

彰化縣 115 年國民中小學游泳師資培訓增能實施計畫

- 一、目的：推展全民游泳運動，提升游泳裁判與教練技術水準及培訓基層游泳裁判與教練，並建立三級游泳裁判與教練制度；培訓游泳課時擔任守望員職務，協助救生員察看游泳安全之工作能力，並培養教師游泳能力，健全教師體魄並提升水中安全認知及自救能力。
- 二、指導單位：教育部國民及學前教育署
- 三、主辦單位：彰化縣政府
- 四、承辦單位：彰化縣溪湖鎮媽厝國小
- 五、協辦單位：彰化縣水上救生協會、彰化縣體育會游泳委員會、彰化縣彰泰國民中學
- 六、講習日期：115 年 8 月 20、21 日，共 2 天。
- 七、講習地點：彰化縣溪湖鎮媽厝國民小學 2F 會議室及游泳池。
地址：彰化縣溪湖鎮媽厝里湳底路 67 號。
- 八、報名員額：30 人，依報名先後依序錄取。【學員請攜帶泳衣(褲)及泳具】
- 九、報名日期：即日起至 115 年 8 月 19 日(星期三)止。
- 十、報名：
 - (一)彰化縣國民中小學教師請於公告日起至全國教師進修網 <https://www4.inservice.edu.tw/index2-3.aspx> 報名(課程代碼：5692691)。
 - (二)聯絡人：媽厝國小訓導組 黃惠祺組長。
 - (三)洽詢電話：(04)8853225#827 黃惠祺組長。
- 十一、本講習會講習日程表(如附件一)。
- 十二、附則：
 - (一)參加游泳師資培訓增能學員請攜帶泳衣(褲)及泳具。
 - (二)講習會期間由主辦單位提供午餐、茶水及講義，其他自理。

彰化縣 115 年國民中小學游泳師資培訓增能實施計畫

游泳師資培訓增能課程

講習地點：彰化縣溪湖鎮媽厝國小(溪湖鎮媽厝里湍底路 67 號)

講習會聯絡人：黃惠祺組長 (04)885-3225#827

日 期	時 間	課 程 名 稱
8 月 20 日 (星期四)	08:00-09:00	性平法認識
	09:00-10:00	游泳規則(運動規則)
	10:00-11:00	泳池安全與衛生
	11:00-12:00	如何教授初學者及樂趣化教學
	12:00-13:00	午 餐
	13:00-14:00	捷泳教學法
	14:00-15:00	捷泳試講試教
	15:00-16:00	仰泳教學法
	16:00-17:00	仰泳試講試教
8 月 21 日 (星期五)	08:00-09:00	蛙泳教學法
	09:00-10:00	蛙泳試講試教
	10:00-11:00	蝶泳教學法
	11:00-12:00	蝶泳試講試教
	12:00-13:00	午 餐
	13:00-14:00	一級水中自救教學法
	14:00-15:00	二級水中自救教學法
	15:00-16:00	三級水中自救教學法
	16:00-17:00	四級水中自救教學法