

## 國立中山大學 103 年度全國大專院校教職員生水域(水肺潛水)體驗研習營實施辦法

- 一、依據：教育部體育署中華民國 103 年 6 月 11 日臺教體署學(二)字第 1030017527A 號函「教育部體育署補助推動學校游泳及水域運動實施要點－區域性水域體驗推廣活動」辦理。
- 二、宗旨：配合教育部執行海洋教育政策及推動水域運動體驗活動，落實海洋國家概念，推廣師生水域(水肺潛水)運動，培育水域運動專業人才。
- 三、指導單位：教育部體育署
- 四、主辦單位：國立中山大學
- 五、承辦單位：國立中山大學通識中心運動健康組
- 六、協辦單位：二級頭潛水中心
- 七、活動日期：103 年 11 月 28 日~11 月 30 日(週五~日)
- 八、活動地點：國立中山大學游泳池及墾丁海域
- 九、報名日期：即日起至 103 年 11 月 21 日(五)止。
- 十、報名資格：全國大專院校教職員生，具徒游泳 200M 能力者，總計 40 名。
- 十一、報名方式：名額有限，額滿為止(名額內將以 email 通知)
  - (一) 繳交資料：含報名表(如附件一)及活動切結書(如附件二)。  
未繳交完整視同未報名。
  - (二) 郵寄掛號：高雄市蓮海路 70 號，國立中山大學通識教育中心廖淑惠小姐收。  
TEL：07-5252000 轉 5865。(以郵戳為憑，逾期概不受理。)
  - (三) 傳真報名：請傳真至 07-5255851(傳真前請先來電告知，傳真後請務必來電確認)。
- 十二、講習內容：

第一天 11 月 28 日(星期五)上午、中山大學游泳池 下午、墾丁				
時 間	內 容	講 師	上課地點	備 註
09:00~10:00	報到、編組、課程簡介、開訓	教練 4 人助理 6 人	本校游泳池	第一天上午 在本校游泳池活動，視學員狀況調整上課內容
10:00~12:00	一、學科基本知識講解 二、動作示範 三、器材練習及操作方法介紹 四、海洋生物介紹及狀況處理	教練 4 人助理 6 人		
12:00~13:00	午 餐			
13:00~17:00	一、浮潛裝備使用及動作練習 二、水面轉體急停、踩水漂浮 三、弓身下潛、轉體斜上 四、面鏡排水、跨步入水 五、中性浮力、水中卸著裝 六、水上救生、人員拖帶	教練 4 人助理 6 人	墾丁潛水池	
17:00~18:00	分組討論、晚餐	教練 4 人助理 6 人		

第二天 11 月 29 日 (星期六) 墾丁水域				
08:00~08:30	領取器材調整與檢查	教練 4 人助理 6 人	墾丁水域	第二天視學員狀況調整上課內容
08:30~11:00	器材操作及教學觀摩與練習			
11:00~12:00	裝備檢視及分組討論			
12:00~13:00	午餐			
13:00~14:00	調整組別及討論	教練 4 人助理 6 人	墾丁水域	
14:00~16:00	分組實習水肺體驗			
16:00~17:30	裝備檢視及分組討論			
17:30~18:00	晚餐			

第三天 11 月 30 日 (星期日) 墾丁水域

08:00~08:30	器材調整與檢查 分組動作複習	教練 4 人助理 6 人	墾丁水域	第三天視學員狀況調整上課內容
08:30~11:00	教學觀摩與分組練習			
11:00~12:00	裝備檢視及分組討論			
12:00~13:00	午餐			
13:00~14:00	休息	教練 4 人助理 6 人	墾丁水域	
14:00~16:00	裝備檢視整理			
16:00~17:30	返回			
17:30~18:00	晚餐賦歸			

十三、附則：

- (一) 活動期間供應午餐、晚餐及礦泉水，並於第二天提供學員早、午、晚餐及住宿，第三天亦提供早餐、午餐、點心。
- (二) 附報名表、活動切結書，不敷使用請自行影印。
- (三) 參加學員請自備泳衣褲、盥洗衣物及防曬用品以便活動教學。

## 國立中山大學全國大專院校教職員生水域（水肺潛水）體驗研習營報名表

姓 名	中文		生日	年 月 日		
	英文		身分證字號			
通訊地址						
電 話	公		行動電話			
	宅					
電子信箱						
學 歷		衣尺寸		近視度數		鞋號
現 職				<input type="checkbox"/> 葷食 <input type="checkbox"/> 素食		
緊急聯絡人				聯絡電話		
備註： <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 如報名人數超額，依報名先後順序錄取名額。</li> <li>2. 報名日期：即日起至 103 年 11 月 21 日（五）止（以郵戳為憑）。</li> <li>3. 講習地點：國立中山大學游泳池及墾丁海域。</li> <li>4. 報名方式： <ol style="list-style-type: none"> <li>(1) 繳交資料：<u>含報名表及活動切結書，未繳交完整視同未報名。</u></li> <li>(2) 郵寄掛號：高雄市蓮海路 70 號，國立中山大學通識中心廖淑惠小姐收 TEL：07-5252000 轉 5865。</li> <li>(3) 傳真報名：請傳真至 07-5255851（<u>傳真前請先來電告知，傳真後務必來電確認</u>）。</li> </ol> </li> <li>5. 參加學員請自備泳衣褲、盥洗衣物及防曬用品以便活動教學。</li> </ol>						