臺北市教師研習中心
臺北市 111 年度各級學校游泳教師培訓研習班
實施計畫

一、研習依據：臺北市政府教育局委託暨本中心 111 年度研習行事曆。

二、研習目標：

(一) 提升游泳師資教學知能，落實推動學校游泳教學。

(二) 強化自救及救生能力，規劃實用游泳課程。

三、研習對象及人數：臺北市各級學校體育教師，30 人。

四、研習日期：111 年 12 月 14 日(星期三)。

五、報名時間：即日起至 111 年 12 月 9 日 (星期五)。

六、研習地點：臺北市立內湖高中 (臺北市內湖區文德路 218 號)。

七、研習課程 (課程如有修改，以網路公告為準)

日期	時間	課程名稱	講座
12/14 (三)	09:00- 11:50	1. 教師游泳教學技巧、安全認知與教具應用方法 2. 教育部游泳教學相關規範與注意事項 3. 陸上緊急簡易實際操作技巧 4. 水中教學模式及教學計畫與水域環境安全教育認知	主講座 馬軍榮教授 (臺北海洋科技大學) 助講座 1 名
	13:30- 16:10	實際水中演練 1. 水中安全與自救及著衣游泳技巧 2. 水域事故緊急簡易救援	主講座 馬軍榮教授 (臺北海洋科技大學) 助講座 2 名

八、研習方式：講授、分組教學、實作。

九、研習時數：全程參與者核發 6 小時研習時數，請假時數超過研習總時數 5 分之 1(1 小時)，不給予研習時數。

十、報名方式：

(一) 請於報名截止日前登入臺北市教師在職研習網(<https://insc.tp.edu.tw>)報名，並經行政程序核准後，由學校研習承辦人於報名截止日前完成薦派報名，恕不接受現場報名。

(二) 本中心將依報名順序遴選，遴選結果、課程資訊、課程異動等將以學員登錄於研習網之電子郵件信箱通知(請保持開通或有足夠空間)。

十一、注意事項：

(一) 請攜帶能下水的衣物(衣服、長褲棉質最佳)、個人泳具(泳帽、泳鏡、泳衣褲)、盥洗用具。

(二) 身體不適者請勿下水游泳，如研習當中突感不適，請務必立即告知鄰近研習員、講座、助教及救生員。

(三) 課程講義以提供電子檔為原則，研習期間請自備能連網、掃描 QR code、下載觀看檔案之電子裝置，或於研習前先行列印，以利掌握研習內容。

(四) 研習期間請全程佩戴口罩，未能配合者，恕無法入場參加研習。若有發燒、呼吸

道症狀（咳嗽、喉嚨痛、打噴嚏）等情形，請勿到訓並主動聯繫告知。

(五) 出/缺勤

- 1、參加研習之學員請準時出席，遲到或早退超過20分鐘以上者須請假1小時。
- 2、完成報名程序之學員倘因故無法參加，請於教師在職研習網/首頁最新公告(免登入)/下載並填妥取消研習表後，掃描寄至本中心研習承辦人電子信箱，逾期或程序未完成仍以無故缺席登記。如為研習當日突發事件，亦請於3日內完成補假程序。

(六) 交通方式：本研習外辦於內湖高中，現場恕不提供停車位，請利用大眾交通工具前往：

- 1、捷運：捷運文湖線文德站。
- 2、公車：0東、21、214、222、286副、287區、620、652、681、683、內湖幹線、紅2、藍20區：內湖高中站

十二、聯絡方式：張芳睿組員，電話：(02)28616942 轉 216，傳真：(02) 28616702，
電子信箱：ad9298@gov.taipei。

十三、研習經費：由本中心研習經費項下支應。

十四、其他：本實施計畫陳奉本中心主任核可後辦理，修正時亦同