

中華民國水中運動協會
110 年丙級開放性水域環境與安全教育訓練教練
培訓實施計畫

- 一、宗旨：培養學員成為開放性水域安全知識種子教練，推廣校園水域安全知識，達到學員防溺水自救知能之目標。
- 二、主辦單位：中華民國水中運動協會、國立高雄科技大學（海洋事務研究中心）。
- 三、協辦單位：本會開放性水域環境與安全教育訓練委員會。
- 四、講習時間：
 - （一）、學科：11 月 9 日、11 月 16 日。
 - （二）、術科：11 月 20 日。
- 五、講習地點：
 - （一）、學科：國立高雄科技大學 致遠樓 3205 室。
 - （二）、術科：高雄市永安區 烏林投里海域。
- 六、參加資格及人數：
 - （一）、年滿 18 歲(含)以上，高中(職)或同等學歷以上。
 - （二）、名額 30 人為限。
 - （三）、近三個月內核發之良民證且無下列之罪章情事；具外國籍者，應檢附原護照國開具之行為良好證明文件。
 - (1)犯傷害罪章，但其屬過失犯，不包括之。
 - (2)犯性侵害犯罪防治法第二條第一項所訂之罪，妨害風化罪章及妨害自由罪章。
 - (3)犯毒品危害防制條例之罪。
 - (4)犯殺人罪。
 - (5)違反運動禁藥管制辦法相關規定。
- 七、報名時間：自即日起至 110 年 10 月 30 日止。
- 八、報名方式：採線上表單報名。
- 九、報名、證照費：600 元
- 十、洽詢專線：國立高雄科技大學 海洋事務與產業管理研究所
吳予瀧 07-3617141#23136
C108186136@nkust.edu.tw
- 十一、備註：
 - （一）、本次活動未強制穿著泳衣，為環境保育不鼓勵塗抹防曬，建議可穿著長袖衣物以防曬傷。
 - （二）、建議個人穿著衣物：泳具或長袖衣褲一套(著衣落水訓練項目使用，請避免棉質布料及牛仔褲)、拖鞋或涼鞋。
 - （三）、建議個人攜帶物品：更換衣物、浴巾（上岸保暖及盥洗用）、水壺、為響應環保，請自備個人餐具。
 - （四）、建議出發前先換好下水服裝以節省換裝時間。
- 十二、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。

中華民國水中運動協會 110 年丙級開放性水域教練培訓課程表

日期 時間	11 月 9 日 (星期二)	11 月 16 日 (星期二)	11 月 20 日 (星期六)
08:10 09:00	報到 開訓	素養導向課程 (性別平等教育)	開放性水域自救 協力救生技術
09:10 10:00	課程介紹 宣誓	教學設計：核心概念 (運動基本技術)	
10:10 11:00	常見溺水案例介紹 (運動傷害防護)	教學設計：實務篇 (體能訓練法)	
11:10 12:00	各國水域安全教育案例 探討	教學設計：分組討論 (戰略與戰術)	
13:00 13:50	海訓課程概論 (運動規則、運動營養 學)	教學魔法師 救援教具製作 (運動科學理論)	繩結教學 浮具利用 及拋繩袋運用
14:00 14:50		破冰活動練習 總結活動練習	
15:00 15:50	協作工具介紹 拋繩袋技術浮具製作 (指導技術)		術科測驗
16:00 17:20	學科評量	遊戲化教學策略	

中華民國水中運動協會 110 年度丙級開放性水域教練培訓報名表

姓 名	中 文		生 日	年 月 日	照 片
	英 文		身分證字號		
電 話	公			行動電話	
	宅				
電 子 信 箱					
學 歷			現 職		
通 訊 地 址	郵遞區號_____				
飲 食 習 慣	☐ 葷 ☐ 素				
游 泳 能 力	☐ 立泳 ☐ 抬頭蛙 ☐ 任一式游泳能力 ☐ 仰漂 ☐ 水母漂				
備註： 一、報名、證照費：600 元 二、報名時間：即日起至 110 年 10 月 30 日止。 三、活動地點： （一）、學科：國立高雄科技大學(楠梓) 致遠樓 3205 室。 （二）、術科：高雄市永安區 烏林投里海域。 四、注意事項： （一）、本次活動未強制穿著泳衣，為環境保育不鼓勵塗抹防曬，建議可穿著長袖衣物以防曬傷。 （二）、建議個人穿著衣物：泳具或長袖衣褲一套(著衣落水訓練項目使用，請避免棉質布料及牛仔褲)、拖鞋或涼鞋。 （三）、建議個人攜帶物品：更換衣物、浴巾(上岸保暖及盥洗用)、水壺、為響應環保，請自備個人餐具。 （四）、建議出發前先換好下水服裝以節省換裝時間。 一、洽詢專線：國立高雄科技大學 海洋事務與產業管理研究所 吳予瀧 07-3617141#23136 C108186136@nkust.edu.tw					