

中國科技大學 108 學年度第 2 學期體育室各項活動成果報告書

活動名稱 (工作項目)	體育室與觀管系協助湖口高中辦理全國競走合訓		
校區/部別	<input type="checkbox"/> 臺北校區 <input checked="" type="checkbox"/> 新竹校區 <input checked="" type="checkbox"/> 日間部 <input type="checkbox"/> 進修部、進修院/專		
執行單位	體育室、觀管系		
承辦人姓名	羅旭壯	分機	1318
活動日期	<input type="checkbox"/> 單日活動 年 月 日)； <input checked="" type="checkbox"/> 期間活動(109 年 1 月 30 日至 2 月 9 日)		
活動地點	<input checked="" type="checkbox"/> 新竹校區 <input type="checkbox"/> 其他(地點名稱_____)		
參加對象	來自各縣市高中、國中、國小共 75 位田徑選手		
學務特色指標 (HEART)	<input checked="" type="checkbox"/> 健康心 Health /形塑校園生活態度		<input checked="" type="checkbox"/> 責任心 Responsibility/加強律己利人共識
	<input checked="" type="checkbox"/> 同理心 Empathy/涵融互惠尊重素養		<input checked="" type="checkbox"/> 團隊心 Teamwork/創造優質合作佳績
	<input checked="" 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 checked="" type="checkbox"/> 2.校際間體育交流 <input type="checkbox"/> 3.校外體育競賽 <input checked="" type="checkbox"/> 4.強化身體適能 <input checked="" type="checkbox"/> 5 體育志工服務學習 <input checked="" type="checkbox"/> 6.學習團隊合作 <input checked="" 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)	<p>1.競走是從日常行走的基礎上發展出來的運動，競走的好處有很多，它是屬於中低程度的有氧活動，衝擊力和爆發力並不是很強，競走能夠瘦腿，瘦腰等身體各個部位。</p> <p>2.2019 年全國中等學校運動會，其中湖口高中包辦了 8 金，湖口高中希望藉由與中國科大合作，透過校園良好的訓練環境，集合來自全國各縣市優秀選手，全國各級好手集中合訓及相互砥礪學習。</p>		
績效衡量指標 (條列式陳述) (請簡要敘明)	質化情形： 1.本校體育室與觀管系也藉此協助本活動的進行，使用相關的訓練場地包括：田徑場、健心館 3 樓、健身房、籃排球場、新竹校區校園。 2.體育志工服務活動。		
	量化情形(例如：出席率、參與率，與預期之比較)： 1.由體育室與觀管系共 2 位體育志工教師協助。 2.體育志工服務時數為 2 人×8 小時×11 天=176 小時。		
檢討及建議 (條列式陳述) (請簡要敘明)	檢討	持續推動校際間體育交流	
	建議	持續推動體育志工服務	

中國科技大學 108 學年度第 2 學期體育室活動成果-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 type="checkbox"/> 進修部、進修院/專	執行單位	體育室、觀管系
活動名稱	體育室與觀管系協助湖口高中辦理全國競走合訓		
			
照片說明 1：訓練營於宿舍餐廳確認選手們使用的各項餐點	照片說明 2：來自全國各級學校選手辦理宿舍入住程序		
			
照片說明 3：於健心館 3F 進行開訓	照片說明 4：於田徑場進行各項訓練		
			
照片說明 5：藉由各種球類運動進行訓練後放鬆	照片說明 6：訓練結束後選手們反思回饋		