

## 臺北市立成淵高級中學115年度暑期游泳訓練營招生簡章

一、主旨：加強市民水域安全知能及防溺能力，推展全民體育，改善社會風氣，提升市民生活品質，充實青少年暑期生活。

二、辦理單位：臺北市立成淵高級中學。

三、活動時間：

(一) 中華民國115年7月6日(星期一)至8月14日(星期五)止。

(二) 每期5天。

(三) 班別：依各校(單位)情況自行訂定

班別	時間
第A班	8:30至10:00
第B班	10:30至12:00
第C班	14:00至15:30

四、報名日期：

(一) 免費生(本市公私立無游泳池學校，115學年度升4、5、6年級，不具初級班游泳能力之國小學生) 報名日期/時間：6月22日(星期一)至8月7日(星期五)，上午9:00-12:00，若報名額滿則提前截止。

(二) 免費生(本市公私立113學年度未通過第三級游泳檢測之國小6年級應屆畢業生) 報名日期/時間：6月22日(星期一)至8月7日(星期五)，上午9:00-12:00，若報名額滿則提前截止。

(三) 自費生報名日期/時間：6月22日(星期一)至8月7日(星期五)，上午9:00-12:00，若報名額滿則提前截止。

五、報名地點：本校學務處。

六、報名費用：普通票900元(大學以上及成人)，學生票800元(限高級中等以下學校學生)。

七、報名資格：

(一) 學員資格以就讀小學1年級以上人員為原則，身高應高於120公分以上始得報名參加。

(二) 各校(單位)得視實際設備及師資情形招收適合游泳運動之身心障礙學員，

或開辦學齡前兒童專班，並報經本局核定後實施。

(三)身心障礙學員及學齡前兒童游泳時應有家長或成年親友全程陪同。

(四)凡身心狀況不適合游泳運動者(例如患有皮膚病、心臟病、傳染病、癲癇症狀或其他不適情形)，不得報名參加。

(五)免費生資格為本市公私立無游泳池學校之國民小學115學年度升4、5、6年級(1~3年級不開放報名)不具游泳能力之學生，並以領有低收入戶或身心障礙手冊之家庭子女或本人優先錄取，其餘名額以報名先後順序為準，其報名表須為正本；此外，114學年度未通過游泳檢測之國小6年級應屆畢業生，亦請各校以學校為單位統一至他校報名。

#### 八、訓練班課程進度：

(一)初級班：適應水性、韻律呼吸、水中站立、水中漂浮、扶邊打水、水中划臂、手腳聯合。

(二)中級班：捷泳腿部、臂部、換氣、手腳聯合動作、蛙式腿部、臂部、換氣、聯合動作等。

(三)高級班：簡易急救常識、基本救生、轉身、仰式、蝶式聯合動作。

#### 九、注意事項：

(一)為防治 COVID-19、SARS、H7N9 新型流感、腸病毒等疫情，將嚴格執行學員入水前測量體溫一事，若有學員額溫超過 $37.5^{\circ}\text{C}$ 者，請至適當場所再次量測耳溫，如耳溫超過 $38^{\circ}\text{C}$ 確定發燒者，嚴禁入水。

(二)每堂課提早15分鐘到場，學員均需自備泳帽、泳鏡方可下水。

(三)學員請勿攜帶貴重物品。

(四)敬請遵守游泳池規則。

(五)上課地點：臺北市立成淵高級中學游泳池

(六)報名後無法前來上課者得改期，若學員無法前來上課或為該校辦理暑期泳訓最後一期者，退費標準依暑訓營實施計畫退費規定辦理。

# 臺北市立成淵高級中學115年暑期游泳訓練營報名表

填表日期： 年 月 日

姓名		性別		相 片										收據編號:												
出生年月日		年齡																								
身份證字號		身高																								
連絡電話		通訊地址																								
緊急連絡人簽章及電話		就讀學校、 目前年級																								
參加期別	7/06-7/10 07/13-7/17 7/20-7/24 7/27-7/31 8/03-8/07 8/10-8/14																									
	一、□(A)	1	2	3	4	5	6																			
	二、□(B)	1	2	3	4	5	6																			
	三、□(C)	1	2	3	4	5	6																			
※A班 上午8:30至10:00 B班 上午10:30至12:00 C班 下午14:00至15:30																										
學生票價每期800元																										
資格審核	以下請勿填寫																									
教學進度資料	初 級 班						中 級 班						高 級 班													
	從未下水旱鴨子	悶氣超過十秒	韻律呼吸十個	水母漂十秒鐘	水中站立	漂浮	蹬牆漂浮3M以上	漂浮打水8M以上	持浮具手腳聯合動作練習	捷·仰泳划手及換氣教學	仰漂及大字漂教學練習	水母漂換氣一分鐘測驗	捷泳25M	仰泳25M	基本救生及抽筋自解教學	基本轉身、潛水教學	捷泳50M □ 比賽式出發教學	仰泳50M □ 仰泳75M	蛙泳25M □ 蛙泳50M	蝶泳25M □ 蝶泳50M	側泳25M □ 側泳50M	捷泳100M □ 捷仰泳100M	仰泳100M □ 捷蛙泳100M	蛙泳100M □ 仰蛙泳100M	抬頭捷泳25M □ 50M	抬頭蛙泳25M □ 50M
教練簽章：																										
<span style="font-size: 2em;">1</span> <span style="font-size: 2em;">2</span> <span style="font-size: 2em;">3</span> <span style="font-size: 2em;">4</span> <span style="font-size: 2em;">5</span> <span style="font-size: 2em;">6</span>																										
備註欄	1. 學生票一律憑學生證辦理 2. 凡患友不適游泳運動之疾病者，請勿參加，如因此發生意外，由家長自行負責。 3. 未滿18歲者，須徵得家長同意。																									

家長簽章：