

4-2-3 北海岸地區運動健身指導巡迴服務柔樂球運動推廣計畫

計畫主持人：呂銀益／執行單位：運動管理學系

創新 永續



☆ 柔樂球為新興運動，不激烈但可達全身運動促進身心健康效果及減低疾病發生，且所需器材費用不高，可做為全民終身運動休閒。

執行概要

落實大學善盡社會責任，全力推廣全民參與運動，期能達到健康化的社會。本計畫之重點與特色為透過柔樂球運動教學，以宣傳、說明、示範表演鼓勵民衆參與，並受民衆極大喜愛，實為本計畫特色與推廣的動力，真正達到大學善盡社會責任的意義。

本計畫已有年度完整推廣教學規劃，並以經費預算核定增減教學場次，且執行順暢。本計畫實施至今，教練群的用心推廣教學已延伸近10個社區里民參與，且透過學習後能延續自我訓練，真正達到運動超越自己、促進身心健康之目標。

執行方式



執行成果

1. 本計畫 2019 年完成 52 場教學，雖然因經費減少導致場次減少，但學習人數相較 2018 年 800 人次更多（達 950 人次）且教學品質不變，成果豐碩，並獲聯合報、新生報等報導。本校將持續推廣柔樂球教學成為民衆休閒喜愛，達到大學善盡社會責任的價值。
2. 本計畫之執行，提高本校／系之社會能見度，強化學校與機關行號建立友好聯誼。
3. 本校辦理教育部深耕計畫全民柔樂球推廣教學，於 2019 年 11 月 16 日邀集所有接受教學之單位學員至本校舉行成果表演。
4. 2019 年度全民柔樂球推廣教學延伸至新北市新店、中和、土城、三重、淡水等各里、社區、教會等單位，達到大學善盡社會責任之實質意義。



☆ 本計畫推廣第 2 年已展現成果，2018 年真理大學運動會將本計畫柔樂球學員學習成果排入開幕典禮中表演，並結合校外社區機關民衆參與；2019 年亦在運動會開幕典禮中表演。學員透過柔樂球學習而認同本校，實為大學善盡社會責任另一個亮點。