

## 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	服務學習(一)	指標	A1-5 服務學習
執行單位	運動保健學系		
活動日期	109 年 5 月 26 日星期 二 和 109 年 6 月 5 日星期 五		
活動時間	109/5/26 8:30-13:30 109/6/5 12:00-17:00	活動地點	桃園歡喜學堂中心館 林口愛鄰社區發展協會
活動網址	無。		
活動種類	<input type="checkbox"/> 活動 <input type="checkbox"/> 演講／座談 <input type="checkbox"/> 工作坊 <input type="checkbox"/> 協同教學 <input checked="" 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@ntsuo.edu.tw	
總參與人數	參與教師 1 人，職員 0 人，學生 18 人，合計 19 人 校外人士 0 人(單位：_____)		
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 type="checkbox"/> 簽到表 <input 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

運動保健學系服務學習，不斷地創新，1082 學期因為疫情影響將服務帶出校園變得格外不易，必須設計戶外活動全新的方案以因應之。本學期活躍老化社區服務方案一開始先進行場勘、發傳單與快閃表演之活動，預計將創新服務內容以公園市集模式運作，將運動體驗帶到鄰近社區公園。但後來因天氣因素而導致方案大轉彎，改成與多年經營的團體合作，將我們的運動服務課程設計直接帶進據點，許多長輩也因為疫情悶慌了，本次出隊也滿足了他們停擺許久運動的需求，讓兩場社區的長輩都開心的參與，與年輕學子共同經歷美好的服務與學習歷程。

## 2. 服務學習經驗反思與檢討

1. 本學期的活躍老化社區服務方案首採用進到服務現場的「AEIOU 境觀：Activity/活動、Environment/環境、Interaction/互動、Object/物件及 User/使用者」技巧為始，讓學生直接進到社區運動公園環境觀察民眾的活動屬性，再經課堂引導及反思，整理出「健康、休閒、親子」三項主要活動設計主軸，而後設計出八項活動方案，透過學習與準備的過程，學生不斷演練及自我挑戰，修整出最符合上述幾項觀察的重點與團隊服務內容。這個歷程，在原規劃出隊期間遇見持續不絕的春雨綿綿，再次挑戰了同學們的士氣與勇氣，後來經協調安排順利的出隊服務，也獲得社區長輩與機構的讚揚，同學們也得到許多的啟發與學習，應證：困難越大，學習的機會也越多的生活哲學。
2. 每一次帶領同學們準備服務社區長輩都有不同的心情，特別本系一年級下學期的同學對運動保健專業仍懵懵懂懂，要服務相對風險高的長輩的確有挑戰。面對每個學期動機不同、學習服務氛圍差異的學生群體，這一課程雖是同學們的服務學習課程，卻也同時是老師們的「服務與學習」旅程。我覺得很幸運可以在這個過程，除了陪同學們成長，自己也能有所收穫，雖然是辛苦，但卻讓我心中欣慰，覺得驕傲。整個團隊的帶動特別設計由年長的高齡運動指導實習同學們去協助這群較無經驗的學生，以「Train the Trainer」的概念促進學長姐們的「教學相長」，這些學長姐可以運用高齡者運動技術指導外，也促進溝通協調與經營團隊的能力，對學長姐們的成長也看到顯著的成效。另外，前所未見的疫情狀態，使得方案設計大變動，儘管場勘後並遇到天氣影響一再修改，度過無數次的修改與應變，才能在期末前完成所有的服務出隊。時局變化地太快，是我們所反應不及，因此更彈性的設計，也許是未來可以思考的方向。

## 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：\_\_\_\_\_

(請以文字及拍照或擷取畫面說明傳遞方式，圖片寬度 10CM)

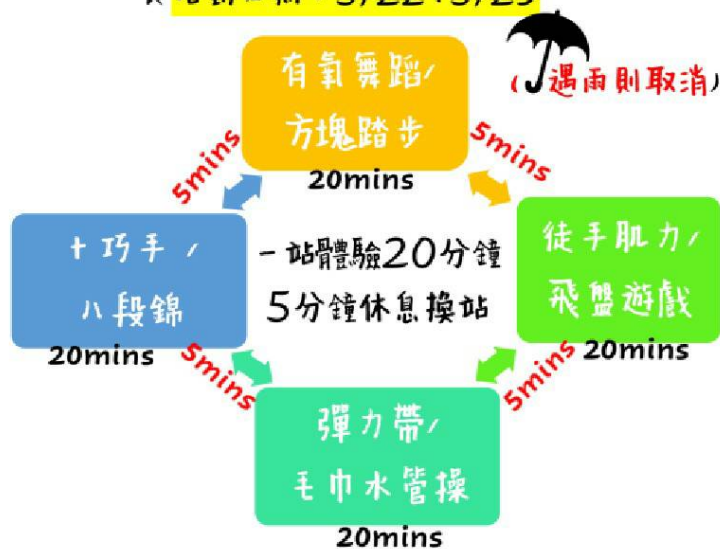
# 親子同樂 運動市集

活力循環 攤攤體驗

★活動時間：14:00~17:00

★活動地點：林口社區運動公園

★活動日期：5/22、5/29



【活動當天記得帶水與毛巾，隨時補充水分！】

親子共享 健康快活 趣味盎然

國立體育大學 運動保健學系

## 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)。



期初，方案設計了解服務對象。



演練時，老師與學長姊檢討，提供意見。





大演練，驗收成果。



出隊前，團隊集氣。



有氧課程帶動中加入合照可愛的動作定格設計。



林口愛鄰服務後與社區長輩大合照。

#### 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  
無。