

## 中華民國紅十字會水上安全救生教練訓練班入訓甄試要點

壹、書面資料審查：通過後始得進入學、術科測驗。

貳、學科測驗：滿分 100 分，合格成績 75 分(含)以上，命題範圍包含：

- 一、中華民國紅十字會水上安全救生訓練教材。
- 二、中華民國紅十字會水上安全急流救生訓練教材。
- 三、中華民國紅十字會急救理論與技術。

參、口試：紅十字運動、急救知識、水上安全知識及志願服務理念詢答互動，並依據個人整體表現給分，合格成績 75 分。

肆、術科測驗：合格成績 75 分(四項平均)

一、救生 12 式游泳測驗：救生 8 式(蝶泳、仰泳、側泳、揮臂側泳、基本仰泳、反蛙泳、特來琴泳、特來琴爬泳)、救生四式計時測驗(抬頭捷、抬頭蛙、基本仰、側泳)

(一)每一泳姿連續游完 50 公尺，8 式不計時間，以泳姿正確、具協調性及韻律感等三項標準給分，8 式成績相加後平均為總分。

(二)救生四式計時測驗標準 6 分鐘，以泳姿正確、具協調性及韻律感等三項標準給分，計時成績為參考依據，四式成績相加為總分。

二、踩水：按小蛙式、攪蛋式、剪刀式順序測驗，每式 1~2 分鐘，以姿勢正確、具協調性及韻律感等三項標準給分，以 3 式成績相加後平均為總分。

三、潛泳：弓身及直立式下潛 3 公尺後水平潛泳 20M，以全程維持在水深 1.5 公尺以下、具協調性及韻律感等三項標準給分。

四、漂浮與自救：(請自備衣物)由主考臨時指定項目及動作重點。

五、救生能力測驗：入水法、接近法、防衛法、帶人法、解脫法、起岸法。

伍、急救能力測驗：CPR+AED 操作(需實施口對口人工呼吸)合格成績 75 分。

備註：上述貳、參、肆、伍等各項均達 75 分以上始得錄取。