**中華民國紅十字會總會107年高級水上安全救生教練繼續教育實施計畫**

**壹、目的：**落實紅十字會高級水上安全救生教練繼續進修教育，提昇水上安全救生訓練品質與安全。

**貳、依據：**中華民國紅十字會高級水上安全救生教練繼續教育要點辦理。

**參、主辦單位：**中華民國紅十字會總會(以下簡稱本會)。

**肆、承辦單位：**本會教育訓練處

**伍、訓練辦法：**

一、訓練內容：

(一)訓練大綱：

1.術科研習。

2.教育部體育署救生員檢定說明

3.水上訓練及服務安全要點。

(二)程序表：如附件一。

(三)課程講義：隨堂分發。

二、參訓資格：本會所屬高級水上安全救生教練。

三、報名表：如附件二。

四、(一)訓練地點：

台北海洋科技大學(台北市士林區延平北路九段212號)

(二)訓練時間：

107年3月18日(星期日)上午8時至下午17時30分。

五、訓練名額：50人

**陸、報名：**

一、每位參訓學員酌收新台幣500元，協助授課及分組操作之教練免收費。

二、報名日期：即日起至107年3月9日(星期五)前將報名表郵寄、傳真或郵電至本會教育訓練處。

(一)郵寄地址：10855臺北市萬華區艋舺大道303號

(二)傳真電話：(02)2363-9646

(三)電子信箱：kaku65@redcross.org.tw

(四)聯絡人：郭威聖 電話：(02)2362-8232分機506

1. **預期效益：**

一、本次高級水上安全救生教練繼續教育預計參訓志工教練約50人。

二、藉由本次繼續教育，可有效強化志工教練紅十字運動知識，達到擴大傳播紅十字運動效益及志願服務理念。透過水上安全救生繼續教育可提升志工教練專業知能，確保水上安全教育訓練品質，增進備災救災及維護民眾水上活動安全功能。

三、提升教練自救教學能力、強化安全與法律常識，確保訓練安全，杜絕意外發生。

**捌、注意事項：**

一、本次活動須下水操作，請務必攜帶泳裝、泳具。

二、如經過報名後無故不到，次年列入候補名單。

**玖、**本計畫奉核可後實施，修訂時亦同**。**

附件一

中華民國紅十字會107年高級水上安全救生教練繼續教育訓練程序表

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 日期 | 時間 | 課目 | 內容要點 | 主持人 | 備註 |
| 3月18日)星期日（ | 0800∣0830 | 報 到 |  | 教育訓練處 | 繳驗高級水上安全救生教練證正本 |
| 0830∣0900 | 開 訓 |  | 教育訓練處 | 教室 |
| 0900∣1000 | 救生員資格檢定暨訪視相關行政事務重點及注意事項說明 | 說明、研討 | 教育訓練處教練團 | 教室 |
| 1010∣1110 | 審甄之職責與倫理 |  | 教育訓練處教練團 | 教室 |
| 1110∣1200 | 救生員資格檢定-學術科測驗方式及評分基準表之說明 |  | 教育訓練處教練團 | 教室 |
| 1200∣1250 | 午 休 | 教育訓練處 |  |
| 1300∣1350 | CPR+AED | 分三組輪帶式操作 | 教育訓練處教練團 | 游泳池 |
| 1400∣1450 | 訓練模組一 |  | 教育訓練處教練團 | 游泳池 |
| 1500∣1550 | 訓練模組二 |  | 教育訓練處教練團 | 游泳池 |
| 1600∣1700 | 訓練模組三 |  | 教育訓練處教練團 | 游泳池 |
| 1700∣1730 | 水上訓練及服務安全要點說明 | 1.座談2.結訓 | 教育訓練處處長 |  |

模組一至模組三至少每三年實施一次

模組一

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | 基本救生 | (1)徒手。(2)物援。(3)拋擲。(4)涉水。 |
|  | 自救與求生 | (1)漂浮。(2)韻律呼吸。(3)踩水。(4)求生游泳。(5)衣服利用。(6)抽筋自解。(7)藉物待援。(8)保溫。(9)火海通過。 |
|  | 救生游泳 | (1)抬頭捷泳。(2)抬頭蛙泳。(3)側泳。(4)基本仰泳。(5)基本潛泳(含徒手潛泳、潛泳)。 |
|  | 入水法 | (1)靜式。(2)跑跳式。(3)平跳式。(4)跨跳式。(5)高跳式。 |
|  | 浮潛與搜救 | (1)裝備：蛙鞋、面鏡、呼吸管。(2)入水：跨步、後滾。(3)搜索：織布式、地毯式、標竿式。(4)水下救援。 |
|  | 器械救生 | (1)救生浮標、救生浮筒。(2)救生板。(3)拋繩袋。 |
|  | 急救 | 依紅十字會急救訓練辦法規定。 |

模組二

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | 接近法 | (1)預備動作。(2)正面。(3)背面。(4)水中。(5)水底。 |
|  | 防衛法 | (1)單手阻擋。(2)雙手阻擋。(3)雙手下壓。(4)單腳蹬離。 |
|  | 解脫法 | (1)抓腕解脫。(2)正面推肘。(3)背面推肘。(4)雙淹溺解脫。 |
|  | 帶人法 | (1)藉物帶人。(2)抓衣領。(3)抓腕。(4)抱胸。(5)疲乏。 |
|  | 起岸法 | (1)淺水：攙扶式、拖拉式、馬鞍式、馬蹬式。(2)深水：扶托式、直拉式。(3)頸椎傷害處理。 |
|  | 急救 | 依紅十字會急救訓練辦法規定。 |

模組三

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | 舟艇安全 | (1)無動力小舟及動力船艇。(2)駕駛：操槳、舷外機。(3)交換位置。(4)翻覆處理。(5)水中上船。 |
|  | 河海救生 | (1)救生板。(2)救生浮標、救生浮筒。(3)認識海洋：海岸、浪、潮汐、水流。(4)認識河川溪流：河岸、上下游、落差、水流。(5)水中有害生物：咬傷、割（刺）傷、蜇傷、毒。(6)開放水域自救與求生。 |
|  | 急救 | 依紅十字會急救訓練辦法規定。 |

附件二

中華民國紅十字會107年高級水上安全救生教練繼續教育訓練報名表

|  |
| --- |
| 單位： 分(支)會 承辦人 ： 連絡電話： |
| 序號 | 姓名 | 出生年月日 | 身分證字號 | 教練證有效日期 | 備註 |
| 1 |  |  |  |  |  |
| 2 |  |  |  |  |  |
| 3 |  |  |  |  |  |
| 4 |  |  |  |  |  |
| 5 |  |  |  |  |  |
| 6 |  |  |  |  |  |
| 7 |  |  |  |  |  |
| 8 |  |  |  |  |  |
| 9 |  |  |  |  |  |
| 10 |  |  |  |  |  |
| 11 |  |  |  |  |  |
| 12 |  |  |  |  |  |
| 13 |  |  |  |  |  |
| 14 |  |  |  |  |  |
| 15 |  |  |  |  |  |