

112 年中華民國水中運動協會 救生教練班招生簡章

指導單位：中華民國水中運動協會

主辦單位：水上安全救生委員會

承辦單位：中區教練團

訓練時間：112 年 5 月 21 日至 6 月 11 日(計 96 小時以上)

訓練地點：梧棲區游泳池 (04-26580767)

中華民國水中運動協會救生教練班 招生簡章

一、訓練日期：112年5月21日至6月11日（6/3、4備課日）

二、訓練時間：每日下午17:30至21:30

假日為全天(08:00~17:00)，共計96小時以上。

三、訓練地點：梧棲區游泳池

溪訓：南投 水里溪

海訓：大安海域

四、參訓資格：

(一)年滿18歲以上，高中(職)以上畢業，有意願參與本會辦理水上安全救生訓練工作。

(二)具水上安全救生員資格滿二年；或持有救生員證照滿二年者。

(三)身體健康，無法定傳染病(以體檢表為憑)。

(四)具救生四式各100公尺(男12分鐘、女13分鐘內完成)及潛泳25公尺之能力，**擇優錄取**。

五、報名資訊：**5/21 入訓測驗(08:30)後即開訓至下午17:30**。

(一)報名一律於5/21日入訓測驗合格後採現場方式辦理，報名資料未齊全者，不予受理報名，當場退件；**入訓測驗費300元**。

(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 5/21 日入學測驗合格後，現場繳費，報名費合計為：新台幣伍仟元整(不含場地、入訓水考、證照及相關訓練所衍伸的費用)。

(四)報名所需各項資料表依下列順序整理並固定後依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. 健康諮詢表

3. 訓練契約書

(一) 報名表

(二) 體檢表

(三) 健康諮詢表

(四) 受訓切結書(緊急聯絡人及電話)

(五) 救生員證影本

4. 體格檢查證明(醫療機構三個月內，112 年 2 月 21 日以後)訓期結束經測驗合格另繳救生教練證照費 1000 元，訓期所衍生費用一切由學員負責給付。

七、結訓領證：全程參與訓練，經筆試、單項、綜合測驗及實際授課均達 70 分以上，始得發證。

八、檢附資料：

中華民國水中運動協會救生教練班課程表 (112/5/21~6/11)

日期	時間	科目	內容	授課教練	上課地點	附註
	08:00 08:30	報到	報名資料檢核			文書行政
5/21 (日)	08:30 10:30	入訓測驗	1. 測驗潛泳 25 公尺及 400 公尺游泳(蝶、仰、蛙、捷)。 2. 救生四式(抬頭捷泳、蛙泳、側泳、基本仰泳各一百公尺，男性 12 分鐘內，女性 13 分鐘內完成)，擇優錄取。	教練團 協會委員會	泳池	經入訓測驗合格後即開訓上課。
	10:30 12:00	開訓	中華民國水中運動協會簡介			協會代表
	13:30 17:30	急救法	心肺復甦術、異物哽塞處理、哈姆立克、AED 操作、復甦姿勢			BLSI 授課
5/22 (一)	17:30 21:30	急救法	呼吸及循環系統概要、骨折包紮、創傷止血、頸脊椎受傷、長臂板操作、常見症狀處理	教練： 助教：教練團	泳池	BLSI 授課
5/23 (二)	17:30 21:30	自救與求生	自救法(水母漂、抽筋自解、踩水、仰漂)、求生法(藉物漂浮、浮具製作)、基本救生	教練： 助教：教練團	泳池	乾淨長袖衣褲一套
5/24 (三)	17:30 21:30	救生游法	抬頭捷泳、抬頭蛙泳、側泳、基本仰泳、徒手潛泳	教練： 助教：教練團	泳池	
5/25 (四)	17:30 21:30	游泳法	蝶泳、仰泳、蛙泳、捷式	教練： 助教：教練團	泳池	
5/26 (五)	17:30 21:30	徒手救生	入水法、接近法、防衛法、解脫法、帶人法、起岸法	教練： 助教：教練團	泳池	
5/27 (六)	08:00 17:00	海浪救生	海洋概況、海浪游泳、沙灘體能、魚雷浮標、救生板、協力救生、船艇救生、開放性浴場管理。	教練：許宗富 助教：教練團	大安海域	注意安全 交通自理
5/28 (日)	08:00 17:00	激流救生	渡河、裝備救援、繩索救生、省力裝置架設、救生繩及救生繩袋救援	教練：許宗富 助教：教練團	水里溪	注意安全 交通自理
5/29 (一)	17:30 21:30	徒手救生	帶人法、解脫法、起岸法	教練： 助教：教練團	泳池	
5/30 (二)	17:30 21:30	教學概論	教學法、救生員檢定考核項目及標準	教練： 助教：教練團	泳池	
5/31 (三)	17:30 21:30	自救求生教學	試講試教(著衣游泳、水中脫衣、浮具製作、藉物漂浮、岸上救生、涉水救生)	教練： 助教：教練團	泳池	乾淨長袖衣褲一套
6/1 (四)	17:30 21:30	基本潛水	潛水定義、裝備、搜索、打撈	教練： 助教：教練團	泳池	自備三寶
6/2 (五)	17:30 21:30	開班實務	開班程序、班隊管理、成績考核、教學要領、領導統御、救生員授權管理辦法	教練： 助教：教練團	泳池	

6/3、4 (六、日)	08:00 17:00	休假日(試講試教 備課日)			
----------------	----------------	---------------	--	--	--

6/5 (一)	17:30 21:30	急救法 教學	試講試教 (心肺復甦術、異物哽塞處理、哈姆立克、AED 操作、復甦姿勢)	教練： 助教：教練團	泳池	
6/6 (二)	17:30 21:30	救生游 法教學	試講試教 (抬頭捷泳、抬頭蛙泳、側泳、基本仰泳、徒手潛泳)	教練： 助教：教練團	泳池	
6/7 (三)	17:30 21:30	徒手救 生教學	試講試教 (入水法、接近法、防衛法)	教練： 助教：教練團	泳池	
6/8 (四)	17:30 21:30	徒手救 生教學	試講試教 (解脫法、帶人法、起岸法)	教練： 助教：教練團	泳池	
6/9 (五)	17:30 21:30	模擬救 生教學	試講試教 (三大綜合模擬救生考題)	教練： 助教：教練團	泳池	
6/10 (六)	08:00 17:00	總複習	學科、術科綜合總複習	教練團	泳池	
6/11 (日)	08:00 17:00	結訓 測驗	各單項測驗、急救測驗、綜合測驗	甄審委員	泳池	

九、注意事項：

1. 本授課表授課總時數為 96 小時以上，學員必須嚴守團隊紀律服從教練指導，列入操行成績。
2. 受訓期間不得無故缺席、遲到、早退。請假應事前辦理，時數不得超過總授課時間之十分之一，否則以退訓論。
3. 訓練期間請自行購票進入泳池參訓。
4. 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。
5. 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。
6. 本訓練如有未盡事宜，另行公告、通知補充之。
7. 如有其他疑問 Line:0937775304 楊隆富教練(請善用 Line 訊息)。

十、訓練地點：

泳池：梧棲區游泳池

溪訓：南投 水里溪

海訓：大安海域

總教練：楊隆富 副總教練：許宗富、紀孫源

教練團：中區教練團

主辦單位：水上安全救生委員會

承辦單位：中區教練團

協辦單位：梧棲區游泳池

附件一

中華民國水中運動協會

《救生員教練班-參訓報名表》

可採用 Line：0937775304 簡訊 提供報名資訊

姓名：		照片浮貼處
英文姓名：		
性別： <input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女	出生： 年 月 日	請浮貼 1 張本人 三個月內兩吋脫帽 半身相片
學歷(在學請填校名)：	身份證字號：	
LINE ID(必填)：	職業：	
通訊地址：□□□-□□		
電話：	手機：	
E-mail：		
報名費用：5000 元		
申請日期：	申請人簽章：	
【請浮貼身分證影本正面】		【請浮貼身分證影本反面】
【請浮貼救生員證影本正面】		
審查結果： <input type="checkbox"/> 合於規定，准予換/發證書。 <input type="checkbox"/> 不合規定，不准換/發證書。 原因：	審核委員簽章：	
	報名費用採現場繳交	

健康諮詢表

救生員學員健康諮詢表					
姓名		年齡	歲	血壓	/
身高	公分	體重	公斤	血型	型
緊急聯絡人		關係		緊急聯絡電話	
1. 過去一個月來說，您認為您目前的健康狀況是？ <input type="checkbox"/> 很好 <input type="checkbox"/> 好 <input type="checkbox"/> 不好 2. 過去一個月來說，您認為您目前的心理健康是？ <input type="checkbox"/> 很好 <input type="checkbox"/> 好 <input type="checkbox"/> 不好 3. 過去一個月內，喝酒行為？ <input type="checkbox"/> 不喝酒 <input type="checkbox"/> 時常喝酒 4. 過去一個月內，您曾在運動過程當中昏倒嗎？ <input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否 5. 過去一個月內，常覺得焦慮、憂鬱嗎？ <input type="checkbox"/> 沒有 <input type="checkbox"/> 很少 <input type="checkbox"/> 時常 6. 過去一個月內，常覺得胸悶嗎？ <input type="checkbox"/> 沒有 <input type="checkbox"/> 很少 <input type="checkbox"/> 時常					
最近三年是否患有以下疾病或症狀	個人疾病史：勾選您本人曾患過的疾病 <input type="checkbox"/> 心臟疾病 <input type="checkbox"/> 哮喘 <input type="checkbox"/> 暈眩 <input type="checkbox"/> 高血壓 <input type="checkbox"/> 腎臟病 <input type="checkbox"/> 懷孕 <input type="checkbox"/> 癲癇 <input type="checkbox"/> 甲狀腺 <input type="checkbox"/> 血友病 <input type="checkbox"/> 酒精中毒 <input type="checkbox"/> 低血壓 <input type="checkbox"/> 弱視 <input type="checkbox"/> 糖尿病 <input type="checkbox"/> 肺結核 <input type="checkbox"/> 皮膚過敏 <input type="checkbox"/> 紅斑性狼瘡 <input type="checkbox"/> 過敏(藥物/食物) <input type="checkbox"/> 心理或精神疾病 <input type="checkbox"/> 其他 <input type="checkbox"/> 無				
最近三年曾經接受過的(重大)手術	<input type="checkbox"/> 是____ <input type="checkbox"/> 無				
學員簽名					
未滿二十歲且未結婚者須法定代理人簽名					
日期	中華民國 年 月 日				
註：健康諮詢表內容因涉及個人隱私，本機構將依個資法相關規定妥善保管。					

中華民國水中運動協會 參加救生員訓練契約書

本人自願參加「中華民國水中運動協會」救生員訓練，同意簽定本契約書，並遵守協會相關規定，其條款如下：

- 第一條：本人身體健康狀況良好，體力甚佳，無任何疾病，訓練期間，若發生純屬自身健康、安全或意外事件，願自行負責（檢附報名前三個月內醫療機構證明文件）。
- 第二條：受訓期間嚴守團隊紀律，服從教練指導，不無故缺席、遲到或早退。若遇臨時突發事故遲到、缺課，須於三日內與總教練協調時間完成補課手續。
- 第三條：學員所繳交費用係訓練必要開支，受訓學員應於報名時完成繳納；訓練期間自行退訓者，不得申請退費；訓練日前退費依報名簡章上列之退費標準辦理。
- 第四條：為維護訓練期間學員之人身安全保障，同意由承辦單位依教育部救生員資格檢定辦法第 16 條規定，統籌辦理公共意外責任保險；其保險範圍及最低保險金額如下：
一、每一個人身體傷亡：新臺幣五百萬元。
二、每一個事故身體傷亡：新臺幣三千萬元。
三、每一個事故財物損失：新臺幣二百萬元。
四、保險期間內總保險金額：新臺幣六千四百萬元。
- 第五條：成績考核：操行（缺課超過訓練總時數十分之一者，不及格）、學科、術科（有三項未達標準者，視同不及格，不得補考），均以 70 分為及格標準。
- 第六條：受訓學員留存建檔之個人資料，承辦單位及總會依法辦理，並遵守相關個資保密規定。

立契約人：

甲 方：中華民國水中運動協會

地 址：高雄市梓官區信義路 68 巷 10 號

乙 方：

身分證字號：

住 址：

（未滿二十歲應經法定代理人同意）

法定代理人：

身分證字號：

住 址：

中 華 民 國 年 月 日

附件四 體格檢查證明(醫療機構三個月內證明文件)

體格檢查項目

1. 視力：兩眼裸視力達〇·六以上者，且每眼各達〇·五以上者，或矯正後 兩眼視力達〇·八以上，且每眼各達〇·六以上者。
2. 辨色力：能辨別紅、黃、綠色者。
3. 聽力：能辨別聲響者。
4. 四肢：四肢健全無殘缺者。
5. 活動能力：全身及四肢關節活動靈敏者。