

第一期高等教育深耕計畫執行成果

計畫編號及名稱		B5-2 活躍老化學習加值			計畫主持人		陳麗華老師
績效指標追蹤							
指標							指標執行概況說明
項目編號	項目	檢核方式	項目	衡量基準	111		
					目標值	達成值	
B5-2.1	提升學生活躍老化運動健康促進活動設計視野	學生服務主題創作	跨領域創新課程主題教學	講座數	4	4	持續推動線上同步運動指導服務培訓及高齡認知促進(節奏訓練)與運動是良藥衛教增能講座課程。
B5-2.2				微型課程數	2	3	極球、活力甜甜圈、彈力帶等實用課程指導教學。
B5-2.3		學生學習回饋		服務實作體驗課程數	2	7	線上服務學習(3組*各2場)及社區民眾運動指導教學1場。
B5-2.4				工作坊場次	2	2	開辦基礎及進階拳擊有氧工作坊,作為8週花蓮偏鄉服務之預備服務課程。
B5-2.5	學生對高齡者同理心	學生體驗回饋	科技設備整合學習與創新運用	老化體驗場次	2	0	新冠疫情下,考慮有穿脫介質的衣物及體驗設備服務有衛生維護的問題,故不執行這些項目。
B5-2.6				設備服務人數	40	0	
B5-2.7			多場域串實聯之整合應用	服務場域數	4	4	涵蓋日照、長照機構、社福據點及社區據點等。
B5-2.8				服務場次	8	11	以上據點服務場次共11場,學生藉由跨領域及多場域之運動指導服務,提高實務體驗,減少學用落差。
B5-2.9				服務類型數	4	6	除上述場域外,分別達成4個場域服務及多點單次及單點線性多次課程;線上及線下服務,共6種服務類型。
B5-2.13	增加中者高齡者活躍老化運動健康促進服務特色	抽訪受服務者對本校服務口碑(受服務者回饋)	廣域媒宣,建置教學服務網路平台	學生回饋人數	40	82	本計畫架設網路平台經規劃、建置、試用、修正、推廣及實務應用等階段,目前已嫻熟上手。惟平台使用之穩定性及使用習慣等仍待漸進建立。
B5-2.14				受服務者回饋人數	100	214	
B5-2.15				平台使用人數	300	386	
B5-2.16				成果發表會場次	2	2	

						今年共分：8 週線上及 1 週實體課程服務與成果發表。 2. 本子計畫本年度之成果發表【從此以後：幸福快樂的開始】體驗分享會。 以上兩場，第一場服務 150 人次以上；第二場現場共計有超過 90 名長輩熱情參加，運動保健「運動是良藥」觀念推廣甚佳，學生及長輩均收穫良多。 (見成果報告書)
B5-2.17		連結社會資源之社區公益關懷行動	與在地社區連結場次數	4	7	本子計畫突破疫情之影響，排除萬難，建立高齡者運動指導服務學習與實習模式；另同步增進學生衛教技巧，推廣運動是良藥為主軸隻健康識能推廣，除嘉惠高齡長者，學生也滿心感動及有長足學識與指導技術的成長。
B5-2.18	公益行動場次		8	21		
B5-2.19	公益服務人次		200	242		

執行成果說明

目標與策略	本計畫爰以世界衛生組織之「活躍老化」為主題，以學生學習加值為重點，並以「跨領域學習」及「多場域服務」為架構，逐年實踐本校「高齡者運動指導服務」的人才培育特色。今年以高齡者「認知促進」及「運動是良藥」為主題，促進學生跨領域多元學習，另外以多場域實務應用，建立多場域之「線上」或「線下」高齡者運動健康促進服務模式。並建立運動健康促進模式：推廣促進高齡長者運動健康促進之「健康識能」與學生學、術俱全的運動指導服務體驗。
成效與改變	透過跨領域及多場域的運動指導服務，本團隊深信：高齡長者的健康及身體識能可以透過青年學子的曾能學習而增進及改變；透過其識能的提升，並可以影響其健康行為改變的動機。在學生的部分，透過服務的歷程，學習服務現場的實務，並透過培訓與應用，提升學生線上教學能力及運動是良藥衛教的技巧，培育其高齡化社會下之活躍老化推廣及就業服務能力。
問題分析與精進評估	本團隊人才培育及服務績效雖優，然卻較缺乏對服務模式特色的宣傳，降低服務亮點的傳播性。並且，在高齡化社會之健康促進需求與產業連結度上較為薄弱，建議可以多增加異業聯盟與行銷實力，以發揚本計畫國人活躍老化與健康促進推廣之影響力。