

獨木舟拯救教練證書

Canoe Rescue Instructor Certificate

C/CRS/CRI/0526

目的：

此乃對有志促進獨木舟拯救發展人士考取合格教練資格，考生必須具備足夠獨木舟構造及裝備知識、拯救技術、領導才能及教學技能。

獎勵：

證書一張和布章一枚。

投考資格：

- i. 本會屬會會員；
- ii. 年齡十八歲或以上；
- iii. 持有有效本會海洋救生章或以上資格；
- iv. 持有有效本會高級獨木舟拯救章；
- v. 持有有效本會註冊拯溺教師證；
- vi. 完成本會認可獨木舟拯救教練證書訓練課程或持有有關獨木舟教練證書。

主考：

本會一級主考（獨木舟拯救專項）或獨木舟拯救專項評核員一名。

器材：

總會認可之「救生獨木舟、槳、防浪裙、救生衣及拖繩」。（註：器材數量按考生人數比例而增加）

水試衣著：

泳裝、泳帽、水上活動鞋、防晒衣物（淺色底及不脫色衣料）。

考試程序：

獨木舟拯救教練證書考試共分三個部份，分別為甲部教案、乙部筆試及丙部實習試。考生必須在三個部份均取得合格成績，才可獲發獨木舟拯救教練證書。

1 甲部（教案）

考生須提交參照獨木舟拯救章課程編輯之大綱及內容，連一日旅程之編排。

2 乙部 (筆試)

此部以長題目形式解答有關問題 (3 題選答 2 題)

2.1 試題內容包括：

- 2.1.1 划艇技術；
- 2.1.2 救生技術；
- 2.1.3 海上知識；
- 2.1.4 意外事件處理；
- 2.1.5 急救；
- 2.1.6 教學技巧。

3 丙部 (實習試)

實習試包括下列兩項，每項取分 70%或以上為合格。

3.1 划艇及救生技術

3.1.1 划艇拯救

- 3.1.1.1 划艇 30 公尺進行一次行進間壓水平衡；
- 3.1.1.2 兩艇相距 25 公尺，操演橫漿及艇頭愛斯基摩拯救法其中一種。

3.1.2 利用獨木舟作浮力及施行人工呼吸

- 3.1.2.1 划艇 30 公尺至昏迷溺者；
- 3.1.2.2 跳艇下水為溺者施行扶持人工呼吸；
- 3.1.2.3 將溺者移離水中並搬到艇背繼續操演人工呼吸；
- 3.1.2.4 深水上艇及運用獨木舟拖艇法返岸。

3.1.3 自救技術

- 3.1.3.1 深水處覆舟離開至艇旁，潛回水中重返艇內操演翻滾技巧；
- 3.1.3.2 跳艇及作深水清艇及深水上艇返岸。

3.2 教學實習

此部份以實際教授形式表現教學及示範技巧，每位考生選以下其中一項範圍。

- 3.2.1 愛斯基摩拯救法，其中一種；
- 3.2.2 泳者救艇法；
- 3.2.3 艇頭及艇尾輸送法，其中一種；
- 3.2.4 X 及 HI 型救艇法,其中一種；
- 3.2.5 深水跳艇、清艇及深水上艇；
- 3.2.6 連艇泳法；
- 3.2.7 靜水及行進間壓水平衡，其中一種。

--- 完 ---