

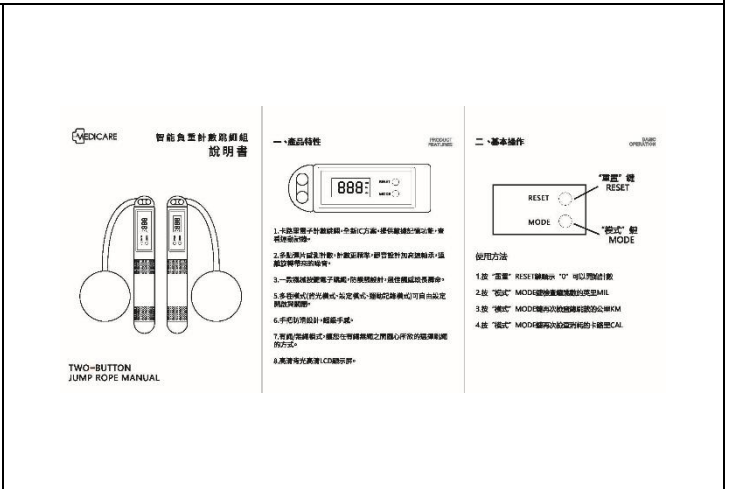
中國科技大學 114 學年度下學期體育組各項活動成果報告書

活動名稱 (工作項目)	中國科大辦理全校導師及教職員 SEL+運動按摩身、心、靈並行		
校區/部別	<input checked="" type="checkbox"/> 臺北校區 <input checked="" type="checkbox"/> 新竹校區 <input checked="" type="checkbox"/> 日間部 <input checked="" type="checkbox"/> 進修部、進修院/專		
執行單位	學務處、生輔組、體衛組		
承辦人姓名	賴力顯	分機	2143
活動日期	<input checked="" type="checkbox"/> 單日活動 (115 年 2 月 25 日); <input type="checkbox"/> 期間活動(年 月 日至 月 日)		
活動地點	<input checked="" type="checkbox"/> 格 909、健心館國際會議廳(二) <input type="checkbox"/> 其他(地點名稱: _____)		
參加對象	中國科大全校導師、教職員 350 名		
學務特色指標 (HEART)	<input checked="" type="checkbox"/> 健康心 Health /形塑校園生活態度		<input type="checkbox"/> 責任心 Responsibility/加強律己利人共識
	<input type="checkbox"/> 同理心 Empathy/涵融互惠尊重素養		<input type="checkbox"/> 團隊心 Teamwork/創造優質合作佳績
	<input type="checkbox"/> 熱情心 Affection/激發積極主動參與		
符合活動類別	<input type="checkbox"/> 1.推展全校性體育活動 <input type="checkbox"/> 2.校際間體育交流 <input type="checkbox"/> 3.校外體育競賽 <input type="checkbox"/> 4.強化身體適能 <input type="checkbox"/> 5 體育志工服務學習 <input type="checkbox"/> 6.學習團隊合作 <input type="checkbox"/> 7.促進運動技能 <input checked="" type="checkbox"/> 8.推廣運動知識		
具體執行成效 (條列式陳述) (請詳盡說明)	1.特邀國家教育研究院課程及教學研究中心副研究員林哲立博士擔任講師，進行「SEL 社會情緒學習的政策理念與校園實踐」專題講座。 2.整合 SEL 核心能力：以「自我覺察、自我管理、人際關係、社會關懷與負責決策」為主軸，設計身心融合的健康促進活動，培養教職員情緒調節與正向互動能力。 3.特別安排智慧負重技術跳繩與筋膜球的操作示範。		
績效衡量指標 (條列式陳述) (請簡要敘明)	質化情形： 1.辦理全校導師及教職員 SEL 講座 2.SEL 促進「心靈與身體並進」		
	量化情形(例如：出席率、參與率，與預期之比較)： 1.全校導師、教職員生共計 350 名參與 2.進行 2 個小時教職員生健康講座+運動按摩實作課程		
檢討及建議 (條列式陳述) (請簡要敘明)	檢討	持續推動 SEL 意涵於健康運動之應用	
	建議	幫助全校教職員生更瞭解運動與運動後放鬆之重要性	

中國科技大學 114 學年度下學期體育組活動成果-照片集錦

校區	<input type="checkbox"/> 臺北校區 <input checked="" type="checkbox"/> 新竹校區 <input checked="" type="checkbox"/> 日間部 <input checked="" type="checkbox"/> 進修部、進修院/專	執行單位	學務處、生輔組、體衛組
----	--	------	-------------

活動名稱	中國科大辦理全校導師及教職員 SEL+運動按摩身、心、靈並行
------	--------------------------------



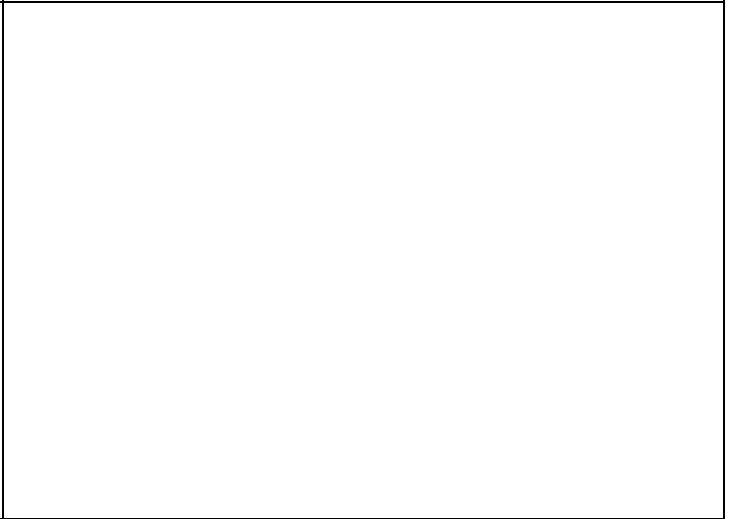
照片說明 1：SEL 肌貼講座宣傳海報

照片說明 2：智慧負重技術跳繩操作說明之 1



照片說明 3：智慧負重技術跳繩操作說明之 2

照片說明 4：筋膜球的操作說明之 1



照片說明 5：筋膜球的操作說明之 2

照片說明 6：