

## 桃園市108年國中小身心障礙學生親子暑期游泳體驗營實施計畫

- 一、依據：依據桃園市政府 108 年 3 月 14 日桃教體字第 1080022265 號函辦理
- 二、目的：增進特殊教育教師、身心障礙學生之家長或陪同人員，指導身心障礙學生水上運動、水療復健之專業知能交流，進而建立學生自信心，培養其獨立自主與適應社會生活的能力。
- 三、指導單位：桃園市政府教育局。
- 四、主辦單位：桃園市潮音國小。
- 五、協辦單位：桃園區威尼斯游泳池。
- 六、活動計畫暨內容：
  - (一) 活動時間：108 年 7 月 1 日~5 日、7 月 8 日~12 日  
16：00~17：00(週一~週五)、共十堂課。
  - (二) 活動及報名地點：桃園區威尼斯游泳池。
  - (三) 參加人員：身心障礙學生及家長各 30 人，共計 60 人。
  - (四) 上課內容：詳附件一（桃園市 108 年國中小身心障礙學生游泳體驗營課程計畫表）。
- 七、實施辦法：
  - (一) 參加活動人員需親自報名(附件二)，不需繳交費用；報名人數過多時，依報名先後順序錄取之。
  - (二) 報名參加活動的身心障礙學生必須繳驗殘障（或身心障礙）手冊影本，同時必須要有一位家長或師長確實全程陪同參與照顧學生，無法配合請勿報名。
  - (三) 報名時間：自即日起至 108 年 6 月 14 日（星期五）止，參加人員請填妥報名表（如附件二）、親至桃園區威尼斯游泳池（桃園市慈文路 193 號 洽詢電話：(03) 316-8188）現場報名並繳驗證明及同意書。
  - (四) 完成各項體驗的學生，將核發證明。本體驗營經報名錄取後，務必全程參與。參加人員於活動期間，應自備本人使用之泳衣、泳帽與泳鏡；至若訓練用之輔具，由承辦單位準備。
  - (五) 聯絡人：黃宥嘉主任 0937973894
- 八、承辦學校工作人員(附件三)請准予活動期間公差假登記以利辦理。
- 九、承辦學校工作人員(附件三)依規定給予嘉獎五名、獎狀五名。
- 十、本計畫及預算經桃園市教育局通過後實施，修正時亦同。

附件一：

## 桃園市108年國中小身心障礙學生親子暑期游泳體驗營課程計畫

一、講師編配：6人(每10人編配1名講師)

二、上課人數：60人

三、學生個人裝備：泳鏡、泳裝、泳帽、大毛巾、盥洗用具。

四、游泳池輔助裝備：主辦單位提供(浮板、浮球、浮條)

五、課程內容：

期程	達成級數	游泳能力	自救能力	教學
7/1~2	第一級 海馬	<ul style="list-style-type: none"><li>➢ 在水中拾物 2 次</li><li>➢ 蹬牆漂浮 3 公尺後站立</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>➢ 站立韻律呼吸 20 次</li><li>➢ 水母漂 10 秒</li></ul>	熟悉水性
7/3~4	第二級 水獺	<ul style="list-style-type: none"><li>➢ 打水前進 10 公尺</li><li>➢ 游泳前進 15 公尺(換氣 3 次以上)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>➢ 浮具漂浮 60 秒</li><li>➢ 水母漂 20 秒(可換氣)</li><li>➢ 仰漂 15 秒</li></ul>	打水換氣
7/6、8	第二級 水獺	<ul style="list-style-type: none"><li>➢ 打水前進 10 公尺</li><li>➢ 游泳前進 15 公尺(換氣 3 次以上)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>➢ 浮具漂浮 60 秒</li><li>➢ 水母漂 20 秒(可換氣)</li><li>➢ 仰漂 15 秒</li></ul>	打水換氣
7/9~10	第三級 海龜	<ul style="list-style-type: none"><li>➢ 游泳前進 25 公尺(換氣 5 次以上)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>➢ 水母漂 30 秒，每 10 秒換氣一次</li><li>➢ 仰漂 30 秒</li></ul>	打水換氣
7/11~12	第三級 海龜	<ul style="list-style-type: none"><li>➢ 游泳前進 25 公尺(換氣 5 次以上)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>➢ 水母漂 30 秒，每 10 秒換氣一次</li><li>➢ 仰漂 30 秒</li></ul>	成果驗收

附件二：

## 桃園市 108 年國中小身心障礙學生親子暑期游泳體驗營

### 報名表

姓 名	出生年月日		年 月 日	性 別	<input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女
	身分證字號				
聯 絡 地 址	□□□□□				
陪 同 人 姓 名	與 學 員 關 係	出 生 年 月 日	身 分 證 字 號 ( 辦 理 保 險 用 )		
		年 月 日			
聯 絡 電 話	家 ：		公 司 ：		
	手 機 ：				
備 註	※教學需要，請概述運動能力：				

桃園市108年國中小身心障礙學生親子暑期游泳體驗營切結暨家長同意書  
本人\_\_\_\_\_（同意子女\_\_\_\_\_）參加「桃園市108年國中小  
身心障礙學生暑期游泳體驗營」活動，並同意下列事項，如有違規造成事故時願自行  
負責，敬請同意報名參加。

- 一、本人（子女）自認適宜參加本次活動，並同意活動當日交通自理並家長全程陪同並參與，如有身體不適之情形，必需隨時願意放棄參加本活動。
- 二、參加活動前充分了解游泳安全守則，期間願意遵守規定及指導老師及教練之指導及要求，否則一切後果自行負責。
- 三、本人將完全負責陪同子女及接送往返之安全，並配合指導相關事宜。

具結人：\_\_\_\_\_（親筆簽名）

中華民國108年 月 日

※本報名表請桃園區威尼斯游泳池（桃園區慈文路193號）現場報名並繳驗證明及同意書。