

安全的游泳教學環境與風險管理

張育瑞* 馬義傑*

*中山醫學大學

摘要

隨著週休二日的實施，使得社會大眾對於休閒運動的需求也越來越多。尤其到了夏天，許多人更熱衷從事水域運動。然而，由於太過熱衷活動的樂趣，反而忽略了水域潛藏的危險，以致溺水事故頻傳，因此，教育部與行政院體委會，相繼推出提升學生游泳能力的計劃，但由於政府一連串的政策下，讓學校的體育課程成為執行的單位，而體育教師則是落實政策的第一線人員，基此，本文即旨在探討我國學生，學習游泳運動之環境安全與風險管理，並提供游泳課程應有的安全措施，預防意外的情形發生，當有發生意外的可能性時，體育教師能立即做適當的處置。

關鍵字：游泳、風險管理



The Safe Environment in Swimming Teaching and Risk Management

*Yu-Jui Chang**

*Chieh-I Ma**

**Chung Shan Medical University*

Abstract

Following with the practice of every weekend taking, the public is demanding to the leisure sports more and more. Especially in the summer, many people are active to involve with water activity. However, as the people are enthusiastic about activity, the risk hiding in water will be neglected easily caused of the drowning accident. Therefore, the Ministry of Education and Sports Affairs Council, Executive Yuan have launched proposals to promote the student's swimming ability sequentially. Owing to a serial of Government policies, the Physical Education in school has becoming an Executive Unit and PE Instructors are first-line staff to apply policies in practice. Based on this, this topic will discuss our Taiwan students in environment safety of swimming learning and risk management and provides the proper safely measures in swimming lessons to prevent accidental situation happened. When the possibility of accidents occurs, the PE instructors will be able to ensure appropriate disposition and handling.

Keywords: swimming, risk management

壹、緒論

臺灣為一海島型國家，四面環海，海岸線長達 1566 公里，再加上島內溪流湖泊眾多，所提供的水域資源也相當豐富。特別是到了夏季，民眾更喜歡親水性的活動以達消暑之目的。隨著週休二日的實施，使得社會大眾對於休閒運動的需求也越來越多。尤其到了夏天，許多人更熱衷從事水域運動。然而，由於太過熱衷活動的樂趣，反而忽略了水域潛藏的危險，以致溺水事故頻傳（王國川、翁千惠，2003）。根據王國川（2002）研究指出，臺灣地區影響民眾溺水發生結果的水域活動類型依頻率高低分別為戲水、水域邊活動、失足落水、游泳、釣魚等。世界救生組織於 1990 年統計全世界各年齡意外溺水人數，臺灣高居世界第三，且近年來溺水意外已躍居青少年第二大死亡原因（申慧媛，2000），為了減少溺水意外事件的發生，教育部分別於 2000 年與 2003 年推動「提升學生游泳能力計畫」與「推動學生水域運動方案」兩項計畫，主要目的在於提升學生游泳能力。另外，行政院體育委員會（2002）的「全民運動人口倍增計畫」，亦將游泳納入兩個運動項目的其中之一，期使游泳運動更加普及化，而在教育部 2005 至 2008 教育施政主軸行動方案中，也訂定海洋臺灣的推動體系，提升學生水域活動能力，培育國民具有冒險犯難的精神，同時預定在 2007 年前學生學會游泳的比例達 50% 以上。政府接連推動幾項的游泳計畫，近年來大幅提升了學校游泳課程的質與量，不論是從小學到大學、必修或選修，都可以看到學校體育課安排游泳課程，不僅僅達到健身的效果，也減少國內溺水死亡人數。

由於政府一連串的政策讓學校的體育課程成為執行的單位，而體育教師則是落實政策的第一線人員，基此，本文即旨在探討我國學生，學習游泳運動之環境安全與風險管理，並提供游泳課程應有的安全措施，預防意外的情形發生，當有發生意外的可能性時，體育教師能立即做適當的處置。

貳、游泳教學環境現況

一、教學場地

學生要學游泳，最大的問題不是教練或時間，而是沒有游泳池。儘管臺灣是海島國家，但學生多半不會游泳，全國共有 4000 多所學校，而我國只有約 10% 的各級學校具備游泳池，數量總計 412 座，甚至在游泳池的分配上，也呈現城鄉不均的問題，造成學習困擾，有鑑於國內有游泳池學校比例過低，為全面推廣游泳教學，提昇游泳教學的實施率與學會率，學校勢必要與校外游泳池合作，但是，校外的游泳池不一定完全是針對游泳教學而設計，有些游泳池可能水深太深而有些游泳池可能太大或是太小，種種問題都引響了教學品質並且有安全上的顧慮。

二、教學師資

除了場地的問題外，教學當然也相當重要，目前仍有許多學校體育教學並未設立游泳課程提供學生修課，其主要原因除了學校缺乏游泳池設備外，另一個重要原因是沒有專業師資，一般來說學校體育課程，會考量教師的專長而做安排，所以，第一線的教師不是不願教授游泳課程，「非不為也，實不能也」。是因為教師本身即缺乏教授的技能。

教育部舉辦「學生游泳指導人員研習計畫」，96 年度分別於東海大學、臺北市文林國小、嘉義大學、新竹縣游泳館辦理 4 場學生游泳指導人員、救生、游泳管理等研習活動，有 120 名教師參與，光是從 94 至 96 年，就有 767 位教師參與。研習會內容在於教導學校教師們游泳教學的技巧與授課方式，及如何讓課程兼具趣味與安全性，當然，也是為了讓學生都學會游泳。

三、費用

借用校外游泳池上課的學校，由於政府補助經費有限，學生每次上課還必需負擔 40 元至 100 元不等的門票費用，大部分的學校由學生負擔，少部分由學校自籌經費及家長會支援，除了往返耗時，也有安全上的顧慮，這些問題都會限制了游泳的推展與學生修課的意願。

參、建立安全的學習環境

學校體育課程是學生練習各項運動技能的主要場所，而學生在運動能力方面的個別差異與運動時無法知覺所面臨的危險因子，使得體育教師在課程實施時面臨極大的考驗（高雁翎，2007），而體育教師則是面對運動意外最主要之人，游泳課程又因上課場地的特殊性，一旦發生意外，後果不堪設想。當運動意外事件發生時，不論是因為內在本身或是外在環境因素導致，對於法律責任問題，端視該意外的發生是否因體育教師的疏失或學校運動設備不良，以及體育教師是否有教育安全的注意義務而定（李永然、曹馨方，2002）。傷害發生後，體育教師是第一個難辭其咎的人，其他校內相關人員包括場地管理人員、相關處室主任、校長、甚至地方政府督導單位都可能被牽涉入訴訟當中（高雁翎，2007），國內法院的判例中不乏游泳池管理有關的刑事案例，顯示從事游泳教學工作應謹慎小心，不可心存僥倖，疏於注意而發生事故。

如果學生在學校游泳池接受老師指導學習游泳時發生事故，此時，指導員或老師應負過失傷害之罪。但是，如果意外之發生，能證明係因學生本身行為的偏差或未能及時應變所致，指導員或老師既無業務過失，當可免責。因此，學生上課秩序的管控十分重要，授課教師必須為課堂立下清楚的課程規範，例如：

- 一、不單獨游泳，游泳池內一定要有救生員，只在有人看守的區域游泳。
- 二、不做危險動作，如：跳水、追逐、在水深區域戲水。

三、在游泳教學的實施中，可以安排 4 至 5 位學生組成一學習小組。

許旻棋與許富淑（2007）指出，從事水域活動時，除了應具備基礎游泳能力外，基礎親水技能也是重要學習部分。游泳本身存在著危險性，稍有疏忽，往往造成很大的傷害（陳秀華，2003）。因此，在學校游泳課程教學中，體育教師除了應該隨時注意學生上課情形，更應加強培養學生正確的水上活動觀念及基礎自救方法。水中求生之基本原則為保持體力，以最少的體力能在水中維持較長時間，為達此要求，必須緩和呼吸頻率，放鬆肌肉，並減慢動作，利用身上或身旁任何可增加浮力的物體，使身體浮在水上，以待救援。在溺水事件中，並非都要求助於他人，有些情形可以設法自救，無論會不會游泳，都應該學會下列幾種自救方法，以便萬一溺水時，能設法自救：

（一）水母漂浮：

人體比重與水相近，因此，只要吸點氣，身體很容易浮起來，水母漂就是利用此原理。其方法為吸氣後，身體放鬆，讓其自然漂浮，水母漂姿勢有二：一為雙手下垂，二為雙手抱膝，使背部露出水面如龜狀，漂浮一段時間後，再抬頭吸氣，如此持續動作，可使身體得到休息。在水面上漂浮以待援。

（二）仰漂：

身體構造因人而異，每個人浮力也不盡相同，肌肉發達之運動選手浮力較差，腿部容易下沉。一般人只要身體放鬆，注意儘量閉氣少換氣，加上身體放鬆，了解動作要領，即能漂起。若採用仰漂漂不起時，可嘗試大字漂，十字漂及垂直漂三種，這三種較容易使身體浮起。

（三）踩水：

踩水是最實用的自救方法，踩水時以腰為軸，以下肢動作為主；頭部出水面，雙手由胸前向兩側撥水，雙腳若以蛙式蹬夾腿動作者稱蛙式踩水。會蛙泳的人，很容易學會蛙式踩水。在踩水各種方法中，以此法最實用。用剪腿式踩水亦可，踩水時，動作要協調一致，身體放鬆，如此才能自然省力。

（四）水中浮具製作：

當穿著衣服落入水中，若離岸很遠，必須游一段距離才上岸，則應把衣服脫掉，以便游泳。脫衣時，先吸一口氣作水母狀，用雙手解開鞋帶，脫去鞋子，再脫長褲，最後脫上衣。衣服脫掉，可用於製成浮具。如：將脫下之長褲、褲管紮緊，釦子扣好，雙手將褲管由頭後方向前拋擲以充氣，雙手抓住褲頭，將此充氣之長褲管各夾於腋下，如此，這條充滿空氣之長褲猶如救生圈，可用於救生，學習游泳最主要目的在於自救並非救人，而學習水上救生主要目的在於懂如何幫助溺水的人，強調不親自入水救人的正確觀念。

肆、風險管理

體育課程所潛在的危險因子是造成學生身心健康與安全上的危害。若事件爆發，學校人員將遭受外界高度的輿論壓力，學校聲譽受損，組織運作亦將受其牽連而無法順利運作（高雁翎，2007）。就國內目前之現況而言，學校體育課程無疑是各項運動技能練習的主要場所，體育教師則是面對運動意外最主要之人（陳榮顯，2001），游泳課程又因其上課場地的特殊性，一旦有發生意外，後果不堪設想。教師在教育活動過程中有防止學生身體或生命因教育活動而遭受侵害的義務（刑泰釗，1999），因此，體育課程實施時，體育教師應作事前的安全事項強調與在場監督，體育教師，若因為個人疏忽造成過失不法侵害學生的權利則須負起民事賠償；如果教師因過失而造成學生傷亡，刑法上即可能構成業務致死與業務過失傷害罪（高雁翎，2007），因此，教師在游泳教學活動中需特別的謹慎與小心，對於學生在游泳池所可能發生的意外應有相當的認知，進而避免意外的發生，

面對學校存在的體育活動風險因子，在「人命關天」及「危機管理」的兩大前題下，風險管理的重要性便與日俱增。特別在許多意外事故案例的判決上，首先歸究的因素便是危險事故的預防措施是否落實，而學校體育風險管理的意義就在於以管理為方法，評估體育活動的危險因子，達成進一步預防的目的或減低風險發生的機率，以保障學生從事體育活動的安全。而關於風險管理的步驟，歐陽金樹（1997）提出風險管理步驟圖，如圖 1。

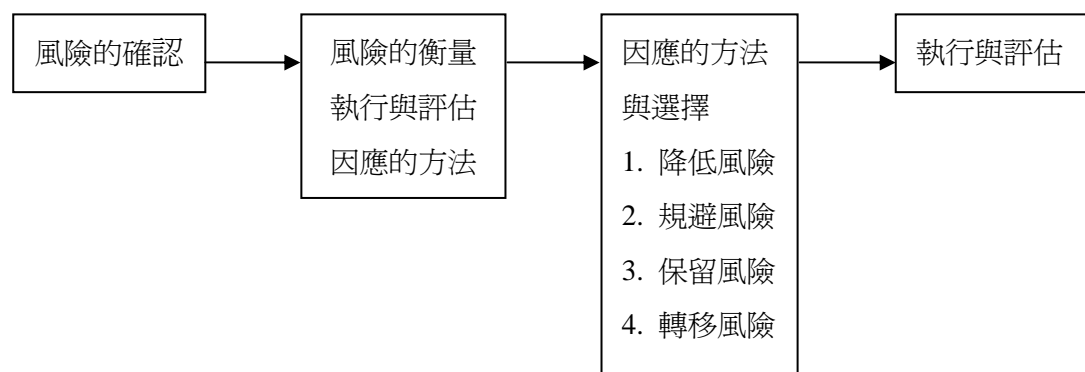


圖 1 風險管理步驟圖

歐陽金樹（1997）

就游泳池設施而言，以可提供學校實施校外游泳教學所需求之人員、場地及設備納入風險評估的範圍。

一、人員方面包括：管理人員、專業合格教練與救生員等。

二、場地方面包括：水質標準、安全警告標示、緊急逃生路線、游泳池及更衣室止滑與排水效果、消防設施等（楊宗文，2001）。

三、設備方面包括：過濾設備、電氣設備、衛浴設備、更衣室、緊急醫療體系、教學器材、救生浮具、救生繩、救生竿、浮水擔架、人工呼吸器及其他附屬設施等。

四、契約責任包括：學校與泳池業者簽訂的契約責任及實施游泳教學過程中可能發生的意外事故及衍生的相關法律責任問題。

伍、結語

游泳是健康的運動，游泳的好處不但可提升體適能，促進健康，紓解壓力又兼具社交、醫療保健等功能，同時，從事游泳活動不易受傷、活動年限長，適合所有年齡層民眾參與，可成為終身活動的項目（陳秀華，2003）。要讓學生學會游泳，除了場地外，還要透過多面向的計畫改善游泳教學環境，提高游泳教學的趣味性與資訊取得即時性，讓教師、家長、學生在游泳教學的過程中無所顧慮的投入，才能使游泳教學推廣更加的普及。

從行政院 2001 年「海洋白皮書」、2004 年「國家海洋政策綱領」、2006 年「海洋政策白皮書」及 2007 年教育部公布的「海洋教育政策白皮書」，在在都看出政府對於海洋教育的重視，教育部 96 年補助國民中小學及大專院校辦理游泳體驗營與各項水域運動，目前也在研擬「教育部補助推動學校游泳及水域運動實施要點」，補助內容包含水域運動觀摩及研討、區域性水域體驗推廣活動及學生游泳體驗營，並涵蓋風浪板、獨木舟、浮潛、輕艇、水肺潛水、衝浪、釣魚、溯溪、帆船、西式划船、水上芭蕾、水上摩托車、快艇等各類水域運動項目。海洋教育中最基本的即是游泳能力的培養及水中安全自救觀念的教導，

身為一位體育專業教師，應時時刻刻充實自我，在能力範圍內盡到應盡的義務，上課時應眼觀四面，耳聽八方，學生活動時不能離開教師的視線範圍，並提供課程活動應有的安全措施，當有發生意外的可能性時，體育教師應立即做適當的處置。讓學生可以在安全的情境下盡情享受運動帶來的歡樂，進而養成終身運動的習慣。

陸、參考文獻

- 王國川(2002)。臺灣地區民眾溺水事故傷害之影響因素探討，衛生教育學報，18，1-16。
- 王國川、翁千惠(2003)。國外水域安全課程之介紹與其討論，中華民國意外災害防治教育會刊，2，3-20。
- 行政院體育委員會(2002)。運動人口倍增計畫。臺北：作者。
- 林正常(1984)。運動科學與訓練。臺北：銀禾文化。
- 刑泰釗(1999)。教師法律手冊。臺北：教育部。

教育部 (2000)。提升學生游泳能力中程計畫。臺北：作者。

教育部 (2004)。推動學生水域運動方案。臺北：作者。

陳榮顯 (2001)。學生運動意外傷亡體育教師有法律責任嗎，學校體育，11(6)，121-132。

陳秀華 (2003)。臺北市國小學生游泳能力隻調查專案報告，未出版之臺北市立體育學院活動科學研究所碩士論文，臺北。

黃昆得 (2001)。游泳休閒化，中華游泳，59，19-25。

高雁翎 (2007)。體育教師課程實施之危機管理與法律責任，大專體育，90，63-69。

許旻棋、許富淑 (2007)。推動學生游泳能力對水域活動安全影響之研究，大專體育，89，112-118。

楊宗文 (2001)。全面品質管理與大學體育經營，大專體育，53，55-61。

鄭志富 (1999)。我國活動場地設施現況及發展 (初稿)。臺北：行政院體育委員會委託研究。

歐陽金樹 (1997)。大專體育課運動意外傷害之風險管理，大專體育，34，97-101。