

111 年救國團救生員檢定訓練班招生簡章

依據：教育部「救生員資格檢定辦法」辦理



- 一、指導單位：教育部體育署
- 二、主辦單位：中國青年救國團
- 三、承辦單位：救國團運動健康產業處
- 四、協辦單位：新北市永和國民運動中心、臺北市大安運動中心、桃園市八德國民運動中心
- 五、訓練日期：
 - (一) 第一梯：111 年 4 月 18 日至 4 月 29 日授課總時數為 50 小時。(新北市永和運動中心)
 - (二) 第二梯：111 年 5 月 9 日至 5 月 20 日授課總時數為 50 小時。(臺北市大安運動中心)
 - (三) 第三梯：111 年 9 月 19 日至 9 月 30 日授課總時數為 50 小時。(桃園市八德運動中心)
- 六、訓練時間：週一至週五，下午 18：00~22：00、週六至週日，上午 08：00~18：00。
- 七、訓練地點：新北市永和國民運動中心，臺北市大安運動中心，桃園市八德國民運動中心
- 八、報名資格：年滿十六歲；其未成年者，並應徵得法定代理人同意。
- 九、入訓測驗：200 公尺游泳（捷泳、蛙泳各 100 公尺），男性五分鐘內，女性六分鐘內完成，擇優錄取。
- 十、報名方式：線上報名自即日起至 4 月 8 日，
<https://lifeguard.cyc.org.tw/>
- 十一、報名繳交文件：
 - 附件一：填具報名表。**(務必貼上大頭照)**
 - 附件二：訓練契約書。
 - 附件三：同意書。
 - 附件四：健康申明表。
 - 附件五：檢核身分證正本，並附影本資料。
 - 附件六：繳交報名**前三個月內**健康檢查證明。
 - 報名費：錄取參加訓練者，應繳交訓練費 5,500 元，(費用不包括個人器材，服裝，餐費)。
- 十二、結訓測驗：結訓後由本團遴派甄審辦理測驗，及格者由本團核發救生訓練課程合格證書。



※聯絡人：陳怡珊小姐、電話：02-2596-5858#365 E-mail：lifeguard@cyc.tw

附件一：報名表

參加班別	YL00 -救生員訓練班			編號	大頭照
姓名	中文		性別		貼相片處
	英文		血型		
出生年月日	民國 年 月 日		身分證字號		
學歷					
E-MAIL					
戶籍地址					
通訊地址					
服務機關					
連絡電話	電話	公：		家：	
	行動電話				
以下資料由招生單位填寫					
測驗編組	組別				
	水道				
測驗項目		捷泳 100 公尺		蛙泳 100 公尺	
成績					
測驗結果		☐ 合格 ☐ 不合格		☐ 合格 ☐ 不合格	

總教練簽章	
備註	

救生員訓練班入訓測驗報到單				
編號	姓名	測驗編組		1.測驗日期： 年 月 日 (時 分) 2.測驗地點：永和/大安/八德運動中心游泳池。 3.測驗時請攜帶泳裝及 身分證 。
		組	水道	

附件二：救生員訓練契約書(含收退費基準及服務規定)

救生員訓練契約書

立契約書人：社團法人中國青年救國團

訓練機構：社團法人中國青年救國團 (以下簡稱甲方)

受訓學員： (以下簡稱乙方)

參訓班別：111 年度第 期 班

乙方法定代理人： (乙方未滿十八歲者須法定代理人)

前開當事人基於確保訓練品質、訓練資源有效利用、保障受訓權益與維持

訓練秩序等之需要，乙方經報名參加甲方開辦之救生員訓練。

甲、乙雙方同意在訓練期間簽立契約如下：

第一條、 甲方於訓練期間應對乙方之學科、術科訓練課程及操行辦理評量。

第二條、 乙方於受訓期間之請假，分為公假、病假、喪假，其要件如下：

一、公假：依法令規定應給予公假或因公務派遣者，檢具證明得請公假。

二、病假：因受傷、生病經檢具醫院、診所證明者，得請病假。

三、喪假：因下列親屬死亡，檢具證明得請喪假：

(一) 父母、養父母、繼父母、配偶喪者。

(二) 祖父母、子女、配偶之父母、配偶之養父母或繼父母喪亡者。

(三) 兄弟姊妹、配偶之祖父母喪亡者。

乙方未依規定辦理請假時，均以曠課論。

乙方於受訓期間，請假時數合計逾全期訓練時數 10 分之 1（小數點無條件進位計算）者，乙方願無異議同意甲方為不得參加期末測驗之處理；乙方於受訓期間，曠課時數合計逾全期訓練時數 12 分之 1（小數點無條件進位計算）者，乙方願無異議同意甲方為退訓之處理；若乙方請假時數達退訓規定係因不可抗力事由者，應檢具證明經甲方核可，得不予退訓。甲方就第一項所定假別，得訂定請假之程序、檢具之文件及核准層級之規定。

第三條、 乙方於受訓期間有下列情形之一：

- 一、未經甲方同意辦理退訓或擅自離訓者。
 - 二、依第二條、第三條規定，經甲方為退訓之處理者。
- 則乙方不得要求申請退費。

第四條、 乙方因個人因素欲申請退費者，向甲方提出書面申請後，甲方得依救生員訓練收費及退費標準辦理退費。

一、收費標準

- (一)訓練費：新台幣 5,500 元。
- (二)場地費：依場地收費標準計算。
- (三)費用開立繳費收據。

二、退費標準

欲申請退費者需填具「退費申請書」(附件)向本團提出申請，連同繳費收據一併繳回。

1.訓練費：

- (1)未如期辦理開班訓練費全額退還。
- (2)開訓前 2 周辦理退費，退還訓練費總金額 3 分之 2。
- (3)開訓前 1 周辦理退費，退還訓練費總金額 3 分之 1。
- (4)開班後不予退費。

3.因個人因素曠課或遭退訓處分者，依違反訓練契約內容，

不予受理退費申請。

第五條、 訓練期間甲方應為乙方辦理公共意外責任險投保事宜，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、每一事故身體傷亡：新臺幣三千萬元。

三、每一事故財物損失：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。

第六條、 乙方經甲方依據第一條評量其訓練出勤狀況及期末考試皆合格者，得申請核發訓練合格證明文件。

第七條、 本契約甲方應明定之規定及相關訓練、管理規章，由甲方彙整編印相關文件，並視為本契約之一部分，與本契約具同等之效力。
與本契約牴觸者，其牴觸部分以本契約為主。

甲方： 社團法人中國青年救國團

代理人：

地址：

乙方：（簽章）

身分證號碼：

出生年月日：

戶籍所在地：

乙方法定代理人：（簽章）

（乙方未滿十八歲須法定代理人）

身分證號碼：

戶籍所在地：

中 華 民 國 年 月 日

附件三：同意書

同意書

本人確知水肺潛水/水域救生等各種水上活動，是具有潛在危險性的活動，本人參加這些活動，並已悉其可能帶來的危險，在此同意自行負責一切所有傷害及意外與危險。

本人了解簽署此份文件，必須放棄對貴團有關的任何賠償要求，因此他們不需為我參加的各種水上活動所引發的個人傷害、財物損失及意外負任何責任。

本人已詳細閱讀此同意書，並完全瞭解水上活動是一項具有危險的活動，因此本人簽署此份同意書，聲明放棄所有民事訴訟及賠償權。

本人願意接受貴團之各項水域安全與救生訓練，並遵守規定服從教練指導，訓練完畢後，並願意隨時隨地為水域安全與救生義務教育服務。

立切結書人：_____

本人未滿法定 20 歲年齡，除均瞭解以上水域訓練的危險性外，並願遵守教練的指導，在監護人或法定代理人監督下簽署此份同意書。

立切結書人：_____

本人係立切結書人之法定代理人（監護人），除瞭解以上有關水域訓練之危險性及放棄法律責任之追訴，為立切結書人之將來，願同意其參加貴團所舉辦水域救生員訓練，在本人見證下簽署此同意書。

法定代理人（監護人）：_____

中華民國 年 月 日

附件四：健康申明書

救生員學員健康諮詢表					
姓名			年齡		
身高	公分	體重	公斤	血型	型
緊急聯絡人		關係		緊急聯絡人電話	

1. 過去一個月來說，您認為您目前的健康狀況是？ ☐ 很好 · ☐ 好 ☐ 不好 2. 過去一個月來說，您認為您目前的心理健康是？ ☐ 很好 · ☐ 好 ☐ 不好 3. 過去一個月內，喝酒行為？· ☐ 不喝酒 · ☐ 時常喝酒 4. 過去一個月內，您曾在運動過程當中昏倒嗎？ ☐ 是 ☐ 否 5. 過去一個月內，常覺得焦慮、憂鬱嗎？· ☐ 沒有 · ☐ 很少 · ☐ 時常 6. 過去一個月內，常覺得胸悶嗎？· ☐ 沒有 · ☐ 很少 · ☐ 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 ☐ 心臟疾病 ☐ 哮喘 ☐ 暈眩 ☐ 高血壓 ☐ 腎臟病 ☐ 懷孕 ☐ 癩癬 ☐ 甲狀腺 ☐ 血友病 ☐ 酒精中毒 ☐ 低血壓 ☐ 弱視 ☐ 糖尿病 ☐ 肺結核 ☐ 皮膚過敏 ☐ 紅斑性狼瘡 ☐ 過敏(藥物/食物) ☐ 心理或精神疾病 ☐ 其他 ☐ 無
最近三年曾經接受過的(重大)手術	☐ 是 _____ ☐ 無
學員簽名	
未滿二十歲且未結婚者須法定代理人簽名	
中華民國 年 月 日	
註：健康諮詢表內容因涉及個人隱私，依個資法相關規定妥善保管	

附件五：身分證影本資料

身分證 正面	身分證 反面
--------	--------

--	--

附件六：健康檢查

體格檢查項目(檢查內容須包含以下)

- 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

課程表

日期	時間	訓練項目	訓練內容	認證時數	備註
D1 (一)	18:00 22:00	開訓 本團簡介 泳池安全	(1)編組、游泳能力測驗-1.5 (2)開訓典禮及運動中心簡介-0.5 (3)救生概論、救生員素養、職務、責任與態度、緊急事故處理程序-2	4	
D2 (二)	18:00 21:45	救生游法	蹬牆出發、抬頭捷、抬頭蛙、側泳、基本仰泳、基本潛泳	3.5	
D3 (三)	18:00 21:45	入水法	靜式、跑跳式、平跳式、跨跳式、高跳式	3.5	
D4 (四)	18:00 21:45	防衛法	單手阻擋、雙手阻擋、雙手下壓、單腳蹬離	3.5	
D5 (五)	18:00 21:45	解脫法	抓腕解脫、正面推肘、背面推肘、雙溺解脫	3.5	
D6 (六)	08:00 12:00	法律常識 性平教育 管理實務	(1) 泳池相關法規、救生員相關法律責任、相關案例說明-1 (2) 性別平等意識、性騷擾因應、性別職場倫理-1 (3) 游泳池顧客管理、泳池安全器具、設施設備安全維護與機房操作實務、衛生管理與水質檢驗實務操作-2	4	
	13:00 18:00	基本救生 自救求生	(1) 徒手、物援、拋擲、涉水 (2) 漂浮、韻律呼吸、踩水、求生游法、衣服 (3) 浮具製作、抽筋自解、藉物漂浮、保溫	5	長袖上衣與長褲
D7 (日)	08:00 12:00	基本救命術	基本救命術概述、創傷、止血、包紮-3 運動中心常見傷害案例說明-1	4	帶大毛巾
	13:00 18:00	基本救命術	心肺復甦術、AED 操作、異物哽塞處理、復甦姿勢、水域頸、脊椎受傷理及搬運	5	
D8 (一)	18:00 21:45	接近法	預備動作緊急停游、正面接近、背面接近、水中接近、水底接近	3.5	
D9 (二)	18:00 21:45	帶人法	藉物帶人、抓衣領帶人、抓腕帶人、抱胸帶人、疲乏帶人	3.5	
D10 (三)	18:00 21:45	起岸法	淺水式：攙扶式、拖拉式、馬鞍式、馬蹬式、深水式：扶托式、直拉式水中頸椎傷害處理、浮水擔架搬運、分組練習	3.5	
D11 (四)	18:00 21:45	總複習	分組分科總複習	3.5	
D12 (五)	18:00 21:30	結訓測驗	(1) 學科測驗(救生概論、泳池安全常識、急救)-30min (2) 術科測驗(救生游泳、求生游泳、救生技術) (3) 救生技術應用能力	3.5	
總時數 53.5 小時					

- 1、本課程授課總時數 53.5 小時。
- 2、受訓期間不得無故缺席、遲到、早退、請假應事前辦理。缺課者應補足未上課科目，

否則不得參加測驗。

3、本團保留依課程現況需求進行調整。