

# 輔英科技大學辦理113年度校園心理健康促進計畫

## 「聊療心~找幸福」來趟識心、適心饗宴之旅活動成果報告表

執行面向	<input type="checkbox"/> 開設相關議題通識教育 <input checked="" type="checkbox"/> 辦理強化校園心理健康知能活動 <input type="checkbox"/> 辦理大專校院自殺防治守門人培訓 <input type="checkbox"/> 提升相關人員專業知能 <input type="checkbox"/> 補助精神科醫師鐘點費				
活動名稱	提倡校園運動健康促進—帶動學生排球運動參與及賽事服務(系際排球)				
承辦單位	體育暨健康促進中心	活動時間	113/03/27~113/03/28	活動地點	體育館1F
		支出金額	配合款：無 補助款：13,952元整(外聘講師費含補充保費：6,127元；工讀費含補充保費：7,825元)		
參加對象與人數	校內學生： <u>185</u> 人 校內教職員工： <u>15</u> 人 (包含導師 <u>5</u> 人；專業輔導人員 <u>5</u> 人；其他教職員 <u>5</u> 人) 校外人士： <u>0</u> 人 總計人數： <u>200</u> 人 (說明：平均約200人次/日，兩日共計約400人次/日)				
時間配當表	03/27(三) 12:30~13:00 排球隊及志工培訓與場地準備 13:00~20:20 實務競賽及賽事服務 20:20~20:50 服務中學習—場地復原與整理 03/28(四) 16:30~17:10 服務中學習—場地布置與準備 17:10~20:30 實務競賽及賽事服務 20:30~20:50 服務中學習—排球隊與體育志工場地復原整理、回饋分享(滿意度調查)				
辦理方式	為提倡校園運動風氣及團隊精神，藉排球運動促進各系科學生進行交流；另使本校學生透過運動競賽參與及運動專業的服務過程，學習成就共同目標、帶動他人參與、正向服務利他的人生觀，培養團隊合作、學習承擔、溝通協調與問題解決能力，陶冶學生健全之人格；同時並提供本校排球隊與體育志工學生從事賽事服務之機會，從校園裡逐漸培養積極樂觀、幫助他人之情操。				
講師簡介	姓名	1. 林獻巒 2. 林澤民 3. 鄭振勝	現職	1. 輔英科技大學教授/本校排球代表隊指導老師 2. 輔英科技大學教授 3. 輔英科技大學外聘兼任講師	
	重要經歷	<b>林獻巒教授：</b> 擔任輔英科技大學/人文管理學院 院長2020年02月1日迄今：曾經擔任輔英科技大學/體健中心主任2016年08月1日至2020年1月31日：曾經擔任中華民國體育總會/聘任參加1998年第13屆曼谷亞洲運動會男子排球代表隊教練1998年01月至1998年12月：曾經擔任中華民國排球協會國家代表隊教練1997年至2004年：擔任中華民國大專院校體育總會第十屆/理事2022年4月13日至2026年4月12日。 <b>林澤民教授：</b> 專業領域：運動訓練學、健康體適能 專業證書：中華民國滾球運動協會C級教練證、中華民國體育運動總會C級游泳教練證、中華民國體育運動總會C級獨木舟教練證、中華民國保齡球協會C級教練證、中華民國卡巴迪運動協會C裁判證 個人經歷：輔英科技大學 教授、中華民國足球協會理事、中華民國輕艇協會理事、中華民國大專院校體育總會理事、中華民國劍道委員會理事 <b>鄭振勝老師：</b> 專業領域：排球、適應體育教學 個人經歷：國家A級排球裁判、30年世界女排大獎賽裁判、全國和家盃裁判長大專盃裁判長、國小教師、輔英科大兼任教師、樹德科大兼任教師			

	進行內容簡述	為提倡全校學生運動風氣、激發團隊精神與系上認同感與光榮感，藉由排球運動促進各系學生之情感交流，並提供本校排球運動代表隊及體育志工學生在學期間從事運動賽事服務及場館維護協助等機會，進而促進學生身心全人健康，培養學生宏觀視野、服務利他之胸懷，透過實作改善人我關係，並協助解決人我關係之困擾及正向與利他心之思維內化。
活動感言	<p><b>帶領服務講師—鄭振勝老師：</b> 藉由辦理系際盃排球賽，服務來自各系科之參賽學生、陪同者、指導者及觀賽者，並提供本校排球隊與體育志工學生、教職員運動專業服務機會。完成學習成就共同目標、實務帶動他人參與、正向服務利他的人生觀，透過實作改善人我關係，改善人我關係之困擾，增進正向與利他心之思維內化。</p> <p><b>排球隊服務學生(體育志工隊副隊長)一高長系 潘柏霖：</b> 這次系際盃排球賽結束後，當志工的我，雖然自己科系沒有報名，但自己身為排球選手，當我看到每個科系的選手們，都很熱心參與比賽，在過程中遇到逆境中還可以去穩定的逆轉比賽，也讓我看到校隊去帶著不太會打一般生一同比賽，比賽結束後雙方無論輸贏，都保持著勝不驕、敗不餒的精神，讓我知道辦系際盃的重要意義。</p>	
具體成果	<p><b>一、質性成果</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 本校各系科代表參賽學生藉由賽事參與，與來自各系科同學進行交流，培養勇於挑戰、解決問題、對抗壓力、情緒調節、團隊合作與溝通之能力。</li> <li>2. 藉協辦112學年度系際盃排球賽，讓本校排球代表隊及體育志工學生有機會服務來自各系科參賽球隊、陪同者、指導者及觀賽者，開拓心胸與視野，走出去正向實務改善人我關係以其困擾。</li> <li>3. 本競賽亦提供為本校教職員生，將運動專業的服務過程，完成學習成就共同目標、實務帶動他人參與、正向服務利他的人生觀，並養成個人勇於負責及挑戰，並進階與人我關係的團隊合作，進而內化為勝不驕敗不餒的精神。</li> <li>4. 透過競賽參與及服務實作改善人我關係，並協助解決人我關係之困擾及正向與利他心之思維內化，進而實踐校園心理健康及未來社會健康之基石。</li> </ol> <p><b>二、量化成果</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 112學年度系際盃排球賽共計9隊、87人參賽，含觀賽者、陪同者、指導者與工作人員，每日平均約200人次，兩日共計約400人次參與。</li> <li>2. 本次賽事成績如下：             <ol style="list-style-type: none"> <li>(1) 女子組(計4隊、33人報名參賽，取前二名)： 第一名 護理系、第二名 物理治療系。</li> <li>(2) 男子組(計5隊、54人報名參賽，取前三名)： 第一名 休閒與遊憩事業管理系、第二名 環境工程與科學系、第三名 護理系。</li> </ol> </li> <li>3. 本賽事結束後，隨機針對23名參賽學生、排球代表隊及體育志工服務學生、本賽事服務之教職員工、陪同者/觀賽者/指導者進行隨機之滿意度調查，各項滿意度平均介於4.38~4.52分，相關結果如下(備註：5分：非常滿意、4分：滿意、3分：普通、2分：不滿意、1分：非常不滿意)：             <ol style="list-style-type: none"> <li>(1) 本活動競賽對於與同儕學習成就共同目標有幫助？→平均滿意度4.52分。</li> <li>(2) 本活動競賽對於帶動他人參與活動有所助益？→平均滿意度4.48分。</li> <li>(3) 本活動競賽有助於提升正向利他的人生觀？→平均滿意度4.38分。</li> <li>(4) 本活動競賽對於人我關係提升有所助益？→平均滿意度4.48分。</li> <li>(5) 本活動競賽對於培養團隊合作參與能力有所幫助？→平均滿意度4.43分。</li> <li>(6) 本活動競賽對於培養勇於負責及挑戰之能力有所幫助？→平均滿意度4.43分。</li> <li>(7) 本活動競賽對於培養穩定健康的身心狀態有所幫助？→平均滿意度4.48分。</li> </ol> </li> </ol>	
回饋調查分析	本次活動主要以本校各系科學生參賽，與辦辦系際盃排球賽帶動運動健康風氣為主，並提供學生運動參與及賽事服務之機會，本活動結束後進行滿意度問卷調查回饋，結果分析平均滿意度介於4.38~4.52分(5分為最高分，表示為非常滿意)，整體滿意度為滿意至非常滿意之間(如上)，參賽之學生與陪同/輔導人員、本校參與服務之排球代表隊學生及體育志工、校內教職員工等多數認為本競賽對於身心之穩定發展有正向助益。	
檢討與建議	本校各系科參賽學生及陪同學生於本排球競賽中學習團隊分工、達成共同目標，期能藉由此次協辦與學生參賽，提供學生與各系科參賽球隊交流，提升抗壓性，與增進團隊合作、溝通協調之能力，此外也能增進本校學生體育專業服務學習之機會，培養正向利他的人生觀，並從服務中開拓視野、學習解決問題與互助合作，感恩排球隊與體育志工學生們的積極投入，以及各位講師之協助。	

活動照片 / 至少 6 張



從做中學—外聘講師帶領服務學生進行場地布置



排球代表隊(社)及體育志工承擔賽事服務同學



講師指導排球隊及體育志工學生賽事服務



團隊合作、突破困難—男子組排球賽激烈開打



團隊互助—隊友間相互扶持、共同突破困難



勇於挑戰的排球女將—女子組排球賽比賽現場



團隊辛勤奮戰後的甜美成果—男子組冠軍頒獎合影



服務中學習—排球代表隊服務學生協助場地復原