

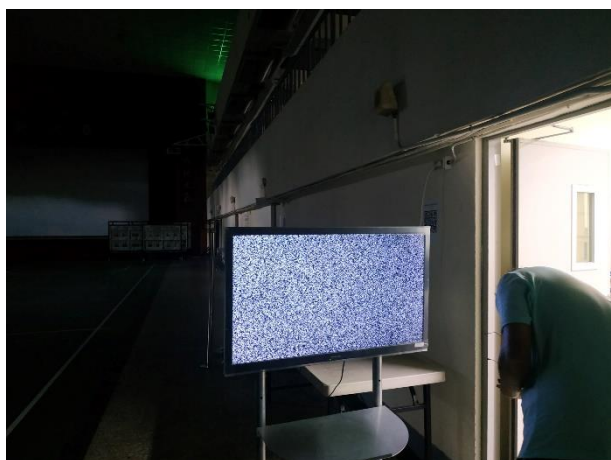
## 中國科技大學 110 學年度第上學期體育室各項活動成果報告書

活動名稱 (工作項目)	中國科大打造健康優質校園推動優良學習環境		
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	秘書室、體育室		
承辦人姓名	羅旭壯	分機	1318
活動日期	<input checked="" type="checkbox"/> 單日活動 (110 年 7 月 27 日); <input type="checkbox"/> 期間活動(    年    月    日至    月    日)		
活動地點	<input checked="" type="checkbox"/> 格致樓大廳 <input type="checkbox"/> 其他(地點名稱_____ )		
參加對象	董事長與全校主管共識營主管		
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 checked="" 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"/> .促進運動技能 <input 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.隨著新冠疫情 (Covid-19) 對於全球持續的影響，也深深影響著大學端的各項教育工作，進而做了遠距教學、居家工作、異地辦公…等調整，中國科技大學上官永欽董事長與唐彥博校長，此時更關心全校師生健康，並配合政府的防疫規定前提下，安排衛生福利部國民健康署健康操與贈送全校教職員生運動 T 恤，勉勵全校師生每天都要規劃規律運動強化自身免疫力。</p> <p>2.唐校長也進一步指示，未來 110 學年度體育課程，也融入此健康操，讓全校師生都能養成規律健康運動的好習慣。</p>		
績效衡量指標 (條列式陳述) (請簡要敘明)	質化情形： 每天累積 30 分鐘，可以減緩壓力，減少肩頸酸痛，更可以達到促進身體健康的效果。		
	量化情形(例如：出席率、參與率，與預期之比較)： 不受場地、服裝限制的身體活動機會，衛福部國民健康署製作 15 分鐘「上班族健康操」，並利用電腦提示畫面，讓大家利用每天閒暇之餘隨時隨地可進行健康操運動。		
檢討及建議 (條列式陳述) (請簡要敘明)	檢討	健康操推廣至全校教職員生	
	建議	全校教職員生可藉由閒暇之餘利用跳健康操強化運動的益處	

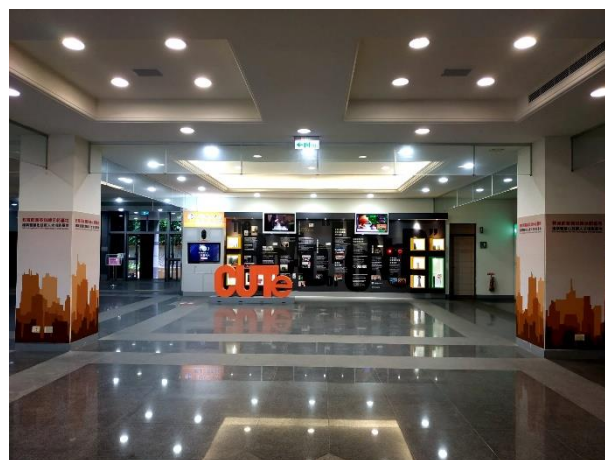
## 中國科技大學 110 學年度第上學期體育室活動成果-照片集錦

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
----	---	------	-----

活動名稱	中國科大打造健康優質校園推動優良學習環境
------	----------------------



照片說明 1：搭配移動式液晶螢幕示範



照片說明 2：格致樓健康操運動場地



照片說明 3：中國科大上官永欽董事長(中)帶領唐彥博校長(左三)及主管同仁實施活力健康操帶動跳



照片說明 4：中國科大上官董事長(中)全程參與健康操帶動跳活動



照片說明 5：中國科大主管及同仁宣示養成健康運動好習慣



照片說明 6：中國科大唐彥博校長(中)參與活力健康操帶動跳活動