

臺北市教師研習中心
105 年度學校體育教師增能—游泳師資培訓專修研習班
實施計畫

- 一、依據：本中心 105 年度研習行事曆規畫辦理。
- 二、主辦單位：臺北市政府教育局及臺北市教師研習中心
- 三、協辦單位：臺北市立內湖高級中學
- 四、研習目標：
- (一) 增進對世界大學運動會跳水項目之瞭解，並能推廣至學校體育課程。
- (二) 提昇臺北市中小學游泳師資教學知能，落實推動學校游泳教學。
- (三) 強化自救及救生能力，以便應用於實際游泳教學。
- 五、研習對象：臺北市各級學校（不含大專院校），實際從事游泳教學或對游泳教學有興趣之現職教師。
- 七、研習日期：105 年 6 月 3、4 日（星期五、六）。
- 八、研習人數：50 人
- 九、報名時間：即日起至 5 月 25 日（星期三）。
- 十、研習課程表（實際課程及授課講座若有更動以網路公佈為準）

日期	時間	課程主軸	講座	使用場地
6/3 (五)	0855-0900	班務介紹		內湖高中
	0900-1030	世大運跳水項目宣傳	臺北市政府 世大運籌備處	
	1030-1200	體育教師應具備之 基本游泳教學知能與能力	臺北市立大學 水上教育學系系主任 許瓊云教授	
	1200-1330	午餐		
	1330-1610	進階水性教學： 實際演練、水中遊戲(需下水)	YMCA 游泳學校 陳子文主任	游泳館

日期	時間	課程主軸	講座/助講座	使用場地
6/4 (六)	09:00-10:30	1. 游泳教學概論 2. 水中教學的倫理與規範	臺北海洋技術學院 馬軍榮教授 助講座(待確認)	內湖高中
	10:30-12:00	水中安全：「自救與救人」 課程講解		
	12:00-13:20	午餐		
	13:30-16:10	水中安全教學實際演練(需下水)	臺北海洋技術學院 馬軍榮教授 助講座(待確認)	游泳館

十一、研習方式：分組教學、實作。

十二、研習地點：臺北市立內湖高中游泳館（臺北市內湖區文德路 218 號），交通方式如下：

1. 內湖高中站：0 東、21(含直達車)、214、222、286(含副)、278、287(含區)、620(含區)、652、677、紅 2、藍 20、國光客運 1801。
2. 方濟中學站：0 東、28、214、240、256、278、284、286(含副)、521、551、617、630、652、679、棕 9、紅 29、藍 20、藍 27、小 3、國光客運 1801。
3. 成功路 3 段：28、222、521、551、630、藍 27、小 3(含區)、620(含區)、677、617、256、284、287(含區、夜)、240、棕 9、紅 2、紅 29。
4. 淡水信義線(紅線)：
 - (1)至大安站轉搭文湖線，直達捷運文德站。
 - (2)至中山站轉搭松山新店線，由南京復興站再轉搭文湖線，直達捷運文德站
5. 板南線(藍線)：至忠孝復興站轉搭文湖線，直達捷運文德站。
6. 中和新蘆線(橘線)：
 - (1)由忠孝新生站轉搭板南線，至忠孝復興站再轉搭文湖線，直達捷運文德站。
 - (2)由松江南京站轉搭松山新店線，至南京復興站再轉搭文湖線，直達捷運文德站。
7. 松山新店線(綠線)：至南京復興站轉搭文湖線直達捷運文德站(本校)。

十三、研習時數核發：全程參與者核發 14 小時研習時數；請假時數超過研習總時數之五分之一(2 小時)者，不給予研習時數。

十四、報名方式：請於報名截止日前逕登入臺北市教師在職研習網(<http://insc.tp.edu.tw>)報名，並列印報名表經學校行政程序核准後，再由學校研習承辦人進入系統辦理薦派報名。

十五、遴選方式：依報名及薦派順序錄取（學校需在報名截止日前完成薦派報名作業）。

十六、注意事項：

- (一) 本研習於報名截止後 3 天公佈研習人員名單，以各研習員於臺北市教師在職研習網中登錄之電子郵件信箱通知錄取之研習員及其所屬學校，並請自行列印研習通知及準時至本中心參加研習；為珍惜教育資源，經報名錄取人員不得無故缺席。
- (二) 完成報名程序之研習員，倘因特殊緊急事件無法參加者，應於研習前 3 日告悉本中心，並依程序辦理取消研習。
- (三) 為珍惜教育資源，經報名錄取人員不得無故缺席；如無故不出席亦未請假累計達三次者，將於「臺北市教師在職研習網」系統上暫停該員報名本中心研習班之權利三個月。另為維持研習品質，本研習班不接受現場報名，請欲參加之學員於報名截止日前完成報名程序。
- (四) 為尊重講座及研習同儕，參與研習請務必準時，以免影響課程進行。遲到或早退超過 20 分鐘以上者，須請假 1 小時。另本中心亦不接受「研習代理」及「輪流上課」等情事，敬請配合。
- (五) 學員如需無障礙設施、或其他需求者，請事前洽承辦人或當天生活輔導員。

十七、聯絡方式：本中心教務組林致均組員，電話：2861-6942 轉 216。

E-mail：ju801112@gmail.com

十八、研習經費：由本中心研習經費項下支應。

十九、其他注意事項：

- (一) 請自行攜帶個人泳具（泳帽、泳鏡、泳衣褲）。
 - (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) 請多加利用捷運文湖線、公車等大眾運輸工具前往（該校位於捷運文德站旁，請於 2 號出口出站）。
- 二十、本實施計畫陳本中心主任核可後實施，修正時亦同。