

# 台南應用科技大學風帆體驗推廣營實施計畫

- 一、依據：依據教育部中華民國 104 年 02 月 03 日臺教體署學(二)字第 1040003739 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」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，推展休閒水域運動普及性，健全學生身、心、靈發展，培養健康休閒觀，激化休閒運動參與指導風帆教育研習課程。
- 三、指導單位：教育部體育署。
- 四、主辦單位：台南應用科技大學。
- 五、承辦單位：台南應用科技大學運動休閒與健康管理系。
- 六、協辦單位：台南市帆委會。
- 七、活動日期：2015 年 10 月 03 日至 10 月 04 日(星期六～星期日)
- 八、活動地點：台南應用科技大學、安平秋茂園。
- 九、報名對象：凡年滿 10 歲以上之有活力、熱愛水域活動或有意願的學生朋友即可報名參加。
- 十、報名手續：
  - (一)填寫報名表(如附件一)，活動切結書(如附件二)。
  - (二)報名日期：即日起至 104 年 09 月 27 日止(以郵戳為憑)。
  - (三)報名方式：

填妥報名表、活動切結書後，以郵寄、傳真或 E-mail 至：  
校址：71002 台南市永康區中正路 529 號，台南應用科技大學  
運動休閒與健康管理系 收。

逾期概不予受理。本體驗推廣營 60 人為限，額滿為止。

Tel：(06) 253-2106#349  
Fax：(06) 253-9609  
E-mail：s00224@mail.tut.edu.tw
- 十一、風帆體驗推廣營研習內容：

**台南應用科技大學風帆體驗推廣營課程表**

| 第一天         |                                                       |        |                      |
|-------------|-------------------------------------------------------|--------|----------------------|
| 時間          | 內容                                                    | 講師     | 備註                   |
| 08:00~09:00 | 報到、編組、課程簡介、開訓                                         | 教練 1 人 | 學科課程依學員學習狀況彈性調整上課內容。 |
| 09:00~12:00 | <b>學科 1</b><br>· 帆船運動與風浪板運動介紹<br>· 風帆航行原理<br>· 風帆安全規則 | 教練 1 人 |                      |
| 12:00~13:00 | 午餐                                                    |        |                      |
| 13:00~15:00 | <b>學科 2</b><br>· 水上活動個人裝備介紹<br>· 風浪板器材介紹<br>· 風浪板組裝   | 教練 1 人 |                      |
| 15:00~17:00 | <b>術科 1</b><br>· 陸地基本操作練習（起帆、轉向、啟航）                   | 教練 3 人 |                      |

| 第二天         |                                                              |                           |                                 |
|-------------|--------------------------------------------------------------|---------------------------|---------------------------------|
| 時間          | 內容                                                           | 講師                        | 備註                              |
| 08:00~10:00 | · 水上活動個人裝備介紹<br>· 風浪板器材介紹<br>· 風浪板組裝<br>· 陸地基本操作練習（起帆、轉向、啟航） | 教練 3 人                    | 術科操作課程採分組方式進行，並依學員學習狀況彈性調整上課內容。 |
| 10:00~12:00 | · 水中基本操作（起帆、轉向、啟航）                                           | 教練 7 人<br>(外聘 6 人、內聘 1 人) |                                 |
| 12:00~13:00 | 午餐                                                           |                           |                                 |
| 13:00~18:00 | · 水中進階控制（側順航行、順風航行、頂風航行）                                     | 教練 7 人<br>(外聘 6 人、內聘 1 人) |                                 |

**十二、附 則：**

- (一) 活動期間供應膳食、礦泉水。
- (二) 附報名表、活動切結書，如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。
- (四) 凡全程參與研習會者核發結業證書。

## 台南應用科技大學風帆體驗推廣營報名表

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                         |            |            |                             |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|------------|------------|-----------------------------|
| 姓<br><br>名                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                         | 性<br><br>別 | 生<br><br>日 | 年            月            日 |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                         |            | 身分證字號      |                             |
| 通 訊<br>地 址                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                         |            |            |                             |
| 電 話                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                         |            | 行動電話       |                             |
| 緊急聯絡人                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                         |            | 聯絡電話       |                             |
| 電 子<br>信 箱                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                         |            |            |                             |
| 就讀學校                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                         |            |            |                             |
| 餐 食                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | <input type="checkbox"/> 葷食 <input type="checkbox"/> 素食 |            |            |                             |
| <p>備註：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 如報名人數超額，依報名先後順序決定錄取名額。</li> <li>2. 報名日期：即日起至 104 年 09 月 27 日止(以郵戳為憑)。</li> <li>3. 講習地點：台南應用科技大學、秋茂園。</li> <li>4. 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> <li>5. 郵寄掛號：71002 台南市永康區中正路 529 號 台南應用科技大學運動休閒與健康管理系收 TEL：(06) 253-2106#349。</li> <li>6. 傳真報名：請填妥報名相關資料後，傳真至 (06) 253-9609。</li> <li>7. E-Mail 報名：本表格附於本校運休系網站，請填妥相關資料後 E-Mail 至 s00224@mail.tut.edu.tw，俾利彙整建檔。</li> <li>8. 請填寫活動切結書。</li> </ol> |                                                         |            |            |                             |

## 台南應用科技大學風帆體驗推廣營活動切結書

本人\_\_\_\_\_，將於 104 年 10 月 03~04 日(星期六~星期日) 參加台南應用科技大學運休系舉辦之「風帆體驗推廣營活動」，並願意同意下列事項，如有違規而造成事故時願自行負責。

- 一、本人無癲癇症、高血壓、心臟病、氣喘、耳部疾病、糖尿病、感冒未癒等相關疾病，並同意活動當日如有身體不適之情形，願意無條件放棄參加本活動。
- 二、參加本項活動期間，詳填記錄調查表，願意遵守指導老師及教練之指導及要求，否則一切後果自行負責。
- 三、不可不當使用風帆器材。
- 四、活動前已充分了解水域運動安全守則及與風帆守則，並願意配合遵守所有規定事項。
- 五、本人認為身心健康，適宜從事風帆教學活動。
- 六、嚴禁事項：24 小時曾飲酒或搭乘飛機。

具結人\_\_\_\_\_ (簽章)

緊急聯絡人：

姓名：

地址：

電話：

\_\_\_\_年\_\_\_\_月\_\_\_\_日