

淡江大學 110 年度游泳師資培訓研習會實施計畫

一、依據：教育部體育署臺教體署學(二)字第 1100011156C 號函辦理。

二、宗旨：為提升游泳教練知能與技術水準，充實中小學游泳師資人力，擴大游泳教練來源，以普及游泳自救教學，降低國人溺水意外發生率。另積極培訓適應體育游泳教練的師資，協助身心障礙人士積極參與學習，以達普及游泳運動之目的。

二、指導單位：教育部體育署

三、主辦單位：淡江大學學校財團法人淡江大學（以下稱淡江大學）

四、承辦單位：淡江大學體育事務處、中華民國水適能訓練協會

五、講習時間：110 年 6 月 28 至 30 日(星期一～三)共三日。

六、講習地點：淡江大學淡水校園紹謨紀念游泳館(新北市淡水區英專路 151 號)

七、報名資格：各校擔任游泳教學師資，或對游泳教學有熱誠之各縣市中小學教師，且具備基本游泳能力，捷、蛙式各 50 公尺者（游泳能力測驗）。名額以 50 人為上限(依報名先後順序為準)。

八、報名時間：自即日起至 110 年 6 月 18 日止，逾期不予受理。

九、報名方式：

（一）採網路報名：報名網址 <https://forms.gle/4EzZcGQfx1GMh7rs6>，欲申請證照者，請於表單上另行上傳身分證正反面影本及兩吋個人證照相片。

（二）報名費用：本項研習免收報名費。全程參與者核發研習時數證明，通過學術科考核(各項成績均達 75 分以上) 欲辦證者，需另自行支付辦證費用 600 元，由中華民國水適能訓練協會核發丙級游泳教練證。

（三）聯絡人:體育教學與活動組陳文和老師

TEL：02-26215656 分機 3108

FAX：02-26209504

E-mail：137540@mail.tku.edu.tw

十、附 則：

（一）參加學員請攜帶泳衣、泳帽、泳鏡、毛巾及個人清洗用具，禦寒衣物。

（二）本研習會不提供住宿，住宿請學員自理。

（三）本校停車空間有限，請多搭乘大眾運輸工具前往本校。

（四）因應疫情防範，請參加人員全程配戴口罩、做好自身健康管理並配合研習地點相關防疫措施。如有身體不適、發燒或呼吸道症狀等，請主動聯繫本案聯絡人。

淡江大學 110 年度游泳師資培訓研習會課程表

日期	時 間	課 程 主 題
第 一 天 6/28	07:30~08:00	報 到
	08:00~08:10	始 業 式
	08:10~09:00	游 泳 池 之 維 護 與 安 全 管 理
	09:10~10:00	游 泳 的 運 動 科 學
	10:10~12:00	游 泳 初 級 概 論
	12:00~13:00	午 餐
	13:00~15:00	運 動 營 養 與 禁 藥
	15:10~16:00	初 級 四 式 游 泳 教 學
	16:10~17:00	初 級 四 式 游 泳 教 學
第 二 天 6/29	08:10~09:00	游 泳 能 力 測 驗
	09:10~10:00	教 學 課 前 與 課 後 之 準 備 事 項
	10:10~11:00	樂 趣 游 泳 教 學 實 例 演 練
	11:10~12:00	如 何 成 為 成 功 的 游 泳 教 練
	12:00~13:00	午 餐
	13:00~14:00	運 動 傷 害 與 防 護
	14:10~15:00	性 別 平 等 教 育
	15:10~16:00	游 泳 競 賽 規 則 及 裁 判 法
	16:10~17:00	進 階 教 學 法 及 選 手 培 訓 概 論
第 三 天 6/30	08:10~09:00	基 礎 動 作 教 學 法 (泳 池 課 程)
	09:10~10:00	適 應 體 育 之 肢 障 者 基 礎 教 學 法 身 障 者 水 中 復 健 教 學 法
	10:10~12:00	適 應 體 育 之 視 障、聽 障 者 基 礎 教 學 法
	12:00~13:00	午 餐
	13:00~15:00	術 科 演 練 與 測 驗 (泳 池 課 程)
	15:10~16:00	學 科 測 驗
	16:00~17:00	綜 合 討 論