

泳池救生章

Pool Lifeguard Award

#P/PLG/PLGA/0122

目的

考驗考生對泳池監察、防止意外、拯救技巧、泳池救生器材使用和體能，均可達至泳池救生員的適任水平。

獎勵

證書卡一張和布章一枚。

投考資格

- i. 本會屬會會員；
- ii. 年齡十六歲或以上；
- iii. 持有有效本會銅章或以上資格；
- iv. 使用任何向前泳式（除背泳）游泳 400 公尺（限時 15 分鐘）；
- v. 完成本會認可泳池救生章課程。

主考

本會各級主考（泳池救生專項）一名。

器材

總會認可之「復甦假人」、「自動體外去顫法訓練器」、「急救復甦器材」（包括口咽人工氣喉、袋裝面罩、氣袋、手動抽液器、頸套、簡單面罩、面罩復甦器及氧氣供應器）、敷料、新民夾板、繩帶、三角巾、脊柱固定板、救生繩袋及救生浮標。

水試衣著

泳裝、泳帽、短袖上衣和短褲。

考試程序

泳池救生章考試共分三個部份，分別為甲部筆試、乙部水上急救實習試及丙部水上實習試。考生必須在三個部份均取得合格成績，才可獲發泳池救生章。

1 甲部（筆試）

筆試共有下列三張試卷，全部為多項選擇題。

1.1 試卷一：泳池救生筆試

共有 20 題，答對 15 題或以上為合格，答題時間 20 分鐘。試題內容包括泳池救生章全部課程。

1.2 試卷二：急救筆試

共有 50 題，答對 35 題或以上為合格，答題時間 30 分鐘。試題內容包括急救證書全部課程。

1.3 試卷三：水上急救筆試

共有 50 題，答對 35 題或以上為合格，答題時間 30 分鐘。試題內容包括水上急救證書全部課程。

2 乙部 (水上急救實習試)

水上急救實習試包括下列三項。

2.1 急救實習試 (敷料與繃帶)

- 2.1.1 處理出血；
- 2.1.2 處理骨折。

2.2 高級生命支援技術考試

使用急救復甦器材，替一名疑似脊柱骨折患者操演高級生命支援技術急救：

- 2.2.1 使用頭頸固定技術固定患者；
- 2.2.2 使患者暢通氣道後，插入口咽人工氣喉於患者口腔內；
- 2.2.3 使用袋裝面罩，向患者施行心肺復甦法；
- 2.2.4 使用氣袋、面罩復甦器及氧氣供應器，向患者施行心肺復甦法；
- 2.2.5 使用總會認可之「復甦假人」及「自動體外去顫法訓練器」向一名假設沒有呼吸及血液循環徵象的成人操演高級生命支援技術。考生均需明瞭以下兩種情況：
 - 2.2.5.1 患者出現心室纖維性顫動，需要電擊；
 - 2.2.5.2 不需要電擊。
- 2.2.6 使用手動抽液器處理患者嘔吐；
- 2.2.7 使用簡單面罩對患者進行氧氣治療；
- 2.2.8 使用頸套固定患者頭頸；
- 2.2.9 向患者進一步檢查及善後處理。

急救包紮技術考試：

- 2.2.10 使用新民夾板固定骨折傷肢。

2.3 水上急救水上實習試

在深水中使用脊柱固定板處理一名疑似脊柱骨折溺者。

- 2.3.1 固定溺者頭、頸和身體；
- 2.3.2 把溺者固定在脊柱固定板；
- 2.3.3 搬運溺者登岸；
- 2.3.4 處理患者嘔吐；
- 2.3.5 向患者進一步檢查和護理。

3 內部 (水上實習試)

水上實習試包括下列六項：

3.1 游泳測試 (限時 50 秒)

- 3.1.1 使用任何泳式 (除背泳) 游泳 50 公尺；

3.2 陸上拯救技術 (限時 30 秒)

- 3.2.1 使用「救生繩袋」拯救一名離岸 10 公尺之清醒溺者。

3.3 救生浮標拯救技術 (限時 1 分鐘)

- 3.3.1 在深水處下水；
- 3.3.2 游泳至一名離岸 20 公尺清醒溺者；
- 3.3.3 使用救生浮標，拖救溺者 20 公尺回岸；
- 3.3.4 然後以「扶持位置」固定溺者(計時結束)；
- 3.3.5 協助溺者登岸及進行「護理」。

3.4 緊急行動計劃

- 3.4.1 由主考擬定一宗泳池遇溺事件，考生須詳述事件的緊急處理方法和正確程序。

3.5 施救員技術 (限時 1 分 20 秒)

- 3.5.1 在深水處下水；
- 3.5.2 游泳至一名離岸 20 公尺清醒溺者的位置；
- 3.5.3 操演主考指定的「脫身法」或「護衛法」；
- 3.5.4 使用主考指定的「直接拖救法」(貼身托頸拖救法或橫胸拖救法)，拖帶溺者 20 公尺回岸；
- 3.5.5 然後以「扶持位置」固定溺者並協助登岸。

3.6 緊急復甦技術 (限時 45 秒)

- 3.6.1 在深水處下水；
- 3.6.2 使用「仰頭捷泳式」(考生臉部須高出水面，並能注視溺者位置) 游泳 10 公尺至溺者失蹤的位置進行搜索；
- 3.6.3 使用主考指定的「下潛法」潛入水中，在水深 1.8 公尺下尋找「救生假人」；
- 3.6.4 拖帶「救生假人」10 分尺至扶持點(計時結束)；
- 3.6.5 然後利用「扶持位置」固定一名偽裝昏迷溺者；
- 3.6.6 協助溺者在深水處登岸。

✿ 完 ✿

泳池救生章考試項目豁免：

資歷	可豁免項目
持有有效認可急救證書或本會水上急救證書	甲部 1.2 試卷二：急救筆試 乙部 2.1 急救實習試 (敷料與繃帶)
持有有效本會水上急救證書	甲部 1.3 試卷三：水上急救筆試 乙部 2.2 高級生命支援技術考試 乙部 2.3 水上急救水上實習試
持有有效本會銅章或泳池活動導師拯救章	丙部 3.5 施救員技術
持有過去 12 個月內考獲有效本會沙灘救生章或沙灘救生管理章	甲部 1.2 試卷二：急救筆試 甲部 1.3 試卷三：水上急救筆試 乙部 2.1 急救實習試 (敷料與繃帶) 乙部 2.2 高級生命支援技術考試

泳池救生章複修考試

Revalidated Examination of Pool Lifeguard Award

#P/PLG/REPLGA/1215

目的

複修考驗考生對泳池監察、防止意外、拯救技巧、泳池救生器材使用和體能，均可達至泳池救生員的適任水平。

獎勵

證書卡一張和布章一枚。

投考資格

- i. 本會屬會會員；
- ii. 持有有效本會泳池救生章或以上資格(以複修考試首日計算)；
- iii. 具有泳池救生工作不少於 24 小時 (以報考前 12 個月內計算) ；
- iv. 完成本會認可泳池救生章複修課程。

主考

本會各級主考（泳池救生專項）一名。

器材

總會認可之「復甦假人」、「自動體外去顫法訓練器」、「急救復甦器材」(包括口咽人
工氣喉、袋裝面罩、氣袋、手動抽液器、頸套、簡單面罩、面罩復甦器及氧氣供應器)、
敷料、新民夾板、繩帶、三角巾、脊柱固定板、救生繩袋及救生浮標。

水試衣著

泳裝、泳帽、短袖上衣和短褲。

考試程序

泳池救生章複修考試共分三個部份，分別為甲部筆試、乙部陸上實習試和丙部水上實習試。考生必須在三個部份均取得合格成績，才可獲發泳池救生章。

1 甲部（筆試）

筆試共有下列兩張試卷，全部為多項選擇題。

1.1 試卷一：泳池救生筆試

共有 20 題，答對 15 題或以上為合格，答題時間 20 分鐘。試題內容包括泳池
救生章全部課程。

1.2 試卷二：急救和水上急救筆試

共有 50 題，答對 35 題或以上為合格，答題時間 30 分鐘。試題內容包括急救
證書和水上急救證書全部課程。

2 乙部（陸上實習試）

陸上實習試包括下列二項。

2.1 急救實習試（敷料與繃帶）

- 2.1.1 處理出血；
- 2.1.2 處理骨折。

2.2 高級生命支援技術考試

使用急救復甦器材，替一名疑似脊柱骨折患者操演高級生命支援技術急救：

- 2.2.1 使用頭頸固定技術固定患者；
- 2.2.2 使患者暢通氣道後，插入口咽人工氣喉於患者口腔內；
- 2.2.3 使用袋裝面罩，向患者施行心肺復甦法；
- 2.2.4 使用氣袋、面罩復甦器及氧氣供應器，向患者施行心肺復甦法；
- 2.2.5 使用總會認可之「復甦假人」及「自動體外去顫法訓練器」向一名假設沒有呼吸及血液循環徵象的成人操演高級生命支援技術。考生均需明瞭以下兩種情況：
 - 2.2.5.1 患者出現心室纖維性顫動，需要電擊；
 - 2.2.5.2 不需要電擊。
- 2.2.6 使用手動抽液器處理患者嘔吐；
- 2.2.7 使用簡單面罩對患者進行氧氣治療；
- 2.2.8 使用頸套固定患者頭頸；
- 2.2.9 向患者進一步檢查及善後處理。

急救包紮技術考試：

- 2.2.10 使用新民夾板固定骨折傷肢。

3 丙部（水上實習試）

水上實習試包括下列六項：

3.1 游泳測試（限時 50 秒）

- 3.1.1 使用任何向前泳式（除背泳）游泳 50 公尺；

3.2 陸上拯救技術（限時 30 秒）

- 3.2.1 使用「救生繩袋」拯救一名離岸 10 公尺之清醒溺者。

3.3 救生浮標拯救技術（限時 1 分鐘）

- 3.3.1 在深水處下水；
- 3.3.2 游泳至一名離岸 20 公尺清醒溺者；
- 3.3.3 使用救生浮標，拖救溺者 20 公尺回岸；
- 3.3.4 然後以「扶持位置」固定溺者（計時結束）；
- 3.3.5 協助溺者登岸及進行「護理」。

3.4 緊急行動計劃

- 3.4.1 由主考擬定一宗泳池遇溺事件，考生須詳述事件的緊急處理方法和正確程序。

3.5 施救員技術（限時 1 分 20 秒）

- 3.5.1 在深水處下水；
3.5.2 游泳至一名離岸 20 公尺清醒溺者的位置；
3.5.3 操演主考指定的「脫身法」或「護衛法」；
3.5.4 使用主考指定的「直接拖救法」(貼身托頸拖救法或橫胸拖救法)，拖帶溺者 20 公尺回岸；
3.5.5 然後以「扶持位置」固定溺者並協助登岸。

3.6 緊急復甦及水上急救技術

- 3.6.1 攜帶救生浮標，在深水處下水；
3.6.2 使用「仰頭捷泳式」(考生臉部須高出水面，並能注視溺者位置) 游泳 10 公尺至溺者失蹤的位置進行搜索；
3.6.3 使用主考指定的「下潛法」潛入水中，在水深 1.8 公尺下尋找「救生假人」；
3.6.4 拖帶「救生假人」10 分尺至扶持點；
3.6.5 然後在水中利用「脊柱固定板」固定一名偽裝脊柱骨折溺者；
3.6.6 固定溺者頭、頸和身體；
3.6.7 把溺者固定在脊柱固定板；
3.6.8 搬運溺者登岸；
3.6.9 處理患者嘔吐；
3.6.10 向患者進一步檢查和護理。

❖ 完 ❖

泳池救生章複修考試項目豁免：

資歷	可豁免項目
持有有效認可急救證書或本會水上急救證書	乙部 2.1 急救實習試（敷料與繩帶）
持有有效本會水上急救證書	甲部 1.2 試卷二：急救和水上急救筆試 乙部 2.2 高級生命支援技術考試 丙部 3.6 緊急復甦及水上急救技術
持有有效本會銅章或泳池活動導師拯救章	丙部 3.5 施救員技術
持有過去 12 個月內考獲有效本會沙灘救生章或沙灘救生管理章	甲部 1.2 試卷二：急救和水上急救筆試 乙部 2.1 急救實習試（敷料與繩帶） 乙部 2.2 高級生命支援技術考試

泳池救生管理章
Pool Lifeguard Management Award
#P/PLG/PLGMA/1215

目的

考驗考生對泳池監察、防止意外、泳池救生器材使用和拯救技能，均可達至泳池救生員的適任水平，及對泳池管理有基礎認識。

獎勵

證書卡一張和布章一枚。

投考資格

- i. 本會屬會會員；
- ii. 年齡十六歲或以上；
- iii. 持有有效本會泳池救生章；
- iv. 具泳池救生工作經驗（於報考前 12 個月內，曾為在職救生員或參與「泳池救生」工作不少於 20 小時）；
- v. 完成本會認可泳池救生管理章課程。

主考

本會二級或以上級別主考（泳池救生專項）一名。

器材

總會認可之「復甦假人」、「自動體外去顫法訓練器」、「急救復甦器材」（包括口咽人
工氣喉、袋裝面罩、氣袋、手動抽液器、頸套、簡單面罩、面罩復甦器及氧氣供應器）、
敷料、新民夾板、繃帶、三角巾、脊柱固定板、救生繩袋及救生浮標。

水試衣著

泳裝、泳帽、短袖上衣和短褲。

考試程序

泳池救生管理章考試共分三個部份，分別為甲部筆試、乙部水上急救實習試及丙部水上
實習試。考生必須在三個部份均取得合格成績，才可獲發泳池救生管理章。

1 甲部（筆試）

筆試共有下列三張試卷，全部為多項選擇題。

1.1 試卷一：泳池救生筆試

共有 20 題，答對 16 題或以上為合格，答題時間 20 分鐘。試題內容包括泳池
救生管理章全部課程。

1.2 試卷二：急救筆試

共有 50 題，答對 35 題或以上為合格，答題時間 30 分鐘。試題內容包括急救證書全部課程。

1.3 試卷三：水上急救筆試

共有 50 題，答對 35 題或以上為合格，答題時間 30 分鐘。試題內容包括水上急救證書全部課程。

2 乙部（水上急救實習試）

水上急救實習試包括下列三項。

2.1 急救實習試（敷料與繃帶）

2.1.1 處理出血；

2.1.2 處理骨折。

2.2 高級生命支援技術考試

使用急救復甦器材，替一名疑似脊柱骨折患者施行高級生命支援技術急救：

2.2.1 使用頭頸固定技術固定患者；

2.2.2 使患者暢通氣道後，插入口咽人工氣喉於患者口腔內；

2.2.3 使用袋裝面罩，向患者施行心肺復甦法；

2.2.4 使用氣袋、面罩復甦器及氧氣供應器，向患者施行心肺復甦法；

2.2.5 使用總會認可之「復甦假人」及「自動體外去顫法訓練器」向一名假設沒有呼吸及血液循環徵象的成人施行高級生命支援技術。考生均需明瞭以下兩種情況：

2.2.5.1 患者出現心室纖維性顫動，需要電擊；

2.2.5.2 不需要電擊。

2.2.6 使用手動抽液器處理患者嘔吐；

2.2.7 使用簡單面罩對患者進行氧氣治療；

2.2.8 使用頸套固定患者頭頸；

2.2.9 向患者進一步檢查及善後處理。

急救包紮技術考試：

2.2.10 使用新民夾板固定骨折傷肢。

2.3 水上急救水上實習試

在深水中使用脊柱固定板處理一名疑似脊柱骨折溺者。

2.3.1 固定溺者頭、頸和身體；

2.3.2 把溺者固定在脊柱固定板；

2.3.3 搬運溺者登岸；

2.3.4 處理患者嘔吐；

2.3.5 向患者進一步檢查和護理。

3 丙部 (水上實習試)

水上實習試包括下列六項：

3.1 游泳測試 (限時 1 分 40 秒)

3.1.1 使用任何向前泳式 (除背泳) 游泳 100 公尺；

3.2 陸上拯救技術 (限時 30 秒)

3.2.1 使用「救生繩袋」拯救一名離岸 10 公尺之清醒溺者。

3.3 救生浮標拯救技術 (限時 1 分鐘)

3.3.1 在深水處下水；

3.3.2 游泳至一名離岸 20 公尺清醒溺者；

3.3.3 使用救生浮標，拖救溺者 20 公尺回岸；

3.3.4 然後以「扶持位置」固定溺者(計時結束)；

3.3.5 協助溺者登岸及進行「護理」。

3.4 緊急行動計劃

3.4.1 由主考擬定一宗泳池遇溺事件，考生須詳述事件的緊急處理方法和正確程序。

3.5 施救員技術 (限時 1 分 20 秒)

3.5.1 在深水處下水；

3.5.2 游泳至一名離岸 20 公尺清醒溺者的位置；

3.5.3 操演主考指定的「脫身法」或「護衛法」；

3.5.4 使用主考指定的「直接拖救法」(貼身托頸拖救法或橫胸拖救法)，拖帶溺者 20 公尺回岸；

3.5.5 然後以「扶持位置」固定溺者並協助登岸。

3.6 緊急復甦技術 (限時 45 秒)

3.6.1 在深水處下水；

3.6.2 使用「仰頭捷泳式」(考生臉部須高出水面，並能注視溺者位置) 游泳 10 公尺至溺者失蹤的位置進行搜索；

3.6.3 使用主考指定的「下潛法」潛入水中，在水深 1.8 公尺下尋找「救生假人」；

3.6.4 拖帶「救生假人」10 分尺至扶持點(計時結束)；

3.6.5 然後利用「扶持位置」固定一名偽裝昏迷溺者；

3.6.6 協助溺者在深水處登岸。

❖ 完 ❖

泳池救生管理章考試項目豁免：

資歷	可豁免項目
持有有效認可急救證書或本會水上急救證書	甲部 1.2 試卷二：急救筆試 乙部 2.1 急救實習試（敷料與繩帶）
持有有效本會水上急救證書	甲部 1.3 試卷三：水上急救筆試 乙部 2.2 高級生命支援技術考試 乙部 2.3 水上急救水上實習試
持有有效本會銅章或泳池活動導師拯救章	丙部 3.5 施救員技術
持有過去 12 個月內考獲有效本會泳池救生章	甲部 1.2 試卷二：急救筆試 甲部 1.3 試卷三：水上急救筆試 乙部（水上急救實習試） 丙部（水上實習試）
持有過去 12 個月內考獲有效本會沙灘救生章或沙灘救生管理章	甲部 1.2 試卷二：急救筆試 甲部 1.3 試卷三：水上急救筆試 乙部 2.1 急救實習試（敷料與繩帶） 乙部 2.2 高級生命支援技術考試

高級泳池救生章
Advanced Pool Lifeguard Award
#P/PLG/APLGA/1215

目的

考驗考生對泳池監察、防止意外、泳池救生器材使用、拯救技術和體能，均可達至高級泳池救生員的適任水平，並符合申領國際救生總會簽發的國際泳池救生員證書。

獎勵

證書卡一張和布章一枚。

投考資格

- i. 本會屬會會員；
- ii. 年齡十七歲或以上；
- iii. 持有有效本會泳池救生章或泳池救生管理章；
- iv. 持有有效本會急救證書(或本會認可急救證書及自動體外去顫法證書)；
- v. 具泳池救生工作經驗（於報考前 12 個月內，曾為在職救生員或參與「泳池救生」工作不少於 40 小時，當中必須包括不少於 8 小時之義務救生服務）；
- vi. 完成本會認可高級泳池救生章課程。

主考

本會一級或以上級別主考（泳池救生專項）一名。

器材

總會認可之「復甦假人」、「自動體外去顫法訓練器」、「急救復甦器材」(包括口咽人
工氣喉、袋裝面罩、氣袋、手動抽液器、頸套、簡單面罩、面罩復甦器及氧氣供應器)、
敷料、新民夾板、繃帶、三角巾、脊柱固定板、救生繩袋及救生浮標。

水試衣著

泳裝、泳帽、短袖上衣和短褲。

考試程序

高級泳池救生章考試共分三個部份，分別為甲部筆試、乙部水上急救實習試及丙部水上
實習試。考生必須在三個部份均取得合格成績，才可獲發高級泳池救生章。

甲部（筆試）

筆試共有下列三張試卷，全部為多項選擇題。

1.1 試卷一：泳池救生筆試

共有 25 題，答對 18 題或以上為合格，答題時間 20 分鐘。試題內容包括高級
泳池救生章全部課程。

1.2 試卷二：急救筆試

共有 50 題，答對 35 題或以上為合格，答題時間 30 分鐘。試題內容包括急救證書全部課程。

1.3 試卷三：水上急救筆試

共有 50 題，答對 35 題或以上為合格，答題時間 30 分鐘。試題內容包括水上急救證書全部課程。

2 乙部（水上急救實習試）

水上急救實習試包括下列三項。

2.1 急救實習試（敷料與繃帶）

- 2.1.1 處理出血；
- 2.1.2 處理骨折。

2.2 高級生命支援技術考試

使用急救復甦器材，替一名疑似脊柱骨折患者操演高級生命支援技術急救：

- 2.2.1 使用頭頸固定技術固定患者；
- 2.2.2 使患者暢通氣道後，插入口咽人工氣喉於患者口腔內；
- 2.2.3 使用袋裝面罩，向患者施行心肺復甦法；
- 2.2.4 使用氣袋、面罩復甦器及氧氣供應器，向患者施行心肺復甦法；
- 2.2.5 使用總會認可之「復甦假人」及「自動體外去顫法訓練器」向一名假設沒有呼吸及血液循環徵象的成人操演高級生命支援技術。考生均需明瞭以下兩種情況：
 - 2.2.5.1 患者出現心室纖維性顫動，需要電擊；
 - 2.2.5.2 不需要電擊。
- 2.2.6 使用手動抽液器處理患者嘔吐；
- 2.2.7 使用簡單面罩對患者進行氧氣治療；
- 2.2.8 使用頸套固定患者頭頸；
- 2.2.9 向患者進一步檢查及善後處理。

急救包紮技術考試：

- 2.2.10 使用新民夾板固定骨折傷肢。

2.3 水上急救水上實習試

在深水中使用脊柱固定板處理一名疑似脊柱骨折溺者。

- 2.3.1 固定溺者頭、頸和身體；
- 2.3.2 把溺者固定在脊柱固定板；
- 2.3.3 搬運溺者登岸；
- 2.3.4 處理患者嘔吐；
- 2.3.5 向患者進一步檢查和護理。

3 丙部 (水上實習試)

水上實習試包括下列七項：

3.1 游泳測試 (限時項目)

- 3.1.1 使用「仰頭泳式」 (除背泳) 游泳 50 公尺，考生臉部須高出水面，並能注視溺者位置 (限時 50 秒) ；
- 3.1.2 使用任何向前泳式 (除背泳) 游泳 300 公尺 (限時 6 分鐘) 。

3.2 陸上拯救技術 (限時 1 分 15 秒)

- 3.2.1 使用主考指定的救生器材；
- 3.2.2 拯救兩名溺者，分別離岸 5 公尺和 10 公尺位置；
- 3.2.3 確保安全，並協助溺者登岸。

3.3 救生浮標拯救技術 (限時 1 分 20 秒)

- 3.3.1 在深水處下水；
- 3.3.2 游泳至一名離岸 25 公尺清醒溺者；
- 3.3.3 使用救生浮標，拖救溺者 25 公尺回岸；
- 3.3.4 然後以「扶持位置」固定溺者(計時結束)；
- 3.3.5 協助溺者登岸及進行「護理」。

3.4 緊急行動計劃

- 3.4.1 由主考擬定一宗泳池遇溺事件，考生須詳述事件的緊急處理方法和正確程序。

3.5 施救員技術 (限時 6 分 15 秒)

- 3.5.1 在深水處下水；
- 3.5.2 游泳至一名離岸 100 公尺清醒溺者的位置；
- 3.5.3 操演主考指定的「脫身法」或「護衛法」；
- 3.5.4 使用主考指定的「直接拖救法」(貼身托頸拖救法或橫胸拖救法)，拖帶溺者 100 公尺回岸；
- 3.5.5 然後以「扶持位置」固定溺者並協助登岸。

3.6 緊急復甦技術 (限時 2 分鐘)

- 3.6.1 在深水處下水；
- 3.6.2 使用「仰頭捷泳式」 (考生臉部須高出水面，並能注視溺者位置) 游泳 25 公尺至溺者失蹤的位置進行搜索；
- 3.6.3 使用主考指定的「下潛法」潛入水中，在水深 1.8 公尺下尋找「救生假人」；
- 3.6.4 拖帶「救生假人」 25 分尺至扶持點(計時結束)；
- 3.6.5 然後利用「扶持位置」固定一名偽裝昏迷溺者；
- 3.6.6 協助溺者在深水處登岸。

3.7 潛水搜索技術

3.7.1 潛泳

- 3.7.1.1 在深水處下水；
- 3.7.1.2 使用「頭先落」下潛法潛入水中；
- 3.7.1.3 沿泳池池底潛泳 25 公尺距離；
- 3.7.1.4 升回水面。

3.7.2 搜索

- 3.7.2.1 利用「腳先落」下潛法潛入水中；
- 3.7.2.2 在水深 1.8 公尺下搜索三件指定物品；
- 3.7.2.3 在同一次下潛，尋回三件指定物品 (每件物品相隔距離 5 公尺)；
- 3.7.2.4 回岸後操演「施救員自我登岸法」。

❖ 完 ❖

高級泳池救生章考試項目豁免：

資歷	可豁免項目
持有有效認可急救證書或本會水上急救證書	甲部 1.2 試卷二：急救筆試 乙部 2.1 急救實習試（敷料與繩帶）
持有有效本會水上急救證書	甲部 1.3 試卷三：水上急救筆試 乙部 2.2 高級生命支援技術考試 乙部 2.3 水上急救水上實習試

國際救生證章認可：

資歷	可申領國際救生證章
持有本會有效高級泳池救生章	國際泳池救生員證書 ILS Pool Lifeguard Certificate

泳池救生教練證書
Pool Lifeguard Instructor Certificate
#P/PLG/PLGI/1215

目的

考驗考生對泳池救生的教學能力，包括泳池救生理論和拯救技術，均可達至泳池救生教練的適任水平。

獎勵

證書一張。

投考資格（必須達到所有下列要求）

- i. 本會屬會會員；
- ii. 年齡十八歲或以上；
- iii. 持有有效本會泳池救生章或以上資格；
- iv. 持有有效本會急救證書(或本會認可急救證書及自動體外去顫法證書)；
- v. 持有有效本會水上急救證書；
- vi. 持有有效本會註冊拯溺教師證；
- vii. 具泳池救生教練工作經驗(曾擔任課程助教工作兩次，每次訓練學員人數不少於 10 人)；
- viii. 完成本會認可泳池救生教練證書課程。

主考

本會一級主考（泳池救生專項）一名。

器材

總會認可之「復甦假人」、「自動體外去顫法訓練器」、「急救復甦器材」(包括口咽人
工氣喉、袋裝面罩、氣袋、手動抽液器、頸套、簡單面罩、面罩復甦器及氧氣供應器)、
敷料、新民夾板、繩帶、三角巾、脊柱固定板、救生繩袋及救生浮標。

考試程序

泳池救生教練證書考試共分三個部份，分別為甲部筆試、乙部教學測試及丙部領考測試。
考試必須於同一年度內（以泳池救生教練證書甲部筆試日期起計 12 個月內）完成。考生
必須在三個部份均取得合格成績，才可獲發泳池救生教練證書。

1 甲部（筆試）

此部份以多項選擇題及問答題形式進行。多項選擇題共 50 題，答對 40 題或以上為
合格。問答題共 10 題，每題 10 分，分數 80 或以上為合格。全部答題時間 60 分鐘。

1.1 試題內容包括：

- 1.1.1 救生員角色、安全監察；
- 1.1.2 水上安全、防止意外；

- 1.1.3 泳池操作程序手冊；
- 1.1.4 泳客行為和辨識溺者；
- 1.1.5 拯救技巧、救援管理和救生器材；
- 1.1.6 策劃和執行泳池日常操作程序；
- 1.1.7 緊急行動計劃；
- 1.1.8 泳池濾水系統和水質監控；
- 1.1.9 風險管理；
- 1.1.10 意外事故報告；
- 1.1.11 在職訓練；
- 1.1.12 水上拯救及意外事件處理；
- 1.1.13 泳池設施和服務。

2 乙部 (教學測試)

- 2.1 考生獲悉甲部筆試成績合格，方可參加乙部教學測試。教學測試內容：
 - 2.1.1 協助教授或任教一個總會認可之泳池救生章訓練班(每班 6 至 10 位學員)；
 - 2.1.2 主考將於訓練班進行時評核考生對泳池救生的認識，以及教授泳池救生章課程之能力。

3 丙部 (領考測試)

- 3.1 考生獲悉乙部教學測試成績合格，方可參加丙部領考測試。領考測試內容：
 - 3.1.1 任教一個總會認可之泳池救生章訓練班(每班 6 至 10 位學員)，並帶領該訓練班學員（必須為首次接受泳池救生訓練的人士）參加本會泳池救生章各部份考試，而其中不少於 6 位考生一次過獲得所有部份考試合格；
 - 3.1.2 在領考泳池救生章丙部考試時：
 - 3.1.2.1 在試場向考生解釋主考的安排、考試程序和要求；
 - 3.1.2.2 解答主考對泳池救生章丙部考試的查詢；
 - 3.1.2.3 向主考指出考生在考試所犯的錯誤(如有)，並加以糾正。

❖ 完 ❖