

獨木舟拯救基礎證書 Canoe Rescue Basic Certificate

#C/CRS/CRBC/0315

- 1 目的
透過獨木舟拯救基礎證書考試，使考生掌握獨木舟基礎技術。
- 2 獎勵
袖珍證書一張和布章一枚。
- 3 投考資格（必須達到所有下列要求）
 - 3.1 本會屬會會員；
 - 3.2 年齡十四歲或以上；
 - 3.3 持有有效本會銅章或以上資格；
 - 3.4 持有本會海洋拯救基礎證書；
 - 3.5 完成本會認可獨木舟拯救基礎證書課程或持有香港獨木舟總會初級獨木舟證書或三級星章。
- 4 主考
本會各級主考（獨木舟拯救專項）或獨木舟拯救專項評核員一名。
- 5 水試衣著
泳裝、泳帽、保護衣物和鞋。
- 6 考試程序
獨木舟拯救基礎證書考試共分兩個部份，分別為甲部口試及乙部實習試。考生必須在兩個部份均取得合格成績，才可獲發獨木舟拯救基礎證書。

甲部（口試）

- 6.1 口試共有 5 題，答對 3 題或以上合格，答題時間 15 分鐘。試題內容包括：
 - 6.1.1 獨木舟認識；
 - 6.1.2 個人裝備；
 - 6.1.3 安全守則；
 - 6.1.4 獨木舟操作；
 - 6.1.5 獨木舟拯救；
 - 6.1.6 海上知識。

乙部（實習試）

實習試包括下列二項。

6.2 划艇技術

- 6.2.1 「個人或雙人」搬運艇隻；
- 6.2.2 「穿著救生衣」在沙灘「上艇」，操演「前槳」技術，划艇離岸 30 公尺，然後操演「急停」，控制獨木舟停於指定位置；
- 6.2.3 操演「掃槳」使艇頭指向岸上方向；
- 6.2.4 按主考指定的方向，操演「橫划」和「靜水壓水平衡」技術；
- 6.2.5 划艇回岸並按主考指定方向，操演「船尾舵轉向」技術；
- 6.2.6 操演「後槳」回岸和「落艇」技術。

6.3 拯救技術

- 6.3.1 「艇排」運作；
- 6.3.2 在深水處操演「翻艇處理」；
- 6.3.3 在深水處操演「X 或 HI 型救艇法」；
- 6.3.4 「個人或雙人」近岸清理艇隻。

❧ 完 ❧

獨木舟拯救基礎證書考試項目豁免：

資歷	可豁免項目
持有香港獨木舟總會初級獨木舟證書或三級星章	甲部及乙部所有項目

獨木舟拯救章

Canoe Rescue Award

#C/CRS/CRA/0315

- 1 目的
透過獨木舟拯救章考試，使考生對救生獨木舟認識、操作、拯救技術和體能，可達至獨木舟救生員的適任水平。
- 2 獎勵
袖珍證書一張和布章一枚。
- 3 投考資格（必須達到所有下列要求）
 - 3.1 本會屬會會員；
 - 3.2 年齡十五歲或以上；
 - 3.3 持有有效本會銅章或以上資格；
 - 3.4 持有本會獨木舟拯救基礎證書；
 - 3.5 完成本會認可獨木舟拯救章課程（或持有香港獨木舟總會初級獨木舟救生員證書）。
- 4 主考
本會各級主考（獨木舟拯救專項）或獨木舟拯救專項評核員一名。
- 5 水試衣著
泳裝、泳帽、保護衣物和鞋。
- 6 考試程序
獨木舟拯救基礎證書考試共分兩個部份，分別為甲部筆試、乙部實習試。考生必須在兩個部份均取得合格成績，才可獲發獨木舟拯救章。

甲部（筆試）

- 6.1 筆試共有 30 題，答對 18 題或以上合格，答題時間 20 分鐘。試題內容包括：
 - 6.1.1 救生獨木舟認識；
 - 6.1.2 個人裝備；
 - 6.1.3 安全守則；
 - 6.1.4 救生獨木舟操作；
 - 6.1.5 救生獨木舟拯救；
 - 6.1.6 急救知識。

乙部（實習試）

實習試包括下列四項：

6.2 划艇技術

- 6.2.1 在沙灘「上艇」，操演「前槳」技術，划艇離岸 30 公尺，操演「急停」，然後控制艇頭指向岸上方向；
- 6.2.2 高速划艇回岸並按主考指定方向，操演「垂手式急轉向」技術；
- 6.2.3 操演後槳「回岸」和「落艇」技術。

6.3 拯救技術

- 6.3.1 操演「泳者救艇法」，拯救一名離岸 15 公尺翻艇的溺者；
- 6.3.2 划艇至一名離岸 30 公尺的溺者，操演「艇頭輸送法或艇尾運載法」技術；
- 6.3.3 划艇離岸 30 公尺，然後操演靠貼另一艇隻(相距 15 公尺)，操演「艇頭式或橫槳式愛斯基摩拯救法」任何一種技術。

6.4 昏迷溺者處理及人工呼吸（兩名考生）

- 6.4.1 划艇至一名離岸 30 公尺昏迷溺者；
- 6.4.2 「跳艇」下水拯救溺者；
- 6.4.3 操演「扶持人工呼吸」四次；
- 6.4.4 另一位操演「串連拖艇法」返回及協助登岸；
- 6.4.5 操演「心肺復甦法」二次及「擺放復原臥式」。

6.5 急救用品和清理艇隻

- 6.5.1 帶備急救用品划艇離岸 50 公尺操演「深水清艇」；
- 6.5.2 操演「深水上艇」；
- 6.5.3 近岸操演「單人清艇」；
- 6.5.4 操演「單人搬運艇隻」登岸；
- 6.5.5 展示艇上急救用品完整無缺。

∞ 完 ∞

獨木舟拯救章考試項目豁免：

資歷	可豁免項目
持有香港獨木舟總會初級獨木舟救生員證書	甲部及乙部所有項目

高級獨木舟拯救章

Advanced Canoe Rescue Award

#C/CRS/ACRA/0315

- 1 目的
透過高級獨木舟拯救章考試，使考生對救生獨木舟認識、操作、拯救技術和體能，可達至獨木舟救生員的熟練水平。
- 2 獎勵
袖珍證書一張和布章一枚。
- 3 投考資格（必須達到所有下列要求）
 - 3.1 本會屬會會員；
 - 3.2 年齡十六歲或以上；
 - 3.3 持有有效本會銅章或以上資格；
 - 3.4 持有有效本會獨木舟拯救章；
 - 3.5 完成本會認可高級獨木舟拯救章課程（或持有香港獨木舟總會高級獨木舟救生員證書）。
- 4 主考
本會一級或以上級別（獨木舟拯救專項）或獨木舟拯救專項評核員一名。
- 5 水試衣著
泳裝、泳帽、保護衣物和鞋。
- 6 考試程序
高級獨木舟拯救基礎證書考試共分兩個部份，分別為甲部筆試、乙部實習試。考生必須在兩個部份均取得合格成績，才可獲發高級獨木舟拯救章。

甲部（筆試）

- 6.1 筆試共有 50 題，答對 35 題或以上合格，答題時間 30 分鐘。試題內容包括：
 - 6.1.1 獨木舟救生員的角色；
 - 6.1.2 獨木舟拯救；
 - 6.1.3 水上活動意外處理；
 - 6.1.4 獨木舟搜索；
 - 6.1.5 獨木舟維修；
 - 6.1.6 急救知識；
 - 6.1.7 獨木舟旅程安排。

乙部（實習試）

實習試包括下列五項：

6.2 划艇技術

- 6.2.1 在碼頭或陡坡灘「上艇」，划艇至離岸 30 公尺；
- 6.2.2 按主考指示的方向，操演「橫跨式船頭舵」；
- 6.2.3 按主考指示的方向，操演「提手式或垂手式」壓水急轉向；
- 6.2.4 划艇至指定方向，操演「行進間壓水平衡」一次；
- 6.2.5 操演「單槳划行」回岸。

6.3 拯救技術及獨木舟人工呼吸

- 6.3.1 划艇至一名離岸 30 公尺昏迷溺者；
- 6.3.2 「跳艇」下水拯救溺者；
- 6.3.3 操演「扶持人工呼吸」二次；
- 6.3.4 操演「愛斯基摩艇頭拯救法」協助溺者上艇，繼續操演「艇上人工呼吸」；
- 6.3.5 操演「深水上艇」；
- 6.3.6 利用「獨木舟拖艇法」回岸；
- 6.3.7 利用「獨木舟擔架輸送法」協助溺者登岸；
- 6.3.8 操演「心肺復甦法」二次及擺放「復原臥式」；
- 6.3.9 操演「風擋」技術。

6.4 獨木舟配合救生快艇拯救

- 6.4.1 划艇 50 公尺至陡峻岩岸處一名清醒溺者；
- 6.4.2 利用「艇頭輸送法或後划槳法」划行溺者至安全地點；
- 6.4.3 利用手號通知救生快艇支援；
- 6.4.4 協助溺者登上救生快艇。

6.5 自救技術

- 6.5.1 划艇至深水處「急停」及棄槳，操演「連艇泳法」取回槳後再「覆舟」離開至艇旁，潛回水中「重返」艇內操演「翻滾」技巧；
- 6.5.2 繼續「划行盛滿水之獨木舟」返岸；
- 6.5.3 登岸後，「單人近岸清艇」及「單人搬運」。

6.6 團隊覆舟處理

- 6.6.1 全體隊員於深水處操演「覆舟」；
- 6.6.2 操演全體隊員「清艇」和「上艇」（6 分鐘內完成）；
- 6.6.3 登岸展示艇上急救用品完整無缺。

∞ 完 ∞

高級獨木舟拯救章考試項目豁免：

資歷	可豁免項目
持有香港獨木舟總會高級獨木舟救生員證書	甲部及乙部所有項目