



輔 仁 大 學
高 等 教 育 深 耕 計 畫

114年深耕計畫期末成果管考

計畫編號：915D121

計畫名稱：虛擬實境科技導入壯世代健康服務人才培育計畫_運動科學與營養專業實務

計畫單位：營養科學系、食品科學系

計畫人員：劉沁瑜教授、江明憲助理教授、陳奕鳴助理教授

孕
育
·
培
育
·
教
育

跨
越
·
超
越
·
卓
越

輔 仁 躍 百 年 · 跨 域 創 世 紀

◆ 亮點成果

◆ 虛擬實境科技導入壯世代健康服務人才培育計畫: 運動科學與營養實務應用_AI科技與VR導入課程

- 課程整體滿意度評估:
(非常滿意77.26%+滿意22.34%) 幾乎100%
- VR運動影片錄製: 動作20項、影片20支
- 活動: 原住民園遊會
- 媒體: 廣播訪問2次

課程滿意度評估 (非常滿意的統計)

運動營養課程：學員滿意度成果報告

本國宸總結了一門運動營養課程的學員滿意度問卷結果。數據顯示，學員們對課程的各個面向，從核心知識到教學方法，均給予了極高的正面評價，整體滿意度接近100%。

核心內容與學習成效

88.2%

課程架構與實務應用獲最高肯定

學員對「建立整體架構」與「不同運動型態的營養需求」等核心內容感到「非常滿意」。



總體學習滿意度 近乎完美

在「課程內容與學習成效」的所有項目中，學員的「滿意」與「非常滿意」加總比例均達到100%。



教學設計與學習方式



82.4%

內容清晰且結構完整 最受讚賞

學員「非常滿意」課程講授的清晰度與完整結構。



實務導向的教學方法 成效顯著

透過專家演講、個案分析與實作活動，有效幫助學員連結理論與實務經驗。

數位與創新教學



76.5%

結合產業議題有效 提升學習動機

學員認為，課程結合媒體與產業議題，能有效提升學習動機。



70%+

VR教材展現應用潛力

超過70%的學員認為VR教材有助於多角度觀察情境，提升學習的清晰度與實用性。

課程滿意度評估 (原始數據)

	非常滿意	滿意	無意見	不滿意
一、課程內容與學習成效 本課程幫助我建立運動科學與營養實務的整體架構與核心概念	88.2%	11.8%	0.0%	0.0%
我學習到運動解剖、能量利用與運動表現評估的研究方法	82.4%	17.6%	0.0%	0.0%
我學習到不同運動型態（耐力、力量、爆發力、藝術型等）的營養需求差異	88.2%	11.8%	0.0%	0.0%
課程有助於我理解運動時營養介入的時機與實務應用	88.2%	11.8%	0.0%	0.0%
我能初步規劃運動員(包括身心障礙族群)的營養狀況評估與需求分析	52.9%	47.1%	0.0%	0.0%
二、教學設計與學習方式課程講授內容清楚、結構完整	82.4%	17.6%	0.0%	0.0%
個案分析、討論或問題導向學習有助於我理解實務情境	82.4%	17.6%	0.0%	0.0%
專家演講、示範與實作活動有助於我了解產業現況與實務經驗	76.5%	23.5%	0.0%	0.0%
課程整體節奏與進度安排適當	76.5%	23.5%	0.0%	0.0%
三、數位與創新教學VR或數位教材的導入，有助於我理解運動與營養的實際應用	70.6%	29.4%	0.0%	0.0%
觀看VR教學影片，有助於提升我對課程內容的理解與學習成效	70.6%	29.4%	0.0%	0.0%
使用VR教材能提升我的學習意願與課堂投入程度	76.5%	17.6%	5.9%	0.0%
VR教材能協助我從多角度觀察動作或情境，提升學習的清楚度與實用性	70.6%	29.4%	0.0%	0.0%
課程中結合媒體、產品設計或產業議題，提升我的學習動機	76.5%	23.5%	0.0%	0.0%
本課程有助於我培養跨域思考（營養、運動、科技/產業）能力	76.5%	23.5%	0.0%	0.0%
	77.267	22.34	0.3933	0

質性回饋

16.簡答題

四、開放式問題

本課程對你最有幫助或最具特色的部分是什麼？

學生答案

我有了解到運動員的產品包裝設計其實是很重要的，不只是產品的內容而已。也是需要實際了解不同項目才能知道要怎麼為這個項目設計適合他們的包裝。

學生答案

覺得有很多以前沒接觸過的領域專家 來教授很豐富的内容 最後的VR也很有趣

學生答案

我覺得最有幫助的部份是請Dr.sato來講不同種類型運動員的需求時與評估，讓我了解了每個不同的運動他們有什麼共同的特性，與需求

18.簡答題

你認為課程中可以增加或調整的地方為何？

學生答案

我覺得整體都很棒，各個與運動和營養相關的領域都有邀請專家來向我們介紹，我覺得非常的充實

學生答案

很謝謝老師找了很多不同面向的講者來分享，其實在這些成功人士中我也想聽聽他們在這對旅程失敗的部分，是如何重拾自我，如何解決失敗迎來成功

16.簡答題

四、開放式問題

本課程對你最有幫助或最具特色的部分是什麼？

學生答案

邀請了很多領域內頂尖的講者來給我們演講，可遇不可求的機會

學生答案

營養實務現況與特殊族群需求

學生答案

能夠接觸到各個業界的老師，拓展不侷限於營養視野

16.簡答題

四、開放式問題

本課程對你最有幫助或最具特色的部分是什麼？

學生答案

覺得很幸運可以看到很多營養的前輩們分享他們的實務經驗，尤其是徐老師，他的分享感動到我，可以感受到對這個領域的愛

學生答案

老師請到非常多運動相關領域的專家，讓我們了解運動領域的發展以及趨勢，除了了解運動營養的相關知識外，也得知很多我們未來可以探索的地方。

學生答案

老師請了許多不同領域的老師來上課，其中最有特色的是Sato老師來上課的內容，有實際體驗握力及在數據上應該如何解讀以及評估運動員的方法，對我來說都是很創新沒有接觸過的領域

17.簡答題

本課程中最喜歡或印象最深刻的主題是什麼？

學生答案

由徐藝洳老師分享的運動營養師在運動科學扮演的角色

學生答案

姜義村老師的演講和Dr. sato的演講

學生答案

Dr.Sato

學生答案

我覺得最深刻的課程是身心障礙族群運動員的主題。因為從大一到大四上營養課程，其實沒有一門課或相關演講有提到關於身心障礙者的營養教育。聽完老師的演講後其實我也會想到要給予他們營養衛教是另一個方向的學問，也是我們值得去學習的領域。

17.簡答題

本課程中最喜歡或印象最深刻的主題是什麼？

學生答案

Dr. Sato 和藝洳老師的課程特別打動我的心，讓我了解到不同專項，有不同的營養處方，營養師有很多事情可以做，要認真了解後，再來給出建議，而不是只是紙上談兵。

學生答案

印象最深刻的是特教的部分！因為一邊在上特教的課程也同時與小朋友相處一邊在老師的演講中了解到原來還有這樣可以協助他們的方式！在運動包裝的課程中發現了很多平常沒有發現的事情真的都沒有注意到很神奇....在藝如老師的課上了解到其實運動營養師的領域上還有很多很辛苦與可以進步的地方！我想這也是我們可以在努力的部分！

學生答案

我覺得姜義村老師分享的主題是讓我印象最深刻的，以前也有看過聽障和視障人士相關的動畫和電視劇，那個時候就有聯想過，對他們來說生活有那麼多不便，那我們或是這個社會又能帶給他們什麼幫助，我覺得這是非常值得思考的課題

17.簡答題

本課程中最喜歡或印象最深刻的主題是什麼？

學生答案

Dr. Sato介紹的運動科學與運動營養補充，讓我們知道要對選手規劃訓練時程或是營養補充，需要先了解這項運動、運動文化、選手本身的特性，才能對症下藥，這不是數學有一定的公式，是需要隨機應變的。也讓我了解真正的運動科學是如何進行的，過去在訓練時很多都還是傳統方式，不僅選手覺得乏味，高度的訓練量也會增加受傷的風險，如果了解科學化訓練的意義，得知每位選手需要加強的部分，對於整體運動表現的提升是非常有幫助的。

17.簡答題

本課程中最喜歡或印象最深刻的主題是什麼？

學生答案

姜義村老師的身障運動、Dr. sato使用不同方式做運動員評估

17.簡答題

本課程中最喜歡或印象最深刻的主題是什麼？

學生答案

Dr.sato的所有課程，超讚

學生答案

徐藝洳老師分享專業的運動營養師以及運動營養學者的經歷以及營養師在運動產業裡的窘境，非常印象深刻

學生答案

徐老師的分享，有幾個他配合的運動員都是我國中學長，一路看他們到現在發揚光大，才發現原來營養在這些運動背後是多麼重要的推手，讓我認知到原來自己也能成為很重要的角色

17.簡答題

本課程中最喜歡或印象最深刻的主題是什麼？

學生答案

Dr.Sato的教學很清楚很好理解

學生答案

這學期課程中最印象深刻的主題是隨隊營養師的課程，老師除了分享許多與球員備戰的過程，也讓我對於運科這塊領域有更多了解，在這個領域不能只了解營養而已也要多接觸學習其他的領域

17.簡答題

本課程中最喜歡或印象最深刻的主題是什麼？

學生答案

最印象深刻的是徐老師分享作為隨隊營養師的經驗，了解了現在體育界對營養師的態度，以及營養師在運動界的困難，事實不如許多人以為的那樣

20.簡答題

以上沒有問到，但想要分享的或建議的

學生答案

感謝老師請很多業界很厲害的專業人士來教我們關於運動營養這件事，我也理解到不是只有運動跟營養本身，而是不同的族群能做的跟要做的也會有很多的差別，除此之外，也有很多其他的像是產品設計等，讓我了解到運動營養更多不同面向

學生答案

我覺得能選到老師這門課收穫很大，尤其是Dr.Sato的課程也是我從未接觸過的領域

學生答案

我在這短短的一學期吸收到了很多運動的各種面向，不管在運動科學與營養、身障運動員需求又或是運動媒體，或運動產品包裝設計，我覺得讓我在以後往運科發展的路上給我一個很好的基礎

20.簡答題

以上沒有問到，但想要分享的或建議的

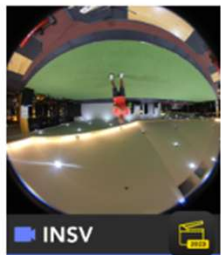
學生答案

謝謝老師找那麼多的專家來幫我們上課 每一節都很有意義 包括奕鳴老師帶我們去實作 也都學習到很多 這一學期的課上完了 也帶著好多知識回去

學生答案

這門課實在太多人想上了，需要更大的教室

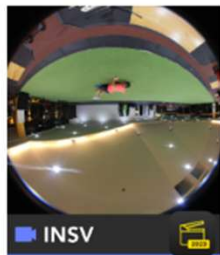
VR影片錄製-21個動作、20支VR影片



VID_20250818_1840
59_10_024.insv



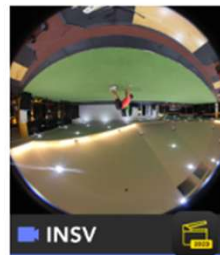
VID_20250818_1842
04_00_025.insv



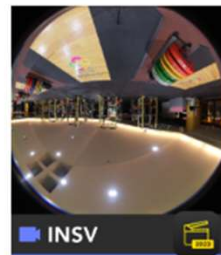
VID_20250818_1842
04_10_025.insv



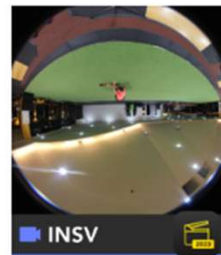
VID_20250818_1843
25_00_026.insv



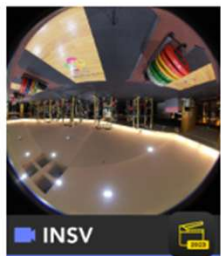
VID_20250818_1843
25_10_026.insv



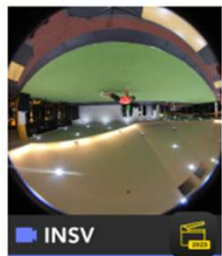
VID_20250818_1844
38_00_027.insv



VID_20250818_1844
38_10_027.insv



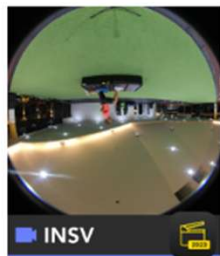
VID_20250818_1846
11_00_028.insv



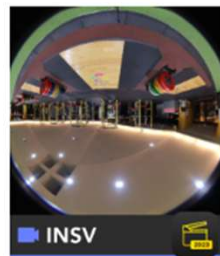
VID_20250818_1846
11_10_028.insv



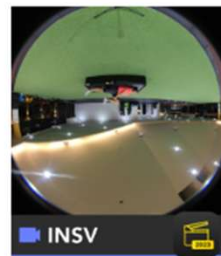
VID_20250818_1850
38_00_029.insv



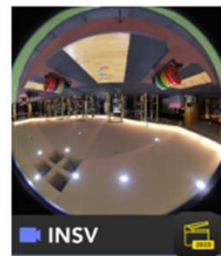
VID_20250818_1850
38_10_029.insv



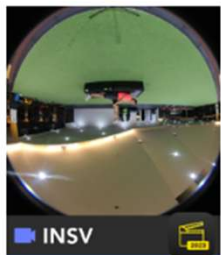
VID_20250818_1851
29_00_030.insv



VID_20250818_1851
29_10_030.insv



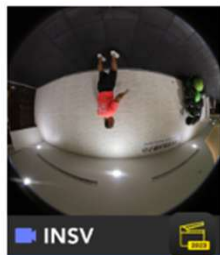
VID_20250818_1853
39_00_031.insv



VID_20250818_1853



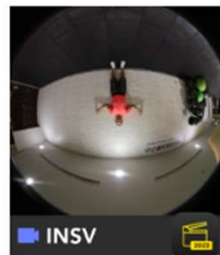
VID_20250818_1856



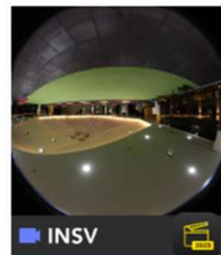
VID_20250818_1856



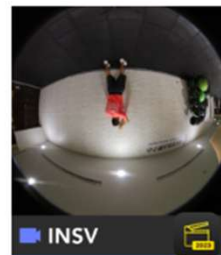
VID_20250818_1857



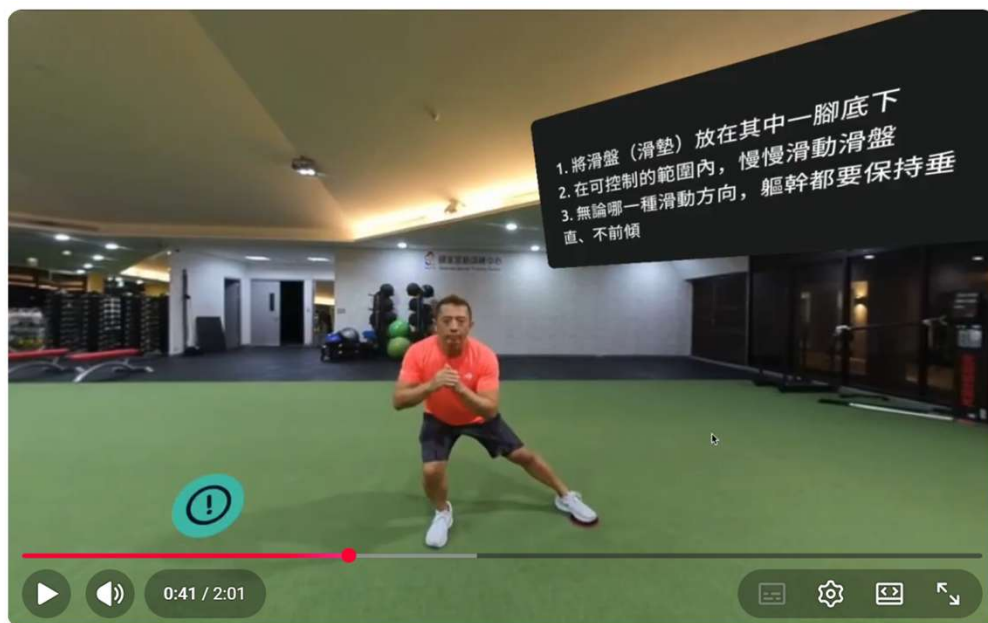
VID_20250818_1857



VID_20250818_1858



VID_20250818_1858



VR運動示範影片

https://youtu.be/ZyBChb1T_so?si=1aD9Xk1kNqGM8mMd



VR未來健康站 宣傳影片

<https://youtu.be/6rOIWmcBphw?si=tdNP5IkaCDDUID7>



師大特教系姜義村教授前來教授適應體育 與身障族群的運動與健康需求



國家訓練中心: 奧運選手教練佐藤公威博士 前來指導運動科學檢測和運動員營養評估



應美系曾淑娟老師 前來教授運動產品的 包裝與設計



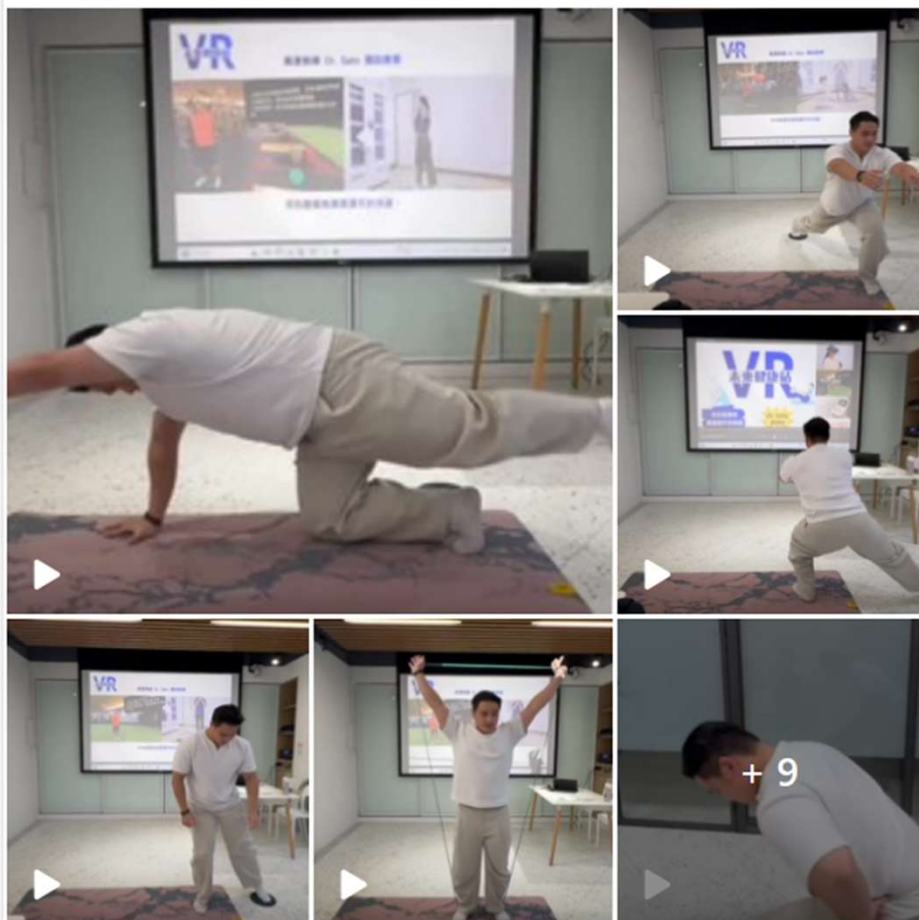
國立體育大學徐藝洳所長來教授運動賽事的營養介入與實務工作



鄭匡寓主編前來說明運動媒體的產業模式 台灣身障游泳國手林育夙前來參與講座



VR期末測試





課程最後一次的VR學習與體驗



完成VR學習並執行運動

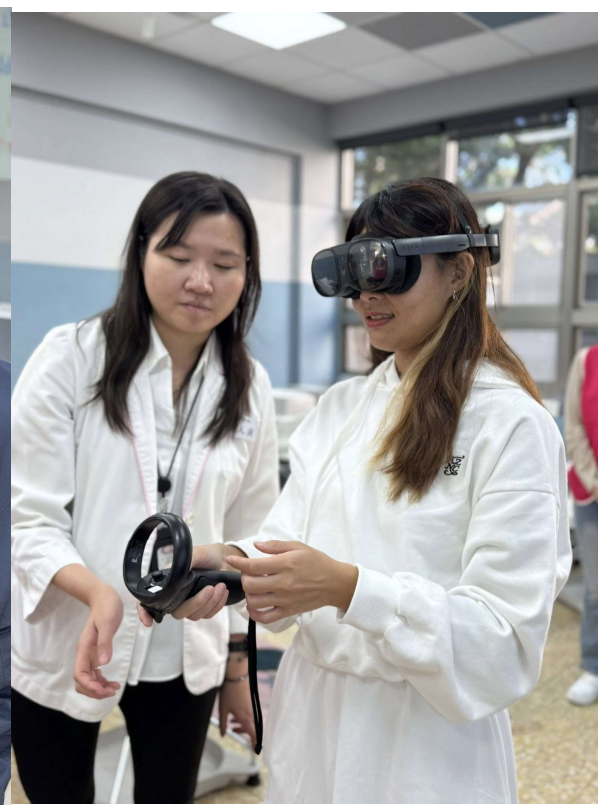
運動科學之研究方法示範





原住民園遊會: 提供社區民眾體組成分析、握力測試、營養諮詢服務和VR運動體驗

2025.11.29







佳音電台訪問: 兒童與家庭的運動與營養建議2025.09.26 青少年運動選手的營養評估2025.11.24

