

# 臺北市碧湖國小 107 學年度(下)游泳教學實施計畫

108/02/11 修訂

## 壹、游泳課程一覽表:

108 年/05/06(一)~05/31(五)

節次	時間	一	二	三	四	五	
1	08:40 09:20	六 5、六 4	六 1、六 3	/	四 1、五 3		
2	09:30 10:10						
3	10:30 11:10	六 6、四 5	六 2、四 6		四 2、五 4		五 1、五 6
4	11:20 12:00						
5	13:20 14:00	六 7、五 2	四 4、四 7		四 3、五 5		
6	14:10 14:50						
7	15:10 15:50	/	/		/		/

## 貳、泳池禮儀暨注意事項:

- 一、游泳教學時間:107 學年度下學期上課日期:108 年 5 月 06(一)開始至 5 月 31 日(五)止，共計四週，每週 2 節課，每生合計上 8 節游泳課。
- 二、幼兒園穿堂集合：上課前 10 分鐘請班長集合學生帶到幼兒園穿堂等候。
- 三、備齊泳具：請備妥泳衣、泳褲、泳帽、蛙鏡、浴巾(毛巾)，放入提袋(背袋)內。
- 四、請勿自行攜帶吹風機等電器用品到游泳池上課：大湖游泳池內已有吹風機設備。
- 五、請勿攜帶洗髮精、沐浴乳盥洗：上完游泳課盥洗的時間不多，又要搭車趕回學校上課。若因時間匆忙沒沖乾淨，容易在淋浴間滑倒受傷；游泳池消毒用氯粉品質很好，在皮膚的殘留性較低，也無氯味，故盥洗時只需用清水沖洗即可。
- 六、請不要攜帶類似香水或體香劑的玻璃瓶罐至游泳池：案例宣導→曾有同學在淋浴間被打破的香水瓶割傷，為避免再有別的同学受傷，請同學務必遵守上述規定。
- 七、游泳池內禁止飲食：凡進入游泳池內，包括置鞋區、置物間、淋浴間、廁所等，一律禁止飲食，如口渴可喝白開水，其他飲料一律禁止。
- 八、愛惜公物，盥洗勿嬉鬧：請愛惜游泳池內各項設施，尤其是淋浴間，門鎖、水龍頭、蓮蓬頭、置物架等，常因不當使用而損壞。請同學在淋浴間盥洗時不要嬉鬧，以免發生危險！
- 九、愛心媽媽：每班得有一位愛心媽媽陪同協助照護女童(更衣室內)。
- 十、泳池內禁止跳水：泳池內禁止嬉戲、打鬧、更不可跳水，可能會導致其他人嗆水，如不注意可能會砸傷其他人，稍有不慎也很可能造成自己受傷。

●以上幾點請各班導師協助宣導！

學務處體育組侯香如 108.02.11