健康生活調查表				
設定一個日期，並記錄下這段期間內所使用的運動器材，包含：空寶特瓶、跳繩、瑜珈、等的運動時間，瞭解你個人的運動習慣及用電量。 調查/記錄日期：_____				
運動類型	**使用器材**	**開始使用時間**	**結束使用時間**	**總使用時間**
				小時
				小時
				小時
				小時
				小時
				小時
				小時
				小時
				小時
				小時
				小時
				小時
				小時
				小時
				小時
				小時
				小時
				小時
				小時
				小時
				小時
				小時
				小時
				小時

＊提醒與叮嚀
由於檢視的場所為自家，目的是協助團隊學習環境觀察與問題檢視，及作為未來學校環境改善執行方式之參考，建議回到校園後還是需要結合學校實際環境狀況再次進行檢視。