

# 臺北市立大學附設實驗國民小學 109 學年度跳繩代表隊甄選簡章

## 一、團隊目的

- (一) 制度化推廣：培養本校學生跳繩專項運動興趣及能力。
- (二) 專業化訓練：聘請教育部跳繩專業教練施以系統化訓練。
- (三) 形塑運動家精神：培養刻苦耐勞之學習態度、團結互助之合作精神、勝不驕敗不餒之健全人格。
- (四) 參加教育主管機關舉辦之民俗體育競賽。

二、招生對象：本校 109 學年度升四~五年級學生。

三、訓練時間：(請提早 10 分鐘至訓練場組合長繩等器材)

星期	一	二	三	四	五
訓練時間	08:00   08:40	08:00   08:40	賽前將安排 下午加練 12:50   14:00	08:00   08:40	08:00   08:40 (中年級遇正課時間 不用練習)

四、訓練地點：活動中心四樓。

五、裝備：請自備毛巾、水壺，長繩由本校提供。

六、指導教練：教育部派駐臺北市弘道國中跳繩專業教練陳曉文教練。

七、參加賽事：

- (一) 臺北市政府教育局主管機關舉辦之競賽。
- (二) 臺北市民俗體育協會舉辦之競賽。

九、甄選條件：

甄選標準(基本體能測驗、術科測驗、教室常規表現)。

- 1. 基本體能測驗：測驗項目及評分標準依據教育部體適能常模獎章評分。
- 2. 術科測驗：一迴旋、二迴旋。

十、錄取名額：男生 15 名、女生 15 名 (得視報名人數及甄選情況，酌予增減)。

十一、報名時需繳交報名表，請於 6/30(二)16:00 前完成甄選資料填寫，繳交至課外活動組。

十二、甄選時間及地點：109 年 7 月 7 日(二)上午 08:00~08:40，活動中心四樓。

十三、錄取名冊將於 7/9(四)18:00 前公告於網路學校首頁上。

十四、負責單位及聯絡電話：學務處課外活動組 鍾老師 2311-0395 轉 825 或 827。

# 臺北市立大學附設實驗國民小學 109 學年度跳繩代表隊

## 甄選報名表

(請於 6/30(二)下午 4 點前交至本校課外組)

班級座號	年級	班	號
姓名			
生日	年	月	日
身份證字號			
<b>基本檢核資料</b>			
1. 是否有氣喘、心血管疾病？ ( <input type="checkbox"/> 否； <input type="checkbox"/> 是 症狀：_____)			
2. 是否有參加過校內外跳繩課程？( <input type="checkbox"/> 否； <input type="checkbox"/> 是 學習時間 <input type="checkbox"/> 半年 <input type="checkbox"/> 一年 <input type="checkbox"/> 一年以上)			
<b>家長同意欄</b>			
<p>知悉並同意本人子弟參加附小跳繩代表隊甄選之事。若甄選通過將協同校方督導代表隊員應有之學習態度。</p> <p>一、練習不遲到。</p> <p>二、恪遵紀律：嚴守練習場安全規定，配合教練教學流程。</p> <p>三、體能訓練：維持良善體適能，持續精進至體適能金質獎程度。</p> <p>四、基本學力課業：訓練之餘仍完善課業，不遲交作業</p> <p>五、遵守導師規定：班級常規需符合導師一切規定。</p> <p>六、服從教練每次賽前參賽人員組合甄選(參賽選手名單安排標準如下)</p> <p>(一)賽前公開公平之模擬賽積分測試。40%</p> <p>(二)日常出缺席情況。20%</p> <p>(三)日常學業表現。20%</p> <p>(四)日常練習勤奮態度。20%</p> <p style="text-align: right;">家長簽名：_____</p>			
<b>教師同意欄</b>			
<p>知悉並同意班級學生參加附小跳繩代表隊甄選之事。</p> <p style="text-align: right;">導師簽名：_____</p>			

學生\_\_\_\_\_感謝 導師及家長的支持與鼓勵，若甄選通過將會認真

刻苦耐勞的學習，謹記教練的指導，為自己、為家人、為學校爭取最高榮譽!

學生\_\_\_\_\_敬上