

國立體育大學教育部補助計畫成果資料

計畫名稱	107 年高等教育深耕子計畫「活躍老化學習加值計畫」				
活動名稱	桌遊培訓	指標	B5-2		
執行單位	運動與健康科學學院				
活動日期	107 年 12 月 8 日 星期 六				
活動時間	9:00-13:00	活動地點	行政 315 教室		
活動網址					
活動種類	☐ 活動 ☐ 演講／座談 ☒ 工作坊 ☐ 協同教學 ☐ 課程 ☐ 其他：_____				
聯絡人	劉芷瑄		聯絡電話：09883690968 電子信箱：1050615@ntsui.edu.tw		
總參與人數	參與教師 1 人，職員 0 人，學生 7 人，合計 8 人 校外人士 0 人(單位：_____)				
相關附件					
☐ 活動資料(活動中提供參與者資料或者講義……等) ☐ 活動影音檔(無則免勾選) 觀看網址：_____ ☒ 簽到表 ☒ 問卷資料(每場活動、講座、工作坊請務必做問卷調查) ☐ 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

臺灣 65 歲以上老年人口已於 2018 年 3 月底達全台人口 14%，成為高齡社會 (aged society)。運動是良藥 (Exercise is Medicine®, ACSM)，面臨快速老化之現象，維持中高齡者健康且使其活躍老化為重要議題，且為因應高齡社會之來臨，建立一個合適的社會環境勢必無可避免。透過桌遊培訓，提供學生帶領中高齡者活動時有不同選擇。

2. 執行成果指標(量化與質化)

B5-2 活躍老化學習加值計畫，質化指標項目：提升學生活躍老化運動健康促進活動設計視野，檢核方式(1)學生服務主題創作多元性(2)學生學習回饋；量化指標：跨領域創新課群主題教學。

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)

【教育部補助107年度高教深耕：活躍老化學習加值計畫】

老化體驗·樂桌遊

2018年3月臺灣65歲以上老年人口已達14%。老化社會下，身為運動休閒專業的你，也能透過老化體驗及趣味桌遊活動，同理長輩「變老」的感受，學習桌遊認知活動的原理與技能，以提升跨代間的瞭解與融合。歡迎關心家人與有興趣發展高齡者運動服務專業者一起參與。

老化體驗

- 時間：107年11月15日(四) 9:30-12:30
- 地點：行政大樓315教室

桌遊培訓

- 時間：107年12月8日(六) 9:00-13:00
- 地點：行政大樓315教室

本系列活動列入教師成長研習場次，每場3或4小時，歡迎有興趣職員工參加，參加者將分別核給3或4小時終身學習時數。

創意·活力·專業·關懷




The screenshot shows the NTSU website with a search bar and navigation menu. A red box highlights the announcement for the 'Active Aging Learning Value-added Plan' (活躍老化學習加值計畫) under the 'News' (新聞) section.

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)。



開場-講師自我介紹



講師講解桌遊玩法



講師講解桌遊玩法



學生體驗



學生體驗



大合照

4. 活動相關附件(活動簡章、摘要議程或流程字)

當天流程

9:00-9:20 主持人開場、講師自我介紹

9:20-10:00 講師說明如何在活動中帶入桌遊

10:00-11:00 講師介紹第一套桌遊的六種變化性

11:00-11:30 學生體驗

11:30-12:00 講師介紹第二套桌遊

12:00-12:30 學生體驗

12:30-13:00 心得分享、Q&A