

地點	新竹 or 東北角, 3 小時	地點	新竹 or 東北角, 3 小時
學科 第一單元	<ul style="list-style-type: none"> * 潛水玩些什麼? 玩潛水為何要接受訓練? * 國際上的潛水組織及其架構. * 潛水社團的沿革與性質 * 潛水器材的功能/種類/品牌. * 玩潛水要花多少錢? 蘭嶼+Sipadan 潛水 Video 欣賞 * 潛水安全認知 與 醫療聲明書 簽署 	學科 第四單元	<ul style="list-style-type: none"> * 幻燈片, 影片 欣賞 * 潛水器材. * 學科, 術科 課程複習 * 風城潛旅 武功密笈
地點	新竹 or 東北角, 3 小時		
學科 第二單元	<ul style="list-style-type: none"> * 學員基本資料核對, 潛水裝備整備 * 分發 課程資料, 講義, 潛水日誌 * 潛水器材, 潛水通訊, 潛水物理學, 潛伴制度 * 學員自我介紹/學習動機 * 術科操作須知, 海洋實習操作須知 		
地點	新竹 or 東北角, 5 小時	地點	游泳池, 7~8 小時(視學員學習進度而定)
學科 第三單元	<ul style="list-style-type: none"> * 問題處理, 潛水健康, 潛水醫學 * 潛水計劃, 休閒潛水計劃表之查閱及使用. * 安全守則. * 潛水環境, 海洋生物, 危險性的海洋生物 	術科 第 2 週 (週六)	<ul style="list-style-type: none"> * 著裝練習; 潛水前安全檢查. * 面鏡脫著, 調節器尋回法. * 水底之水肺/配重帶脫著. 水中站立; * 備用氣源之使用, 共生呼吸. 吐氣練習. * 大量洩氣之處理, 浮游及呼吸管/調節器互換
地點	游泳池, 7~8 小時(視學員學習進度而定)	術科 第 1 週 (週六)	<ul style="list-style-type: none"> * 入水法; 下潛/上升方式. * 面鏡脫著; 水底與水面之水肺/配重帶脫著. * 共生潛游; 有控制的緊急游泳上升. * 水肺仰泳; 水底中性浮力. * 變化深度之潛游.
術科 第 1 週 (週六)	<ul style="list-style-type: none"> * 裝備調整. 潛水前安全檢查 * BCD 充排氣方法. * 水肺呼吸方式. 調節器排水法 * 面鏡進水排水法. * 調節器尋回法. 水底中性浮力之調整, 耳壓平衡. 	地點	東北角海洋實習, 5~6 小時(視學員學習進度而定)
	<ul style="list-style-type: none"> * 抽筋排除; 著裝; 呼吸管排水法. * 浮潛之面鏡排水與脫著. 水面中性浮力之調整 * 深水環境操作 及 蛙鞋之使用. * 入水法; 潛水法; 立泳法. 呼吸管浮游練習; * 仰泳. 水中站立; 深水區出水. 	海洋實習 第 2 週 (週日)	<ul style="list-style-type: none"> * 潛前重點提示. * 10M 深處實地操作, <u>水肺技巧評估</u>. * 指北針導航回岸 * 結訓學員水底觀光. 重裝備介紹, 裝備清洗
	<ul style="list-style-type: none"> * 浮游及立泳複習. 入水法. * 潛水法; 耳壓平衡. * 深水撿鉛塊. 三寶缺一. 深水區出水. * 淺深度之水肺潛水 	地點	新竹 or 東北角, 3~4 小時
地點	東北角海洋實習, 5~6 小時(視學員學習進度而定)	學科 第五單元	<ul style="list-style-type: none"> * 學科, 術科 課程複習 * 風城潛旅 武功密笈複習 * 學科評估 * 幻燈片, 影片 欣賞
海洋實習 第 1 週 (週日)	<ul style="list-style-type: none"> * 上/下岸 地點選擇, 動作講解與操作. * 海岸地況的認識, 水面中性浮力之調整 * 海洋實地操作各項浮潛技巧. * 利用潛水法撿拾物體. 水肺體驗, * 水肺基本技巧複習, 重裝備 裝卸/清洗 方法 * 指北針導航方法, <u>水性評估</u>. 		