

金門縣中正國小 107 年度夏日樂游教學實施計畫

壹、依據：

- 一、配合行政院海洋立國政策及教育部提昇學生游泳能力中程計畫規劃辦理。
- 二、依據金門縣政府府教體字第 10700349412 號。

貳、目的：

- 一、為提倡正當休閒活動，落實教育部提昇學生游泳基本能力的政策及游泳課程融入健康與體育課程中實施教學。培養學生多元運動技能為宗旨。
- 二、提倡學校推展游泳運動，加強學生游泳知能並養成游泳的運動習慣。
- 三、有效運用學校與社區游泳池資源，培養學生正確休閒運動習慣。

參、主辦單位：中正國小學務處體育組。

肆、實施時間：107 年 07 月 02 日起至 107 年 08 月 24 日（每節課 90 分鐘）。

伍、實施對象：本校升四、五、六年級為優先，初級班及進階班每班招收 45 名，額滿為止。若有餘額開放一、二年級(身高達 120 公分以上者)報名。

陸、實施地點：中正國小教學水道。

柒、本次課程不收費，上課前會進行點名，若發現有缺課過多、無故不參與游泳課程者，爾後將取消其參加活動的資格，以維護其他同學參加的權利。

捌、實施辦法：

一、本校教學水道場地、安全設施完善、救生員、教練(校內教師或外聘)配置等，適合本校實施暑期游泳教學班。

二、採暑假育樂營方式辦理：(每人限報一梯次)

(1) 第一梯次課程：7 月 2 日(一)~6 日(五)；7 月 9 日(一)~13 日(五)

初級班(完全不會游泳)：上午 8：30 至 10：00

進階班(會漂浮腳打水+划手及已會游 15 公尺換氣者)：上午 10：10 至 11：40

(2) 第二梯次課程：7月16日(一)~20日(五)；7月23日(一)~7月27日(五)

初級班(完全不會游泳)：上午 8：30 至 10：00

進階班(會漂浮腳打水+划手及已會游 15 公尺換氣者)：上午 10：10 至 11：40

(3) 第三梯次課程：7月30日(一) 8月3日(五)；8月6日(一)~10日(五)

初級班(完全不會游泳)：上午 8：30 至 10：00

進階班(會漂浮腳打水+划手及已會游 15 公尺換氣者)：上午 10：10 至 11：40

(4) 第四梯次課程：8月13日(一) 8月17日(五)；8月20日(一)~24日(五)

初級班(完全不會游泳)：上午 8：30 至 10：00

進階班(會漂浮腳打水+划手及已會游 15 公尺換氣者)：上午 10：10 至 11：40

三、參加學生請依個別能力分級採小班制教學以達成效，每班約 15 位學生搭配

1 名教練，每位教練皆經過游泳協會之教練證書 (C 級教練證照)。

四、教學方式採樂趣化及漸進式實施游泳教學課程，並以積極鼓勵方式，鼓勵

學生參加游泳教學課程，以提昇本校學生游泳技能。

玖、上課內容：

一、基礎及初級課程：

悶氣、漂浮、韻律呼吸、腳打水、漂浮腳打水、划手、手腳配合。

二、進階課程：

捷式換氣、游十五公尺至二十五公尺、水中自救(水母漂、仰漂)。

拾、本實施計畫經 校長核准後實施，修正時亦同。

金門縣中正國小 107 年度夏日樂游教學報名表

校名	中正國小		班別	年 班	
姓名		出生 年月日		身分證 字號	
住址				電 話	
家長姓名		聯絡電話			
參加班別	<input type="checkbox"/> 初級班(完全不會游泳、會漂浮打水) <input type="checkbox"/> 進階班(會漂浮腳打水+划手及已會游 15 公尺換氣者)				
備註	一、活動時間： 初級班：上午 08：30 至 10：00 進階班：上午 10：10 至 11：40 二、活動日期： <input type="checkbox"/> 第一梯課程：7 月 2 日(一)~6 日(五)；7 月 9 日(一)~13 日(五) <input type="checkbox"/> 第二梯課程：7 月 16 日(一)~20 日(五)；7 月 23 日(一)~7 月 27 日(五) <input type="checkbox"/> 第三梯課程：7 月 30 日(一)~8 月 3 日(五)；8 月 6 日(一)~10 日(五) <input type="checkbox"/> 第四梯課程：8 月 13 日(一)~8 月 17 日(五)；8 月 20 日(一)~24 日(五) 三、每班名額：45 人。(額滿為止) 四、活動地點：中正國小游泳教學水道。 五、參加對象：本校升四、五、六年級學生(身高 120 公分以上)。 六、本報名表可影印使用或至體育組索取。				

切 結 書

本人(監護人) 同意敝子弟 報名參加「金門縣中正國小 107 年度暑假游泳教學」，保證教學期間會遵守團體紀律及有關規定，並切結其身體狀況適合參加此項游泳教學活動，為避免教學中因自己之過失或錯誤，而致任何意外，請叮嚀貴子弟遵守規定、注意安全。特此切結。

此 致

金門縣中正國小

立切結書人(監護人)簽章：

身分證字號(監護人)：

中 華 民 國 年 月 日