

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服務(校際排球)				
承辦單位	體育暨健康促進中心	活動時間	113/04/18~113/04/21	活動地點	體育館1F、4F
		支出金額	配合款：無 補助款：12,189元整(內/外聘講師費含補充保費：6,126元；工讀費含補充保費：6,063元)		
參加對象與人數	校內學生： <u>240</u> 人 校內教職員工： <u>19</u> 人 (包含導師 <u>3</u> 人；專業輔導人員 <u>4</u> 人；其他教職員 <u>12</u> 人) 校外人士： <u>1,091</u> 人 總計人數： <u>1,350</u> 人				
時間配當表	04/18(四) 14:00~18:00 排球隊及志工培訓與場地布置 04/19(五) 08:00~09:00 服務中學習-場地布置與準備 09:00~21:20 實務競賽及賽事服務 21:20~21:40 服務中學習-場地復原與整理 04/20(六) 08:00~09:00 服務中學習-場地布置與準備 09:00~20:00 實務競賽及賽事服務 20:00~21:00 服務中學習-場地復原與整理 04/21(日) 08:00~09:00 服務中學習-場地布置與準備 09:00~16:00 實務競賽及賽事服務 16:00~17:00 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，藉排球運動促進全國各高中職及大專院校球隊進行交流；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. 林獻龍 2. 鄭振勝 3. 羅明忠、鄒關禮	現職	1. 輔英科技大學教授/本校排球代表隊指導老師 2. 本校兼任教師/國家級A級排球教練 2. 本校排球代表隊外聘教練	
	重要經歷	林獻龍教授： 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。 鄭振勝老師： 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 羅明忠老師： 最高學歷：國立台灣體育大學 專業領域：體育教學、運動教練、排球 專業證書：排球教練A級證照(國家級)			

	<p>個人經歷：本校女子排球隊外聘教練、本校女子排球隊外聘教練、國家代表隊教練 鄒關禮老師： 最高學歷：私立大仁科技大學研究所碩士 專業領域：體育教學、運動教練、排球 專業證書：排球教練 A 級證照(國家級) 個人經歷：本校女子排球隊外聘教練、本校女子排球隊外聘教練、國家代表隊教練</p>
進行內容 簡述	<p>由本校體育暨健康促進中心主辦，及中華民國輕氣排球協會、高雄市大寮運動中心協辦，為重要招生宣傳競賽，亦對於大學校園運動健康促進風氣有相當助益。本賽事亦帶動校園師生觀賞運動賽事風氣、增進運動意願，並提供本校排球校隊、教職員運動專業服務機會，學習成就共同目標、實務帶動他人參與、服務利他的人生觀，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。</p>
活動 感言	<p>羅明忠老師： 本校排球代表隊學生藉由賽事參與，與來自各地大專院校排球隊進行交流，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。透過競賽參與改善人我關係，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。</p> <p>鄭振勝老師： 以球會友增進彼此身心健康與體能，以互動趣味的方式達到身體語言的交流，團隊的競賽培養出團隊榮譽感以及個人責任重要性。學習團隊合作共同目標的重要性，整個活動讓參賽的學生們當活動主角靠自己的身體頭腦還有團隊的合作去靠近勝利。</p> <p>男子排球代表隊學生—高長系 潘柏霖： 在比賽中，身為大一學生的我學到了如何通過運動來提升心理健康，包括如何管理壓力、與他校球員配合也讓我意識到我們每個人都面臨類似的挑戰，可以共同克服困難。比賽結束後，雖然感到萬般不捨，但我也感受到需要加強的地方還有自信，並且對運動心理健康的重要性有了更深的理解和認識。我會繼續努力保持運動習慣，以促進身心健康的平衡。</p>
具體 成果	<p>一、質性成果</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 本校男子及女子排球代表隊學生藉由賽事參與，與來自各地大專院校排球隊進行交流，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。 2. 提供各大專院校及高中職排球隊學生進行交流之機會，讓青年學子學習走出自我、面對群眾。 3. 藉由辦理113年度輔英盃全國排球及氣排球錦標賽，讓本校排球代表隊學生及體育志工有機會服務來自各大專院校排球隊、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。 4. 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。 5. 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。 6. 本單位長期培訓排球代表隊及體育志工隊服務學生學習為他人而作，並從做中學習，日前用於校園心理健康促進計畫經費培訓之學生皆陸續回來進行本次賽事之服務，而體健中心也將持續對於學生進行關懷與後續之培養。 <p>二、量化成果</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 本校男子排球代表隊學生計20位學生、女子排球代表隊計14位學生參賽，與各大專院校排球隊進行交流，增進宏觀視野、培養面對困難之抗壓性。 2. 高中職組有來自小港高中、新莊高中、鳳山高中、高雄高工、中山高中、中山工商、三民高中、旗美高中、高師附中、鳳新高中、中正高工、新興高中、高雄女中、鳳山商工、三民家商、仁武高中等16校，共計24隊、303人參賽；大專組有來自本校輔英科大，及高雄科大、正修科大、高雄師大、高餐大學、屏東大學、屏東科大、育英醫專等8校，共計10隊、132人參賽；而混合氣排球組有來自高雄高工、三民高中、高雄高商、新莊高中等4校，共計4隊、33人參賽。 3. 以上來自各校之參賽選手，含觀賽者、陪同者、指導者與工作人員，平均每日計約450人次、三日共1,350人次。 4. 本次賽事成績如下： <ol style="list-style-type: none"> (1) 高中職男子組(計12隊、184人參賽)： 第一名：鳳山高中 第二名：中山高中 第三名：中山工商 第四名：高雄高工 (2) 高中職女子組(計12隊、119人參賽)： 第一名：高雄女中 第二名：高師附中 第三名：鳳山商工 第四名：鳳山高中

	<p>(3) 大專男子組(計6隊、83人參賽): 第一名:輔英科大 第二名:高雄科大 第三名:高雄師大 第四名:正修科大</p> <p>(4) 大專女子組(計4隊、49人參賽): 第一名:高雄科大 第二名:屏東科大 第三名:輔英科大 第四名:育英醫專</p> <p>(5) 混合氣排球組(計4隊、33人參賽): 第一名:高雄高工 第二名:新莊高中 第三名:高雄高商 第四名:三民高中</p> <p>5. 賽事結束後，隨機針對46名參賽學生、排球代表隊工作人員及體育志工、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4.13~4.52分；其中，91.30%之受試者同意本活動競賽對於培養團隊合作參與能力有所幫助。整體滿意度調查統計結果如下(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):</p> <ol style="list-style-type: none"> (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4.39分。 (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4.15分。 (3) 本活動競賽有助於提升正向利他的人生觀？→平均滿意度4.15分。 (4) 本活動競賽對於人我關係提升有所助益？→平均滿意度4.24分。 (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4.52分。 (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4.39分。 (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4.13分。
回饋調查分析	本次活動主要以本校男子及女子排球代表隊參賽，與辦理高中職及大專錦標賽帶動排球運動健康風氣為主，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4.13~4.52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)，參賽之學生與帶隊人員、本校參與服務之排球代表隊學生及體育志工、校內外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	本校男子及女子排球隊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排球隊參賽，提供各高中職排球隊、本校男子及女子排球隊學生與各大專院校排球隊交流、提升抗壓性，與增進團隊合作、溝通協調之能力，也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，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積極投入。
活動照片 / 至少6張	 
	 



講師為本校排球代表隊學生進行賽事服務指導



林獻龍院長主持輔英盃大專組排球賽開幕典禮



講師為排球代表隊學生進行賽事參與及心理指導



團隊合作一大專男子組決賽：輔英科大 VS 高雄科大



相互打氣、彼此扶持—團隊溝通協調與互助合作



夥伴，我照你一大專女子組：輔英科大 VS 高雄科大



每個夥伴都重要—高中職男子組冠軍隊伍頒獎合影



團隊共創的甜美成果—高中職女子組優勝隊伍頒獎



突破困難、迎向勝利—大專女子組優勝隊伍頒獎



百折不饒、歷經考驗—大專男子組：冠軍隊伍頒獎



從賽事服務中學習—體育志工協助交通與環境標示



從做中培養正向利他胸懷—體育志工協助環境整理