中國文化大學教育學院運動教練研究所
【運動專題講座】成果報告

<table>
<tr><td>活動名稱</td><td colspan="3">① 水中活動與安全
② 冒險活動與體驗</td></tr>
<tr><td>主辦單位</td><td colspan="3">運動教練研究所</td></tr>
<tr><td>主持人</td><td colspan="3">林正常</td></tr>
<tr><td>主講人</td><td colspan="3">① 高雄海洋科技大學 戴堯種老師
② 屏東科技大學 吳柏翰老師</td></tr>
<tr><td>活動對象</td><td colspan="3">學校體育教師及學生</td></tr>
<tr><td>活動時間</td><td>104/12/18-20</td><td>活動時間</td><td>09:00~11:00 13:30~15:30</td></tr>
<tr><td>活動地點</td><td>高雄海洋科技大學
屏東科技大學</td><td>教師人數／與會人數</td><td>2／24 人</td></tr>
<tr><td>心得分享
碩二陳豪</td><td colspan="3">第一站我們抵達了國立高雄海洋科技大學，大夥抵達時，我們不僅受到熱烈的歡迎，同時也深刻體驗到南台灣什麼叫熱情的天氣，那就是非常熱!更重要的是，緊接著我們滿懷期待的上了一門浮淺的體驗課，我們除了對於水上安全有更一步的認識外，也學到了許多浮潛的技術，譬如說，當如果你潛入水中，而你的面鏡進水了，你該如何處理，那就是面鏡排水法.....等，同時在這體驗課的過程中，我也深刻體會到人是如此的渺小，因為即使只是在一個在小水池內，這當中還是有許多訣竅與祕訣，那這就是專業，然而，如果沒有接受過特別的訓練，或是專業人士的指導，那一時的疏忽，是有可能會造成危險發生的，所以專業真的很重要，還有當大夥要離開時，看到授課師長們熱情的微笑，與一句下次有機會再來的話語，即使是一句簡單的話，這都使人感到無比的溫馨與畢身難忘。

國立海洋科技大學潛水課</td></tr>
</table>

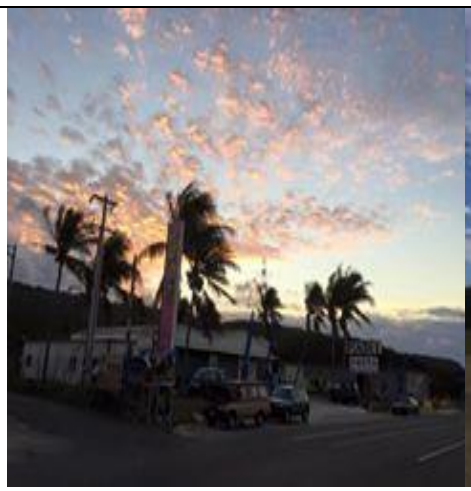
2015.12.19 Second Day

今日的重點行程有冒險活動的體驗、大鵬灣風景區和逛墾丁大街。首先我們到了屏東科技大學的繩索挑戰場地，這是我人生第一次的接觸繩索課程，這對我而言不僅非常的新鮮，在這過程中與大家的互動，我體會到唯有透過目的性主動學習機會，透過真實情境，經由個人自我挑戰及團體的互動學習，來增強個人成長與組織的互動運作和應變能力，才能增進團隊合作與自我挑戰的實現，這是我從課程當中所學到的。緊接著，我們又到了大鵬灣的風景區。大鵬灣古稱「鷲興港」，日治時期稱「大潭」，日人於灣域旁大興土木，建立海軍航空基地，成為二次大戰侵略東南亞的南進基地，因此，這裡不僅擁有了濃濃的歷史氣息，同時還是一個天然特殊的潟湖景觀和生態環境的旅遊勝地，更重要的是這裡有多項設施，像是環灣自行車道，可以稱之涵蓋海、陸、空域三度空間的玩法在這兒可以一次得到滿足，騎腳踏車的過程中，我們不僅欣賞到沿路的風光，不時微風陣陣地吹來，剎那間，感到無比的放鬆，再加上之前有解說員的講解，大夥可以說是滿載而歸。傍晚了，大家又到了墾丁大街，這堪稱是南台灣最熱鬧的大街，據說這裡的夜生活風情萬種，然而在大街上能享受到的就是人擠人的南洋熱情與五花八門的小攤，這就像是個小聯合國般，大夥吃得很開心，同時每人臉上都充滿了一種滿足的表情！

屏東科技大學(冒險活動課程)

2015.12.20 third Day

光陰似箭，快樂時光總是特別快，這是最後一天的行程。重點主要是龍盤大草原。那初冬的龍磐草原，因為迎著太平洋強勁的東北季風，因此我感受到強烈的東北季風正在迎接著我們，那有多麼熱烈呢！那就是讓人連站穩腳步都不太容易，有趣的是，這強勁的風勢，讓我們用著不一樣的角度看著這條海岸線，好壯觀，似乎也讓眼前的太平洋呈現另一種更狂野的面貌，但在這裡居高臨下的遼闊視野，依然讓人沉醉在這樣海天一色的畫面之中，同時因為居高臨下的視野完全沒有屏障，那也因為靠近懸崖邊，風聲混合著海浪的聲音，這都使人心曠神怡，怡然自得。



賦歸

當然一個好的活動除了適當的場所，參加的人員亦是關鍵。非常感謝師長的支持，讓本次活動順利許多。天公也很幫我們的忙，在戶外活動的時候雨停了，而我們要回家的時候，才又開始下大雨。這次的所遊可謂有玩、有吃，有收穫！。

這次的所遊可以如此的完美要感謝所長及盧俊宏老師的帶領，還有會長明成翰的精心安排，才得以將此次所遊完美成行！

活動剪影	
高雄海洋科技大學演講情形	高雄海洋科技大學演講情形
高雄海洋科技大學演講情形	高雄海洋科技大學演講情形
高雄海洋科技大學演講情形	高雄海洋科技大學演講情形

高雄海洋科技大學演講情形

高雄海洋科技大學演講情形

高雄海洋科技大學演講情形

高雄海洋科技大學演講情形

高雄海洋科技大學師生合影

高雄海洋科技大學師生合影

高雄海洋科技大學師生合影	屏東科技大學演講情形
屏東科技大學演講情形	屏東科技大學演講情形
屏東科技大學演講情形	屏東科技大學師生合影

師生合影

師長合影

師生合影