

一、長背板救援

複訓場次：_____ 測驗日期：_____ 測驗地點：_____

以 3 人一組（不包含溺者），應檢人 A 為主要受考評之應檢人、B 助手位於板頭、C 助手位於板尾，以輪替方式分別操作。

應檢人編號	應檢人姓名	
動作要求		考評
應檢人 A 呼叫助手，撥打電話向 119 求援。		<input type="checkbox"/> 合格 <input type="checkbox"/> 不合格
應檢人 A 以「靜入式入水法」入水，不製造波浪接近溺者。		<input type="checkbox"/> 合格 <input type="checkbox"/> 不合格
3-1.應檢人 A 以「胸骨脊椎固定旋轉法」（應檢人 A 立於溺者身側，左（右）手前臂緊貼於溺者胸骨，手掌托住溺者顴骨（不可封口捏鼻），右（左）手前臂緊貼於溺者脊椎，5 指張開緊托住溺者頭部枕骨處，雙臂夾緊，將溺者頭部固定，移動溺者向前，由己方沒入水中，以溺者脊椎為水平軸線翻轉後，使溺者面部朝上，勿將溺者抬離水面，順勢將溺者旋轉 180°），使溺者臉部口鼻露出水面，將溺者固定於水面，並將溺者帶至池邊。		<input type="checkbox"/> 合格 <input type="checkbox"/> 不合格
3-2.應檢人 B、C 以「靜入式入水法」入水，攜帶「急救長背板」，不製造波浪前往協助救援。應檢人 B、C 將長背板貼近溺者，B 受試者在溺者頭部方向，C 受試者在溺者腳部方向，二人同時將長背板翻起，使長背板面向著溺者，並與水面成 90 度角壓入水中，置於溺者身體下方。		
4.應檢人 A 將在溺者頸下之手移至長背板下，讓溺者穩固於長背板上。應檢人 B 放入頭部固定器，繫好頭部固定器固定帶。		<input type="checkbox"/> 合格 <input type="checkbox"/> 不合格
5-1.應檢人 A 將胸部固定帶穿過溺者腋下扣上並拉緊。		<input type="checkbox"/> 合格 <input type="checkbox"/> 不合格
5-2.應檢人 A 將腰部及下肢的固定帶扣上並拉緊，再將腳部固定帶固定並扣緊。		<input type="checkbox"/> 合格 <input type="checkbox"/> 不合格
5-3.應檢人 C 扶住長背板板尾，應檢人 A、B 扶住板頭，將板頭抬上池岸。		<input type="checkbox"/> 合格 <input type="checkbox"/> 不合格
5-4.應檢人 A、B 登上池岸，抓緊板頭，應檢人 C 在水中捉緊板尾，合力一拉一推，將溺者及長背板搬到池岸地面上。		<input type="checkbox"/> 合格 <input type="checkbox"/> 不合格
5-5.應檢人 A、B 抬板頭，應檢人 C 抬板尾，將溺者上岸抬至適當地方。		<input type="checkbox"/> 合格 <input type="checkbox"/> 不合格
1.合乎規定，無時間限制。		扣分
2.上述評分項目有一項不合格即 - 32 分。 <input type="checkbox"/> 合格 <input type="checkbox"/> 不合格 - 32 分		
3.本測驗採扣分制，術科測驗總分 100 分，得分未滿 70 分，屬不合格。		甄審簽名

二、200 公尺救生四式

複訓場次：_____ 測驗日期：_____ 測驗地點：_____

應檢人編號	應檢人姓名		
測驗項目	動作要求	考評	
200 公尺 救生四式 (6 分鐘)	<input type="checkbox"/> 於規定時間 6 分鐘內持續完成。 (若有違規事項依下列各細項累積扣分)	_____分 _____秒 <input type="checkbox"/> 合格 <input type="checkbox"/> 不合格 - 32 分	
	<input type="checkbox"/> 全程未有手扶抓水道繩、池壁或腳踩池底休息。	<input type="checkbox"/> 合格 <input type="checkbox"/> 每一違規動作姿勢 - 8 分 次數：_____ 扣分：_____	
	<input type="checkbox"/> 蹬牆出發，出發後全程眼睛須保持露出水面，依序以抬頭捷、抬頭蛙、側泳、基本仰泳前進(抬頭捷與抬頭蛙眼睛須直視前方，且抬頭捷及側泳不得踢蛙腳，基本仰泳手不能划出水面及划過耳朵)。	<input type="checkbox"/> 合格 <input type="checkbox"/> 每一違規動作姿勢 - 8 分 抬頭捷次數：_____ 抬頭蛙次數：_____ 側泳次數：_____ 基本仰泳次數：_____ 扣分：_____	
	<input type="checkbox"/> 各分段姿勢均正確。	<input type="checkbox"/> 合格 <input type="checkbox"/> 每一違規動作姿勢 - 8 分 抬頭捷次數：_____ 抬頭蛙次數：_____ 側泳次數：_____ 基本仰泳次數：_____ 扣分：_____	
1. 「每一違規動作姿勢扣 8 分」者，採逐次累積扣分。 2. 本測驗採扣分制，術科測驗總分 100 分，得分未滿 70 分，屬不合格。		扣分	
		甄審簽名	

三、心肺復甦術及自動體外心臟電擊去顫器

複訓場次：_____ 測驗日期：_____ 測驗地點：_____

雙人操作。

應檢人編號		應檢人姓名	
檢定項目		動作要求	考評
1.檢查環境安全		確認環境安全後，以雙膝著地預備姿勢。	<input type="checkbox"/> 合格 <input type="checkbox"/> 不合格
2.確認反應		雙手適度拍打溺者雙肩，大聲呼叫。	<input type="checkbox"/> 合格 <input type="checkbox"/> 不合格
3.呼叫求援		1. 溺者無反應時，高聲求救，若有他人協助，請人打 119 求援，取得 AED。 2. 若無他人協助，自己打 119 求援，取得 AED。	<input type="checkbox"/> 合格 <input type="checkbox"/> 不合格
4.確認呼吸		無反應，沒有呼吸或幾乎沒有正常呼吸(觀察約 10 秒)。	<input type="checkbox"/> 合格 <input type="checkbox"/> 不合格
5.胸部按壓	位置	兩乳頭連線正中間的胸骨處(胸骨下半段)。	<input type="checkbox"/> 合格 <input type="checkbox"/> 不合格
	手法	雙手重疊十指交扣，以掌根為施力點按壓，肩、肘、腕三關節成一直線，與胸骨垂直。應檢人按壓的手掌不可離開或緊壓溺者胸部。	<input type="checkbox"/> 合格 <input type="checkbox"/> 不合格
	深度	按壓深度 5~6 公分。	<input type="checkbox"/> 合格 <input type="checkbox"/> 不合格
	速率	以每分鐘 100~120 次速率按壓，讀數與按壓相互配合，按壓與放鬆各佔一半的時間。	<input type="checkbox"/> 合格 <input type="checkbox"/> 不合格
6.暢通呼吸道		以壓額提下巴法打開呼吸道。	<input type="checkbox"/> 合格 <input type="checkbox"/> 不合格
7.人工呼吸	吹氣方式	1. 使用面膜蓋住溺者(安妮假人)嘴巴，捏住溺者鼻孔。 2. 張口罩緊溺者嘴巴吹氣。	<input type="checkbox"/> 合格 <input type="checkbox"/> 不合格
	吹氣量及時間	吹兩口氣，每口氣 1 秒鐘，可見胸部起伏。	<input type="checkbox"/> 合格 <input type="checkbox"/> 不合格
8.胸部按壓與人工呼吸的循環		進行胸部按壓 30 次，吹 2 口氣連續操作，至 AED 到達。	<input type="checkbox"/> 合格 <input type="checkbox"/> 不合格
9.開電源		1. 先將溺者身體水分拭乾。 2. 打開 AED 電源，依 AED 語音指示操作。	<input type="checkbox"/> 合格 <input type="checkbox"/> 不合格
10.貼片		將貼片貼於適當位置(右上、左下)(插入導線)。	<input type="checkbox"/> 合格 <input type="checkbox"/> 位置不適當 - 8 分(貼片須貼於右上左下)
11.依 AED 語音操作		1. 依 AED 語音指示離開溺者。 2. 依 AED 語音指示，電擊實施與否。	<input type="checkbox"/> 合格 <input type="checkbox"/> 不合格
12.CPR		立即實施 CPR 二分鐘(五個循環)或配合現場狀況及甄審口令，操作循環組數。	<input type="checkbox"/> 合格 <input type="checkbox"/> 不合格
13.評估成效		重覆進行分析心律(AED)。	<input type="checkbox"/> 合格 <input type="checkbox"/> 不合格
1.上述評分項目除「10.貼片」位置不適當扣 8 分(動作位置錯誤或未執行者，仍扣 32 分)，其餘違規動作姿勢一項扣 32 分。			扣分
2.本測驗採扣分制，術科測驗總分 100 分，得分未滿 70 分，屬不合格。			甄審簽名