

## 國立體育大學教育部補助計畫成果資料

計畫名稱	110 年高等教育深耕子計畫「活躍老化學習增值計畫」		
活動名稱	用繪本談幸福老年的秘密	指標	B5-2.1
執行單位	運動保健學系		
活動日期	110 年 8 月 30 日 星期一		
活動時間	13:30~16:30	活動地點	行政 315
活動網址	<a href="http://aaa.ntsuh.edu.tw/activity/content/30">http://aaa.ntsuh.edu.tw/activity/content/30</a>		
活動種類	<input type="checkbox"/> 活動 <input checked="" type="checkbox"/> 演講/座談 <input type="checkbox"/> 工作坊 <input type="checkbox"/> 協同教學 <input type="checkbox"/> 課程 <input type="checkbox"/> 其他：_____		
聯絡人	杜宜樺	聯絡電話：0981236930	
		電子信箱：1100605@ntsuh.edu.tw	
總參與人數	參與教師 <u>1</u> 人，職員 <u>0</u> 人，學生 <u>5</u> 人，合計 <u>6</u> 人 校外人士 <u>0</u> 人		
相關附件			
<input type="checkbox"/> 活動資料(活動中提供參與者資料或者講義……等) <input type="checkbox"/> 活動影音檔(無則免勾選) 觀看網址：_____ <input checked="" type="checkbox"/> 簽到表 <input checked="" type="checkbox"/> 問卷資料(每場活動、講座、工作坊請務必做問卷調查) <input type="checkbox"/> 其他：			
單位承辦人		單位主管	教學業務發展組

## 1. 活動內容簡述

- 介紹以正向心理為基礎的繪本
- 故事說演技巧與故事互動教學

以「快樂」、「感恩」為核心，介紹五本適合高齡者閱讀的繪本。配合舞樂夢迴 Pt.III活動內容，針對的三個不同族群：養護中心、樂齡學習中心及女修院，提供不同說故事的方法及互動模式。再請同學簡單分享自己的課程設計，將給予回饋，依照同學們不同的設計風格，給予故事可結合互動的方式與搭配模式。

## 2. 執行成果指標(量化與質化)

一、量化指標：

1. 於 8/30 辦理一場講座。
2. 用繪本談幸福老年的秘密整體滿意度為 5 分 (滿分為 5 分)。

08/30 用繪本談幸福老年的秘密						
	非常滿意	滿意	沒意見	不滿意	非常不滿意	平均分數
請問您對講師分享內容的滿意度為何	5					5
請問您對安排的講師滿意度為何	5					5
專題演講內容符合您的需求	5					5
我認為講座主題目標明確，內容充實豐富	5					5
我認為講師教學準備充分，解說清晰易懂	5					5
我認為講師教學生動活潑，善於啟發學習	5					5
請問您對此次活動場地設備的滿意度為何	5					5
請問您對此次活動的工作人員滿意度為何	5					5
請問您對此次活動時間的安排滿意度為何	5					5
請問您對本活動整體的滿意度為何	5					5
對於本次活動主題是否有其他建議	無					
您對本活動的感想與建議	說故事是有力量、有情感的表達，能讓長輩表達自己的感覺，終身學習、自我實現、自我超越。					

圖 1. 用繪本談幸福老年的秘密滿意度調查

二、質化指標：

1. 培養繪本的選擇及說故事的技巧：學習如何挑一本適合高齡者的好繪本，向高齡者描繪故事、引導說出故事意涵及生命反思的技巧。
2. 服務方案設計：從「新城·老友 舞樂夢迴」 Part III 的服務族群訂定符合各個族群的故事內容、方式。

### 3.活動訊息傳遞方式

校內簽辦 學校最新消息 海報

e-mail 其他：<http://aaa.ntsud.edu.tw/activity/content/30>

【教育部補助110年度高教深耕：B5-2活躍老化學習加值計畫】

## 嘿~ COVID同學

Changing the Old to Vitality, Independence, and Delightfulness!!!!

- 跨領域整合運動健康服務創新培訓系列 -

- 2021.08.27 (4堂) 活力甜甜圈
- 2021.08.27 (4堂) 聆聽生命的療癒力
- 2021.08.30 (2堂) 認知功能訓練與運動
- 2021.08.30 用繪本談幸福老年的秘密
- 2021.08.31 正念入門概念與實作
- 2021.09.03 身心障礙與失能者運動指導
- 2021.09.06 HIIT團體課程設計與應用
- 2021.09.07 線上運動課程指導技巧

每一事件發生都有我們可以學習的寶分。COVID-19 也是一樣。研究指出：疫情帶來社交隔離及坐式生活型態增加，導致高齡者身心障礙、慢性病惡化情況趨向嚴重。本培訓系列課程聚焦於高齡者身心健康需求，規劃採混成 (blending) 線上及實體授課模式，共同學習如何在COVID-19期間，一起創造使「高齡者充滿活力、獨立性及愉悅感！(Changing the Old to Vitality, Independence, and Delightfulness, COVID)」的改變。

【教育部補助110年度高教深耕：B5-2活躍老化學習加值計畫】

## 用繪本談幸福老年的秘密

### 課程簡介

介紹以正向心理為基礎的繪本故事說演技巧與故事互動教學

### 講師介紹

**林宗憲**  
專長劇劇，主修表演與導演  
擔任故事培訓講師、主持人及節目編導

**經歷**  
搖滾爺奶 創辦人  
揚生基金會 高齡者說故事訓練講師  
小說故事比賽評審

### 課程內容

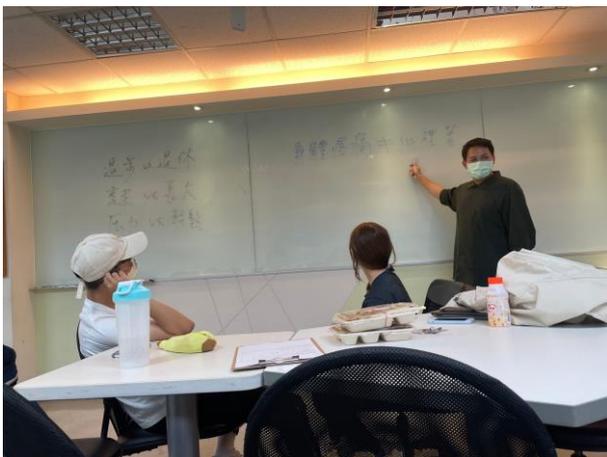
110.08.30 行政大樓315教室

- 13:30-15:00 介紹以正向心理為基礎的繪本
- 15:00-16:15 故事說演技巧與故事互動教學
- 16:15-16:30 QA時間

適合高齡者的繪本：  
飛天獅子、活了一百多萬次的貓、小山羌與小樹葉、花地藏、香蕉爺爺香蕉奶奶

### 活動花絮

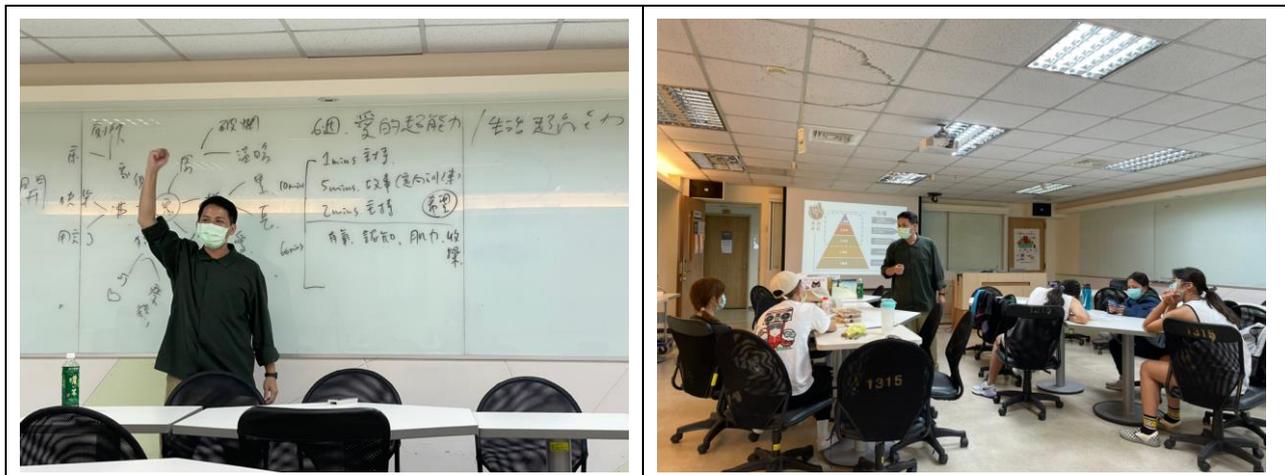
活動照片最少 6 張，每張需有照片說明，請排列於 A4 版面內，每張 A4 紙張排列直式 4 張或橫式 6 張照片(每張照片長寬比例要一樣，可設定寬度 8CM)。



概念介紹



服務方案分析與應用



問題解析

說故事技巧教學



故事說演

大合照

#### 4.活動相關附件(活動簡章、摘要議程或流程字)

活動議程：

13:30-15:00 介紹以正向心理為基礎的繪本

15:00-16:15 故事說演技巧與故事互動教學

16:15-16:30 QA 時間