

國立屏東科技大學 函

地址：912301屏東縣內埔鄉老埤村學府路1
號
傳 真：08-7740536
聯 絡 人：鄭峰茂 08-7703202#6630
電子郵件：mao660224@mail.npust.edu.
tw



受文者：屏東縣枋寮鄉枋寮國民小學

發文日期：中華民國114年6月12日

發文字號：屏科大休運字第1145500288號

速別：普通件

密等及解密條件或保密期限：

附件：2025暑期水上安全教育與趣味競賽活動簡章公告版.pdf
(114EE01292_1_12144840006.pdf)

主旨：有關本系辦理「2025暑期水上安全教育與趣味競賽活動」，敬請公告及鼓勵學生參與，請查照。

說明：

- 一、活動目的：結合「水上安全教育」與「趣味闖關競賽」，透過實際體驗與挑戰任務，讓學生學習基本自救觀念、提高水域風險辨識能力。
- 二、活動效益：團隊合作、內在自信、水域安全。
- 三、主辦單位：國立屏東科技大學 休閒運動健康系。
- 四、協辦單位：國立屏東科技大學 主題休閒遊憩服務中心。
- 五、活動時間：2025年8月24日(星期日)上午7:00 - 11:00
- 六、活動地點：屏東縣內埔游泳池（屏東縣內埔鄉西平路272號）。
- 七、參與對象：三到九年級(免費課程體驗)惟須自付門票，另鼓勵家長一同參與親子時光。
- 八、報名網址：<https://reurl.cc/VYOKYQ>



九、聯絡方式：

(一)聯絡人：鐘浩倫 教練。

(二)聯絡電話：09-76541617。

十、檢附簡章、自主健康調查表與家長同意書、海報各1份。

正本：屏東縣各國民小學

副本：



53

裝

訂

線

2025 暑期水上安全教育與趣味競賽活動簡章

主辦單位 | 國立屏東科技大學 休閒運動健康系

協辦單位 | 國立屏東科技大學 主題休閒遊憩服務中心

活動時間 | 2025 年 8 月 24 日 (星期日) 上午 7:00-11:00

活動地點 | 屏東縣內埔游泳池 (屏東縣內埔鄉西平路 272 號)

參與對象 | 三到九年級。

報名網址 | <https://reurl.cc/VYOKYQ>

報名連結 |



聯絡方式 | 聯絡人：鐘浩倫 教練、聯絡電話：09-76541617

活動目的

本課程結合「水上安全教育」與「趣味闖關競賽」，透過實際體驗與挑戰任務，讓學生學習基本自救觀念、提高水域風險辨識能力，同時培養團隊合作與自信心，打造寓教於樂的安全水域學習經驗。

活動流程

時間	活動內容
07:00-07:30	學員報到、整隊分組
07:30-07:50	團體熱身活動
07:50-10:30	分組闖關挑戰 (含水上安全指導)
10:30-11:00	活動總結、頒發小禮物與合照

闖關內容介紹

(依序挑戰，距離每站約 5-10 公尺)

1. 抱浮具打水前進
學習正確使用浮具自救技巧，並透過腿部打水推進練習耐力與協調。
2. 水中穿越障礙挑戰
利用浮台、SUP 或呼拉圈設置水中路線，培養學員克服障礙與水中空間感。
3. 水母漂 / 立泳 / 小蛙泳挑戰
練習靜態水中停留技巧，如水母漂與立泳，模擬等待救援情境 (中途休息與調整平台)
4. 拋物救援實作體驗
操作救生繩索、浮具拋擲，實際體驗協助他人脫離危險的基本方法

攜帶物品提醒

- 泳衣泳帽、防曬用品
- 換洗衣物、毛巾
- 飲用水與輕食
- 個人藥品 (如有特殊需求請先告知教練)

安全措施

- 全程由合格救生員與游泳教練指導陪同
- 現場備有基本急救設備
- 設關卡間皆安排助教與工作人員協助學生安全過關
- 每位學生均需通過家長同意方可參與

附件一、自主健康調查表與 18 歲以下參與者家長同意書

自主健康調查表與 18 歲以下參與者家長同意書

主辦單位：國立屏東科技大學 休閒運動健康系

活動日期：2025 年 8 月 24 日（星期日） 07:00 - 11:00

活動地點：屏東縣內埔游泳池

一、自主健康調查表（由學生與家長共同填寫）

姓名：_____

性別： 男 女

出生年月日：_____年____月____日

緊急聯絡人姓名：_____ 關係：_____

聯絡人電話：_____

（一）健康病史（可複選）

心臟病 氣喘 癲癇 過敏體質（請註明：_____）

其他慢性病（請註明：_____） 無上述病史

（二）前是否正在服藥？

是（藥名與用法：_____）

否

（三）是否有影響活動進行之身體狀況？

是（請說明：_____）

否

（四）是否具備基本游泳能力？

能（可完成踩水／漂浮／游泳約_____公尺）

否

二、家長同意書（限 18 歲以下參加者）

本人已詳閱活動內容，了解活動屬水域體驗與競賽性質，具一定風險，並確認學生身體狀況適合參與本活動。本人同意主辦單位於必要時進行安全處置與急救，並於有狀況發生時即時聯絡我處理。

本人亦保證本表填寫內容屬實，如因提供不實資訊造成事故，將自負相關責任。

家長（監護人）簽名：_____ 日期：_____年____月____日

備註：本表單填寫簽名後，拍照上傳送報名表即可完成報名程序。

附件二、宣傳 DM

2025暑假水上安全教育 與趣味競賽活動

國立屏東科技大學主題體驗遊憩服務中心

本活動結合「水上安全教育」與「趣味闖關競賽」，透過實際體驗與挑戰任務，讓學生學習基本自救觀念、提高水域風險辨識能力，同時培養團隊合作與自信心，打造寓教於樂的安全水域學習經驗。



屏東縣內埔游泳池

07:00-07:30

學員報到、整隊分組

07:30-07:50

團體熱身活動

07:50-10:30

分組闖關挑戰（含水上安全指導）

10:30-11:00

活動總結、頒發小禮物與合照

掃描 QR 碼
立即報名



免費課程體驗 (需自付門票)、鼓勵家長一同參與親子時光