

# SPORTS 本校三度獲體育績優



文/曹雅涵 採訪整理報導、圖/本報資料照、資料來源/體育事務處

本校繼民國98年、102年，於今年9月第三次榮獲教育部體育署「績優學校獎」肯定，此獎項是獎勵致力推廣學校體育，提升學生體適能、增進運動技能及促進學生身心發展。此次獲選關鍵在於，校內運動場館完備，師生運動風氣盛行，並配合國家推動學校體育政策，體育課程現今仍維持3年必修，每年亦為學生及教職員工安排體適能檢測。體育長蕭淑芬說明，「很多人都說淡江體育發展不錯，積極參與這項認證，如同張校長常說的，參賽是檢視自己的最好機會，透過外界專家、委員的專業角度切入，不管是獲獎，都是鼓勵教職員工的一種機會和肯定。」

## 淡江體育年 推動一人一運動

樂活健康為本校八大素養之一，自民國95年紹興紀念體育館啟用時，校長張家宜將當年度定為「淡江體育年」，全力推動教職員工一人一運動計畫。體育處亦關心學生體適能狀況及興趣發展，為推廣「終身運動」的理念，透過體育課程、教學及活動，期待學生養成規律運動習慣，也能增進學生體育知識，了解正確運動方法，促進身心均衡發展，以提升健康體適能，享受運動樂趣。

體育長蕭淑芬指出，搭上本校66週年校慶，特地在運動大會開幕典禮安排大會操表演，讓游泳、跆拳道等運動代表隊在場上各展其才，不僅贏得國內外貴賓讚賞，也讓師生看見本校運動代表隊不同的樣貌。蕭淑芬形容，「體育教學就像一場大隊接力，得先思考支撐意念是什麼，好好跑完自己這部分後，再傳承下去，才不會讓學生空手離開學校。」如同體育處會持續配合國家體育政策，除了重視校內教學課程及場館條件外，也會舉辦研討會汲取新知、聆聽學生意見，進而調整改善，盼豐富教學品質與強化學生學習效果。

## 多元課程與教學特色

本校體育資源豐富、課程多元，共開設7大項、68種體育課程。教學視學生需求開設初級、進階及專長班。

目前，體育課程必修3年，學習成就納入畢業條件，課程皆以學習運動技能及身體活動為主。

一年級上學期原班上課，每4週更換單元，融入體適能概念及實施8週游泳課，設定游泳能力合格標準為25公尺。

開設適應體育雙教師課程、體育輔導課程、體育專業知識服務課程及多項證照班等選修課，滿足不同學生需求。

## 運動場館與設施 完善安全與防護

本校運動場地設施及各項器材完善，且為辦理各項體育活動而充分運用現有場館及租借校外場地。五虎崗綜合球場採用國際最先進專業的SPORT COURT組合式地墊，球場不僅排水性佳，彈性度也能減緩運動傷害產生，且使用多屆亞運會、奧運會及MLB美國職棒大聯盟場地使用的MUSCO燈光照明設備，減少炫光、增加亮度，達到環保節電之效果，讓全校師生皆能感受舒適、先進的運動空間。

本校舉辦各項精彩賽事皆提供醫護人員駐場，並準備醫療及運動傷害防護用品，維護競賽運動安全。全校各室內外運動場地均設有安全防護設施，如防撞護墊、護網等，維護師生體育教學及活動安全。運動場及體育館均安裝製冰機、簡易冰袋及運動傷害急救用品等，提供全校師生及運動代表隊冰敷等運動安全用途。

明年5月將接辦「2017年第29屆臺北世界大學運動會」舉重項目。蕭淑芬表示，過往曾參與過3次世大運，認為本校場館擁有世界級水準，因而積極爭取此次機會，加上今年奧運舉重效應的加持，相信能為淡江爭取更多知名度，且這次本校學生志志參與情況熱烈，已著手進行世大運相關準備。

## 定期舉辦全校性體育競賽及校際交流活動

每學年第一學期舉辦「全校運動會」、「新生盃籃球、排球賽」及「全校球類公開賽」；第二學期舉辦「全校水上運動會」、「校長盃籃球、排球、壘球賽」及「全校球類公開賽」等競賽，且參與活動人口及規模正逐年擴大。

每學年度主辦全國或校際性比賽，如「全國淡大盃桌球賽」、「全國大專盃劍道邀請賽」等，同時協助各系舉辦全國性大專校院球類比賽，如雙企盃、外語盃、全業盃邀請賽等。今年12月將首次在本校舉辦「為世大運加油-105年全國啦啦隊錦標賽」。

## 全員動起來 打造活力校園

本校運動代表隊包括球類、技擊類、水域類、陸上競技類等35隊，每隊皆聘請專任教練和領隊，每週排定訓練場地、時段，寒暑假期間亦有集訓。且於每學年初召開運動代表隊隊長會議，除了聽取各代表隊的需求與建議，本校也提供場地、器材及參賽經費等補助，期待所有運動團隊能資源共享。

回顧本校運動代表隊參加全國大專校院運動會歷年表現，103年獲10金4銀5銅、104年獲12金3銀8銅、105年獲6金7銀11銅，總獎牌數名次皆居私立大學第一名（不含設有體育科系之大專院校）。本校為鼓勵體育運動績優學生，設有「體育獎學金」、「洪建章體育紀念獎學金」及「金牌獎學金」。



本校3度榮獲體育績優學校獎，學術副校長葛煥昭率領體育長蕭淑芬、體育處同仁與校隊同學前往領獎。今年度教育部體育署獎勵學校體育績優團體及個人頒獎典禮於9月20日在輔仁大學舉行。



今年10月22日，本校與東吳、文化、世新、銘傳、輔仁、實踐、大同、北醫9所大學在淡水漁人碼頭聯合舉辦「溜溜溜尾尾、U9久久 優九聯盟路跑賽」，盼提升校園運動風氣，強化師生健康體魄，共計逾萬人參與盛事。



## BookReview

書名：《能源大探索：風、太陽、菌藻》  
作者：丹尼爾·尤金 (Daniel Yergin)  
譯者：劉道捷  
出版社：時報文化  
ISBN：978-957-13-5613-6  
(攝影/蔡晉宇)

## 能源大探索

### 導讀/化學系教授王文竹

能源是人類生存及生活所必須，更是文明所依賴。「能源大探索」有兩本書，皆是時報文化出版。一是「能源大探索：石油即將枯竭」；另一是「能源大探索：風、太陽、菌藻」。第一本是敘述「黑金」石油產業的興起，帶動了廿世紀的經濟成長，但卻面臨即將枯竭和二氧化碳的危機。第二本是討論廿一世紀永續經營觀念下，新一代的再生能源：風能、太陽能及生質能。本篇導讀以「後石油時代」的思考，探討新能源為主，這書分為4篇共有19章。

第一篇是電力時代，闡明電力發展軌跡。其中一章細述加州1996年推動電力自由化 (Assembly Bill 1890)，希望能夠打破原有三大民營電業公司壟斷，但造成大停電、大混亂、大負債而徹底失敗，可供今日台灣借鑑。第二篇是氣候與碳，更是人人需知的全球性議題。第三篇是新能源，包括風能、太陽能及生質能，但都仍在試探期。舉例來說，風力發電不穩定，平均只可供出設計電量的三分之一，為此，必須搭配建一座座發電量的天然氣渦輪機組，互相支援才可使用。太陽能仍屬高價設備，製造過程極不環保，效率仍低。這兩種發電是由涓涓細流再匯集成為可用，必須另建全新的電力輸配線路網，需用的土地、金錢及時間又是極難之處。

目前的生質燃料均為第一代製程，用穀類澱粉為原料，餉了人類的食物，造成糧食危機。第二代的生質燃料用纖維素為原料，仍在尋求有效菌種。這兩種方法，其碳排放量大於固碳量，並不綠色、不環保。第三代的生質燃料是藻類，其細胞內具有大量油胞，直接萃取、加工即可使用，但是目前仍處於初始階段。第四篇是未來的路，介紹了包括新燃料、電動車、管理效能等發展。近月來，英國批准新建核能電廠、日本重啟核能，但臺灣卻是禁忌，沒有人敢於談核能。同時，臺灣又要向燃煤說再見，真那麼容易嗎？近年來，臺灣在當局者操作及民粹高漲下，全國彷彿陷入夢境，經濟不振再加能源這類未爆彈，更令識者寢食難安。我只提出一個小問題，請先告訴民眾一度電幾錢？

## 校友動態

駐義代表謝俊得訪阿爾巴尼亞  
駐義大利代表處代理館長謝俊得，為本校政研所校友，10月12日訪問阿爾巴尼亞，於首都地拉那 (Tirana) 與「前進阿爾巴尼亞」(Go Albania) 成員共同主持「性別主流化與台灣民主」研討會，並於會中分享臺灣的民主發展與女權運動成果。謝校友於致詞時表示，「臺灣是全球公民社會的模範生，民主化以來，我們始終堅持和平、自由、民主及人權的普世價值，並願意與價值同盟的友好民主國家共同推動全方位的合作。」阿國的國會議員、市政府官員、大學教授、企業領袖與媒體等，約50人出席這場研討會。(資料來源/校服暨資發處)

## 智慧財產權Q & A

◎主題：著作權，試試看您能否答對：  
(一) 小明想上網拍賣王建民的公仔，但臨時無數位照相機，所以到他人的拍賣網頁下載同一公仔產品的照片，是否須要取得他人的授權？  
(A) 不需要，數位照相機拍出來的只是照片，不是攝影著作，不受著作權保護。  
(B) 需要！縱使是數位照相機拍出來的照片，只要符合最起碼的創意，仍是攝影著作，仍受著作權保護。  
答案：(B)

◎編者按：  
本報開放教職員工來函反映意見；另與學生會合作，學生若有任何疑問可向學生會 (SG203、校內分機2131，E-Mail: tkusablog@gmail.com) 表達，學生會將轉交課外組，並由相關單位提供解決方案與解答，本報亦將刊登相關諮詢，促進學校和學生之間溝通。



2011年日本中央大學來校交流劍道。擊劍校隊於103全大運為校奪6金。每年水上運動會，現場趣味橫生。105年度新生盃男排決賽。每年暑期辦教職員工子女夏令營。五虎崗綜合球場符合國際規格。

## 赴陸當臺生 顛覆學習想像力

戰略碩二滕昀的留學經驗分享

【記者詹雅婷專訪】「不需要太多的花費，加上無語言障礙。」這是戰略碩二滕昀於當初選擇上海復旦大學作為留學的原因，收拾起簡單行囊，以交換生身分出發，踏入說著相同語言，卻又處處迥異的環境。個性爽朗的滕昀談起「臺生初體驗」，她直言沒有特別難適應的地方，但遇見以管道作為馬桶、襪子穿在每間廁所，「這在以現代化著稱的校園中，仍讓我感到驚訝。」即適應力強，但她聊起當地飲食，總是懷念起臺式琳瑯滿目的選擇，「早上如果不吃蛋餅配奶茶，就好像不算是早餐呢！」而重鹹、重辣的口味，更讓滕昀開始學會用手機叫「外賣」。

近年來行動支付在對岸快速擴張，網購和外賣早已融入日常，滕昀對此感到新奇，「手機彷彿成了萬能助理，無論在何時、何地，只要拿出手機便可完成線上交易，即使是路邊小吃攤也不例外。」滕昀興奮地說，一支手機甚至還能玩遍各地呢！利用交換期間走訪一趟內蒙古的她，回憶起一望無際的草原，笑說：「那裡像是走不到盡頭的沙漠，氣勢磅礴的遼闊感令人印象深刻，而當地的豪邁性格，從策馬奔騰的場景，更是一覽無遺。」在學習上，滕昀的科系與國際關係、戰略研究相關，每回課堂猶如一場聯合國會議，來自東南亞、歐美等世界各地的學生，在各自講述報告時，也總能聽到不同

觀點和想法。「這是開闊視野和觀點的好時機，藉由不同角度切入分析和交流，讓彼此更加了解議題的全貌，也能激盪出更多火花。」滕昀直言，這段精彩的留學經驗，完全顛覆在臺求學的安定感。她發現大陸學生有著強烈學習意願與熱忱，正因為競爭壓力大的關係，陸生在學時便積極尋找實習，盼與未來職涯接軌的企圖心，使她在學習上不再是安穩的等待，而是更加主動、努力的學習。滕昀像是挑戰一場獨立學習，對於想前往外地求學の後輩，她說：「不用顧慮那麼多，做就對了！」如同她抱著平常心去體驗，更能有滿載的收穫。(圖/滕昀提供)



滕昀在草原上與馬為伴。

## 全民英檢秘笈

郭岱宗 (英文系退休副教授)

一、重要文法  
1.正在「被」…… be being + p.p  
例如：  
(1)正在被檢查 be being checked  
(2)正在被討論 be being discussed  
(3)正在被讀 be being studied  
(4)正在被修改 be being corrected  
(5)正在被烘乾 be being dried  
2.這個be動詞隨「人」和「時間」而變化

例如：  
我正如：(1)我正在被疲勞轟炸。(現在進行被動) I am being bombarded.  
(2)你明早9:00將被揍。(未來進行被動) You will be being hit at 9:00 tomorrow morning.  
(3)他昨天轉時，我正被我媽詢問。(過去進行被動) I was being questioned by my mom when he knocked on the door yesterday.  
二、替換英文，訂正後、朗讀三遍  
1.我們在街上可以很輕易地拒絕那些湊近我們的推銷

## 雲端浪漫的美麗陷阱

資料來源/諮商輔導組提供

今年咩咩住在學校附近，以節省通勤時間。剛開始不太適應獨立生活，某天晚上回到住處，孤單感再度升起，她拿著手機漫無目的地滑著，突然想起最近很夯的交友APP，一時興起，決定來玩玩看。不久後認識了小楷，照片看來斯文高挑，也常逗得咩咩很開心。兩、三天後，小楷約咩咩一起去夜唱。當晚，咩咩才發現有小楷和他的朋友們，於是咩咩跟著大家走入包廂，隨著歌曲接續點唱、燈光也變得昏暗，小楷靠近咩咩，甚至牽起她的手、輕撫她的腰。無意間，咩咩看到小楷拿出一包藥丸，才驚覺自己可能落入危險中，於是假借到外頭領錢，順利溜走。

網路交友很浪漫，也隱藏著許多看不見的風險。你需要確實掌握以下網路交友心態和策略，以減少風險及避免傷害。  
Q1：哪些情況易落入「網路性侵害」陷阱中？  
A1：任何年齡都易因卸下防備，而忽略危險訊號。研究指出女性、學生較常遇到危險；在個性上，通常有很強的好奇心、容易相信人，以及人際關係界線較模糊的人。以案例來

說，咩咩生活型態改變，產生暫時的不適應和孤單感都是很正常的，卻也是容易卸下心防和渴望建立關係的時候。再者，網路的情場高手多半帥氣、幽默且懂得討人歡心。請留意，網路世界的特性，容易放大美好的想像，而隱藏真實的目的，我們很難單從照片和線上互動的感覺來判斷對方行為及背後的意圖。  
Q2：如何確保網路或APP交友時的自身安全？  
A2：1.不輕易相信對方說的任何事情，且不透露經濟狀況與住址。2.不急著與對方見面，讓時間衡量彼此耐心和適配度，再考慮見面。3.避免單獨見面或約在陌生場合，盡量約在較熟悉的公共場所，以降低危險性。4.碰面前預習防身術，隨身攜帶防身器具。5.碰面前思考可能的危險情境，並讓家人或朋友知悉自己的行蹤。6.只食用自己攜帶的飲料和食物。7.對方用言語或肢體感到不舒服時，需表達符合。  
如「雲端」一詞，網路交友方便且符合潮流，但也似雲一般無法真實接觸全貌，若能保持謹慎的態度、學習自我保護的方法，不僅得降低風險，亦能自在享受雲端互動的快樂。

三、答案  
1. reject、salespeople  
2. approach  
3. surrender、to  
4. ultimate  
5. mass、media  
6. making、a、purchase  
7. TV、advertisement  
8. think、to、yourself  
9. being、brainwashed (正在進行+被動 be being+p.p)