

台北海洋學校財團法人台北海洋科技大學 函

機關地址：25172新北市淡水區濱海路3段150號

聯絡人：邱玉惠

電子信箱：f0838@mail.tcmt.edu.tw

聯絡電話：(02)28052088

傳真電話：(02)28052796

受文者：國立暨南國際大學

發文日期：中華民國107年9月17日

發文字號：海教字第1070008487號

速別：普通件

密等及解密條件或保密期限：

附件：如附件

主旨：檢送本校辦理教育部體育署107年區域性水域運動體驗推廣活動「107年帆船體驗營」、「107年休閒SUP艇體驗營」實施計畫如附件，敬請 鼓勵所屬踴躍報名參加，請 查照。

說明：

一、依教育部體育署中華民國107年06月11日臺教體署學(二)字第1070020600A號函辦理。

二、活動日期：

(一)107年帆船體驗營：107年10月13日至21日，每週六、日，計32小時(四天)。

(二)107年休閒SUP艇體驗營：107年11月2至4日(星期五至星期日)，計24小時(三天)。

三、報名日期：自即日起至107年10月1日止，額滿即截止報名。

四、活動地點：台北海洋科技大學(士林校區)。

五、參加費用由體育署補助。

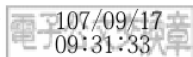


六、參加資格：校內外學生、社會人士及相關從業人士，熱愛帆船或輕艇運動，身心健康青年學生朋友，均可以報名參加。

正本：各公私立大專校院

副本：本校海洋運動休閒系

校長 唐 彥 博



裝

訂

線



台北海洋科技大學 107 年帆船體驗營實施計畫

- 一、依據：教育部體育署中華民國 107 年 06 月 11 日臺教體署學(二)字第 1070020600A 號函辦理。
- 二、目的：為培養帆船操作人才，提升帆船海洋航行技術水準，增進專業知識，以落實海洋航行技能與知識。
- 三、主辦單位：台北海洋科技大學
- 四、承辦單位：台北海洋科技大學海洋運動休閒系、體育室
- 五、指導單位：教育部體育署
- 六、協辦單位：中華民國帆船協會、台北市體育總會帆船協會、台灣重型帆船協會
- 七、講習時間：107 年 10 月 13 日至 21 日，每週六、日，計 32 小時（四天）。
- 八、講習地點：台北海洋科技大學(士林校區)
- 九、報名日期：即日起至 107 年 10 月 1 日止，額滿即截止報名。
聯絡人：運休系辦公室 傳真：(02)2810-6688
謝韋宣助教 (02)2810-9999 轉 5132 邱玉惠老師 (02)2810-9999 轉 3107
地址：台北市士林區延平北路 9 段 212 號(運休系)
- 十、參加資格：校內外學生、社會人士及相關從業人士，熱愛帆船運動，身心健康青年學生朋友。
- 十一、實施方式：
 1. 體驗營採授課及開放水域實作方式施行。
 2. 集體研討，由教練授課。
 3. 每日排課八小時，由四天完成。
 4. 結訓頒發中華民國帆船協會 C 級教練結業證書，全程參與並通過學術科考核者，得由中華民國帆船協會核發 C 級帆船教練證(證照費用 1,500 元須自付)。
- 十二、課程內容：
 1. 帆船航行知識及國際帆船總會規則應用。
 2. 帆船教法、教具應用概念。
 3. 天候氣象判讀教法認知。
 4. 運動營養學。
 5. 國際奧會禁藥認知。
 6. 運動訓練法。
- 十三、參加名額：預計 45 員。
- 十四、經費來源：體驗營經費由體育署補助。
- 十五、其他注意事項：
 1. 報名時，應繳交一寸照片二張，照片後面請註明姓名。
 2. 體驗營期間提供中餐、保險，其餘膳宿、交通請自理。
 3. 請自備個人救生衣、防曬及換洗衣物。
 4. 若遇不可抗力等特殊狀況須予更改課程或延期時，本會當通告有關參加體驗營人員。

台北海洋科技大學 107 年帆船體驗營課程表

日 期	時 間	項 目
第一天	08:30~08:50	報到
	08:50~09:00	始業式
	09:00~11:50	認識帆船安全 基本航行知識 結構及其名稱 器材及其功能
	12:00~12:50	中 餐
	13:00~14:50	教練指導法則、運動禁藥與管制
	15:00~15:50	運動傷害防治、運動醫學與營養
	16:00~16:50	結繩應用、編組操作、討論
第二天	08:00~08:50	航行安全計畫避碰規則應用、 環境氣象判讀
	09:00~11:50	開放水域綜合航行技術實作練習
	12:00~12:50	中 餐
	13:00~14:50	開放水域綜合航行技術實作練習 、教練艇操作與技巧
	15:00~16:50	
第三天	08:00~09:50	VHF 無線電操作、 海上求生緊急求救信號標示
	10:00~11:50	對抗競賽規則、國際信號旗
	12:00~12:50	中 餐
	13:00~14:50	帆船競賽組織架構
	15:00~16:50	海上航行避碰知識與規則技術應用
第四天	08:00~09:50	海上佈置浮標及海圖判讀航行
	10:00~11:50	海上啟航、終航、繞標作業
	12:00~12:50	中 餐
	13:00~13:50	基本體能之訓練及航海生理認知
	14:00~14:50	開放水域綜合實作航行
	15:00~16:50	測驗、檢討

台北海洋科技大學 107 年帆船體驗營報名表

姓名：	性別：	二吋照片 二張 (請浮貼)
出生日期： 年 月 日	血型：	
身份證字號：	籍貫：	
學歷：	職業：	
服務單位：		職稱：
就讀學校：		系科：
葷 ☐ 素 ☐		
專長船型：		經歷： 年
聯絡地址：		
電話：		行動：
E-mail：		
備註欄： 1. 戶外活動有一定之危險性，須遵守指導員指示，並注意個人及團隊的安全。 2. 活動前如遇颱風或人力不可抗拒之自然災害，本單位為考量學員安全，有權宣布取消、延期或調整體驗課程之活動相關日期及行程。 3. 參與課程學員必需穿著救生衣並依規定自行攜帶個人下水裝備。 4. 上課內容依現場指導員依實際水域環境狀況調整。 5. 課程裝備以現況要求準備之裝備(如防寒衣、安全帽、防滑鞋等)。 6. 【攝影/錄音提供聲明】我_____ (簽署)同意提供所有課程中所拍攝之包含及不包含本人肖像在內圖片、照片、影片、聲音檔及心得，授權予台北海洋科技大學海洋運動休閒系，作為課程成果見證、宣導及推廣之用，並包括複製、改作、推廣、公開發表及再授權等著作財產權利。 意見欄： ◎聯絡人：運休系辦公室 傳真：(02)2810-6688 謝韋宣助教 (02)2810-9999 轉 5132 邱玉惠老師(02)2810-9999 轉 3107		

台北海洋科技大學 107 年休閒 SUP 艇體驗營實施計畫

一、依據：教育部體育署中華民國 107 年 06 月 11 日臺教體署學(二)字第 1070020600A 號函辦理。

二、目的：為推展校園水域運動風氣，增加各級學校師生水域休閒活動專業知識，進而達水域活動推廣目的，特辦理此活動。

三、主辦單位：台北海洋科技大學

四、承辦單位：台北海洋科技大學海洋運動休閒系、體育室

五、指導單位：教育部體育署

六、協辦單位：中華民國輕艇協會

七、講習時間：107 年 11 月 2 至 4 日(星期五至星期日)，計 24 小時(三天)。

八、講習地點：台北海洋科技大學(士林校區遊艇碼頭水域)

九、報名日期：即日起至 107 年 10 月 1 日止

聯絡人：運休系辦公室 謝韋宣助教 (02)2810-9999 轉 5132

張國彬老師 (02)2810-9999 轉 3102

傳真：(02)2810-6688

地 址：台北市士林區延平北路 9 段 212 號(運休系)

十、參加資格：具有水域活動經驗，或持有奧會受訓證或協會受訓證書者，熱愛輕艇運動，身心健康青年學生朋友。

十一、實施方式：

1.講習會採授課及開放水域實作方式施行。

2.集體研討，由教練授課。

3.每日排課八小時，由三天完成。

4.結訓頒發中華民國輕艇協會 C 級 SUP 艇教練結業證書，全程參與並通過學術科考核者，得由中華民國輕艇協會核發 C 級休閒 SUP 艇教練證(證照費用 1,500 元須自付)。

十二、課程內容：

1.各種輕艇的介紹與概論。

2.活動具備的條件及裝備功能介紹、保養認知。

3. SUP 艇基本安全講解、救生衣使用方式。

4. SUP 艇學科講解。

5. SUP 艇術科講解

6. SUP 艇教學實習演練。

十三、參加名額：預計 40 員。

十四、經費來源：體驗營經費由體育署補助。

十五、其他注意事項：

1.報名時，應繳交一寸照片二張，照片後面請註明姓名。

2.體驗營期間提供中餐、保險，其餘膳宿、交通請自理。

3.請自備個人救生衣、防曬及換洗衣物。

4.若遇不可抗力等特殊狀況須予更改課程或延期時，本會當通告有關參加體驗營人員。

台北海洋科技大學 107 年休閒 SUP 艇體驗營課程表

日 期	時 間	項 目
第一天	08：20～08:50	報到
	08：50～09:00	始業式
	09:00～09:50	活動計劃安全認知與了解水域環境
	10:00～10:50	認識 SUP 艇構造與裝備講解
	11:00～11:50	SUP 艇基本操槳及水中平衡練習教學
	12:00～12:50	中 餐
	13:00～14:50	開放水域操控平衡技巧及環境了解 與實作
	15:00～15:50	SUP 艇開放水域基礎槳法操作 及基隆河風景導覽體驗活動教學
	16:00～16:50	技術檢討與分享交流
第二天	08:00～09:50	教練指導法則、運動禁藥與管制
	10:00～10:50	運動傷害防治、運動醫學與營養
	11:00～11:50	越野航行技巧及沿岸座標導航認知
	12:00～12:50	中 餐
	13:00～14:50	SUP 艇開放水域環境綜合站立操槳 技巧練習
	15:00～16:50	技術檢討與分享交流
第三天	08:00～09:50	基本體能之訓練及航海生理認知
	10:00～11:50	開放水域站立操控技巧及環境了解 與實作複習
	12:00～12:50	中 餐
	13:00～13:50	自救與救援技巧複習與基隆河越野 航行計畫複習
	14:00～15:50	開放水域綜合實作航行
	16:00～16:50	測驗、檢討

台北海洋科技大學 107 年休閒 SUP 艇體驗營課程表

姓名：	性別：	二吋照片 二張 (請浮貼)
出生日期： 年 月 日	血型：	
身份證字號：	籍貫：	
學歷：	職業：	
服務單位：		職稱：
就讀學校：		系科：
葷 ☐ 素 ☐		
聯絡地址：		
電話：		行動：
E-mail：		
備註欄： 1. 戶外活動有一定之危險性，須遵守指導員指示，並注意個人及團隊的安全。 2. 活動前如遇颱風或人力不可抗拒之自然災害，本單位為考量學員安全，有權宣布取消、延期或調整體驗課程之活動相關日期及行程。 3. 參與課程學員必需穿著救生衣並依規定自行攜帶個人下水裝備。 4. 上課內容依現場指導員依實際水域環境狀況調整。 5. 課程裝備以現況要求準備之裝備(SUP 裝備如防寒衣、安全帽、防滑鞋等)。 6. 【攝影/錄音提供聲明】我_____ (簽署)同意提供所有課程中所拍攝之包含及不包含本人肖像在內圖片、照片、影片、聲音檔及心得，授權予台北海洋科技大學海洋運動休閒系，作為課程成果見證、宣導及推廣之用，並包括複製、改作、推廣、公開發表及再授權等著作財產權利。		
意見欄：		
◎聯絡人：運休系辦公室 傳真：(02)2810-6688 謝韋宣助教 (02)2810-9999 轉 5132 張國彬老師 (02)2810-9999 轉 3102		