

教育部體育署補助推動學校「游泳及水域運動」
區域性水域體驗推廣活動(經常門)

慈濟科技大學「水底總動員體驗計劃」

活動期間：109 年 7 月 1 日至 109 年 11 月 30 日

執行單位：慈濟學校財團法人慈濟科技大學

中 華 民 國 109 年 12 月 01 日

一、活動目的

台灣四面環海，為形塑「海洋國家」的意象，教育部體育署、交通部觀光局皆訂定海洋與水域休閒相關政策，以促進各項相關運動之發展。近年來水域活動之推廣漸見成效，帆船、潛水、風浪板、SUB 等新式水域運動普及，廣受民眾喜愛，各地區之水域場域亦見許多民眾從事活動，海洋及水域場域活動已然成為國人時尚的休閒遊憩運動選項之一，因此，水域相關活動之基本知識與技能亦普遍受到重視。

花東地區先天富有良好的水域遊憩場域，海洋、湖泊、溪流等不虞匱乏，極適合從事海洋與水域活動。然東岸地區相較於西岸，在接收各項新知方面顯為落後，水域活動亦然。本計畫為有效運用在地優良水域場域、引進各項活動新知、推動東岸地區水域活動體驗，以實施教學水肺潛水與浮潛之實務操作為主軸，邀集花蓮地區學子與民眾共同參與；除了提供在地學子與民眾健康休憩機會、教導認識水域活動的新知、培養種子指導員，更期望透過計畫之實施，強化民眾對東部地區水域休閒活動之鏈結、吸引外地遊客前來觀光體驗、以水域活動加強形塑花東地區觀光休閒城市之意象。

因此，本計畫擬與中華民國浮潛協會東區浮潛發展委員會合作，於慈濟大學人文社會學院游泳池舉辦水肺潛水與浮潛體驗推廣活動。配合教育部體育署，計畫目標如下：

- 一、透過本計畫推廣水域活動，藉以教導在地民眾與學生對水域遊憩、水域安全與水域救生的知識與技能。
- 二、透過推廣水肺潛水與浮潛體驗教學，提升專業水域運動的操作技能。藉由對潛水相關運動的體驗活動，激發民眾對從事水域活動之熱情，進而能養成終身休閒嗜好，成為活化東部地區水域自然資源的觀光遊憩市場之主力。

二、參加對象

花、東地區各大專校院、高中學生、民眾。

三、執行成果

活動當天在體育組胡凱揚組長的開場下揭開活動的序幕，上半天的活動包含裝備介紹、認識海洋環境、介紹浮潛基本知識、水上自救說明與操作、CPR心肺功能急救術等課程，在林高正理事長輕鬆幽默的講解中，除了帶給學員們不少驚奇與歡笑外，也在緊湊的課程中學習了解有關水域安全、浮潛活動注意事項、水上自救的相關知識，對學員來說更是獲益匪淺。

下午的課程則轉移到游泳池畔，林高正理事長特別帶來三組潛水重裝備，包含氧氣瓶、空氣調節器、B.C.D. 浮力調整裝置等設備，並且在水下替每位學員拍下潛水照片，讓現場學員又驚又喜。下午的課程從最基礎的裝備穿戴、基礎蛙鞋踢水方式、面鏡除霧排水、呼吸管排水，再到水中浮游動作練習、水中

站立練習，最後實際操作於泳池內浮潛活動；學員們開始自由自在的在泳池內四處浮游，體驗浮潛活動的魅力，此時，林理事長以及浮潛團隊的教練們開始讓學員們依序穿戴潛水重裝備，實際體驗身著潛水裝備並潛入泳池下感受水下世界，並在水下拍下人生第一次的潛水樣貌，為這一整天的活動做了最美麗的印記。在活動結束前，也由學員代表在泳池前接受林理事長親自頒發結業證書，林教練也期勉所有學員在未來能夠真正的喜歡水域活動並且安全的享受美麗的水域世界，期望未來體育組能夠繼續爭取相關補助計劃，讓更多花東學子能夠體驗水的美麗，也替今天的活動劃上了句號。