

108 年教育部體育署 救生員訓練簡章暨 契約

指導單位：教育部體育署

主辦單位：中華民國水中運動協會

承辦單位：南投教練團

訓練時間：108 年 05 月 06 日(一)至 108 年 05 月 21 日(二)

訓練地點：埔里游泳池(泳訓)

水里溪(溪訓)

日月潭水域(海訓)

目 錄

一、報名資格	3
二、重要日期	3
三、報名日期	3
四、簡章公告	3
五、報名手續	3
六、訓練日期、時間	4
七、訓練地點、緊急應變計畫	4
八、救生員訓練科目表、訓練服務規定	4
九、收退費基準	5
附表一 報名表	8
附表二 檢定切結書	9
附表三 身體狀況調查表切結書	11
附表四 體格檢查證明(三個月內)	11
附表五 繳費證明黏貼單	

一、報考資格：

- (一)依據教育部體育署與救生員訓練機構約定事項規定，參訓者願依教育部體育署救生員訓練機構約定事項規定接受訓練，立有切結書，得參加本次救生員訓練。
- (二)結訓取得訓練證明，如欲報名救生員檢定須注意下列事項，依據教育部體育署救生員資格檢定辦法第五條規定，應檢人曾犯下列罪名之一且經法院判決確定者，不得參加教育部體育署救生員之檢定：
 1. 犯傷害罪章。但其屬過失犯，不包括之。
 2. 犯中華民國刑法第二百九十四條之遺棄罪。
 3. 犯妨害性自主罪章、妨害風化罪章及妨害自由罪章之罪。
 4. 犯毒品危害防制條例之罪。
 5. 犯殺人罪。

二、重要日期

事項	日期	備註
簡章公告	即日	網路公告
報名	04/17 止	限額 20 名，逾期不予受理
入學測驗	04/18	攜帶個人泳具，18:00 埔里游泳池
報到	05/06	攜帶個人泳具
單項測驗	05/20	1. 救生游泳 2. 求生游泳 3. 救生技術
結訓測驗	05/21	各單項、綜合測驗
放榜	05/21	測驗結束即公告
證書發放	05/28	可自取或郵寄

三、報名日期

即日起至 04 月 17 日 *限額 20 名，以郵戳為憑，逾期不予受理。

四、簡章公告

報名簡章以網路方式公告，網址如下：

中華民國水中運動協會：<http://www.cmas.tw>

五、報名手續

- (一)報名一律採通訊方式辦理，報名資料未齊全者，不予受理報名，亦不退件。
- (二)請以正楷詳細填寫簡章所附報名表等資料（附表一），浮貼本人最近三個月內二吋脫帽正面半身相片，照片背面請書寫姓名以免遺失；共一式二張、身分證正面與反面影本各一份，貼妥於報名表。
- (三)報名費於入學測驗合格後，現場繳費，報名費合計為：新台幣陸仟伍佰元整。

(四) 報名所需各項資料表依下列順序整理並固定後，平放裝入信封後，以掛號方式郵寄至【54547 南投縣埔里鎮水頭里東潤路 75-7 號】，武浪教練收，手機：0921-927541，請將下列資料依順序裝袋，以迴紋針夾於左上方，順序如下：

1. 報名表
2. 切結書
3. 身體狀況調查表切結書
4. 體檢表
5. 匯款資料證明

六、訓練日期、時間、地點

中華民國水中運動協會救生員訓練課表						
日期 星期	時間	科目	課程內容	授課教練	地點	備註
5/6 (一)	1800 ∩ 2200	救生游法(4H)	1. 抬頭捷泳 2. 抬頭蛙泳	教練團	埔里 游泳池	
5/7 (二)	1800 ∩ 2200	救生游法(4H)	1. 側泳 2. 基本仰泳 3. 基本潛泳。	教練團	埔里 游泳池	
5/8 (三)	1800 ∩ 2200	自救及求生 (4H)	1. 漂浮 2. 韻律呼吸 3. 踩水 4. 抽筋處理 5. 浮具製作 6. 藉物待援 7. 求生游泳	教練團	埔里 游泳池	攜帶 長袖 衣褲
5/9 (四)	1800 ∩ 2200	1. 入水法(2H) 2. 防衛法(2H)	1. 靜入式。2. 跑跳式。3. 平跳 式。4. 跨步式。5. 打樁式。 1. 逆退法 2. 單手推離 3. 單 腳壓離 4. 潛避 5. 防衛兼帶 人。	教練團	埔里 游泳池	
5/10 (五)	1800 ∩ 2200	浮潛與搜救 (4H)	1. 浮潛三寶使用。 2. 入水法：跨步、後滾。 3. 搜索法：織布式、地毯式、 標竿式。 4. 水下救援。	教練團	埔里 游泳池	
5/11 (六)	0800 ∩ 1700	1. 性別平等教育(1H) 2. 法律常識 (2H) 3. 基本救生 (2H) 4. 安全講習 (3H)	1. 性別平等意識。 2. 性侵害或性騷擾因應與創 傷。 3. 水上安全相關法律常識。 4. 基本救生概述 5. 場域、器材、鍋爐、消毒安 全常識	教練團	埔里 游泳池	
5/12 (日)	0800 ∩ 1700	急救	1. 心肺復甦術 2. 異物哽塞處理 3. 復甦姿勢 4. 頸脊椎受傷處理	教練團	埔里 游泳池	
5/13 (一)	1800 ∩ 2200	1. 接近法(2H) 2. 解脫法(2H)	1. 緊急停游 2. 正面 3. 背面 4. 側面 5. 水中 6. 水底。 1. 抓腕解脫 2. 正面抱頭解脫 3. 正面纏頸解脫 4. 背面纏頸 解脫 5. 雙溺者解脫	教練團	埔里 游泳池	

5/14 (二)	1800 ∫ 2200	1. 帶人法(2H) 2. 筆試總複習 (2H)	1. 藉物帶人 2. 抓髮帶人 3. 抓腕帶人 4. 仰式帶人 5. 固定帶人 6. 乏泳帶人 7. 雙救者帶人 8. 雙溺者拖帶 法律常識及水土安全救生 知識(2H)	教練團	埔里 游泳池	
5/15 (三)	1800 ∫ 2200	起岸法(4H)	1. 單人起岸 2. 扶拖法 3. 消防員式 4. 馬蹬式 5. 直 拉式	教練團	埔里 游泳池	
5/16 (四)	1800 ∫ 2200	起岸法(4H)	頸椎傷害處理。	教練團	埔里 游泳池	
5/17 (五)	1800 ∫ 2200	術科總複習 (4H)	術科綜合總複習	教練團	埔里 游泳池	
5/18 (六)	0800 ∫ 1700	海浪(湖泊) 救生	1. 認識海洋：海岸、浪、潮 汐、水流。 2. 救生板。 3. 救生浮標、救生浮筒。 4. 開放水域自救與求生。 5. IRB 快艇救生、沙灘體能 訓練。	教練團	日月潭	
5/19 (日)	0800 ∫ 1700	激流救生	1. 認識河川溪流：河岸、上 下游、落差、水流。 2. 開放水域自救與求生 3. 繩結、架繩使用、信號手 勢、激流游泳、徒手及器材 救生、淺灘渡河。	教練團	南投 溪谷	
5/20 (一)	1800 ∫ 2200	單項測驗(4H)	1. 救生游泳。 2. 求生游泳。 3. 救生技術。	總會甄審委員	埔里 游泳池	
5/21 (二)	1800 ∫ 2200	結訓測驗	各單項、綜合測驗。	總會甄審委員	埔里 游泳池	

七、訓練緊急應變計畫

(一)地點：

1. 埔里游泳池(泳訓)
2. 水里溪(溪訓)
3. 日月潭水域(海訓)

(二)緊急應變計畫：

1. 游泳池訓練安全警戒方案：

本次訓練經游泳池同意借用場地，並均以購票方式入場，該泳池已配置足額救生員，可隨時運用現場救生圈、救生桿鈎支援戒護任務，另本會本次授課及協助教練均具有救生員以上資格亦可支援戒護，安全無虞。

(1)鄰近後送醫院規劃：

埔里基督教醫院

電話：049-2912151

地址：南投縣埔里鎮鐵山路1號

2. 激流訓練安全警戒方案：

本次訓練已配置足額教練及救生員，如需緊急醫療救護時，先做初步傷患評估，再通報 119 專線，以救護車送至鄰近地區醫院救治。隨行戒護裝備有拋繩袋、扁帶及醫藥箱可運用。

(1)鄰近後送醫院規劃：

榮民總醫院埔里分院

電話：049-2990833

地址：南投縣埔里鎮榮光路1號

3. 海浪救生訓練安全警戒方案：

本次訓練除配置足額教練及救生員，並有 IRB 二部，浮標、救生板數具可運用，如需緊急醫療救護時，先做初步傷患評估，再通報 119 專線，以救護車送至鄰近地區醫院救治。上課地點備有醫藥箱可運用。

(1). 鄰近後送醫院規劃：

埔里基督教醫院

電話：049-2912151

地址：南投縣埔里鎮鐵山路1號

八、救生員結訓測驗

測驗科目	測驗內容	備考
學科	法律常識及水土安全救生知識	
單項測驗	1. 救生游泳。2. 求生游泳。3. 救生技術	
結訓測驗	各單項、綜合測驗	

九、收退費基準

- (一)開課前 12 日，退還 100%報名費(已完成入學測驗，檢測費 500 元不予退還)。
- (二)開課前 10 日，退還 75%報名費。
- (三)開課前 5 日，退還 50%報名費。
- (四)開課前 3 日，退還 25%報名費。
- (五)開課當日，不予退還。

十、其他注意事項

- (一)報名學員之各項資料表件如有偽造、變造、假冒、冒用或不實者，取消訓練資格，並應負法律責任。
- (二)訓練期間如遇重大天然災害、災害管制發佈等或其他不可抗力因素，得由本會決定訓練停止或延期，並於網站公告。
- (三)本訓練如有未盡事宜，另行公告、通知補充之。
- (四)如有其他疑問請電中華民國水中運動協會 (07) 6171126、南投教練團武浪教練 0921-927541。

108 年教育部體育署救生員訓練機構報名表

姓名：	護照英文姓名：	*請浮貼一式二張本人三個月內兩吋脫帽半身相片，照片背後請寫上中文姓名，以免遺失
出生年月日： 年 月 日		
性別： <input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女	餐食： <input type="checkbox"/> 葷 <input type="checkbox"/> 素	
身分證字號：	學歷：	
LINE ID:	血型：	
E-mail:		
戶籍地址：□□□□-□□□□		
同上 <input type="checkbox"/> 通訊地址：□□□□-□□□□		
聯絡電話（為了您的權益，請確實填寫手機號碼，以便簡訊通知聯絡）		
電話：		手機：
緊急連絡人姓名：	電話：	關係：
証書發放方式： <input type="checkbox"/> 郵寄 <input type="checkbox"/> 親取(地點：_____)		
【身分證影本正面】(浮貼)	【身分證影本反面】(浮貼)	
報名救生訓練檢附資料	審查結果	審查人員簽章
<input type="checkbox"/> 1. 報名表。 <input type="checkbox"/> 2. 檢定切結書。 <input type="checkbox"/> 3. 身體狀況調查表切結書。 <input type="checkbox"/> 4. 體檢表 <input type="checkbox"/> 5. 匯款單據	<input type="checkbox"/> 合於報名資格，准予報名。 <input type="checkbox"/> 報名資格不符，不准報名。 <input type="checkbox"/> 資料不齊，須補件。 <input type="checkbox"/> 報名表、切結書未簽名 <input type="checkbox"/> 其他：匯款單據	

應檢人簽名：_____

法定代理人簽名：_____

(年滿十八歲；未滿二十歲者)

志願參加訓練切結書

本人 志願參加中華民國水中運動協會-南投教練團辦理之救生訓練，且保證本人身體健康、品性良好，無任何不適合游泳之疾病(包含病史)，並已熟知教育部體育署救生員資格檢定辦法，自認符合各項規定並願依規實施，如有違反相關規定情事，願負相關法律責任，且無異議放棄先訴抗辯權及救生員資格。

特立此切結書。

此 致

中華民國水中運動協會

立切結書人：

身分證編號：

地 址：

電 話：

緊急聯絡人：

聯絡電話：

中 華 民 國 年 月 日

身體狀況調查表

【The Physical Activity Readiness Questionnaire PAR-Q (revised 1994)】

請您先填寫這一份 PAR-Q，這一份問卷結果可能決定您在開始從事身體活動前，是否應該先徵求醫師的意見。

請用您的常識，以謹慎、誠實的態度（勾選）下列問題：

內容	是	否
醫生是否曾經說過您有心臟方面的毛病，而且只能從事醫生建議的運動。		
當您從事身體活動時，是否會感覺胸口疼痛？		
在上幾個月裡，您是否曾在沒有從事任何身體活動時仍感覺胸口疼痛。		
您是否曾昏倒或因頭暈而失去平衡過？		
您是否有骨骼或關節方面的問題，會因改變身體活動而更形嚴重？		
您目前是否正在服用醫生所開的血壓藥或心臟病藥物？		
您是否知道自己有任何其他不能從事身體活動的原因？		
您是否已懷孕？		

※如果在您的回答中，有一個或一個以上的答案為“是” ----

那麼我們建議請您：

在做體適能評估或增加運動量之前先徵詢醫生的意見，特別要向醫生提到本問卷中答“是”的項目。

※如果您對七個問題的回答都為“否” ----

則您可以：

開始從事較多身體活動，從較緩和的身體活動開始，然後再逐漸增加，這是最容易又安全的方法。

注意：我已閱讀、瞭解並填寫完本問卷，我原有的疑問均得到滿意的解答。

姓名：_____ 簽名：_____ 日期：_____

見證人：_____

附表四 體格檢查證明(三個月內)

體格檢查證明

附表五

匯款繳費證明黏貼單