

中華民國紅十字會水上安全救生教練訓練辦法

中華民國 97 年 1 月 29 日

中華民國紅十字會總會 97 年第 1 次理事會修正通過

中華民國 97 年 12 月 18 日

中華民國紅十字會總會第 19 屆第 1 次理監事聯席會議修正通過

中華民國 111 年 3 月 15 日

中華民國紅十字會第 22 屆第 4 次理事會議修正通過

一、辦理水上安全救生教練訓練班（開班）：

（一）主辦單位為中華民國紅十字會及各分級組織，不得委託個人或其他單位承辦。

（二）各分級組織應於開班 15 日前，將訓練計畫及課程表函送本會備查。

二、報名應具備下列各項資格：

（一）年滿 20 歲，高中(職)畢業，志願協助紅十字會辦理水上安全救生訓練工作。

（二）紅十字會急救員或救護技術員（EMT）以上資格。

（三）紅十字會水上安全救生員資格滿 2 年，且實際從事水上安全救生服務 48 小時以上；或水上安全救生員資格滿 1 年，且實際從事水上安全救生服務 48 小時以上，表現優異，經 2 位教練推薦者。

（四）身體健康（以體檢表為憑）。

三、入學測驗：

（一）術科：具有游完救生 12 種泳姿（捷、蛙、仰、蝶、基本仰泳、反蛙泳、側泳、揮臂側泳、特來琴、特來琴爬泳、抬頭捷、抬頭蛙）、潛泳 25 公尺及潛深 3 公尺之能力。

（二）學科（筆試）成績須達 75 分，測驗內容包括：1. 紅十字運動 2. 志願服務理念 3. 水上安全知識 4. 急救知識。

四、訓練：

- (一)教材應使用本會印行之「水上安全救生訓練教材」、「急救理論與技術」、「中華民國紅十字會訓練規章彙編」及授課教練補充講義。
- (二)應由紅十字會高級水上安全救生教練主持訓練課程及授課，聘請其他專家學者授課時，應有紅十字會高級水上安全救生教練在場。
- (三)急救課程應由紅十字會急救教練或高級急救教練擔任授課。
- (四)應由主辦紅十字會派員主持開訓及輔導課務，並建立書面紀錄。

五、訓練人數：每班 12 至 30 人為宜。

六、訓練課程：單元名稱、內容要點及時數如下表：

序號	單元名稱	內容要點	時數	備註
1	認識紅十字	(1)紅十字運動的起源與標誌。 (2)國際紅十字與紅新月運動基本原則。 (3)國際紅十字與紅新月運動的組織。 (4)中華民國紅十字會簡介。	2	
2	法律常識	救生教練應有之法律常識。	2	
3	游泳 12 式	(1)捷泳。 (2)蛙泳。 (3)仰泳。	2	修正動作 體能要求

		(4)蝶泳。 (5)基本仰泳。 (6)反蛙泳。 (7)側泳。 (8)揮臂側泳。 (9)特來琴泳。 (10)特來琴爬泳。 (11)抬頭捷泳。 (12)抬頭蛙泳。		
4	游泳訓練研討	(1)教學設計。 (2)游泳教學安全實務。	2	
5	救生課程複習與研討	(1)救生游泳。 (2)靜水救生複習與研討。 (3)動水救生複習與研討。	16	
6	急救課程複習	依紅十字會急救員複訓辦法規定。	7	
7	救生訓練課程設計	(1)訓練計畫擬訂。 (2)訓練實務。	4	
8	游泳教學技巧	(1)游泳教學法。 (2)游泳教學課程設計。 (3)單項動作教學要點。 (4)綜合教學要點。	4	
9	救生教學技巧	(1)靜態水域。 (2)動態水域。	17	
10	身心障礙游	教學個案研討。	2	

	泳教學			
11	單項測驗	(1)游泳教學。 (2)救生技術。 (3)急救技術。 (4)救生器材使用與維護。 (各單項測驗不合格者，不得參加綜合測驗)	6	
12	綜合測驗	(1)學科。 (2)術科。 (3)口試。 (4)試教。	8	
總時數至少 72 小時				

七、訓練時程：每日訓練時數，由訓練單位視每班情形訂定。

八、發證辦法：

(一)全程參加訓練，單項測驗及綜合測驗成績均達 75 分，可取得紅十字會水上安全救生教練證書。

(二)由主辦單位依式列印完整中英文證書，檢附學員名冊、學員資格證明及總成績表送本會審核發證。

九、證書效期：自發證日起 3 年。

十、換發新證：三年內至少參加一次繼續教育，無不良紀錄且合乎下列條件之一者，得於證書效期屆滿前 6 個月，檢具紅十字會「水上安全教練證書換發申請表」附上證書影本及急救員以上資格證明，由各分級組織送本會核發新證。

(一)每年參與水上安全救生訓練教學工作 24 小時以上。

(二)每年領導水上安全救生服務工作 24 小時以上。

十一、繼續教育：

- (一)各分級組織每年應對所屬水上安全救生教練辦理至少 1 次繼續教育，未參訓者不得擔任訓練之主(授)課教練。
- (二)各分級組織辦理水上安全救生教練繼續教育，應於開班前將訓練計畫及課程表函送本會核備。結訓後並將完訓人員名冊函送總會備查，做為主(授)課資格之審核依據。
- (三)本會依據教育訓練工作需要，得適時(分區)辦理繼續教育。

十二、補證：辦理補證者，應檢還舊證或填具補發申請表，由各分級組織轉送本核發。

十三、喪失資格：

- (一)證書過期未換證者，喪失紅十字會水上安全救生教練資格。
- (二)凡言行違背紅十字會宗旨、社會善良風俗及紅十字會相關規範，情節重大者，經本會審議，得註銷該員紅十字會水上安全救生教練證書。

十四、本辦法經本會理事會通過後實施，修正時亦同。