

游泳救生员

国家职业技能鉴定考核实施细则

国家体育总局职业技能鉴定指导中心

中国救生协会

组编

前 言

游泳救生员是在游泳场所，观察游泳者，进行安全防护，并对溺水者进行赴救和现场急救的人员。游泳救生员直接关系到游泳者的生命安全。国家规定，游泳场所开放必须配备一定数量的、取得国家职业资格证书的游泳救生员。

为适应经济社会发展的需要，客观反映现阶段游泳救生员职业能力的要求，国家体育总局职业技能鉴定指导中心组织行业专家依据《游泳救生员国家职业技能标准》、游泳救生员岗位要求及一线考评中常见问题，对 2024 版《游泳救生员国家职业技能鉴定考核实施细则》进行修订。现予以发布。

《游泳救生员国家职业技能鉴定考核实施细则（2026 版）》自 2026 年 5 月 1 日起执行，是全国开展游泳救生员职业技能鉴定的依据和实施规范。

目 录

一、游泳救生员职业技能鉴定总体要求	1
(一) 适用对象	1
(二) 申报条件	1
(三) 考试方法及要求	1
(四) 考试方式	1
(五) 考试须知	2
二、初级游泳救生员技能考核实施细则	3
(一) 初级游泳救生员技能考核内容 (表 1-1)	3
(二) 初级游泳救生员实操考核标准 (表 1-2、表 1-3)	3
(三) 初级游泳救生员技能考核说明	4
(四) 初级游泳救生员技能考核评分标准	6
三、中级游泳救生员技能考核实施细则	14
(一) 中级游泳救生员技能考核内容 (表 2-1)	14
(二) 中级游泳救生员实操考核标准 (表 2-2)	14
(三) 中级游泳救生员技能考核说明	14
(四) 中级游泳救生员技能考核评分标准	17
四、高级游泳救生员技能考核实施细则	25
(一) 高级游泳救生员技能考核内容 (表 3-1)	25
(二) 高级游泳救生员实操考核标准 (表 3-2)	25
(三) 高级游泳救生员技能考核说明	25
(四) 高级游泳救生员技能考核评分标准	26
附件 1: 初级游泳救生员水上技能操作考核评分表	30
附件 2: 初级游泳救生员现场赴救组合技术题签 (徒手救生)	31
附件 3: 初级游泳救生员现场赴救组合技术题签 (浮标救生)	32

附件 4: 初级游泳救生员心肺复苏考核评分表	33
附件 5: 初级游泳救生员陆上解脱考核题签	34
附件 6: 初级游泳救生员陆上解脱考核评分表	35
附件 7: 中级游泳救生员水上技能操作考核评分表	36
附件 8: 中级游泳救生员现场赴救组合技术题签	37
附件 9: 中级游泳救生员陆上佩戴颈托考核评分表	40
附件 10: 中级游泳救生员陆上急救板使用考核评分表	41
附件 11: 中级游泳救生员心肺复苏考核评分表	42
附件 12: 中级游泳救生员自动体外除颤器考核评分表	43
附件 13: 高级游泳救生员培训与管理考核评分表	44
附件 14: 高级游泳救生员模拟教学题签	45
附件 15: 高级游泳救生员浅水水中急救板使用考核评分表	46
附件 16: 高级游泳救生员心肺复苏与自动体外除颤器 (AED) 的使用考核评分表 .	47

一、游泳救生员职业技能鉴定总体要求

（一）适用对象

从事或准备从事游泳救生员职业的人员。

（二）申报条件

具备以下条件，可申报五级/初级工：

年满 16 周岁，拟从事本职业或相关职业工作。

具备以下条件之一，可申报四级/中级工：

（1）取得本职业五级/初级工职业资格证书后，累计从事本职业工作 3 年（含）以上且无安全责任事故。

（2）国家二级及以上游泳运动员取得本职业五级/初级工职业资格证书后，累计从事本职业工作 2 年（含）以上且无安全责任事故。

具备以下条件之一，可申报三级/高级工：

取得本职业四级/中级工职业资格证书后，累计从事本职业工作 5 年（含）以上且无安全责任事故。

（三）考试方法及要求

游泳救生员职业技能鉴定分为理论考试、实操考核。理论考试以笔试、机考等方式为主，主要考核从业人员从事本职业应掌握的基本要求和相关知识要求；实操考核主要采用现场展示、现场模拟等方式进行，主要考核从业人员从事本职业应具备的技能水平。

理论考试和实操考核均实行百分制，成绩皆达 60 分（含）以上者为合格。实操考核时，考生必须通过达标项目的测试，否则不能参加后续技能考试。

（四）考试方式

1.理论考试采用闭卷形式，考核时间 60 分钟。

2.理论考试内容：游泳公共卫生安全常识，游泳卫生常识，自我救助，安全标识设置，突发事件紧急处理预案，救生器材，急救器材，救生员装备、器材的管理与保养，通信器材和联络信号的设置，救生基本技术，现场赴救，现场急救等。

- 3.实操考核当场进行技术展示，根据要求（标准）给予评定。
- 4.单项（理论考试或实操考核）合格成绩两年内有效。

（五）考试须知

- 1.考生必须凭身份证和准考证等有效证件入场，并提前到达考场等候考试。
- 2.笔试考试由考生自备书写工具；实操考核由考生自备泳帽和泳衣裤等游泳装备，不可带鼻夹、耳塞等辅助工具，以及脚蹼等助力工具，不准带无关物品参加考试。
- 3.考生不得在考场内向监考人员或考评员询问与考试无关的问题。

（六）特殊情况说明

- 1.实操考试现场应配备游泳救生员。
- 2.考试过程中考生出现溺水，施救后考试终止，实操考试成绩判定为不合格。
- 3.考试过程中，考生因身体原因主动提出无法完成后续考核，考试终止，实操考试成绩判定为不合格。
- 4.考试过程中，考生出现任何有安全隐患的行为，鉴定站协同考评组现场评估后，有权终止考生考试，考生实操考试成绩判定为不合格。
- 5.因以上情况判定实操考试不合格，应在考场情况记录单中详细记录有关情况。

二、初级游泳救生员技能考核实施细则

(一) 初级游泳救生员技能考核内容 (表 1-1)

表 1-1 初级游泳救生员技能考核内容

达标项目	实操部分	理论部分
◎25 米速度游 ◎潜泳 20 米	◎现场赴救 ◎现场急救	详见考核说明

(二) 初级游泳救生员实操考核标准 (表 1-2、表 1-3)

表 1-2 初级游泳救生员实操考核标准 (徒手救生)

	现场赴救 (徒手救生)						现场急救	合计
	入水	接近	拖带	上岸	解脱	合计	心肺复苏	
选考方式	必考						—	必考
鉴定比重 (%)	10	10	10	10	20	60	40	100
考试时间 (分钟)	5				3		5	13
考核形式	水中操作				陆上操作	—	实操	

表 1-3 初级游泳救生员实操考核标准 (浮标救生)

	现场赴救 (浮标救生)						现场急救	合计
	入水	接近	拖带	上岸	解脱	合计	心肺复苏	
选考方式	必考						—	必考
鉴定比重 (%)	10	10	10	10	20	60	40	100
考试时间 (分钟)	5				3		5	13
考核形式	水中操作				陆上操作	—	实操	

注：徒手救生和浮标救生抽考一项。

(三) 初级游泳救生员技能考核说明

1. 达标测试

(1) 25 米速度游：跳水出发，男子 ≤ 20 秒，女子 ≤ 22 秒为达标。

(2) 20 米潜泳：蹬边出发，在 20 米潜泳距离内，躯体未露出水面且方向准确为达标。

(3) 达标测试每项可补考一次，未达标者不能参加其他技能项目的考核。

2. 实操考核

(1) 现场赴救

①考核内容（一）：徒手救生：入水、接近、拖带、上岸技术。

◎鉴定比重：总分的 40%。

◎考核时间：5 分钟。

◎考核形式：水中操作。学员假扮溺水者，游至距岸边 15 米处正面、侧面或背面原地等候。考评员给考生发出信号，考生入水、接近溺水者，并将其拖带至岸边，指挥接应救生员配合，完成上岸。

◎考核场地：水深 ≥ 1.8 米。

注：不允许考生戴游泳镜考核。接应救生员指岸上配合救援的救生员。考生未完成拖带，水中操作零分。水中操作（入水、接近、拖带、上岸）部分总分数不足 24 分，则实操考核不合格。

①考核内容（一）：浮标救生：入水、接近、拖带、上岸技术。

◎鉴定比重：总分的 40%。

◎考核时间：5 分钟。

◎考核形式：水中操作。学员假扮溺水者，游至距岸边 15 米处正面、侧面或背面，呈俯卧水中姿态等候。考评员给考生发出信号，考生携带救生浮标入水、接近溺水者，并将其拖带至岸边，指挥接应救生员配合，完成上岸。

◎考核场地：水深 ≥ 1.8 米。

注：不允许考生戴游泳镜考核。接应救生员指岸上配合救援的救生员。考生未完成拖带，水中操作零分。水中操作（入水、接近、拖带、上岸）总分数不足 24 分，则实操考核不合格。

②考核内容（二）：头发被抓解脱、手被抓解脱、颈部被抱解脱、腰部被抱解脱等解脱技术。

注：考生两人一组，陆地解脱边说边做，同时考核技术动作与技术口令。

◎鉴定比重：总分的 20%。

◎考核时间：3 分钟。

◎考核形式：陆上操作。

（2）现场急救

①考核内容：心肺复苏：开放呼吸道、呼吸支持、心脏按压等。

◎鉴定比重：总分的 40%。

◎考核时间：5 分钟。

◎考核形式：对模拟人进行心肺复苏的操作。

注：心肺复苏是初级游泳救生员实操考核中的否定项目，如果未完成全部考核流程、操作程序错误、按压位置不正确或该项目总分不足 24 分，则心肺复苏考核不合格。心肺复苏考核不合格，则初级游泳救生员实操考核不合格。

(四) 初级游泳救生员技能考核评分标准

1. 初级游泳救生员达标测试标准 (见表 1-4)

表 1-4 初级游泳救生员游泳技能达标标准

达标项目	距离	达标要求	说 明
速度游	25 米	男≤20 秒 女≤22 秒 跳水出发	达标合格后才能进入下一阶段的考核。各项均可补考一次
潜 泳	20 米	① 蹬边出发，潜游至 20 米处出水面 ② 躯体不能露出水面 ③ 方向准确	

2. 初级游泳救生员实操考核评分标准

(1) 现场赴救评分标准

- ①徒手救生：入水、接近、拖带、上岸考核评分标准 (见表 1-5)
- ②浮标救生：入水、接近、拖带、上岸考核评分标准 (见表 1-6)
- ③解脱 (陆上完成) 考核评分标准 (见表 1-7)

(2) 现场急救评分标准

- 心肺复苏考核评分标准 (见表 1-8)

表 1-5 徒手救生：入水、接近、拖带、上岸考核评分标准

考核内容及分值		考核要点	扣分标准
入水 (10分)	蛙腿式	①入水时，两腿向下做蛙泳蹬夹腿，同时两手臂向下抱压水 ②头部始终保持在水面上 ③目光始终不离开赴救目标	两臂或两腿没有分开，扣4分 水没过头部，扣10分 目光离开溺水者，扣4分 未按题签要求，扣10分
	跨步式	①入水时，两手向前下方抱压水，同时两脚做剪水动作 ②头部始终保持在水面上 ③目光始终不离开赴救目标	两臂或两腿没有分开，扣4分 水没过头部，扣10分 目光离开溺水者，扣4分 未按题签要求，扣10分
接近 (10分)	正面接近	①入水后，游至距溺水者3米左右急停 ②下潜至溺水者髌部以下，转体180度 ③单手或双手腋下控制住溺水者	3米左右未急停下潜，扣3分 没有在溺水者髌部以下将溺水者转体180度，扣5分 未能有效控制住溺水者，扣2分 未按题签要求，扣10分
	背面接近	①游至距溺水者1~2米处急停 ②单手或双手托腋或夹胸控制住溺水者	距离太近或太远，扣4分 没有急停，扣4分 未能有效控制溺水者，扣2分 未按题签要求，扣10分
	侧面接近	①游至距溺水者3米左右处，转为侧向游进，抓住溺水者近侧手腕 ②单手或双手托腋或夹胸控制住溺水者	游至溺水者3米左右后未侧向游进，扣3分 未抓住溺水者近侧手腕，扣5分 未能有效控制溺水者，扣2分 未按题签要求，扣10分
拖带 (10分)	夹胸	①反蛙泳腿或侧泳腿技术拖带 ②溺水者口鼻必须露出水面 ③使溺水者保持身体水平位置 ④夹胸手不能压迫溺水者的颈动脉	拖带技术运用不合理，扣4分 拖带中溺水者口鼻没入水中，第1次扣5分，两次扣10分 拖带脱手，扣10分 拖带方向错误，扣2分

	双手托腋	①托住溺水者的双臂，采用反蛙泳腿或仰泳腿拖带 ②溺水者口鼻必须露出水面 ③使溺水者保持身体水平位置	溺水者下肢下沉，扣4分 夹胸拖带时压迫溺水者的颈动脉，扣5分 未按题签要求，扣10分
上岸 (10分)	深水无阶梯双人上岸	①水中救生员在池边固定好溺水者 ②水中救生员先将溺水者一手交给接应救生员，再将溺水者另外一手交给接应救生员 ③接应救生员用交叉手方式接分别递过来的溺水者手臂 ④接应救生员将溺水者转体180°，然后将溺水者拉上岸 ⑤水中救生员双手上托溺水者，协助接应救生员施救上岸 ⑥水中救生员指挥接应救生员将溺水者放平呈仰卧姿势	水中救生员与接应救生员上岸时脱手，扣10分 水中救生员未能使溺水者背对池岸进行上岸，扣5分 水中救生员未协助接应救生员进行上托，扣2分 水中救生员未指挥接应救生员对溺水者头部进行保护，扣2分

注：分值——40分，考核形式——实操。

上岸部分只对水中救生员进行成绩评定。

考生未完成拖带（要求：达到指定拖带距离，且中途脚不能落地、不能手扶墙），该项考核（水中操作）为零分。

水中操作（入水、接近、拖带、上岸）总分数不足24分，则实操考核不合格。

表 1-6 浮标救生：入水、接近、拖带、上岸考核评分标准

考核内容及分值		考核要点	扣分标准
入水 (10分)	蛙腿式或跨步式	①救生浮标置于胸前，成抱胸姿势固定浮标，拖绳置于浮标和胸部之间 ②腿成蛙步姿势或跨步姿势入水 ③入水时，身体前倾，上体靠近水面 ④头部始终保持在水面上 ⑤目光始终不离开赴救目标	浮标没有固定好或入水时脱落，扣 10 分 身体姿势错误，扣 4 分 水没过头部，扣 10 分 目光离开溺水者，扣 4 分 未按题签要求，扣 10 分
	鱼跃浅跳式	①一手持浮标和拖绳鱼跃入水 ②入水时将浮标抛在持浮标手的体侧 ③入水后迅速把头露出水面，用抬头爬泳迅速接近溺水者 ④急停后将浮标置于胸前	没有手持浮标或提前脱落，扣 5 分 浮标影响入水，扣 10 分 浮标放置错误，扣 5 分 出水后目光离开溺水者，扣 4 分 未按题签要求，扣 10 分
接近 (10分)	水面昏迷溺水者	①游至距溺水者 2-3 米处位置急停观察 ②游到溺水者后方施救位置 ③救生员靠近溺水者背后，借用救生浮标的浮力双手由溺水者后背经腋下控制溺水者 ④使溺水者口鼻朝上，露出水面	浮标位置错误，扣 4 分 急停位置过近或过远，扣 4 分 施救位置错误，扣 5 分 控制方法错误，扣 6 分 口鼻没水，1 次扣 5 分 未能有效控制溺水者，扣 4 分 未按题签要求，扣 10 分

拖带 (10分)	水面昏迷 溺水者	①利用浮标的浮力在溺水者背后固定控制溺水者 ②拖带时救生员将救生浮标置于自己胸前并穿过腋下 ③将救生浮标移至溺水者背部腋下位置 ④拖带时溺水者头部露出水面并侧在一边，方便观察昏迷者情况，防止与救生员头部相撞	控制手法错误，扣5分 浮标脱离或位置错误，扣10分 浮标没有移至溺水者背部腋下位置，扣5分 溺水者头部没有侧在一边，扣5分 拖带中溺水者口鼻没入水中，第1次扣5分，两次扣10分
上岸 (10分)	深水无阶 梯双人上 岸	①水中救生员在池边固定好溺水者 ②水中救生员先将溺水者一手交给接应救生员，再将溺水者另外一手交给接应救生员 ③接应救生员用交叉手方式接分别递过来的溺水者手臂 ④接应救生员将溺水者转体180°，然后将溺水者拉上岸 ⑤水中救生员双手托溺水者，协助接应救生员施救上岸 ⑥水中救生员指挥接应救生员将溺水者放平呈仰卧姿势	水中救生员与接应救生员上岸时脱手，扣10分 水中救生员未能使溺水者背对池岸进行上岸，扣5分 水中救生员未协助接应救生员进行上托，扣2分 水中救生员未指挥接应救生员对溺水者头部进行保护，扣2分

注：分值——40分，考核形式——实操。

上岸部分只对水中救生员进行成绩评定。

考生未完成拖带（要求：达到指定拖带距离，且中途脚不能落地、不能手扶墙），该项考核（水中操作）为零分。

水中操作（入水、接近、拖带、上岸）部分总分数不足24分，则实操考核不合格。

表 1-7 解脱（陆上完成）考核评分标准

考核内容	考核要点	扣分标准
头发被抓	①两种方法：压腕掰手解脱法、压掌推肘解脱法 ②解脱后，有效控制住溺水者	解脱时用力过度或不足，扣 1-5 分 解脱过程动作不连贯，扣 1-5 分 解脱后未能有效控制溺水者，扣 5 分 解脱动作的口令错误，扣 5 分
手被抓握	①单手被抓：转腕法、推击法 ②交叉手（臂）被抓：推击加转腕 ③单手被双手抓：推击法、转腕法 ④解脱后，有效控制住溺水者	
颈部被抱持	①颈部被抱持：正面被溺水者抱持时，上推双肘解脱法；背面被抱持时，压腕上推单肘解脱法 ②解脱后，有效控制溺水者	
腰部被抱	①正面抱持：夹鼻推颌解脱法 ②背面抱持：弓身抽手扳指解脱法 ③解脱后，有效控制溺水者	

注：分值——20 分；考核形式——实操
 考生解脱手法错误，解脱部分考核为 0 分。

表 1-8 心肺复苏考核评分标准

分 类	考核内容及分值	考核要点	扣分标准
1. 判断意识	环境安全，1 分	环视四周，确认环境安全	未口述环境安全，扣 1 分
	判断意识和呼救，4 分	用力拍打溺水者双肩同时大声呼唤。无反应，确认溺水者意识丧失 启动应急预案，拨打急救电话 120，拿 AED 到现场	未拍打溺水者肩膀，扣 2 分 呼救内容不全，扣 2 分
	判断呼吸，2 分	眼睛观察胸腹部是否有起伏，判断时间 5-10 秒	判断呼吸方法不正确或时间不足（超过），扣 2 分
	摆放体位，1 分	溺水者取仰卧位	取位错误或体位摆放不正确，扣 1 分
2. 开放气道	清理口腔，1 分	如果溺水者口腔有异物，则清理；检查后没有则忽略	未清理口腔异物；未检查或没有口述“没有异物”；扣 1 分
	开放气道，4 分	一只手掌压住前额，另一只手食指和中指上抬下颌骨，将头部后仰	打开手法错误，扣 2 分 头部后仰位置错误，扣 2 分
3. 人工呼吸	口对口吹气，4 分	用一只手的拇、食两指捏住溺水者鼻翼，张开口包住溺水者的嘴通气至胸部隆起。吹气后应与溺水者口部脱离。口对口吹气 2 次，每次通气应该维持大约 1 秒。	吹不进气，扣 4 分 方法不正确，达到通气结果，漏气扣 2 分 方法正确但达不到通气结果，扣 2 分 吹气时间不足或通气过度，扣 2 分 吹气次数错误，扣 4 分
4. 胸外按压	胸外按压，22 分	部位：掌根按压胸骨下半部，两乳头连线与胸骨交叉点。 姿势：双手交叠，十指相扣，双肘关节伸直，用掌根部按压；以髋关节为轴，身体重量垂直下压，压力均匀，每次按压后胸廓充分回弹，掌根不能离开胸壁。 胸外按压 30 次，按压通气比例 30:2，按压频率 100-120 次/分，按压深度 5-6 厘米。按压与放松的比例为 1:1。 按压中断时间小于 10 秒。	按压动作错误，扣 3 分 按压通气比例错误，扣 3 分 按压频率错误，扣 5 分 按压深度错误，扣 5 分 未充分回弹，扣 3 分 掌根离开胸壁，扣 3 分

5. 评估	重新评估，1分	30次胸外按压，2次口对口通气为一个循环。完成5次循环后，重新评估。 重新评估要点：再次判断溺水者意识和呼吸	未判断溺水者意识或呼吸，扣1分 考评员未示意结束（示意内容：5次循环结束或者循环结束），自行停止，视为未完成。
-------	---------	---	--

注：未完成全部考核流程（考核中遗漏1项或多项考核内容）、1-5项操作程序错误或胸外按压位置不正确，心肺复苏零分。若1-5项操作程序正确，但考核内容项程序错误，按考核内容对应分值扣分。心肺复苏总分不足24分，则实操考核不合格。

分值——40分，考核形式——实操。

三、中级游泳救生员技能考核实施细则

(一) 中级游泳救生员技能考核内容 (表 2-1)

表 2-1 中级游泳救生员技能考核内容

达标项目	实操部分	理论部分
◎25 米速度游	◎现场赴救	详见考核说明
◎水中徒手踩水	◎现场急救	

(二) 中级游泳救生员实操考核标准 (表 2-2)

表 2-2 中级游泳救生员实操考核标准

	现场赴救						现场急救					合计	
	入水	接近	解脱	拖带	上岸	合计	佩戴颈托	陆上急救板的使用	心肺复苏	自动体外除颤器	合计		
选考方式	必考						-	必考					-
鉴定比重(%)	5	8	12	10	5	40	10	20	20	10	60	100	
考试时间(分钟)	5						5	5	5	5	5	20	25
考核形式	水中操作						-	陆上操作					-

(三) 中级游泳救生员技能考核说明

1. 达标测试

(1) 25 米速度游：跳水出发，男≤18 秒，女≤20 秒为达标。

(2) 水中徒手踩水：要求考生在 20 秒内徒手踩水，并且两臂肘关节始终露出水面。

水深要求≥1.8 米。

注：达标测试每项可补考一次，未达标者不能参加其他技能项目的考核。

2. 实操考试

(1) 现场赴救

◎考核内容：入水、接近、解脱、拖带、上岸技术。

◎鉴定比重：总分的 40%。

◎考核时间：5 分钟。

◎考核形式：学员假扮溺水者，游至距岸边 15 米处正面、侧面或背面原地等候。考评员给考生发出信号，考生完成入水、接近、解脱溺水者（水中完成），并将其拖带至岸边上岸。

◎考核场地：水深 \geq 1.8 米。

注：不允许考生戴游泳镜考核。考生未完成现场赴救全部考核流程，该项考核为零分。水中操作（入水、接近、解脱、拖带、上岸）总分数不足 24 分，则实操考核不合格。

（2）现场急救

①佩戴颈托

◎考试内容：为颈椎受伤者佩戴颈托。

◎鉴定比重：总分的 10%。

◎考核时间：5 分钟。

◎考核形式：学员假扮颈椎受伤者，考生两人一组，互相交叉操作，对受伤者佩戴颈托。考评员根据完成情况打分。

②陆上急救板的使用。

◎鉴定比重：总分的 20%。

◎考核时间：5 分钟。

◎考核形式：学员假扮颈椎受伤者，考生两人一组配合，互相交替操作，另再配备两名学员，协同完成。考评员根据完成情况打分。

③心肺复苏

◎考试内容：开放呼吸道、呼吸支持、心脏按压等。

◎鉴定比重：总分的 20%。

◎考核时间：5 分钟。

◎考核形式：对模拟人进行心肺复苏的操作。

注：心肺复苏是中级游泳救生员实操考核中的否定项目，如果未完成全部考核流程、操作程序错误、按压位置不正确或该项目得分不足 12 分，则心肺复苏考核不合格。心肺复苏考核不合格，则中级游泳救生员实操考核不合格。

④自动体外除颤器

◎考试内容：自动体外除颤器正确使用。

◎鉴定比重：总分的 10%。

◎考核时间：5 分钟。

◎考核形式：对模拟人进行心脏除颤的操作。

(四) 中级游泳救生员技能考核评分标准

1. 中级游泳救生员达标测试标准（表2-3）

表2-3 中级游泳救生员达标测试标准

达标项目	达标标准	说 明
25 米速度游	男≤18 秒 女≤20 秒 跳水出发	达标合格后才能进入下一阶段进行考核，各项均可补考一次。
20 秒踩水	水中徒手踩水 20 秒，要求肘关节露出水面	

2. 中级游泳救生员实操考核评分标准

(1) 现场赴救评分标准

①入水、接近、解脱、拖带、上岸考核评分标准（见表 2-4）

(2) 现场急救评分标准

①佩戴颈托考核评分标准（见表 2-5）

②陆上急救板的使用考核评分标准（见表 2-6）

③心肺复苏考核评分标准（见表 2-7）

④自动体外除颤器考核评分标准（见表 2-8）

表 2-4 入水、接近、解脱、拖带、上岸考核评分标准

考核内容及分值		考核要点	扣分标准
入水 5分	蛙腿式	①入水时，两腿向下做蛙泳蹬夹腿，同时两臂向下抱压水 ②头部始终保持在水面上 ③目光始终不离开赴救目标	两臂或两腿没有分开，扣2分 水没过头部，扣5分 目光离开溺水者，扣2分 未按题签要求，扣5分
	跨步式	①入水时，两臂向前下方抱压水，同时两脚做剪水动作 ②头部始终保持在水面上 ③目光始终不离开赴救目标	两臂或两腿没有分开，扣2分 水没过头部，扣5分 目光离开溺水者，扣2分 未按题签要求，扣5分
接近 8分	正面接近	①入水后，游至距溺水者3米左右急停 ②下潜至溺水者髌部，并将溺水者转体180度 ③单手或双手腋下控制住溺水者	游至距溺水者3米左右未急停下潜，扣2分 没有在溺水者髌部以下将其转体180度，扣4分 未能有效控制溺水者，扣2分 未按题签要求，扣8分
	背面接近	①游至距溺水者1~2米处急停 ②单手或双手托腋或夹胸控制住溺水者	没有急停，扣2分 距离太近、太远，扣4分 未能有效控制溺水者，扣2分 未按题签要求，扣8分
	侧面接近	①游至距溺水者3米左右处，转为侧向游进，抓住溺水者近侧手腕 ②单手或双手托腋或夹胸控制住溺水者	游至溺水者3米左右未侧向游进，扣2分 未抓住溺水者近侧手腕，扣4分 未能有效控制溺水者，扣2分 未按题签要求，扣8分
解脱 12分	头发被抓	①两种方法：压腕掰手解脱法、压掌推肘解脱法 ②解脱后，有效控制住溺水者	解脱时用力过度或不足，扣1-4分 解脱过程动作不连贯，扣1-4分 解脱后未能有效控制溺水者，扣4分 解脱动作的手法错误，扣12分

	手被抓握	①单手被抓：转腕法、推击法 ②交叉手（臂）被抓：推击加转腕 ③单手被双手抓：推击法、转腕法 ④解脱后，有效控制住溺水者	
	颈部被抱持	①颈部被抱持：正面被溺水者抱持时，上推双肘解脱法；背面被抱持时，压腕上推单肘解脱法 ②解脱后，有效控制溺水者	
	腰部被抱	①正面抱持：夹鼻推颌解脱法 ②背面抱持：弓身抽手扳指解脱法 ③解脱后，有效控制溺水者	
拖带 10分	夹胸	①反蛙泳腿或侧泳腿技术拖带 ②溺水者口鼻必须露出水面 ③溺水者保持身体水平位置 ④夹胸手不能压迫溺水者的颈动脉	拖带技术运用不合理，扣4分 拖带中溺水者口鼻没入水中，第1次扣5分，两次扣10分 拖带脱手，扣10分
	双手托腋	①托住溺水者的双腋，采用反蛙泳腿或仰泳腿拖带 ②溺水者口鼻必须露出水面 ③使溺水者保持身体水平位置	拖带方向错误，扣2分 溺水者下肢下沉，扣4分 夹胸拖带时压迫溺水者的颈动脉，扣5分 未按题签要求，扣10分
上岸 5分	深水无阶梯 单人上岸	①单手抓住溺水者的一只手，压在池岸边，将溺水者的另一只手重叠按住 ②按住溺水者重叠的双手背，用蛙腿脚蹬夹上岸 ③交叉手紧握溺水者手腕处，将溺水者转体180度呈背对岸边，垂直上提 ④上岸后脱出一手移至溺水者颈背部，另一手将溺水者双腿原地旋转90度	上岸时脱手，扣5分 没有用两手交叉的方法，将溺水者原地转体180度，扣5分 原地旋转溺水者双腿时，未对其头部保护，扣2分

注：解脱环节是在考生完成接近并且已控制住溺水者后在水中单独完成，解脱环节与接近环节不需连贯进行。

未完成现场赴救全部考核流程，该项（现场赴救）考核为零分。水中操作（入水、接近、解脱、拖带、上岸）总分数不足24分，则实操考核不合格。

表 2-5 佩戴颈托考核评分标准

考核内容及分值	考核要点	扣分标准
检查 2号位：1分	①询问伤情 ②检查颈部	其中一项未完成，扣1分
复位 1号位：3分 2号位：2分	①双手掌放在受伤者头两侧，拇指轻按额部，食指、中指按面颊，无名指和小指放在耳下 ②左右复位 ③前后复位	1号位手法错误，扣1分 1号位鼻尖与肚脐未呈一条直线，扣1分；2号位，扣1分 1号位头部仰至嘴角和耳垂的连线与地面没有垂直，扣1分； 2号位扣1分
佩戴 2号位：4分	①测量：用手指度量受伤者下颌骨角下方到锁骨的距離 ②佩戴：将颈套一端穿入后颈，将下颌垫小圆点与受伤者的下颌尖吻合	尺寸调节不当，扣2分 下颌垫小圆点与受伤者的下颌尖不吻合，扣1分 颈托过紧或过松，扣1分

表 2-6 陆上急救板的使用考核评分标准

考核内容	考核要点	扣分标准
<p>1 号位：头锁—改良斜方肌挤压—侧翻—复原平卧位—斜方肌挤压—平移复位—头部两侧放置泡沫垫—头部扣带</p> <p>2 号位：头胸固定—侧翻—复原平卧位—头胸固定—胸、腰、脚扣带—头胸固定</p>	<p>◎技术动作正确，口令准确、协调一致</p> <p>◎顺序正确：头锁—头胸固定—改良斜方肌挤压—侧翻—插入急救板—复原平卧位—头胸固定—斜方肌挤压—平移复位—胸、腰、脚扣带—头胸固定—头部两侧放置泡沫垫—扣带</p>	<p>1 号位头锁错误，扣 2 分</p> <p>1 号位改良斜方肌挤压错误，扣 2 分</p> <p>1 号位斜方肌挤压错误，扣 2 分</p> <p>1 号位没有平移复位，扣 2 分</p> <p>2 号位头胸固定手法错误，扣 2 分（每次 1 分）</p> <p>2 号位侧翻不到位或没有控制溺水者，扣 2 分</p> <p>2 号位扒板手法错误，扣 2 分</p> <p>2 号位胸、腰、脚扣带顺序及手法错误，扣 2 分（系胸带时，两手臂被扣，脚底没有绕“8”字）</p> <p>1 号位头部两侧泡沫垫放置不到位，扣 1 分</p> <p>1 号位头部扣带不正确，扣 1 分</p> <p>1 号位口令不清晰、不准确，扣 2 分</p>

注：对 1 号位和 2 号位两名考生同时进行成绩评定，完成后相互交换。1 号位为指挥者。

表 2-7 心肺复苏考核评分标准

分 类	考核内容及分值	考核要点	扣分标准
1. 判断意识	环境安全，1 分	环视四周，确认环境安全	未口述环境安全，扣 1 分
	判断意识和呼救，1 分	用力拍打溺水者双肩同时大声呼唤。无反应，确认溺水者意识丧失 启动应急预案，拨打急救电话 120，拿 AED 到现场	未拍打溺水者肩膀，扣 1 分 呼救内容不全，扣 1 分
	判断呼吸，1 分	眼睛观察胸腹部是否有起伏，判断时间 5-10 秒	判断呼吸方法不正确或时间不足（超过），扣 1 分
	摆放体位，1 分	溺水者取仰卧位	取位错误或体位摆放不正确，扣 1 分
2. 开放气道	清理口腔，1 分	如果溺水者口腔有异物，则清理；检查后没有则忽略	未清理口腔异物；未检查或没有口述“没有异物”；扣 1 分
	开放气道，1 分	一只手掌压住前额，另一只手食指和中指上抬下颌骨，将头部后仰	打开手法错误，扣 0.5 分 头部后仰位置错误，扣 0.5 分
3. 人工呼吸	口对口吹气，3 分	用一只手的拇、食两指捏住溺水者鼻翼，张开口包住溺水者的嘴通气至胸部隆起。吹气后应与溺水者口部脱离。口对口吹气 2 次，每次通气应该维持大约 1 秒。	吹不进气，扣 3 分 方法不正确，达到通气结果，漏气扣 1 分 方法正确但达不到通气结果，扣 2 分 吹气时间不足或通气过度，扣 1 分 吹气次数错误，扣 3 分
4. 胸外按压	胸外按压，10 分	部位：掌根按压胸骨下半部，两乳头连线与胸骨交叉点。 姿势：双手交叠，十指相扣，双肘关节伸直，用掌根部按压；以髋关节为轴，身体重量垂直下压，压力均匀，每次按压后胸廓充分回弹，掌根不能离开胸壁。 胸外按压 30 次，按压通气比例 30:2，按压频率 100-120 次/分，按压深度 5-6 厘米。按压与放松的比例为 1:1。按压中断时间小于 10 秒。	按压动作错误，扣 2 分 按压通气比例错误，扣 1 分 按压频率错误，扣 2 分 按压深度错误，扣 2 分 未充分回弹，扣 2 分 掌根离开胸壁，扣 1 分

5. 评估	重新评估，1分	<p>30次胸外按压，2次口对口通气为一个循环。完成5次循环后，重新评估。</p> <p>重新评估要点：再次判断溺水者意识和呼吸</p>	<p>未判断溺水者意识或呼吸，扣1分</p> <p>考评员未示意结束（示意内容：5次循环结束或者循环结束），自行停止，视为未完成。</p>
-------	---------	--	---

注：未完成全部考核流程（考核中遗漏1项或多项考核内容）、1-5项操作程序错误或胸外按压位置不正确，心肺复苏零分。若1-5项操作程序正确，但考核内容项程序错误，按考核内容对应分值扣分。心肺复苏总分不足12分，则实操考核不合格。

表 2-8 自动体外除颤器考核评分标准

考核内容及分值	考核要点	扣分标准
1. 打开电源，1 分	打开电源	未成功打开电源，扣 1 分
2. 贴电极片，2 分	擦干胸部将要贴电极片部位的水 两块电极板分别贴在右胸上部和左胸左乳头外侧	电极片贴的位置不正确，扣 2 分
3. 连接电源插头，1 分	贴电极片后将插头插入主机插孔	未及时连接电源插头，扣 1 分
4. 分析心律，2 分	遣散溺水者周围人群，不可触碰溺水者，使用 AED 进行分析	触碰溺水者，干扰 AED 分析，扣 2 分
5. 除颤，4 分	AED 提示可电击心律，再次遣散周围人群，不可触碰溺水者，确保施救者安全，给予除颤，除颤后立即心肺复苏	未确保施救者和周围人群安全，扣 2 分 除颤后未立即心肺复苏，扣 2 分

注：未完成全部考核流程、操作程序错误、未擦干胸部贴电极片部位水或提示“除颤”但未除颤，自动体外除颤器零分。

四、高级游泳救生员技能考核实施细则

（一）高级游泳救生员技能考核内容（表 3-1）

表 3-1 高级游泳救生员技能考核内容

实操部分	理论部分
◎培训与管理 ◎浅水水中急救板的使用 ◎心肺复苏与自动体外除颤器（AED）的讲解与操作	见考核说明

（二）高级游泳救生员实操考核标准（表 3-2）

表 3-2 高级游泳救生员实操考核标准

	培训与管理	浅水水中急救板的使用	心肺复苏与自动体外除颤器（AED）的使用	合计
选考方式	必考	必考	必考	-
鉴定比重(%)	40	20	40	100
考试时间(分钟)	50	6	7	63
考核形式	笔试、口试	实操	实操、口试	-

（三）高级游泳救生员技能考核说明

1. 实操考核

（1）培训与管理

①考试时间：培训部分考核时间为 5 分钟，管理部分考核时间为 45 分钟。

②考试内容：培训与管理。

③鉴定比重：总分的 40%。

④考核形式：培训部分的分值为 20 分，考核形式为考生抽取题签，进行现场示范与讲解，考评员根据考生对教学及考核技术要点的把握、示范面的掌握及示范能力、讲解与表达能力等几个方面进行现场评分。管理部分的分值为 20 分，考核形式为笔试，考生根据命题，制定一份有针对性的开发管理计划。考评员将根据考生布岗图、观察区划分、值岗救生员管理以及应急预案的制定等几方面进行评分。

注：培训与管理总分不足 24 分，即算该项目考核不合格。该项目考核不合格，则高级游泳救生员实操考核不合格。

(2) 浅水水中急救板的使用

①考核时间：6 分钟。

②鉴定比重：总分的 20%。

③考核形式：学员假扮颈椎受伤者，考生两人一组配合，互相交替操作。考评员根据完成情况打分。

④考核场地：水深要求 ≥ 1.2 米、 ≤ 1.5 米。

注：在考核浅水水中急救板的使用时，不允许考生戴游泳镜。浅水水中急救板总分不足 12 分，即算该项目考核不合格。该项目考核不合格，则高级游泳救生员实操考核不合格。

(3) 心肺复苏与自动体外除颤器（AED）的使用

①考核时间：7 分钟。

②鉴定比重：总分的 40%。

③考核形式：首先对电脑模拟人进行心肺复苏，其次做好心肺复苏与自动体外除颤器（AED）的衔接，再次正确使用自动体外除颤器（AED），最后进行自动体外除颤器（AED）分析决策。

④考试说明：做一个循环的心肺复苏，使用自动体外除颤器（AED），再做一个循环心肺复苏。

注：心肺复苏与自动体外除颤器（AED）的使用总分不足 24 分，即算该项目考核不合格。该项目考核不合格，则高级游泳救生员实操考核不合格。

考虑到自动体外除颤器（AED）不同型号程序可能存在差异，如考核用自动体外除颤器（AED）程序与本细则规定程序不同，以考核用机器程序为准，不判定为否定项。

(四) 高级游泳救生员技能考核评分标准

1. 培训与管理考核评分标准

在培训部分的考核中，考评员将从教学及考核技术要点的把握、示范面的掌握及示范能力以及讲解能力与语言表达能力等几个方面对考生进行评定。在管理部分的考核中，考评员将从布岗图、观察区划分、值岗救生员管理、应急预案的制定等几个方面对考生进行评定。

2. 浅水水中急救板使用考核评分标准（见表 3-3）

3. 心肺复苏与自动体外除颤器（AED）使用考核评分标准（见表 3-4）

表 3-3 浅水水中急救板使用考核评分标准

	内容	考核要点	扣分标准
上 臂 固 定 法	1 号位救生员使用手法将伤者头部固定，脸部向上，口鼻露出水面，招呼同伴协助，并向池岸边靠近	◎固定手法正确 ◎口鼻露出水面	固定手法错误，扣 2 分 口鼻未露出水面，扣 2 分
	2 号位救生员持急救板轻轻下水，在 1 号位救生员的指挥下，将板插入伤者身下。随即使用手钳固定法将伤者头部以及身体固定在急救板上	◎轻轻入水 ◎板位准确 ◎固定手法正确	未轻轻入水，扣 1 分 未垂直插板、板位过上或过下，扣 2 分 固定手法错误，扣 1 分
	1 号位救生员将伤者两臂放置于身体两侧，然后到板头，背靠池边，用肩、胸承托板头，两臂固定板边，双手扶持伤者面颊，固定头部	◎两臂放在体侧 ◎用肩、胸承托板头 ◎用两臂固定板边 ◎双手固定头部	两臂未放体侧，扣 1 分 承托板头动作错误，扣 1 分 固定板边动作错误，扣 1 分 固定手法错误，扣 1 分
	2 号位救生员按胸、腰、腿顺序和手法固定伤者	◎依次扣上胸、腰、腿固定带。 ◎胸部扣带经胸部、腋下。 ◎腰部扣带将手臂、手腕扣上。 ◎脚带为“8”字形固定在小腿位置。	扣带顺序或手法错误，扣 2 分
	2 号位救生员用手钳固定法固定伤者头部	固定手法正确	固定手法错误，扣 1 分
	1 号位救生员用头部固定器固定伤者头部	放置固定器并固定正确	头枕或头带固定位置错误，扣 2 分
	1 号位和 2 号位救生员移至急救板两侧，将板头抬上池岸	动作轻缓，配合协调	抬板动作幅度大，扣 1 分
	2 号位救生员上岸抓紧板头，1 号位救生员移至板尾，两人合力将伤者搬到池岸地面	两名救生员配合时，口令准确	口令不清晰、不准确，扣 2 分

注：浅水水中急救板总分不足 12 分，则实操考核不合格。

表 3-4 心肺复苏与自动体外除颤器（AED）使用考核评分标准

分类	考核内容及分值	考核要点	扣分标准	
一、心肺复苏	1. 判断意识	(1) 环境安全, 1 分	环视四周, 确认环境安全	未口述环境安全, 扣 1 分
		(2) 判断意识并呼救, 2 分	用力拍打溺水者双肩同时大声呼唤。无反应, 确认溺水者意识丧失启动应急预案, 拨打急救电话 120, 拿 AED 到现场	未拍打溺水者肩膀, 扣 1 分 呼救内容不全, 扣 1 分
		(3) 判断呼吸, 1 分	眼睛观察胸腹部是否有起伏, 判断时间 5-10 秒	判断呼吸方法不正确或时间不足 (超过), 扣 1 分
		(4) 摆放体位, 1 分	溺水者取仰卧位	取位错误或体位摆放不正确, 扣 1 分
	2. 开放气道	(5) 清理口腔, 1 分	如果溺水者口腔有异物, 则清理; 检查后没有则忽略	未清理口腔异物; 未检查或没有口述“没有异物”; 扣 1 分
		(6) 开放气道, 1 分	一只手掌压住前额, 另一只手食指和中指上抬下颌骨, 将头部后仰	打开手法错误或头部后仰位置错误, 扣 1 分
	3. 人工呼吸	(7) 口对口吹气, 2 分	用一只手的拇、食两指捏住溺水者鼻翼, 张开口包住溺水者的嘴通气至胸部隆起。吹气后应与溺水者口部脱离。口对口吹气 2 次, 每次通气应该维持大约 1 秒。	吹不进气, 扣 1 分 方法不正确, 达到通气结果, 漏气扣 1 分 方法正确但达不到通气结果, 扣 1 分 吹气时间不足或通气过度, 扣 1 分 吹气次数错误, 扣 2 分
	4. 胸外按压	(8) 胸外按压, 8 分	部位: 掌根按压胸骨下半部, 两乳头连线与胸骨交叉点。 姿势: 双手交叠, 十指相扣, 双肘关节伸直, 用掌根部按压; 以髋关节为轴, 身体重量垂直下压, 压力均匀, 每次按压后胸廓充分回弹, 掌根不能离开胸壁。 胸外按压 30 次, 按压通气比例 30:2, 按压频率 100-120 次/分, 按压深度 5-6 厘米。按压与放松的比例为 1:1。按压中断时间小于 10 秒。	按压动作错误, 扣 1 分 按压通气比例错误, 扣 1 分 按压频率错误, 扣 2 分 按压深度错误, 扣 2 分 未充分回弹, 扣 1 分 掌根离开胸壁, 扣 1 分

二、自动体外除颤器（AED）操作	5. AED 使用	(1) 立即使用 AED, 4 分	AED 到达现场后立即使用 AED 考生口述“请其他救生员接替进行胸外按压”并开始改为操作 AED	AED 到达现场后未让人接替胸外按压, 考生直接进行 AED 操作, 扣 4 分 未立即使用 AED, 按“未完成”评分。
		(2) 打开电源, 1 分	打开电源	未成功打开电源, 扣 1 分
		(3) 贴电极片, 4 分	擦干胸部将要贴电极片部位的水 两块电极板分别贴在右胸上部和左胸左乳头外侧	电极片贴的位置不正确, 扣 4 分
		(4) 连接电源插头, 1 分	贴电极片后将插头插入主机插孔	未及时连接电源插头, 扣 1 分
		(5) 分析心律, 2 分	提示溺水者周围人离开, 不可触碰溺水者, 使用 AED 进行分析	未提示溺水者周围人离开或触碰溺水者, 干扰 AED 分析, 扣 2 分
	6. AED 分析决策 (一种可能)	(6) 电击心律: 除颤, 8 分	AED 提示可电击心律, 再次提示溺水者周围人离开, 不可触碰溺水者, 确保施救者及周围人安全, 给予除颤, 除颤后立即心肺复苏	未确保施救者和周围人群安全, 扣 4 分 除颤后未立即心肺复苏, 扣 4 分
		(7) 不可电击心律: 心肺复苏, 8 分	AED 提示不可电击心律, 请持续心肺复苏	AED 分析后未立即心肺复苏, 扣 8 分
	7. AED 重新分析	(8) AED 重新分析, 2 分	进行 2 分钟心肺复苏后, AED 重新分析心律, 根据 AED 提示予以除颤或持续心肺复苏	未按照 AED 提示进行操作, 扣 2 分
三、评估	8. 评估	重新评估, 1 分 根据 AED 重新分析后的指令进行操作, 考评员示意心肺复苏结束后, 重新评估 重新评估要点: 再次判断溺水者意识和呼吸	未判断溺水者意识或呼吸, 扣 1 分 考评员未示意结束 (示意内容: 5 次循环结束或者循环结束), 考生自行停止, 心肺复苏与自动体外除颤器零分。	

注: 自动体外除颤器 (AED) 分析决策环节随机出现“电击心率”或“不可电击心率”两种情况中的一种情况, 考生需根据实际情况完成操作。

考核用自动体外除颤器 (AED) 程序与本细则规定程序不同, 以考核用机器程序为准。

在自动体外除颤器 (AED) 阶段, 未擦干胸部贴电极片部位水或提示“除颤”但未除颤, 心肺复苏与自动体外除颤器 (AED) 的使用考核零分。

未完成全部考核流程 (考核中遗漏 1 项或多项考核内容)、操作程序错误 (未按一至三的顺序、心肺复苏阶段未按 1-4 的顺序、AED 阶段未按 (1) - (8) 的顺序) 或胸外按压位置不正确, 心肺复苏与自动体外除颤器 (AED) 的使用考核零分。

心肺复苏与自动体外除颤器 (AED) 的使用总分不足 24 分, 则实操考核不合格。

附件 2：初级游泳救生员现场赴救组合技术题签（徒手救生）

- 蛙腿式入水—正面接近—夹胸拖带—深水无阶梯双人上岸
- 蛙腿式入水—正面接近—双手托腋拖带—深水无阶梯双人上岸
- 蛙腿式入水—背面接近—夹胸拖带—深水无阶梯双人上岸
- 蛙腿式入水—背面接近—双手托腋拖带—深水无阶梯双人上岸
- 蛙腿式入水—侧面接近—夹胸拖带—深水无阶梯双人上岸
- 蛙腿式入水—侧面接近—双手托腋拖带—深水无阶梯双人上岸
- 跨步式入水—正面接近—夹胸拖带—深水无阶梯双人上岸
- 跨步式入水—正面接近—双手托腋拖带—深水无阶梯双人上岸
- 跨步式入水—背面接近—夹胸拖带—深水无阶梯双人上岸
- 跨步式入水—背面接近—双手托腋拖带—深水无阶梯双人上岸
- 跨步式入水—侧面接近—夹胸拖带—深水无阶梯双人上岸
- 跨步式入水—侧面接近—双手托腋拖带—深水无阶梯双人上岸

附件 3：初级游泳救生员现场赴救组合技术题签（浮标救生）

- 情景描述：救生员在值岗时，发现一名溺水者，其状态为水面昏迷，无意识，呈俯卧水中姿态，救生员携带救生浮标进行施救。

考生技术动作要求：蛙腿式入水—接近—拖带—深水无阶梯双人上岸

- 情景描述：救生员在值岗时，发现一名溺水者，其状态为水面昏迷，无意识，呈俯卧水中姿态，救生员携带救生浮标进行施救。

考生技术动作要求：跨步式入水—接近—拖带—深水无阶梯双人上岸

- 情景描述：救生员在值岗时，发现一名溺水者，其状态为水面昏迷，无意识，呈俯卧水中姿态，救生员携带救生浮标进行施救。

考生技术动作要求：鱼跃浅跳式入水—接近—拖带—深水无阶梯双人上岸

附件 5：初级游泳救生员陆上解脱考核题签

- 单手被双手抓握解脱法
- 背面颈部被抱解脱法
- 正面腰部被抱持解脱法
- 背面腰部肘部同时被抱持解脱法
- 头发被抓解脱法

附件 8：中级游泳救生员现场赴救组合技术题签

第一组：

- 蛙腿式入水—正面接近—单手被双手抓握解脱—夹胸拖带—深水无阶梯单人上岸
- 蛙腿式入水—正面接近—单手被双手抓握解脱—双手托腋拖带—深水无阶梯单人上岸
- 蛙腿式入水—背面接近—单手被双手抓握解脱—夹胸拖带—深水无阶梯单人上岸
- 蛙腿式入水—背面接近—单手被双手抓握解脱—双手托腋拖带—深水无阶梯单人上岸
- 蛙腿式入水—侧面接近—单手被双手抓握解脱—夹胸拖带—深水无阶梯单人上岸
- 蛙腿式入水—侧面接近—单手被双手抓握解脱—双手托腋拖带—深水无阶梯单人上岸
- 跨步式入水—正面接近—单手被双手抓握解脱—夹胸拖带—深水无阶梯单人上岸
- 跨步式入水—正面接近—单手被双手抓握解脱—双手托腋拖带—深水无阶梯单人上岸
- 跨步式入水—背面接近—单手被双手抓握解脱—夹胸拖带—深水无阶梯单人上岸
- 跨步式入水—背面接近—单手被双手抓握解脱—双手托腋拖带—深水无阶梯单人上岸
- 跨步式入水—侧面接近—单手被双手抓握解脱—夹胸拖带—深水无阶梯单人上岸
- 跨步式入水—侧面接近—单手被双手抓握解脱—双手托腋拖带—深水无阶梯单人上岸

第二组：

- 蛙腿式入水—正面接近—背面颈部被抱持压腕解脱—夹胸拖带—深水无阶梯单人上岸
- 蛙腿式入水—正面接近—背面颈部被抱持压腕解脱—双手托腋拖带—深水无阶梯单人上岸
- 蛙腿式入水—背面接近—背面颈部被抱持压腕解脱—夹胸拖带—深水无阶梯单人上岸
- 蛙腿式入水—背面接近—背面颈部被抱持压腕解脱—双手托腋拖带—深水无阶梯单人上岸
- 蛙腿式入水—侧面接近—背面颈部被抱持压腕解脱—夹胸拖带—深水无阶梯单人上岸
- 蛙腿式入水—侧面接近—背面颈部被抱持压腕解脱—双手托腋拖带—深水无阶梯单人上岸
- 跨步式入水—正面接近—背面颈部被抱持压腕解脱—夹胸拖带—深水无阶梯单人上岸
- 跨步式入水—正面接近—背面颈部被抱持压腕解脱—双手托腋拖带—深水无阶梯单人上岸
- 跨步式入水—背面接近—背面颈部被抱持压腕解脱—夹胸拖带—深水无阶梯单人上岸
- 跨步式入水—背面接近—背面颈部被抱持压腕解脱—双手托腋拖带—深水无阶梯单人上岸
- 跨步式入水—侧面接近—背面颈部被抱持压腕解脱—夹胸拖带—深水无阶梯单人上岸

- 跨步式入水—侧面接近—背面颈部被抱持压腕解脱—双手托腋拖带—深水无阶梯单人上岸

第三组：

- 蛙腿式入水—正面接近—正面腰部被抱持解脱—夹胸拖带—深水无阶梯单人上岸
- 蛙腿式入水—正面接近—正面腰部被抱持解脱—双手托腋拖带—深水无阶梯单人上岸
- 蛙腿式入水—背面接近—正面腰部被抱持解脱—夹胸拖带—深水无阶梯单人上岸
- 蛙腿式入水—背面接近—正面腰部被抱持解脱—双手托腋拖带—深水无阶梯单人上岸
- 蛙腿式入水—侧面接近—正面腰部被抱持解脱—夹胸拖带—深水无阶梯单人上岸
- 蛙腿式入水—侧面接近—正面腰部被抱持解脱—双手托腋拖带—深水无阶梯单人上岸
- 跨步式入水—正面接近—正面腰部被抱持解脱—夹胸拖带—深水无阶梯单人上岸
- 跨步式入水—正面接近—正面腰部被抱持解脱—双手托腋拖带—深水无阶梯单人上岸
- 跨步式入水—背面接近—正面腰部被抱持解脱—夹胸拖带—深水无阶梯单人上岸
- 跨步式入水—背面接近—正面腰部被抱持解脱—双手托腋拖带—深水无阶梯单人上岸
- 跨步式入水—侧面接近—正面腰部被抱持解脱—夹胸拖带—深水无阶梯单人上岸
- 跨步式入水—侧面接近—正面腰部被抱持解脱—双手托腋拖带—深水无阶梯单人上岸

第四组：

- 蛙腿式入水—正面接近—背面腰部肘部同时被抱持解脱—夹胸拖带—深水无阶梯单人上岸
- 蛙腿式入水—正面接近—背面腰部肘部同时被抱持解脱—双手托腋拖带—深水无阶梯单人上岸
- 蛙腿式入水—背面接近—背面腰部肘部同时被抱持解脱—夹胸拖带—深水无阶梯单人上岸
- 蛙腿式入水—背面接近—背面腰部肘部同时被抱持解脱—双手托腋拖带—深水无阶梯单人上岸
- 蛙腿式入水—侧面接近—背面腰部肘部同时被抱持解脱—夹胸拖带—深水无阶梯单人上岸
- 蛙腿式入水—侧面接近—背面腰部肘部同时被抱持解脱—双手托腋拖带—深水无阶梯单人上岸
- 跨步式入水—正面接近—背面腰部肘部同时被抱持解脱—夹胸拖带—深水无阶梯单人上岸
- 跨步式入水—正面接近—背面腰部肘部同时被抱持解脱—双手托腋拖带—深水无阶梯单人上岸
- 跨步式入水—背面接近—背面腰部肘部同时被抱持解脱—夹胸拖带—深水无阶梯单人上岸
- 跨步式入水—背面接近—背面腰部肘部同时被抱持解脱—双手托腋拖带—深水无阶梯单人上岸
- 跨步式入水—侧面接近—背面腰部肘部同时被抱持解脱—夹胸拖带—深水无阶梯单人上岸

- 跨步式入水—侧面接近—背面腰部肘部同时被抱持解脱—双手托腋拖带—深水无阶梯单人上岸

第五组：

- 蛙腿式入水—正面接近—头发被抓解脱—夹胸拖带—深水无阶梯单人上岸
- 蛙腿式入水—正面接近—头发被抓解脱—双手托腋拖带—深水无阶梯单人上岸
- 蛙腿式入水—背面接近—头发被抓解脱—夹胸拖带—深水无阶梯单人上岸
- 蛙腿式入水—背面接近—头发被抓解脱—双手托腋拖带—深水无阶梯单人上岸
- 蛙腿式入水—侧面接近—头发被抓解脱—夹胸拖带—深水无阶梯单人上岸
- 蛙腿式入水—侧面接近—头发被抓解脱—双手托腋拖带—深水无阶梯单人上岸
- 跨步式入水—正面接近—头发被抓解脱—夹胸拖带—深水无阶梯单人上岸
- 跨步式入水—正面接近—头发被抓解脱—双手托腋拖带—深水无阶梯单人上岸
- 跨步式入水—背面接近—头发被抓解脱—夹胸拖带—深水无阶梯单人上岸
- 跨步式入水—背面接近—头发被抓解脱—双手托腋拖带—深水无阶梯单人上岸
- 跨步式入水—侧面接近—头发被抓解脱—夹胸拖带—深水无阶梯单人上岸
- 跨步式入水—侧面接近—头发被抓解脱—双手托腋拖带—深水无阶梯单人上岸

附件 14：高级游泳救生员模拟教学题签

- 讲解踩水技术
- 讲解抬头爬泳技术
- 讲解反蛙泳技术
- 讲解长划臂蛙泳潜远技术
- 讲解侧泳技术
- 讲解蛙腿式入水技术
- 讲解跨步式入水技术
- 讲解正面接近技术
- 讲解背面接近技术
- 讲解侧面接近技术
- 讲解双手托腋技术
- 讲解夹胸拖带技术
- 讲解深水无阶梯单人上岸技术
- 讲解深水无阶梯双人上岸技术
- 讲解“单手被双手抓握”解脱方法
- 讲解“背面颈部被抱持”解脱方法
- 讲解“正面腰部被抱持”解脱方法
- 讲解“背面腰部、肘部同时被抱持”解脱法
- 讲解“头发被抓”压掌推肘解脱法
- 讲解“头发被抓”压腕掰指解脱法
- 讲解心肺复苏与自动体外除颤器（AED）操作步骤及要点

附件 16：高级游泳救生员心肺复苏与自动体外除颤器（AED）的使用考核评分表

高级游泳救生员心肺复苏与自动体外除颤器（AED）的使用考核评分表

姓名	心肺复苏操作								自动体外除颤器（AED）操作							评估	分数	
	1. 判断意识				2. 开放气道		3. 人工呼吸	4. 胸外按压	5. AED 使用				6. AED 分析决策（一种可能）		7. AED 重新分析	8. 评估		
	环境安全（1分）	判断意识并呼救（2分）	判断呼吸（1分）	摆放体位（1分）	清理口腔（1分）	开放气道（1分）	口对口吹气（2分）	胸外按压（8分）	立即使用AED（4分）	打开电源（1分）	贴电极片（4分）	连接电源插头（1分）	分析心律（2分）	电击心律：除颤（8分）	不可电击心律：心肺复苏（8分）	AED重新分析（2分）	重新评估（1分）	1. 未完成全部考核流程 2. 操作程序错误 3. 胸外按压位置不正确 4. 未擦干胸部 (如有, 填写序号)

考评员签字：

日期： 年 月 日