

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-學校特色				
活動名稱	傳承、展望：繽紛仲秋舞一下活動	指標	B5-3		
執行單位	運動保健學系				
活動日期	108 年 11 月 11 日 星期二				
活動時間	晚上 5 時 30 分至 21 時 30 分	活動地點	本校體適能中心		
活動網址	國立體育大學體適能中心粉絲專頁及海報				
活動種類	<input checked="" 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 type="checkbox"/> 課程 <input type="checkbox"/> 其他：_____				
聯絡人	楊孟容		聯絡電話：(03)3283201 分機 1301		
			電子信箱：meng@ntsus.edu.tw		
總參與人數	參與教師 <u>1</u> 人，職員 <u>0</u> 人，學生 <u>42</u> 人，合計 <u>43</u> 人 校外人士 _____ 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		教學業務暨發展中心	

1. 活動內容簡述

在 11 月 11 日校慶當天晚上邀請下列 4 位本系畢業校友返校傳承本系學生學習有氧舞蹈、團體肌力、體態雕塑等套裝課程的教學技能，結合有氧舞蹈、團體肌力、體態雕塑等課程，包括拉丁有氧、I-party、X-party、Party dance、free style、肌力雕塑等課程，搭配著音樂，讓來參加的學生們享受跳舞的開心和雕塑的感覺，在活動後 15 至 30 分鐘的時間分享體適能產業需要的實用技能，增進團體課程的技能，提升未來在健身運動產業的職場競爭力。

(一)姓名:林治逸 (Mason、哈哈)

資歷 10 年，Touch Aero 簽約大使、任課於信義運動中心、WORLD GYM、各大運動中心

(二)姓名:劉俐慧(Lisa)

資歷 7 年，目前為 UFC GYM 課務經理，曾任課於各大運動中心及俱樂部

(三)姓名:林瑄琳(琳琳)

資歷 5 年，目前為健身工廠專任老師，曾在各大俱樂部授課

(四)姓名:卞挺(阿卞)

資歷 4 年，任課於科技公司、林口瑜珈協會、法務部，各大運動中心

2. 執行成果指標(量化與質化)

(一)提供本系學生學習拉丁有氧、I-party、X-party、Party dance、free style、肌力雕塑等套裝課程的教學技能，增進團體課程的技能，提升未來在健身運動產業的職場競爭力。

(二)參與學生的調查問卷回饋結果(滿分為 5 分)

1. 對於本次活動內容的滿意度(平均 4.59 分)
2. 對於安排的講師(校友)滿意度(平均 4.78 分)
3. 對於本次活動內容符合自己的需求(平均 4.67 分)
4. 對於本次活動場地設備的滿意度(平均 4.56 分)
5. 對於本次活動時間安排的滿意度(平均 4.48 分)
6. 對於本次活動整體的滿意度(平均 4.59 分)

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：國立體育大學體適能中心粉絲專頁

(請以文字及拍照或擷取畫面說明傳遞方式，圖片寬度 10CM)



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)。



團體肌力



有氧舞蹈



體態雕塑



Party dance



大合照



拉丁有氧

4. 活動相關附件(活動簡章、摘要議程或流程)

(一)活動計畫

(二)校內簽文

(三)簽到表