**中華民國海上救生協會**

**救生員檢定報名表**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 姓名 | 中文 |  | 檢定類別 | □游泳池救生員□開放性水域 | 請浮貼二張本人近期兩吋脫帽半身相片，照片背後請寫上中文姓名。或電子格式檔照片。 |
| 身分證字號 |  | 血型 |  |
| 出生年月日 |  年 月 日 | 出生地 |  |
| 性別 | □男 □女 | 最高學歷 |  |
| 通訊地址 | □□□－□□ |
| 電話 |  | 手機 |  |
| 現職 |  |
| 電子信箱 |  |
| 【請黏貼身分證影本正面】 | 【請黏貼身分證影本反面】 |
| 【請黏貼受訓證明影本正面】 | 【請黏貼受訓證明影本反面】 |
| 學員簽名 |  | 報名日期 |  |
| 費用繳交 |  | 受理人員 |  |

**中華民國海上救生協會**

**救生員檢定切結書**

本人 志願參加中華民國海上救生協會□游泳池救生員□開放性水域救生員檢定考試，且已詳細閱讀教育部體育署相關檢定考試規定及評分標準公告，對各項規定評分內容充分瞭解，本人在貴單位公開、公平、公正的評核下，接受此次□游泳池□開放水域救生員訓練及檢定，並願意接受檢定考試結果。

本人深知救生員訓練具有潛在的危險性，亦明白檢定測試時，身體狀況欠佳可能帶來的危險，本人保證全程期間身體狀況一切良好，可以接受此次訓練，如本人隱瞞身體不適情形勉強接受檢定考試致發生意外，本人願先聲明其與貴單位無關，並願放棄一切所有民事訴訟及賠償權，貴單位不需負任何責任。本人願簽署此切結書，表明以上陳述是真實而自願。
本人年滿20歲法定年齡，參加此次救生員檢定考試，且充分瞭解及同意前述內容，特簽署此切結書。

簽切結書人：ˍˍˍˍˍˍˍˍˍˍˍˍ

簽署日期：ˍˍˍˍˍˍˍˍˍˍˍˍ\_\_

本人係未滿20歲法定年齡應檢人ˍˍˍˍˍˍˍˍ之法定代理人（監護人），對上述所言已充分瞭解及同意，為其未來前途，同意參加此次在職專業訓練，並願簽署此切結書，表明以上陳述是真實而自願。

法定代理人（監護人）：ˍˍˍˍˍˍˍˍˍ

簽署日期：ˍˍˍˍˍ\_\_ˍˍˍˍˍˍˍ\_\_

**應檢人身體狀況調查**表

【The Physical Activity Readiness Questionnaire PAR-Q（revised 1994）】

請您先填寫這一份PAR-Q，這一份問卷結果可能決定您在開始從事身體活動前，是否應該先徵求醫師的意見。

請用您的常識，以謹慎、誠實的態度（勾選）下列問題：

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 內容 | 是 | 否 |
| 醫生是否曾經說過您有心臟方面的毛病，而且只能從事醫生建議的運動。 |  |  |
| 當您從事身體活動時，是否會感覺胸口疼痛?  |  |  |
| 在上幾個月裡，您是否曾在沒有從事任何身體活動時仍感覺胸口疼痛。 |  |  |
| 您是否曾昏倒或因頭暈而失去平衡過?  |  |  |
| 您是否有骨骼或關節方面的問題，會因改變身體活動而更形嚴重?  |  |  |
| 您目前是否正在服用醫生所開的血壓藥或心臟病藥物?  |  |  |
| 您是否知道自己有任何其他不能從事身體活動的原因?  |  |  |
| 您是否已懷孕? |  |  |

★如果在您的回答中，有一個或一個以上的答案為〝是〞----

那麼我們建議請您：

在做體適能評估或增加運動量之前先徵詢醫生的意見，特別要向醫生提到本問卷中答”是”的項目。

★如果您對七個問題的回答都為〝否〞----

則您可以：

開始從事較多身體活動，從較緩和的身體活動開始，然後再逐漸增加，這是最容易又安全的方法。

|  |
| --- |
| 注意：我已閱讀、瞭解並填寫完本問卷，我原有的疑問均得到滿意的解答。姓名：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 簽名：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 日期：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 見證人：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  |

© Canadian Society for Exercise Physiology: ( Supported by: Health Canada )