

輔英科技大學 113 學年度第 2 學期運動競賽活動成果報告表

活動名稱	☒ 主辦 ☐ 協辦 113 學年度第 2 學期特色課程「多元運動體驗—防身術」	參加人次 (含參賽、觀賽、工作人員)	校內：男 37 人次、女 184 人次 校外：男 0 人次、女 0 人次
活動時間	114 年 4 月 22 日至 114 年 5 月 7 日	活動地點	體育館 2F 技擊區
承辦組別	體育發展組	承辦人	龔惠美

重要成果

一、質化成果

本次防身術課程活動讓學生在大學生活中，學會如何面對突發的危險與挑戰，透過實際演練，了解在緊急情況下如何保護自己、尋求協助並感謝提供幫助的人，這些都是生活中可能遇見的重要課題。學生透過此次活動，提升了自身的警覺性與危機處理能力，也學會在團體中互相合作、尊重與支持，促進了團體生活的和諧與信任。

二、量化成果

(參與學生共 221 位，多元運動體驗問卷回收 210 份數，問卷回收率 95%) 本次活動有二技一共 6 個班實施共計 6 場次，根據多元運動體驗問卷調查，學生對多元運動體驗獲得不同於原課程提供的運動體驗、了解運動可以有不同型態、了解自己的身體及體能、激發我參與不同運動的興趣、激發我多運動的動機及了解運動可以讓我身心更健康等問卷內容，此次活動整體滿意度平均分數為 4.28 分(滿分為 5 分)，學生對此特色課程活動非常滿意。

活 動 照 片



【防身術基礎動作練習】



【後方熊抱掙脫防身術教學】



【單手攻擊阻擋與肘擊反制示範】



【頸部遭挾制之防身解脫術演示】