

**臺北市教師研習中心**  
**臺北市 115 年度各級學校游泳教學增能研習班**  
**實施計畫**

一、研習依據：臺北市政府教育局委託暨本中心 115 年度研習行事曆。

二、研習目標

- (一) 強化臺北市各級學校游泳教學的水域安全專業能力，以推動學校在游泳教學相關安全領域的教育實踐。
- (二) 提升臺北市各級學校學生游泳與自救能力檢測通過率，落實防溺水教育之推廣，培養學生具備水域安全知能，強化游泳及自救能力。

三、研習時間、地點、對象及人數

(一) 第一梯次：國小（西區與北區）

- 1、研習時間：115 年 4 月 22 日（星期三）9 時至 16 時。
- 2、研習地點：臺北市大同區日新國民小學日新旺台樓。
- 3、研習對象：臺北市西區與北區國小體育科教師或組長，各校務必薦派 1 名教師參加。
- 4、研習人數：約 75 人。

(二) 第二梯次：國小（東區與南區）

- 1、研習時間：115 年 4 月 29 日（星期三）9 時至 16 時。
- 2、研習地點：臺北市內湖區明湖國民小學。
- 3、研習對象：臺北市東區與南區國小體育科教師或組長，各校務必薦派 1 名教師參加。
- 4、研習人數：約 75 人。

(三) 第三梯次：國中及高中職

- 1、研習時間：115 年 4 月 28 日（星期二）9 時至 16 時。
- 2、研習地點：臺北市內湖區明湖國民中學。
- 3、研習對象：臺北市國中及高中職體育科教師或組長，各校務必薦派 1 名教師參加。
- 4、研習人數：約 75 人。

四、報名期間：即日起至 115 年 4 月 16 日（星期四）止，額滿則提前截止報名。

五、研習內容：實際課程及授課講座若有更動以網路公布為準。

梯次	日期/地點	時間	時數	課程主題/地點	講座/負責人員
一	115 年 4 月 22 日 (星期三)	08:30-09:00	/	報到 (日新旺台樓 1F 懷舊堂大廳)	研習班承辦人
		09:00-10:20	1.5	水域安全教育政策與教學資源 (日新旺台樓 3F 旺台廳)	李一聖校長 (興隆國小)
		10:30-11:50	1.5	游泳與自救教學策略與檢測 暨水域安全教育教學模組應用 (日新旺台樓 3F 旺台廳)	黃志成主任 (明湖國小)

		13:00-16:00	3	游泳與自救教學 暨水域安全教育實作 (日新旺台樓 B1 游泳池)	黃志成主任 (明湖國小) 謝育臻教師 (國語實小) 蔡綠麒主任 (忠義國小)
二	115 年 4 月 29 日 (星期三)	08:30-09:00	/	報到 (明湖國小視聽教室)	研習班承辦人
		09:00-10:20	1.5	水域安全教育政策與教學資源 (明湖國小視聽教室)	李一聖校長 (興隆國小)
		10:30-11:50	1.5	游泳與自救教學策略與檢測 暨水域安全教育教學模組應用 (明湖國小視聽教室)	黃志成主任 (明湖國小)
		13:00-16:00	3	游泳與自救教學 暨水域安全教育實作 (明湖國小游泳池)	黃志成主任 (明湖國小) 謝育臻教師 (國語實小) 蔡綠麒主任 (忠義國小)
三	115 年 4 月 28 日 (星期二)	08:30-09:00	/	報到 (明湖國中視聽中心)	研習班承辦人
		09:00-10:30	2	水域安全教育政策與教學資源 (明湖國中視聽中心)	魏豐閔教授 (陽明交大體育教育中心)
		10:50-11:40	1	游泳與自救教學策略與檢測 暨水域安全教育教學模組應用 (明湖國中視聽中心)	黃則緯教師 (龍山國中)
		13:00-16:00	3	游泳與自救教學 暨水域安全教育實作 (明湖國中游泳池)	黃則緯教師 (龍山國中) 等講師群

六、研習方式：游泳與自救教學、水域安全教育概念講授與實務操作。

七、研習時數：全程參與者核發 6 小時研習時數，請假超過研習總時數五分之一（1 小時）者，不核給研習時數。

## 八、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。
- (二) 本中心將依報名順序遴選，遴選結果、課程資訊、課程異動等將至遲於開課前，以各研習員登錄於研習網之電子郵件信箱通知 (請保持開通及擁有足夠雲端空間)。

## 九、注意事項

- (一) 本研習將有入水操作 (含著衣入水自救之演練)，請參與學員報名時應評估身體狀況，並請自行攜帶泳衣、泳帽、泳鏡、乾淨淺色長袖衣褲 (下水不會退色) 及盥洗用品等用具。
- (二) 課程講義
  - 1、講義以提供電子檔為原則，不列印紙本。
  - 2、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，或於研習前先行下載／列印／備妥，以利掌握研習內容。
- (三) 出／缺席
  - 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。
  - 3、研習期間若有發燒、呼吸道症狀 (咳嗽、喉嚨痛) 等身體不適情形，建議請假在家休養或請全程佩戴口罩。
- (四) 相關資訊
  - 1、臺北市大同區日新國民小學：日新旺台樓位於承德路與南京西路交叉口 (★無獨立門牌地址)，無附設停車場，自捷運中山站 5 號出口右轉步行至日新旺台樓約 3 分鐘，上午學科於日新旺台樓 3F 多功能教室，下午術科於日新旺台樓 B1 游泳池。



- 2、臺北市內湖區明湖國民小學：明湖國小地址為臺北市內湖區康寧路三段 105 號，自捷運葫洲站 1 號出口或捷運東湖站 3 號出口步行至明湖國小約 5 分鐘。上午學科於民主樓 1F 視聽教室，下午術科於創新樓 B1 游泳池。



- 3、臺北市內湖區明湖國民中學：明湖國中地址為臺北市內湖區康寧路三段 60 號，自捷運葫洲站下車，由 2 號出口出站向前步行大約 5 分鐘即可到達。上午學科於視聽中心，下午術科於游泳池。
- 4、因日新國小、明湖國小與明湖國中車位有限，恕不開放停車，請搭乘大眾運輸工具前往研習地點。
- 5、哺集乳室：如需使用可於研習當日逕洽研習班生輔員。
- 6、無障礙協助及其他，請務必於研習前先行洽詢研習承辦人。

十、聯絡方式：吳宜瑾輔導員，聯繫電話：(02) 2861-6942 轉 216，傳真：(02) 2861-6702，  
電子信箱：sso10486@gov.taipei。

十一、研習經費：由本中心研習經費項下支應。

十二、其他：本研習計畫陳本中心主任核可後辦理，修正時亦同。