

# 中華民國水上救生協會

## 臺中市 104 年度 B 級水上救生教練講習會實施辦法

- 一、宗旨：推展全民水上救生運動，提升水上救生裁判與教練技術水準及培訓基層水上救生裁判與教練，並建立三級水上救生裁判與教練制度。
- 二、指導單位：教育部體育署、中華民國體育運動總會
- 三、主辦單位：中華民國水上救生協會、臺中市體育總會
- 四、協辦單位：臺中市體育處
- 五、承辦單位：臺中市體育總會水上救生委員會
- 六、講習日期：104 年 8 月 7~9 日（星期五、六、日）三天。
- 七、講習地點：艾迪雅溫水室內游泳池（臺中市大雅區中清路三段 1153 號）
- 八、報名員額：以 60 人為限。
- 九、報名日期：即日起至 7 月 17 日（星期五）止。
- 十、報名手續：
  - （一）報名一律請至臺中市教育局研習資訊 <http://www.tc.edu.tw/#> 下載報名表，填妥後請寄本會 E-mail: [lifesaving58@yahoo.com.tw](mailto:lifesaving58@yahoo.com.tw)，並將報名表紙本及報名費（現金或郵政匯票）郵寄 437 臺中市大甲區中山路一段 1327 號，臺中市體育總會水上救生委員會收，以郵戳為憑，逾期不予受理。報名達 35 人以上始開班，將於網路公告是否開班，請自行上臺中市體育處網站活動訊息查詢。
  - （二）報名時應檢附 2 張彩色半身照片及電子檔照片，以製頒 B 級教練證。
  - （三）報名費：3500 元。（雙証照，1. 中華民國水上救生協會 B 級教練證 2. 臺中市體育總會水上救生委員會 B 級教練證）。  
（請以現金或郵政匯票限時掛號郵寄：437 臺中市大甲區中山路一段 1327 號，受款人：臺中市體育總會水上救生委員會）
  - （四）報名截止時，如人數超過，以報名先後順序錄取。
  - （五）聯絡人：臺中市體育總會水上救生委員會  
薛烱東，洽詢電話：0910-707-299  
廖烱安，洽詢電話：0938-553-638
- 十一、報名資格：
  - （一）年滿二十歲以上（不足者請勿報名）。
  - （二）高級中學（或同等學力）以上畢業者。
  - （三）持有中華民國水上救生協會核發 C 級（救生競賽教練證）滿二年以上者。
  - （四）品行端正無不良紀錄者。
  - （五）嫻熟國際救生總會 ILS 水上救生競賽規則。
  - （六）術科測驗：
    1. 裁判實務分組演練
    2. 術科測驗 200 公尺障礙游泳
  - （七）附身分證影本一份。
- 十二、本講習會實施辦法、裁判講習會日程表（如附件一）、報名表（如附件二）等資料，請上臺中市教育局研習資訊 <http://www.tc.edu.tw/#> 下載。
- 十三、附則：
  - （一）本講習會係依「教育部體育署」及「中華民國體育運動總會」所頒布之裁判三級制度的 B 級教練課程授課。

- (二)學科筆試測驗採百分法方式計算，七十分為合格；術科以實際操作方式進行，依操作方法正確程度予以評定為合格或不合格。
- (三)講習會期間缺課或未參加學、術科測驗，或有學測、術測、裁判實習、出席率、學習態度及習題作業等考核不合格者，將不發給合格證書。
- (四)術科測驗請學員自備泳衣(褲)及泳具。
- (五)講習會期間由主辦單位提供午餐、茶水、保險及講義，其他食宿、交通自理。
- (六)退費辦法：完成報名繳費後，因故不克參加要求退費者，於開課日前七天退還報名費 90%，前三天退 80%，前一天退 70%，開課後不退費，未報到上課者視同放棄不退費；另因天災或法令修改等不可抗拒因素停課，或未達開班人數取消開班，全額退費。
- (七)缺課補課辦法：
1. 上課遲到 10 分鐘以上，應於下期補上該堂遲到課程一小時。
  2. 缺課補課需另繳費，每節（一小時）200 元。
  3. 學員應自行上網選定各縣市委員會之開課時間，並於七天前通知委員會登記補課，以併入當天上課時間，一併繳費補課。
  4. 學員應於參加講習會結束一年內完成補課，未完成補課者，委員會不再接受補課申請。
- (八)補考辦法：
1. 考核成績未達合格標準者，准予補考一次。
  2. 補考收費：學測：500 元/次；術測：500 元/次。
  3. 請學員自行上網選定協會之開課時間，於七天前通知委員會登記補考，以併入當期考核時間一併繳費考核。
  4. 本講習會結束後，在一年期限內未完成補課或補考者，取消各項資格，委員會將不再接受補考申請，如欲重新參加講習，必須重新繳費報名。
- (九)學習態度及出席率考核辦法：
1. 上課遲到或早退，或上課中途離場達十分鐘以上，或已到現場而不進入教室或泳池上課者。
  2. 上課睡覺或閒聊不聽制止者。
  3. 各項考核項目有一項未達合格標準者。
  4. 冒用身分報名或冒名頂替參加上課或考試者。
  5. 學習態度不佳者。
- 有以上各款之一者，經委員會考評人員評定不適合擔任裁判者，均不予發證。
- (十)請假必須於開課三日前提出申請，並依補課辦法補課，上課前一天臨時請假必須繳交 300 元（製作手冊、名冊、證照及保險等行政事務費用）。
- (十一)報名前請先詳閱本辦法之各項條款，經報名繳費後即視為同意本辦法之各項條款規定，不得異議。
- (十二)報名表應詳細並完整正確填寫，如因資料填寫錯誤而引發製證錯誤，而要求重新製發新證者，需加收 300 元工本費。
- (十三)因體委會規定各項活動，均應提前辦理保險，開課當天恕不接受現場報名繳費。
- (十四)通過各項考試結業後可取得兩張證照，中華民國水上救生協會核發之 B 級水上救生教練證及臺中市體育總會水上救生委員會 B 級教練證，方具有參加其他 B 級水上救生教練講習會資格。
- 十四、本辦法依「教育部體育署」與「中華民國體育運動總會」C、B、A 三級教練與裁判證照規定辦理。



中華民國水上救生協會

臺中市 104 年度 B 級水上救生教練講習會日程表

日期	時間	課程名稱	授課講師
8 月 7 日 (星期五)	17:20-17:30	始業式	待 聘
	17:30-18:20	ILS 及會務介紹暨研習作業與考試規定說明	待 聘
	18:30-19:20	假人救生與接力 (靜水救生)	待 聘
	19:30-20:20	混合救生與接力 (靜水救生)	待 聘
	20:30-21:20	障礙游泳與接力 (靜水救生)	待 聘
8 月 8 日 (星期六)	08:00-08:50	救生板與救生橈 (海浪救生)	待 聘
	09:00-09:50	鐵人賽 (海浪救生)	待 聘
	10:10-11:00	拋繩救生 (靜水救生)	待 聘
	11:10-12:00	模擬救生反應賽	待 聘
	12:00-13:00	午 餐	
	13:00-13:50	運動生理學 (運動科學理論)	待 聘
	14:00-14:50	運動力學 (運動科學理論)	待 聘
	15:00-15:50	體能訓練法	待 聘
	16:00-16:50	競賽器材設備與佈置	待 聘
	17:00-17:50	運動心理學 (運動科學理論)	待 聘
18:00-18:50	運動選材 (運動科學理論)	待 聘	
8 月 9 日 (星期日)	08:00-08:50	運動傷害與防護	待 聘
	09:00-09:50	戰略與戰術	待 聘
	10:10-11:00	運動營養學	教練委員會
	11:10-12:00	運動禁藥	教練委員會
	12:00-13:00	午 餐	
	13:00-13:50	水上救生規則 (運動規則)	待 聘
	14:00-14:50	沙灘競賽-賽跑奪旗接力 (沙灘項目)	待 聘
	15:00-15:50	海浪游泳與魚雷浮標救生 (海浪救生)	待 聘
	16:00-16:50	學科測驗	待 聘
17:00-17:50	*術科測驗	教練委員會	
18:00-18:50	綜合討論	待 聘	
備 註	1. 缺課一節以上或有學科、術測、裁判實習、出席率、學習態度及習題作業等考核不合格者，一律不發證。通過考試並符合各項講習規定者，應參加 2 次地方性裁判實習後，由各縣市轉頒 B 級裁判證書。 2. 有 * 號課程在游泳池實施，請學員自備泳裝與泳具。 3. 術科測驗項目：200 公尺障礙游泳 4. 本課程表為暫定課表，如有異動請以講習會當日公告課程為主。		