

救生員資格檢定術科測驗評分表

一、基本能力測驗

檢定項目	動作要求	考評
1. 200 公尺 救生四式	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 ☐ 合格 ☐ - 32 分
	●全程未有手扶抓水道繩、池壁或腳踩池底休息。 ●轉身觸牆不得停留，應立即出發。	☐ 合格 ☐ 每違規一次 - 8 分 次數：_____ 扣分：_____
	蹬牆出發後，須依序以抬頭捷、抬頭蛙、側泳、基本仰泳持續前進 200 公尺。	☐ 合格 ☐ - 32 分
	各分段姿勢均正確，全程眼睛須保持露出水面（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，基本仰泳手腕不能划出水面）。	☐ 合格 ☐ 每違規一次 - 8 分 抬頭捷次數：_____ 抬頭蛙次數：_____ 側 泳 次 數：_____ 基本仰泳次數：_____ 扣分：_____
2. 踩水	踩水動作有達規定時間 3 分鐘。	☐ 合格 ☐ - 32 分
	●全程保持頭部及口、鼻露出水面。 ●全程未有手扶抓水道繩、池壁或腳踩池底休息。	☐ 合格 ☐ 每違規一次 - 8 分 次數：_____ 扣分：_____
備註	1.「每違規一次扣 8 分」者，採逐次累積扣分。 2.本檢定採扣分制，術科檢定總分未滿 70 分，屬不合格。	

二、救援能力測驗

檢定項目	動作要求	考評
1. 25 公尺 拖帶假人	假人放置池壁	
	全程共 25 公尺，應檢人身體任一部位越過終點標示記號即為抵達終點，並於規定時間 1 分鐘內持續完成。	_____分_____秒 ☐ 合格 ☐ - 32 分
	●以側泳或救生仰泳拖帶假人 25 公尺過程，須維持假人口鼻在水面上不得沒入水中。	☐ 合格 ☐ 每違規一次 - 8 分 次數：_____ 扣分：_____
	●應檢人不得以扣住假人下顎或是頸部呼吸道處拖帶；且應檢人須於假人前方實行拖帶。	☐ 合格 ☐ - 32 分
	●應檢人於水中一手扶住池壁，聞令後下潛將假人攜出水面。 ●假人放置在出發端靠池壁水底處，假人面朝上頭朝前。 ●全程未有手扶抓水道繩、池壁或腳踩池底休息。	☐ 合格 ☐ 每違規一次 - 8 分 次數：_____ 扣分：_____
	假人放置池中	
	全程共 25 公尺，應檢人身體任一部位越過終點標示記號即為抵達終點，並於規定時間 1 分鐘內持續完成。	_____分_____秒 ☐ 合格 ☐ - 32 分
	●以側泳或救生仰泳拖帶假人 25 公尺過程，須維持假人口鼻在水面上不得沒入水中。	☐ 合格 ☐ 每違規一次 - 8 分 次數：_____ 扣分：_____
	●應檢人不得以扣住假人下顎或是頸部呼吸道處拖帶；且應檢人須於假人前方實行拖帶。	☐ 合格 ☐ - 32 分
	●應檢人於池中規定地點出發，聞令後下潛將假人攜出水面。 ●假人放置於出發端水底處，假人面朝上頭朝前。 ●全程未有手扶抓水道繩、池壁或腳踩池底休息。	☐ 合格 ☐ 每違規一次 - 8 分 次數：_____ 扣分：_____

檢定項目	動作要求	考評
2. 20 公尺 潛泳	●水中蹬牆方式出發。 ●應檢人在水中潛游，出發後身體任一部位不得露出水面，潛泳距離有達 20 公尺（20 公尺距離係以自應檢人出發處至應檢人身體任一部位浮出水面處為準）。 ●全程未有浮出水面換氣、手扶抓水道繩或腳碰觸池底。	☐ 合格 ☐ - 32 分
備註	1.「每違規一次扣 8 分」者，採逐次累積扣分。 2.本檢定採扣分制，術科檢定總分未滿 70 分，屬不合格。	

三、急救能力測驗：心肺復甦術(含自動體外心臟電擊去顫器)

雙人操作。

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。	☐ 合格 ☐ - 8 分
2.確認反應		雙手適度拍打溺者雙肩，大聲呼叫。	☐ 合格 ☐ - 8 分
3.呼叫求援		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。	☐ 合格 ☐ - 8 分
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)。	☐ 合格 ☐ - 8 分
5.胸部按壓	位置	兩乳頭連線正中間的胸骨處(胸骨下半段)。	☐ 合格 ☐ - 32 分
	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。應檢人按壓的掌根不可離開或緊壓溺者胸部。	☐ 合格 ☐ - 32 分
	深度	按壓深度 5~6 公分。	☐ 合格 ☐ - 32 分
	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。	☐ 合格 ☐ - 32 分
6.暢通呼吸道		以壓額提下巴法打開呼吸道。	☐ 合格 ☐ - 8 分
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. 在保持溺者呼吸道暢通時，張口罩緊溺者嘴巴吹氣。	☐ 合格 ☐ - 32 分
	吹氣量及時間	吹兩口氣，每口氣 1 秒鐘，可見胸部起伏。	☐ 合格 ☐ - 32 分
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 語音指示離開溺者。	☐ 合格 ☐ - 32 分
9.開電源		1. 先將溺者身體水分拭乾。 2. 打開 AED 電源。	☐ 合格 ☐ - 32 分
10.貼片		將貼片依 AED 指示貼於適當位置(插入導線)。	☐ 合格 ☐ - 32 分 ☐ 位置不適當 - 8 分(貼片連線須通過心臟)
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。	☐ 合格 ☐ - 32 分
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。	☐ 合格 ☐ - 32 分
13.評估成效		重覆進行分析心律(AED)。	☐ 合格 ☐ - 32 分
備註	1.上述評分項目「9-2.打開 AED 電源」與「10.貼片」動作順序對調不扣分。 2.上述評分項目「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。 3.本檢定採扣分制，術科檢定總分未滿 70 分，屬不合格。		

四、急救能力測驗：長背板救援

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

動作要求		考評
應檢人 A 呼叫助手，撥打電話向 119 求援。		☐ 合格 ☐ - 32 分
應檢人 A 以「靜入式入水法」入水，不製造波浪接近溺者。		☐ 合格 ☐ - 32 分
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。		☐ 合格 ☐ - 32 分
3-2.助手 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。助手 B、C 將長背板貼近溺者，助手 B 在溺者頭部方向，助手 C 在溺者腳部方向，二人同時將長背板翻起，使長背板面向溺者，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 保持「胸骨脊椎固定法」，並留意不可將溺者抬起。確認溺者已全身置於長背板上且位置不再移動後，將在溺者頸下之手移至長背板下，讓溺者穩固於長背板上。助手 B 放入頭部固定器，繫好頭部固定器固定帶。		☐ 合格 ☐ - 32 分
5-1.應檢人 A 將胸部固定帶穿過溺者腋下扣上並拉緊。		☐ 合格 ☐ - 32 分
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。		☐ 合格 ☐ - 32 分
5-3.助手 C 扶住長背板板尾，應檢人 A、助手 B 扶住板頭，將板頭抬上池岸。		☐ 合格 ☐ - 32 分
5-4.應檢人 A、助手 B 登上池岸，抓緊板頭，助手 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。		☐ 合格 ☐ - 32 分
5-5.應檢人 A、助手 B 抬板頭，助手 C 抬板尾，將溺者上岸抬至適當地方。		☐ 合格 ☐ - 32 分
備註	1.合乎規定，無時間限制。 2.本項測驗操作由應檢人 A 主導，助手 B、C 應配合應檢人 A 之口令操作（ 助手 B、C 不予計分 ）。 3.本檢定採扣分制，術科檢定總分未滿 70 分，屬不合格。	

五、急救能力測驗：異物哽塞（含復甦姿勢）

檢定項目	動作要求		考評
哈姆立克法	清醒時： 應檢人站在溺者身後，溺者上半身微前傾，應檢人兩手臂自溺者腋下至腹部，單腳置於溺者胯下，一手握拳，拳眼位於肚臍與劍突之間的腹部，另一手心貼於握拳之手掌根，雙手迅速向上擠壓至異物吐出（直至甄審下達「溺者昏迷」口令）。		☐ 合格 ☐ - 32 分
	昏迷時	溺者昏迷，放倒溺者時，輕放並穩定溺者頸部，並依照下列順序循環操作，直至甄審下達「溺者清醒，採復甦姿勢」口令。	
		1.暢通呼吸道。	☐ 合格 ☐ - 8 分
		2.檢查口腔是否有異物（須同步複誦「檢查口腔是否有異物」，直至甄審下達「有／無異物」口令）。 3.如有異物將其挖出（取出可見異物）。 4.人工呼吸兩口氣。 5.胸外按壓 30 下。	☐ 合格 ☐ - 32 分
復甦姿勢	手臂約與肩同高，手呈自然姿勢。		☐ 合格 ☐ - 8 分
	將溺者遠側腳抬起與近側腳交叉，再將遠側手上彎置於胸部。		☐ 合格 ☐ - 8 分
	應檢人將近溺者頭部的的手置於頸部與頭頸部加以穩定（護頸），另一手抓住對側褲腰處，將溺者身體呈一直線轉向應檢人。		☐ 合格 ☐ - 8 分
	當溺者轉至側臥姿勢穩定時，應檢人把置於溺者褲腰處的手，從後頸部小心的置換頭頸部的手，注意不可抬起傷患的頭部。		☐ 合格 ☐ - 8 分
	把溺者上方的手小心的置於臉頰下方，翻身後手掌貼地，手肘著地，口鼻朝向地面方便異物排除，再將其上方的腳彎向腹部呈約90度，應檢人將傷患頭頸下方的手小心抽出並且暢通呼吸道。		☐ 合格 ☐ - 32 分
備註	本檢定採扣分制，術科檢定總分未滿 70 分，屬不合格。		

六、救援器材運用

檢定項目	動作要求	考評
拋繩救援	●拋繩於計時開始 1 分 30 秒內完成。 ●目標區（直徑一公尺的圓圈）後緣距離應檢人 10 公尺，應檢人在岸上採任一方式（上、下、側）拋擲，將救生繩上任何一點接觸到目標物。 ●拋繩後，須用手握或腳踩住另一繩頭，不得離身，且確實控制住繩子，應檢人不得落水。 ●第一次拋擲未過者，得於時限內收繩再拋。	☐ 合格 ☐ -5 分
備註	本檢定採扣分制，術科檢定總分未滿 70 分，屬不合格。	

七、綜合評定

檢定項目	動作要求	考評
模擬救溺 項目一	救者跨步式入水 （溺者距離岸邊 15 公尺） 1. 跨步式入水後，頭部始終維持在水面上。	☐ 合格 ☐ - 8 分
	2. 抬頭游接近溺者，全程眼睛均保持露出水面注視溺者。	☐ 合格 ☐ - 8 分
	正面潛水接近 1. 距離溺者前方 2 公尺處，以鑷刀式潛近溺者。	☐ 合格 ☐ - 8 分
	2. 潛入水中至溺者膝蓋處做 180 度旋轉，並往上提升。	☐ 合格 ☐ - 8 分
	3. 以托顎法（不可壓住溺者喉結）或托腋法將溺者成水平仰浮。	☐ 合格 ☐ - 32 分
	摟胸帶人 3 公尺（往應檢人入水點拖帶） 1. 將一手自溺者頸側滑過，抱住腋下。	☐ 合格 ☐ - 8 分
	2. 手臂（肘關節）平貼在溺者胸部。	☐ 合格 ☐ - 8 分
	3. 以側泳剪式腿部動作操作，且不會踢到溺者。	☐ 合格 ☐ - 8 分
模擬救溺 項目二	4. 帶人過程注視到溺者，維持溺者口鼻在水面上。	☐ 合格 ☐ 每違規一次 - 8 分 次數：____ 扣分：____
	救者蹬牆出發 （溺者距離岸邊 15 公尺） 1. 抬頭游接近溺者，全程眼睛均保持露出水面注視溺者。	☐ 合格 ☐ - 8 分
	正面接近 1. 游至溺者前 1~1.5 公尺做緊急停游。	☐ 合格 ☐ - 8 分
	2. 以掌心朝下、虎口朝前，由上往下抓握溺者對稱手腕。	☐ 合格 ☐ - 8 分
	3. 將溺者手腕往耳後拉動，並做 180 度翻轉。	☐ 合格 ☐ - 8 分
	4. 以托顎法（不可壓住溺者喉結）或托腋法將溺者成水平仰浮。	☐ 合格 ☐ - 32 分
	正面抱頭解脫 1. 被溺者抱住頭部後，立即吸氣、收下顎及雙手撥水下沉。	☐ 合格 ☐ - 8 分
	按腰 2. 應檢人兩手按在溺者腰部（腹部），將溺者上推後做 180 度轉身，使溺者臉朝上露出水面。 3. 以托顎法（不可壓住溺者喉結）或托腋法將溺者成水平仰浮。	☐ 合格 ☐ - 32 分

檢定項目	動作要求	考評
	推肘 2.救者兩手虎口向後，掌心向上，托住溺者的雙手。 3.用力向上推開後，游離溺者 1.5~2 公尺距離。	☐ 合格 ☐ - 8 分
模擬救溺 項目三	救者打樁式入水（溺者距離岸邊 15 公尺） 1.一手封嘴捏鼻，一手護襠（男）或雙臂胸前交叉（女）。	☐ 合格 ☐ - 8 分
	2.上浮時，將一手掌心置於頭上方。	☐ 合格 ☐ - 8 分
	3.抬頭游接近溺者，全程眼睛均保持露出水面注視溺者。	☐ 合格 ☐ - 8 分
	正面潛水背面接近 1.距離溺者前方 2 公尺處，以鑷刀式潛近溺者。	☐ 合格 ☐ - 8 分
	2.潛入水中深度貼近池底，並潛游至溺者背後 2 公尺處上浮。	☐ 合格 ☐ - 8 分
	3.游至溺者背後 1~1.5 公尺做緊急停游。	☐ 合格 ☐ - 8 分
	4.以托顎法（不可壓住溺者喉結）或托腋法將溺者成水平仰浮。	☐ 合格 ☐ - 32 分
	雙手托腋（臂）帶人 3 公尺（往應檢人入水點拖帶） 1.以掌心向上手勢托住溺者同側腋下（上臂）。	☐ 合格 ☐ - 8 分
	2.帶人過程注視到溺者，維持溺者口鼻在水面上。	☐ 合格 ☐ 每違規一次 - 8 分 次數：____ 扣分：____
備註	1.「每違規一次扣8分」者，採逐次累積扣分。 2.本檢定採扣分制，術科檢定總分未滿 70 分，屬不合格。	