

香港女童軍總會
興趣章評核綱要
女童軍組 – 服務

拯溺章

一、筆試

此部份以多項選擇題形式解答以下有關問題。內容包括：

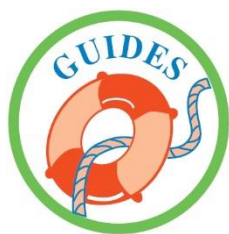
1. 救生基本理論
2. 拯溺技術
3. 復甦技巧
4. 急救常識
5. 善後處理

二、復甦法

以模擬復甦器材操演單人心肺復甦法。

三、水試

1. 陸上拯救技術（限時 1 分鐘）
 - i. 主考指定之救生工具
 - ii. 拯救一名離岸 2 至 10 米清醒溺者
 - iii. 確保其安全，協助登岸
2. 水上拯救技術
 - i. 主考指定救生工具
 - ii. 淺水處下水
 - iii. 拯救一名離岸 15 米清醒溺者
 - iv. 拖回並協助登岸
3. 間接拖救技術
 - i. 考生加穿長袖恤、長褲或長裙
 - ii. 下水前可隨意脫下
 - iii. 深水處下水
 - iv. 游 50 米至溺者
 - v. 操演「護衛法」
 - vi. 以間接拖救、無浮物協助
 - vii. 拯救一名離岸 50 米之溺者並拖回池邊，然後以「扶持位置」固定溺者（限時 3 分 15 秒）
 - viii. 協助溺者深水處登岸
 - ix. 上岸後進行「護理」



香港女童軍總會
興趣章評核綱要
女童軍組 – 服務

拯溺章

4. 直接拖救技術
 - i. 深水處下水
 - ii. 游 50 米至溺者
 - iii. 操演「脫身法」
 - iv. 利用「貼身托顎拖救法」或「橫胸拖救法」
 - v. 拯救一名離岸 50 米之溺者並拖回池邊，然後以「扶持位置」固定溺者
 - vi. 途中「處理掙扎」1 次
 - vii. 拖回並協助登岸
 - viii. 上岸後進行「護理」
5. 緊急復甦技術
 - i. 深水處下水
 - ii. 游 15 米至搜索範圍
 - iii. 利用「下潛法」
 - iv. 潛回於水深 1.5 至 1.8 米之目的物
 - v. 轉換一失去知覺溺者並將其拖回至扶持點，進行 10 次循環「扶持人工呼吸」
 - vi. 協助溺者登岸
 - vii. 進行「吹氣法」人工呼吸及處理嘔吐
 - viii. 擺放「復原臥式」

注意

如持有有效香港拯溺總會銅章證書，可經由總會程序處審核後，簽發此章。

評核員資格

持有有效香港拯溺總會的高級拯溺教師證書或同等資歷。

備註

委任領袖如持有有效香港拯溺總會的高級拯溺教師證書或同等資歷，可為其隊伍的女童軍評核。