

花蓮縣花蓮市中正國民小學

115 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 115 年 4 月 23 日府教體字第 1150077400A 號函。
- 三、本校 115 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 115 年 11 月 09 日(一)起至 12 月 04 日(五)止，實施 4 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. 本學期預計安排 4 週，每週於各班體育課安排 1 節游泳教學，共計 4 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運動部全民運動署補助。

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)：

116年6月24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	95元/人	670人*4節	254,600元
2	協同師資鐘點費	405元	148節	59,940元
3	救生員鐘點費	250元	200時	50,000元
總計		364,540元整		

說明：

一、場地使用費：三至六年級約670人，每人使用場地4次(1次為1節課)。

二、救生員鐘點費：

本校：三至六年級共25個班，每班上4節課，共100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 200 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	4 節	48 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	4 節	48 節	
五	7 班	1 人	4 節	28 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	4 節	24 節	
總計				148 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。