**國立中興大學103年『教職員工防身術』訓練計畫**

1. 依據：配合本校歡慶95週年校慶活動，共同倡導運動健身，加強防身正確觀念及防身技巧，特舉辦本訓練。
2. 目的：防身術除了健康、防衛、塑身等功能外，更具備武術的技擊技巧，透過防身術演練，增強面對騷擾危機或外力攻擊的處理能力。
3. 承辦單位：人事室、體育室及太極拳社
4. 辦理時間：103年10月24日(星期五)下午2時~5時
5. 研習地點：本校體育館會議室及柔道技擊室
6. 參加人員：本校教職員工約40人。
7. 訓練課程表：

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **國立中興大學103年『教職員工防身術』課程表** | | |
| 日期  時間 | 103年10月24日（星期五） | | |
| 課目 | 授課老師 | |
| 14:00－14:10 | 報到 | 本校體育館會議室 | |
| 14:10－15:00 | 一、強化預防與臨危意識  二、案例分析  三、防身工具之應用 | 台中市政府警察局少年警察隊宋國棟教官 | |
| 15:10－15:40 | 一、認識人體要害   1. 基本功法及防身術示範 | 宋國棟教官及助教 | |
| 15:40－17:00 | 防身術演練 | 宋國棟教官及助教 | |
| 17:10 | 功夫高手回家練習了! | | |

1. 報名原則及方式：
   1. 報名期限：自即日起至10月23日中午12時止；另因訓練場地限制，報名人數達40人即提前終止報名。
   2. 報名方式：編制職員(含技工工友)請逕行至公務人員終身學習網站報名(網址：<https://lifelonglearn.dgpa.gov.tw/>)；校聘人員請至研習暨演講活動報名系統報名(網址：https://mtweb.nchu.edu.tw:8080/registration/)。
   3. 全程參加訓練之同仁，登錄終身學習時數3小時。
2. 聯絡人：人事室蘇靜娟組長；電話：(04)22840302。
3. 經費來源：本訓練計畫所需經費由社團活動與人事室相關經費項下支應。
4. 本計畫陳奉校長核可後實施，如有未盡事宜，得修正補充之。