cai, P. J., Li, Y. R. (2007).Influence of walk-to-school promotion program on traffic safety behavior of elementary schoolchildren in Taiwan. 54th annual meeting of the American College of Sports Medicine. New Orleans, LA, USA.

高亞蘭、**蔡錦雀** (2008)。國中生身體活動量與健康體適能表現之研究。2008 全國體育運動學術團體聯合年會暨學術研討會。台北市。(獲優秀論文獎)

鍾曉蕾、**蔡錦雀** (2009)。振動運動和不同伸展型態的準備運動對跳躍表現之影響。2009 運動生理及體能領域學術研討會。嘉義縣。(獲優秀論文獎)

陳奕丞、鍾曉蕾、**蔡錦雀** (2009)。運動前的伸展運動對爆發力表現之影響。2009 體育運動學術團體聯合年會暨學術研討會。台北市。

Tsai, C. C., Lin, L. T. (2014). Effects of different types of rope-jumping exercise on balance and agility among third-grade school children. Oral presented at the Asian Conference for Physical Education & Sports Science. Singapore.

劉年傑、**蔡錦雀***(2016)。不同循環阻力訓練對坐式生活健康成年人健康體適能之影響。以口頭形式發表於 2016 國際運動生理及體能領域學術研討會，桃園市。摘要引自會議手冊暨論文集。

(二)海報發表

Chen, L. H., Lu, J. H., **Tsai, C. C.**, Chen S. E. (2005). Development of an instrument in assessing perceived environment attributes of walking in Taiwan. 52ed annual meeting of the American College of Sports Medicine. Nashville, TN, USA.

Tsai, C. C., Chen, L. H., Lu, J. H., Yeh, I. (2005). Prevalence of walking for transportation in Taiwan. 52ed annual meeting of the American College of Sports Medicine. Nashville, TN, USA.

Chen, L. H., **Tsai, C. C.** (2008). Pedestrian environment of walking to schools for elementary schools in Taiwan. 55th annual meeting of the American College of Sports Medicine. Indianapolis, IN, USA.

Tsai, C. C., Kao Y. L. (2008). Comparison of physical activity, screen-watching and sleep duration among obese and non-obese adolescents. International conference on childhood obesity: Evidence and practice from exercise science. Hong Kong, China.

鍾曉蕾、**蔡錦雀** (2008)。不同膝關節角度的全身振動對跳躍表現之影響。2008 全國體育運動學術團體聯合年會暨學術研討會。台北市。

Tsai, C. C.*, Kao Y. L. (2009). Correlation of physical activity and commute to and from school by walking in adolescents. 56th annual meeting of the American College of Sports Medicine. Seattle, WA, USA.

鍾曉蕾*、**蔡錦雀** (2009)。全身振動強度對跳躍表現急性影響之探討。2009 體育運動學術團體聯合年會暨學術研討會。台北市。

Tsai, C. C., Kao, Y. L. (2010). Change of physical activity level and physical fitness in adolescent students within one year. American College of Sports Medicine 57th annual meeting and world congress on Exercise is Medicine. Baltimore, MD, USA.

林莉婷、**蔡錦雀*** (2010)。跳繩運動對國小學童體適能的訓練效果。2010 體育運動學術團體聯合年會暨學術研討會。台北市。

Liu, W. J., **Tsai, C. C.**, Tang, W. T. (2011). The Influence of warm up intensity on exercise performance. 2011 Northeast Asia Conference on Kinesiology. Seoul, Korea.

Tsai, C. C*., Tung, J. M., Chen, L. H., Chin, P. S., Tung, Y. H. (2011). Modified aerobic Tai Chi exercise improved physical fitness and functional ability in a middle-aged population. American College of Sports Medicine 58th annual meeting and 2nd world congress on Exercise is Medicine. Denver, CO, USA.

Tung, Y. H., Chin, P. S., Chen, L. H*., Tung, J. M., **Tsai, C. C.** (2011). Walking games increasing functional ability among community-dwelling older adults. American College of Sports Medicine 58th annual meeting and 2nd world congress on Exercise is Medicine. Denver, CO, USA.

林莉婷*、**蔡錦雀** (2011)。SEMO敏捷性測驗對國小三年級學童的再測信度評估。第十屆華人運動生理及體適能學者學會及2011台灣運動生理暨體能學會年會暨學術研討會。高雄市。

陳家信*、**蔡錦雀** (2011)。離心收縮與向心收縮對於訓練效果的影響。海報發表於2011體育運動學術團體聯合年會暨學術研討會 ，台北市。摘要引自會議手冊暨論文集。

Chen, L. H., Chin, P. S., Tung, J. M., Chou, C. H., **Tsai, C. C.**, Chieh K. Y. (2012). Prediction of total fat mass and lean body mass by ultrasonography in a Taiwanese older population. Poster presented at the First Asia pacific clinical epidemiology and evidence based medicine conference. Kuala Lumpur, Malaysia.

Tsai, C. C*., Chen, L. H., Tung, J. M., Chin, P. S., Tung, Y. H. (2013). Self-rated exercise intensity and perceived benefits and barriers among group-based exercise participants. Poster presented at the American College of Sports Medicine 60th annual meeting and 4nd world congress on Exercise is Medicine. Indianapolis, IN, USA. Abstract retrieved from *Medicine and Science in Sports and Exercise, 45*(5): S320.

黃翊峰、**蔡錦雀*** (2013)。國內籃球選手體能訓練之實證研究探討。海報發表於2013體育運動學術團體聯合年會暨學術研討會，桃園縣。摘要引自會議手冊暨論文集。

陳宏嘉*、**蔡錦雀** (2014)。動態恢復效益與動態恢復運動強度探討。海報發表於2014運動教練科學春季學術研討會，桃園縣。摘要引自會議手冊暨論文集。

林仕鑫、**蔡錦雀*** (2014)。健身運動愛好者與健美運動員使用運動營養增補劑之探討。海報發表於2014運動與健康促進論壇，桃園縣。摘要引自會議手冊暨論文集。

劉年傑、**蔡錦雀*** (2014)。循環訓練對健康成年人健康體適能之效益。海報發表於2014運動與健康促進論壇。桃園縣。

賴俊中、**蔡錦雀*** (2014)。阻力訓練對高度訓練長跑選手之效益。海報發表於 2014 國際運動生理及體能領域學術研討會，台北市。摘要引自會議手冊暨論文集。

林仕鑫、**蔡錦雀*** (2014)。男性健美運動員重量訓練內容之探討。海報發表於 2014 國際運動生理及體能領域學術研討會，台北市。摘要引自會議手冊暨論文集。

Tsai, C. C., Lin, S. S. (2015). Usage of Dietary Supplements and Source of Information among Collegiate Bodybuilders. Poster presented at the American College of Sports Medicine 62th annual meeting and 6nd world congress on Exercise is Medicine. San Diego, CA, USA. Abstract retrieved from *Medicine and Science in Sports and Exercise, 46*(5): S609.

林仕鑫、**蔡錦雀*** (2015)。大專男性健美選手運動訓練之現況調查。海報發表於 2015 國立體育大學國際運動教練科學研討會，桃園市。摘要引自會議手冊暨論文集。

劉年傑、黃翊峰、**蔡錦雀***(2016)。國內籃球員體能訓練介入實證研究之測驗項目探討。海報發表於 2016 國際運動生理及體能領域學術研討會，桃園市。摘要引自會議手冊暨論文集。

Tsai, C. C., Chen, L. H., Chin, P. S., Tung, J. M., Tung, Y. H. (2016). Effect of integrated exercise program on physical fitness, functional ability and fasting blood glucose in a community diabetic patient group. Poster presented at the World congress on active ageing 2016. Melbourne, Australia. Abstract retrieved from *Journal of Aging and Physical Activity, 24*, S72-73.

三、論著 (含一般著作及專案研究報告)

蔡櫻蘭、**蔡錦雀**、陳麗華、黃新作、王百川、詹益聖 (2003)。運動健康指導手冊 (下冊)－孕婦、肥胖者及慢性疾病運動健康促進計畫。行政院體育委員會。

盧俊宏、**蔡錦雀**、陳麗華 (2004)。國人健走 (快走) 行為與環境之調查研究計畫報告書。行政院衛生署國民健康局。

蔡錦雀 (2004)。國人動態生活現況。救國團社會研究院 2004 世紀領航系列研討會之四：健康活力新趨勢－動態生活促進研討會大會手冊，20-27 頁。救國團社會研究院。

劉影梅、**蔡錦雀**、黃奕仁、邱鈺烘、吳佳珊、江季蓁 (2006)。國中生動態生活寶典。教育部體育司。

劉影梅、**蔡錦雀**、黃奕仁、邱鈺烘、吳佳珊、江季蓁 (2006)。國中生動態生活寶典－教師版。教育部體育司。

劉影梅、**蔡錦雀**、邱鈺烘 (2006)。推動中小學生健康體位 5 年計畫—94 年度執行案子計畫 4。「編製國中學生身體活動量指引手冊及媒體製作」期末報告書。教育部體育司。

陳麗華、**蔡錦雀**、蔡佩靜、李燕茹 (2007)。「推動中小學生健康體位 5 年計畫—95 年度執行案：「建立走路上學推廣模式與評核機制」期末報告書。教育部體育司。

陳麗華、**蔡錦雀**主編 (2008)。走路上學工作手冊。教育部。

陳麗華、**蔡錦雀** (2009)。「教育部 97 年度走路上學推動計畫」期末報告書。教育部體育司。

陳麗華、**蔡錦雀** (2010)。「臺北縣政府衛生局「運動有氧・樂活飲食」推廣計畫－社區運動保健班」成果報告書。臺北縣政府衛生局。

徐錦興、**蔡錦雀**、彭雪英、傅麗蘭(譯) (2013) 。*體適能與健康指南：適合各年齡層的體能活動與營養指引*。臺北市：禾楓。 (Bushman, B. (Ed.), 2011)