

花蓮縣花蓮市中正國民小學

114 年度學生游泳與自救能力教學實施計畫

壹、依據：

- 一、教育部體育署 112 年 3 月 30 日臺教體署學(二)字第 1120013501 號函。
- 二、花蓮縣政府 112 年 4 月 24 日府教體字第 1120074938A 號函。
- 三、本校 114 學年度體育實施計畫。

貳、目的：

- 一、宣導水域安全教育觀念，增進學生對游泳自救能力及安全之認知。
- 二、培養學生親水能力，提升學生防溺與自救能力，保障生命安全。

參、實施項目：

- 一、游泳教學
- 二、水域安全宣導
- 三、水上運動會

肆、實施方式：

一、游泳教學：

(一) 實施時間：預計自 114 年 9 月 8 日(一)起至 11 月 14 日(五)止，實施 8 節游泳課。

(二) 實施對象：三、四、五、六年級學生

(三) 實施地點：本校游泳池

(四) 實施內容：

1. 本年度預計安排 8 週，每週於各班體育課安排 1 節游泳教學，共計 8 節課。

* 游泳教學課表由教務處安排。

2. 游泳教學師資除各班體育任課教師外，另依教育部規定之教練與學生比例，中年級每班另外聘 2 位游泳教練，高年級另外聘 1 位游泳教練協同教學。

3. 教學課程包括水中安全認知及自救能力教學，並安排一次著衣落水自救課程，加強學生水上安全教育為基礎，並依學生能力循序教學，以達到教育部規範之游泳教學能力指標。

4. 協同教學鐘點費、救生員鐘點費及場地使用費由教育部體育署補助。

二、水域安全宣導：

(一) 實施時間：全校學生朝會、健體領域課程及安排水域安全宣導講座。

(二) 宣導對象：全校學生

(三) 實施內容：

1. 運用影片、演講、課程教學或其他宣導方式(海報、網站、家長通知單……)，提升水域安全及防溺自救之概念。

2. 進行「決定命運的水中自救4招」、「救溺五步驟、防溺十招」及「水域安全標誌」宣導。

三、水上運動會：

(一) 實施時間 (暫定)：

115年6月25日(星期四)下午13:20至15:00。

(二) 實施對象：本校三、四、五、六年級

(三) 實施內容：(暫定)

1. 三至六年級25公尺菁英賽：

(1) 組別：依年級及性別分組，共分為8組。

(2) 人數：每班推派男女生至多各2名，參加25公尺計時決賽。

(3) 泳式：捷泳。

2. 三至六年級25*N公尺游泳接力賽：

(1) 組別：依年級分組，共分為4組。

(2) 人數：每班參賽人數10~16名，確切人數由各學年體育教師於教學過程中觀察後決定之，各班參賽男女生人數比例不限，但一定要有男有女。

(3) 泳式：接力賽過程中，學生可依自身程度，選擇以浮板打水、徒手打水，或以捷泳方式完成接力。

(4) 行進方向：比賽時採右去左回，以避免同班級學生相撞受傷。

(5) 違規行為：須確認前一棒次學生摸到牆壁，下一棒次學生方可出發，如提早出發則視為違規，每一次加總成績3秒，秒數最少者獲勝。

(6) 注意事項：於游泳接力比賽當日務必請全班都攜帶泳具。若原棒次於比賽當日因故請假或未攜帶泳具，需依候補名單進行遞補之。

(四) 獎勵辦法：

1. 三至六年級25公尺菁英賽：各組取前六名，頒發獎狀乙紙；如各組參賽選手人數為6人以下，則取前3名頒發獎狀乙紙。

2. 三至六年級游泳接力賽：各學年取前三名，頒發獎狀乙紙。

伍、游泳課程經費概算：(縣府補助)

編號	項目	單價	數量	合計
1	場地使用費	50元/人	670人*8節	268,000元
2	協同師資鐘點費	336元	288節	96,768元
3	救生員鐘點費	250元	520時	130,000元
總計			494,768元整	

說明：

一、場地使用費：三至六年級約670人，每人使用場地8次(1次為1節課)。

二、救生員鐘點費：

本校：三至六年級共24個班，每班上8節課，共192節課。

因鄰近學校救生員鐘點費亦納入本校經費，預估總節數共 520 節課。

三、協同師資鐘點費：

年級	班級數	每節外聘教練人數	上課節數	合計	說明
三	6 班	2 人	8 節	96 節	依教育部規定：游泳教學三、四年級學生教練比例為 10 比 1，故除了本校體育教師外，另需要外聘 2 位教練。
四	6 班	2 人	8 節	96 節	
五	6 班	1 人	8 節	48 節	依教育部規定：游泳教學五、六年級學生教練比例為 15 比 1，故除了本校體育教師外，另需要外聘 1 位教練。
六	6 班	1 人	8 節	48 節	
總計				288 節	

陸、本計畫提請體育委員會討論通過，經校長核定後公布實施，修正亦同。

指定節次	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
晨間打掃					
導師時間、學生朝會					
晨光閱讀					
第一節	體育(游) 三年五班	體育(游) 四年一班	體育(游) 六年六班	體育(游) 五年二班	體育(游) 五年五班
第二節	體育(游) 四年二班	體育(游) 三年四班	體育(游) 三年二班	體育(游) 五年三班 體育(游) 五年四班	體育(游) 四年五班 體育(游) 六年三班
課間活動					
第三節	體育(游) 四年三班	體育(游) 三年六班	體育(游) 三年一班 體育(游) 五年六班	體育(游) 六年二班	體育(游) 四年四班
第四節	體育(游) 五年一班	體育(游) 三年三班	體育(游) 六年五班	體育(游) 六年四班	體育(游) 四年六班 體育(游) 六年一班