香港女童軍總會
興趣章評核綱要
女童軍組

獨木舟領隊證

一、申請考核人資格:

- ＊ 年滿十六歲
- ＊ 持有水試証書或游泳章〔初階〕
- ＊ 在過去一年內有十二小時獨木舟練習
- ＊ 完成獨木舟許可証訓練課程

二、考核要求:

甲、 筆試

1. 地圖、海圖及指南針的認識
2. 個人及小組之旅程裝備
3. 有關風、潮汐及水流的認識
4. 海上緊急維修的知識
5. 懂得結紮下列各繩結: 鑽石結、馬賊結、猴子結，並能說明上述繩結在水上活動的用途

乙、 展示一日划舟旅程之配備，包括個人衣著、膠鞋及下列性能良好之裝備，並放置在適當的位置

1. 獨木舟、槳、防浪裙及救生衣
2. 修補工具
3. 急救用品
4. 禦寒膠袋
5. 後備衣物
6. 午餐及飲品
7. 拖繩（長度不得少於五米）
8. 緊急糧食
9. 哨子
10. 電筒
11. 地圖
12. 指南針
13. 收音機

香港女童軍總會
興趣章評核綱要
女童軍組

獨木舟領隊證

丙、技術測驗

1. 個人搬運艇隻
2. 上、落艇（瑪頭/沙灘/斜道）
3. 個人近岸清理艇隻
4. 靜止及行進間壓水平衡
5. 搖櫓式橫行
6. 靜止及行進間屋水平衡
7. 搖櫓式橫行
8. 搖櫓式平衡
9. 垂手式壓水急轉向
10. X 型拯救法
11. 泳者救艇法
12. 愛斯基摩拯救法

丁、 實習

在一名合格的獨木舟教練指導下，於一年內協助共十小時之獨木舟訓練/活動

注意：

持有香港獨木舟總會獨木舟中級証書，可向程序處申請資格轉換。