

中華民國水中運動協會 109 年丙級充氣式救生艇救難教練訓練實施計畫

一、訓練目的

為培育優秀合格與操作人員，以安全有效執行水域活動之支援戒護，更得提升開放性水域救災技術，協助救災防溺之任務，特辦理本機動艇救難丙級教練訓練。

二、主辦單位

中華民國水中運動協會

三、承辦單位

花蓮縣水中運動協會、中華民國水中運動協會機動艇救難委員會

四、講習日期

109 年 11 月 27.28.29 日（星期五、六、日）天，共計 24 小時。

五、講習地點

學科：秀巒溪泛舟遊客中心

術科：秀姑巒溪渡船區

六、參加資格

需符合下列二項資格：

1. 年滿 18 歲男女，高中職以上畢業，曾接受過水上救生訓練，並持有證明者（基礎救生班訓練）。

2. 通過 200 公尺游泳入訓測驗者。（將未來持有基礎救生證）

七、招生人數

預計招收學員：30 人（如人數未達 15 人將不予開課）。

八、訓練費用

1. 預計招收學員 30 人，每人訓練費 \$4,500 元。

2. 學員訓練費用含午餐、保險費、船艇使用及燃料費、教材費、教練費。

3. 中途退訓者，訓練費用概不退還。

九、報名辦法：（請詳讀報名辦法，以免自身權益受損）

1. 報名方式：花蓮縣水中運動協會

花蓮縣花蓮市和平路。

2. 報名說明：欲報名者請填妥報名表（如附件二）、受訓切結書（如附件三），或電洽後需完成繳費者。

3. 報名時間：自即日起至 109 年 11 月 22 日止，逾期不予受理。

十、收費方式與標準：

1. 費用：4,500 元/人(上述第九條)
(含午餐、保險、教材費、教練費、舟艇使用、燃料費等)。
2. 除因天災及不可抗拒之外力因素，恕不退費。

十一、訓練服裝

1. 個人裝備：個人泳具，防寒衣、手套、膠鞋需自備。
2. 團體裝備：
救生衣、安全頭盔、繩索、機動艇、魚雷浮標等器材，訓練期間由協會提供。

十二、證照核發

全程參與表現良好，期末經學術科測驗成績合格者，陳報中華民國體育運動總會核備，核發「丙級充氣式救生艇（IRB）救難教練證」。

十三、預期效益：

1. 培育水域船艇操作技術，以維海域活動人員之安全。
2. 推廣水域機動艇救難技術，於五級風浪海域環境仍可有效進行水域救難任務。
3. 研習並取得丙級充氣式救生艇（IRB）救難教練證照。

十四、器材需求

如附件四（109 年充氣式救生艇救難丙級教練訓練器材需求表）。

十五、證照年限：

修畢全部學程通過本會考核，並經中華民國體育運動總會審核製發丙級運動教練證，有效期限四年。持照人應於有效期限內參加專業進修。

109 年丙級充氣式救生艇救難教練訓練課程表

日期	時間	科 目	進 度	主講人	備註
11/27 (五)	08:00 08:50	報到、領取資料 始業式、課程介紹	報到、領取資料 始業式、教練團及課程介紹	承辦人	秀姑巒溪
	09:00 12:50	機動艇介紹 船外機介紹 性別平等教育	充氣式機動艇介紹與維護 船外機及相關器材介紹與保養	教練團	
	13:00 15:50	海洋概況 通訊與連絡	潮汐、海流、海浪概要 通訊與連絡		
	16:00 18:00	水域認識 航前準備	水域環境介紹 IRB 組合、航前準備及注意事項		
11/28 (六)	08:00 08:50	游泳能力測試	海上游泳、自救、求生訓練	教練團	秀姑巒溪
	09:00 09:50	航前準備	IRB 組合、航前準備及注意事項(運動基本技術)		
	10:00 12:00	機動艇駕駛練習	海上航行（直線、圓型、八字型） 離岸、靠岸		
	13:00 13:50	運動科學理論	運動科學簡介		
	14:00 15:50	機動艇救難實務	平靜水域救溺 礁岩區救溺-魚雷浮標、救生繩袋		
	16:00 18:00	器材整理與運動營養學	器材維護保養 貯存六大營養素、賽前、間、後飲食		
11/29 (日)	08:00 08:50	水上安全標誌信號海上航行實務	水上安全標誌信號(運動規則) 海上航行規則摘要及航行常識	教練團	秀姑巒溪渡船區
	09:00 09:50	戰略與戰術 運動傷害學(運動傷害防護)	國際競賽規則、戰略與戰術 運動傷害、暖身運動		

	10:00 10:50	航前準備	IRB 組合、航前準備及注意事項		
	11:00 12:00	機動艇救難實務 指導技術	重心平衡、浪區航行訓練 浪區快速救溺、多溺者救溺 失控 IRB 處理、船艇救援、 IRB 水面搜索與打撈		
	13:00 13:50	水上安全 體能訓練法	急救術、自救求生 體能訓練法		
	14:00 15:50	器材整理	器材維護保養貯存、清洗貯存		
	16:00 17:50	期末筆試	期末筆試		
	18:00 18:50	期末座談會	講評與檢討	教練團	秀姑巒溪渡船區

上述課表得視天候及場地全權由主辦單位及教練團視實際狀況作適當調整，學員不得異議。

109 年丙級充氣式救生艇救難教練訓練報名表

姓名	中文		英文		請浮貼一張本人近期兩吋脫帽半身相片，照片背後請寫上中文姓名。另請附一份電子檔照片。
出生年月日		年 月 日	出生地		
性別	☐ 男 ☐ 女		學歷		
身分證字號				血型	
通訊地址		□□□-□□			
電話			手機		
現職					
電子信箱					
【請黏貼身分證影本正面】			【請黏貼身分證影本反面】		
欲參加充氣式救生艇丙級教練訓練者須具有合格救生員訓練證明者始得報名。					
請黏貼合格救生員(或以上資格)訓練證明影本【正面】			請黏貼合格救生員(或以上資格)訓練證明影本【背面】		
學員簽名				報名日期	
講習費用新台幣 4,500 元整		☐ 已繳 ☐ 未繳		收款人簽章	

109 年丙級充氣式救生艇救難教練訓練自願受訓切結書

受 訓 切 結 書

本人_____ 志願參加 109 年充氣式救生艇救難丙級教練訓練，本人已詳細閱讀貴單位訓練相關規定，及本人願在貴單位公開、公平、公正的評核下，接受此次充氣式救生艇救難丙級教練訓練及期末測試，並願意接受期末測試結果。

本人深知充氣式救生艇救難丙級教練訓練具有潛在的危險性，亦明白訓練期間時的身體狀況欠佳可能帶來的危險，本人保證全程期間身體狀況一切良好，可以接受此次在職專業訓練，如本人隱瞞身體不適情形勉強接受訓練致發生意外，本人願先聲明其與貴單位無關，並願放棄一切所有民事訴訟及賠償權，貴單位不需負任何責任。本人願簽署此切結書，表明以上陳述是真實而自願。

本人未滿 20 歲法定年齡，參加此次在職專業訓練，除瞭解同意前述內容外，在法定代理人或監護人之同意下，簽署此切結書。

簽切結書人：_____

簽署日期：_____

本人係未滿 20 歲法定年齡應檢人_____之法定代理人（監護人），對上述所言已充分瞭解及同意，為其未來前途，同意參加此次在職專業訓練，並願簽署此切結書，表明以上陳述是真實而自願。

法定代理人（監護人）：_____

簽署日期：_____

109 年丙級充氣式救生艇救難教練訓練器材需求表			
項次	器材名稱	數量	說明
1	充氣式救生艇(25-30hp，含螺旋業保護罩、燃料箱、划槳、維修包)	7 艘	每 4 位學員一艘，25 位學員最少需外借 6 艘，自有 1 艘教官預備艇。
2	魚雷浮標	12 條	每艇配備 2 具魚雷浮標
3	硬(軟)式頭盔及救生衣	25 套	訓練時，學員必備標準安全裝備
4	水面浮標組	3 組	水面位置標示
5	8-10mm 浮水繩，15 公尺長。	12 條	失控船艇救援
6	信號旗組	2 套	陸地對水上聯絡使用