

## 國立體育大學教育部補助計畫成果資料

計畫名稱	高教深耕計畫				
活動名稱	【運動健康 X 設計思考：創新體適能服務設計】	指標	B5-2		
執行單位	運動保健學系-陳麗華副教授				
活動日期	109 年 6 月 13 日 星期 六				
活動時間	9:00-16:00	活動地點	1305		
活動網址	<a href="http://aaa.ntsui.edu.tw/">http://aaa.ntsui.edu.tw/</a>				
活動種類	<input type="checkbox"/> 活動 <input type="checkbox"/> 演講／座談 <input checked="" 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	林昱廷	聯絡電話：0978166200 電子信箱：1063001@ntsui.edu.tw			
總參與人數	參與教師 1 人，職員 0 人，學生 12 人，合計 14 人 校外人士 2 人(單位：台北醫學大學講師)				
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		教學業務暨發展中心	

## 1. 活動內容簡述

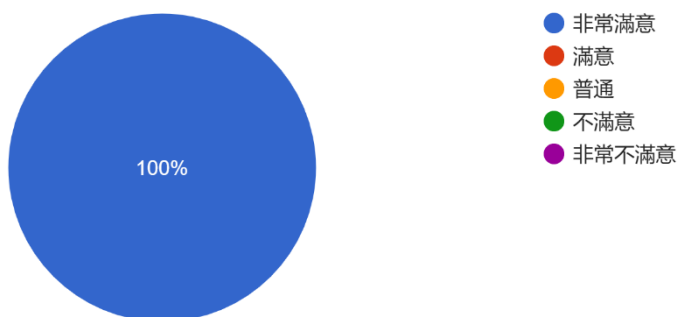
本活動配合高教深耕 B5-2 指標，辦理花蓮新城鄉的的社會責任計畫出隊前的設計思考活動，以設計思考的方法論，一步一步帶領同學進入被服務族群的實際需求狀態。有別於去年計畫「舞樂夢洄」方案設計，本屆同學經由討論所設計創新的方案與活動模式，更充滿對服務長輩的身心狀況的同理心與趣味性，期望我們能將健康促進的課程帶給所服務的對象。整個工作坊的過程充滿樂趣，沒有冷場：課程活動後，同學們除了瞭解服務對象的需求、特性以及在地被服務團體的差異性後，再透過講師的帶動，活絡思考，並小組討論出豐富的活動方案。看著貼滿牆上的彩色便條和大幅海報紙，逐步規劃起 9 月份的那場關懷與服務的遠行~

## 2. 執行成果指標(量化與質化)

### 量化指標：

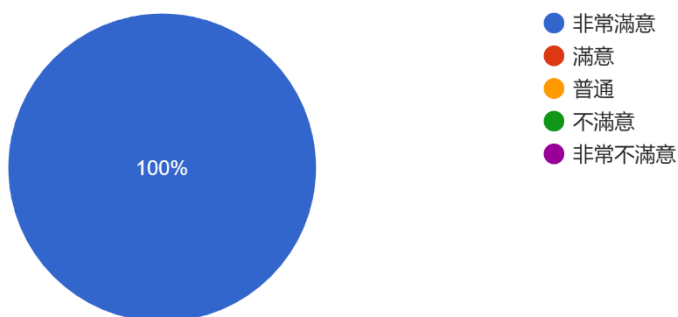
1. 請問您對講師分享內容的滿意度為何？

10 則回應



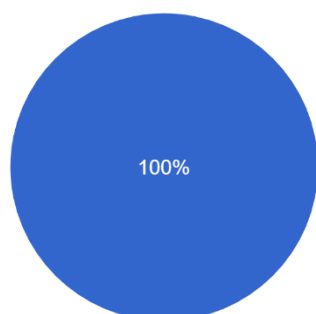
2. 請問您對安排的講師滿意度為何？

10 則回應



3. 專題演講內容符合您的需求？

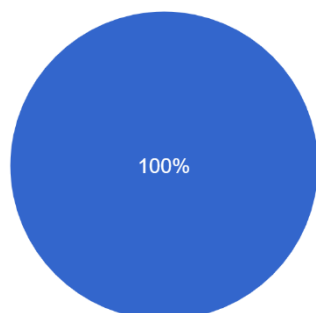
10 則回應



● 非常滿意  
● 滿意  
● 普通  
● 不滿意  
● 非常不滿意

4. 我認為講座主題目標明確，內容充實豐富。

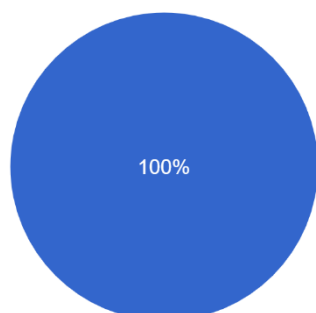
10 則回應



● 非常滿意  
● 滿意  
● 普通  
● 不滿意  
● 非常不滿意

5. 我認為講師教學準備充分，解說清晰易懂。

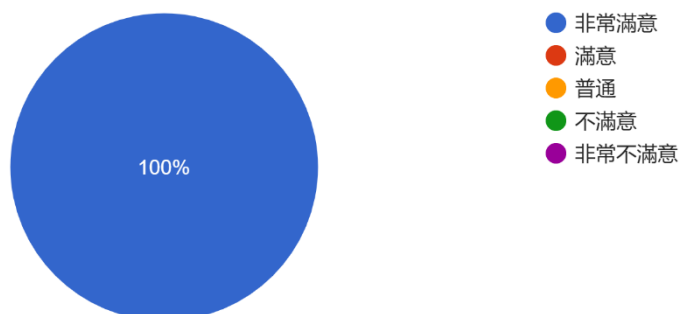
10 則回應



● 非常滿意  
● 滿意  
● 普通  
● 不滿意  
● 非常不滿意

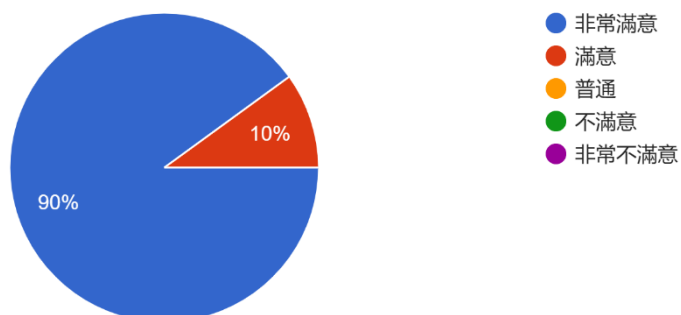
6. 我認為講師教學生動活潑，善於啟發學習。

10 則回應



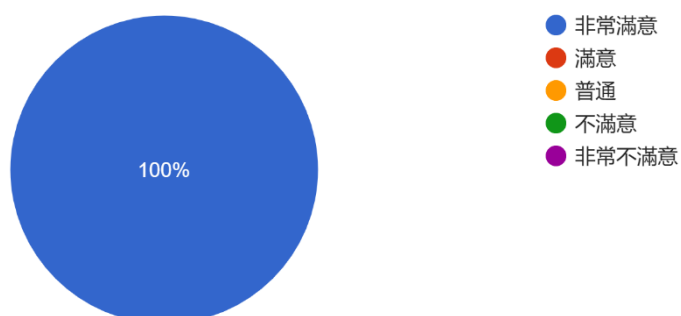
7. 請問您對此次活動場地設備的滿意度為何？

10 則回應



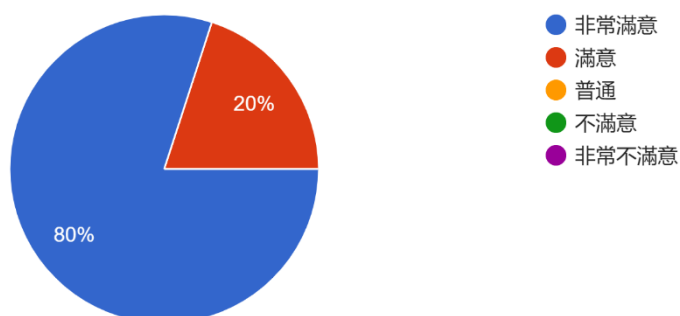
8. 請問您對此次活動的工作人員滿意度為何？

10 則回應



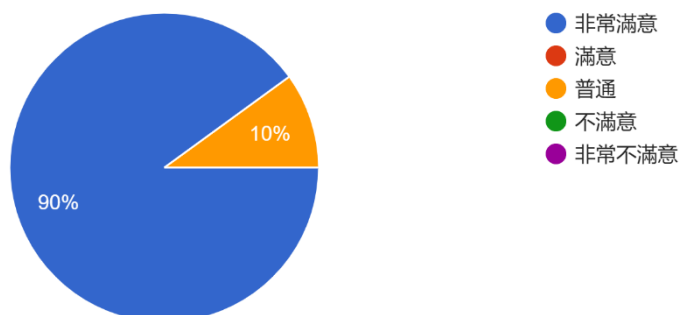
## 9. 請問您對此次活動時間的安排滿意度為何？

10 則回應



## 10. 請問您對本活動整體的滿意度為何？

10 則回應



題目	平均得分(5 分制)
請問您對講師分享內容的滿意度為何？	5
請問您對安排的講師滿意度為何？	5
專題演講內容符合您的需求？	5
我認為講座主題目標明確，內容充實豐富	5
我認為講師教學準備充分，解說清晰易懂。	5
我認為講師教學生動活潑，善於啟發學習。	5
請問您對此次活動場地設備的滿意度為何？	4.9
請問您對此次活動的工作人員滿意度為何？	5
請問您對此次活動時間的安排滿意度為何？	4.8
請問您對本活動整體的滿意度為何？	4.8
平均分	4.95

## 質化指標：

一、對於本次活動主題是否有其他建議？

1. 時間掌握得很好。
2. 做得很棒，體驗了一場不一樣的教學方法。

二、您對本活動的感想與建議？

1. 講師們活潑有趣，讓我學到如何針對服務對向的需求去更有系統的設計方案。
2. 老師很有趣，內容也足夠豐富，體會得到教學的核心。
3. 收穫許多，但並無法成為實際的方案。
4. 時間的安排上有些緊湊。
5. 這種很棒的活動可以多辦。

### 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： 網站宣傳和 QR Code 宣傳

(請以文字及拍照或擷取畫面說明傳遞方式，圖片寬度 10CM)

NTSU

教育部補助高等教育深耕計畫[B5-2]

# ADVANCING Active Ageing

## 運動專業成長看這裡！ 健康促進增能培訓方案

(活動內容及報名網址檢附於下方)

**2020.06.13** 運動健康X設計思考：創新體適能服務設計  
 場地：行政315 時間：9:00-16:00  
 講師：邱佳慧老師、王明旭老師 類型：工作坊  
 透過設計思考的技術引導，探索被服務者的運動健康促進需求，並著手實務現場的創新服務設計。(本工作坊另為1091運保系「高齡運動服務創新實務」先備課程。左圖←為1081成果影片QRcode連結。)

**2020.06.20** 有氧間歇運動指導實務  
 場地：教學B209 時間：10:00-17:00  
 講師：黃立玲老師 類型：微型課程  
 中、高強度間歇運動為目前運動產業界最夯的運動之一，其運動訓練的元素及指導原則都有竅門。面對中高齡者的指導技巧又有哪些呢？跟著立玲老師動起來，這個周末會很不一樣！

**即將額滿**

**2020.07.04** 全腦健康瘋桌遊！  
 場地：行政315 時間：9:00-16:00  
 講師：巫奉約老師 類型：工作坊  
 無論男女老少都會喜歡玩桌遊。本次工作坊除了帶領大家體會不同新創健腦桌遊的趣味，挑戰你的腦力極限，也將拆解設計桌遊的技術，帶著參與者一起瘋桌遊。



## 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)。



貼滿牆壁的方案設計，同學上台發表並接受提問。



老師為同學們分析花蓮出隊的擔心與期待



設計思考課程，幾乎都無法坐定在椅子上，總會激動地站起來討論。



跳脫桌椅書本框架，點子都可以隨筆一寫貼到牆上。



一整天的工作坊，雖然時間緊湊但獲益良多。



活潑的講師們合照，這些都會是 9 月份一同遠征花蓮的夥伴。

## 4. 活動相關附件(活動簡章、摘要議程或流程)

另附者請註明已附



2020/06/13 運動健康X設計思考-創新體適能服務設計	
0900-1000	暖身破冰 團隊建立與默契
1000-1100	設計思考小練習  關於設計思考-介紹與對話
1100-1200	運動健康的議題思考 同理心與人物誌 問題的發想
午休	
1300-1400	命題確認 概念發想
1400-1500	原型製作 測試驗證 建議修正
1500-1600	報告與分享 團隊反思