



# 臺北市大同區雙蓮國小

## 111 年度 常年游泳訓練營 招生簡章

- 一、目的：為推展全民體育，改善社會風氣，提升市民生活品質，充實青少年休閒生活。
- 二、主辦單位：臺北市大同區雙蓮國民小學。
- 三、指導單位：臺北市政府教育局。
- 四、活動時間：自 111 年 10 月 29 日起至 111 年 12 月 10 日止，本回上課期間共計五堂課。  
每班每節課程共九十分鐘。(如下表)

星期 別	班 別		A 班	
	日 期	上 課 時 間		
一	10 月 31 日~11 月 28 日(每星期一) (10/31. 11/7. 11/14. 11/21. 11/28)		下午( A1 ) 04:10~05:40	
五	11 月 04 日~12 月 02 日(每星期五) (11/4. 11/11. 11/18. 11/25. 12/2)		下午( A2 ) 04:10~05:40	
六	10 月 29 日~12 月 10 日(每星期六) (10/29. 11/5. 11/12. 11/19. 12/10; 11/26 選舉日、12/03 體表會，課程 往後順延一回)		上午( A3 ) 10:00~11:30	

五、上課地點：本校活動中心 B1 室內溫水游泳池。

六、參加資格：

{ 報名網站 QR 條碼掃描處 }

- 學員凡在學之學生(小學一年級起)以上、65 歲以下均可參加；非本校學生也以可報名參加。
- 凡患有不適於游泳活動之疾病者不得報名參加。

七、收費標準(含保險費)：

一期上課 5 次，學費①(含大學以上及成人)：900 元，學費②：800 元(他校之學生可憑學生證辦理)。

八、報名手續：

- 均採用『網路』報名，請進入本校網站【<https://www.sles.tp.edu.tw/nss/p/index>】→教學服務→【課後活動報名】→【<https://ecampus.com.tw/Index/AnnShow/30>】→點選綠色紅色字體方塊【活動報名】→點選【111 年度 常年游泳訓練營 II】右方(藍色-前往)後，再依要求進行相關資料填寫即可。
- 待報名截止後統一製作繳費單，並請於期限內至『銀行 or 便利商店』繳交，始得完成報名。
- 外校生「繳費三聯單」製作完，另行通知至本校領取，並請於期限內依上述 2. 方式繳費，而收據也請於上課第一日和同意書一併繳交即可。

九、報名時間、諮詢電話及名額：

- 111 年 10 月 13 日(四) am09:00 起開放報名，至 10 月 26 日(三) pm04:00，報名截止；預計繳費階段 111/10/31(一) am 00:00 起，至 11/07(一) pm 24:00 截止。
- 相關報名、問題諮詢電話：02-2557-0309 轉 1024(學務處/體育組)；如遇忙線 or 無人接聽時，還請稍後再撥。
- 每班各階級別招收 10~15 人(15 人以上另成一級以此類推；未滿 12 人恕不開班。)

十、課程進度及組別(依師生比調整)：

- 初階組：環境及水性的適應、基礎呼吸法、水中站立、水母漂、捷泳多項打水及各項輔具認識。
- 進階組：捷泳的換氣(頭部)、手部、腿部等聯合動作及浮具漂浮、仰漂學習等…。
- 高階組：長泳的加強、仰、蛙、蝶泳…等，聯合動作及轉身、簡易自救、基本救生認識等…。

十一、上課注意事項：

- 為防治新冠肺炎、H1N1、腸病毒、流感等…疫情，將嚴格執行學員入水前測量體溫乙事，若有學員耳溫超過 38℃、額溫超過 37.5℃者，嚴禁入水，並請儘速就醫。
- 本活動學費中內含保險費用，於正式開始上課後，若因個人因素無法前來上課時，將依『家長

同意書』內附記辦理退費。如因校方發生不可抗力之情事，導致無法正常上課時，將會於本校

官方網站：<https://www.sles.tp.edu.tw/nss/p/index> 上公告並另行『補課』，請恕不再個別

另行通知；退費標準則依臺北市教育局 111 年度 常年游泳訓練營實施計畫，退費規定辦理。

3. 學員每堂課請提早十分鐘到場，並自備泳帽、泳鏡、泳衣（褲）方可下水游泳。

4. 請聽從現場教練及救生員之指導與指示，切勿於池畔奔跑、嘻戲及從事任何危險之遊戲。

5. 除了飲水以外，請勿攜帶食物進入游泳池區，以免影響游泳池週邊環境及衛生。

6. 請勿攜帶貴重物品前來上課，若有遺失本校概不負責。

7. 因應新冠肺炎疫情，**111 學年度上學期常年泳訓營不開放家長及家人進入游泳池陪同上課。**

十二、本校校址：臺北市大同區錦西街五十一號（電話：2557-0309 轉 1028 游泳池）。

1. 公車：617、225、266、227、292、41、54、39（成淵高中站），步行約莫 10~15 分即可到達。

2. 捷運：淡水線民權西路站 2 號出口，步行約莫 10~15 分即可到達。

-----請填寫完成延此虛線剪下，並於第一回上課時繳交於「游泳池入口報到處」即可-----

**臺北市大同區雙蓮國民小學 111 年度 常年游泳訓練營 II-家長同意書** 編號：

學員姓名		性別		出生年月日	
身分證號碼			學校/年級班級		
聯絡電話	(H)			手機	
通訊處					
活動期間	自 111 年 10 月 29 日起 至 111 年 12 月 10 日止（每班分計 5 次課程）				
游泳程度 (依能力勾選) 無則免填	教育部「全國中、小學游泳與自救能力」基本五級指標： <input type="checkbox"/> 第一級(水中閉氣拾物 3 次、連續韻律呼吸 10 次)。 <input type="checkbox"/> 第二級(蹬牆漂浮 3 公尺以上後站立、打水前進 8 公尺) <input type="checkbox"/> 第三級(游泳前進 15 公尺) <input type="checkbox"/> 第四級(游泳前進 25 公尺) <input type="checkbox"/> 第五級(游泳前進 50 公尺含轉身)。				
即將 參加期別 及 時段/日期	A1 <input type="checkbox"/> pm 04：10 ~ 05：40（星期一）111/10/31 ~ 111/11/28 A2 <input type="checkbox"/> pm 04：10 ~ 05：40（星期五）111/11/04 ~ 111/12/02 A3 <input type="checkbox"/> am 10：00 ~ 11：30（星期六）111/10/29 ~ 111/12/10				
111 年度 常年游泳訓練營-家長同意書 本人已詳閱相關簡章(十一). 上課注意事項，同意孩子參與此課程，並願意遵守指導教練與泳訓課程之一切相關規定，且會協助叮嚀孩子注意自身安全，如未遵守，即予「退班且依退費規定辦理」，本人毫無異議。 家長簽章：_____ 中華民國 111 年 _____ 月 _____ 日					
附記： 一、未滿 18 歲者，須徵得家長同意，方可報名參加。 二、凡身心狀況不適合此運動者(例如患有皮膚病、心臟病、傳染病、癲癇、精神病或其他類似症者)，請勿報名參加，如因此發生意外，由家長及報名者自行負責。 三、中小學一律憑學生證辦理（限高級中等以下學生）。 四、退費規定說明如下（以下所稱全額需扣除已繳納之保險費）： (1) 未開課前將全額退費。 (2) 開課後僅退全額之 1/2。 (3) 開課後超過 1/2 課程者，將不辦理退費。 (4) 已完成退費申請程序者，一併於活動結束後退回款項。 (5) 其餘未詳列規定，則依臺北市教育局頒佈 111 年度 常年泳訓營計畫行之。					

體育組長：

學務主任：

校長：