

臺北市立大學附設實驗國民小學 110學年度田徑隊培訓暨校隊甄選辦法

壹、目的

- 一、公開、公平選拔學校田徑隊員，參加臺北市國小運動會。
- 二、活潑校園運動風氣，增進學生對田徑運動的興趣，提昇學童體適能。
- 三、提供課外學習舞臺，發掘學童運動潛能，展現多元智慧與自信。

貳、甄選資格

- 一、本校五年級學生。
- 二、健康情形良好；獲得家長同意與支持；願意與隊友發揮團隊合作精神；能吃苦耐勞、堅定信心、認真學習，為校爭光者。

參、甄選期程，採兩階段甄選

第一階段培訓甄選，訂於110年3/23(二)，3/26(五)、上午07:40舉行。

第二階段校隊甄選，於110學年度開學後辦理校隊甄選；體育課測驗成績優異者，由教練團逕行徵召。

肆、測驗內容：100公尺短跑、坐姿體前彎、立定跳遠。(另將參酌校慶運動會成績。)

- 競走隊項目，參酌校慶運動會耐力跑競賽及體育課800M測驗成績。
- 鉛壘球、跳高項目，參酌校慶運動會及體育課測驗成績。

伍、第一階段測驗時間

110年3/23(二)，3/26(五)、早上7:40至8:45施測。

陸、第一階段甄選名額

- 1、擇優錄取男、女生各約6~10名。
- 2、擇優錄取培訓選手；於110學年度校隊甄選測驗通過，始准錄取為正式校隊選手。

柒、報名時間

即日起，至110年3月23日(星期二)上午7:40前，報名表繳交至體育辦公室。

捌、師資

由學務處敦聘本校體育老師，並邀請田徑專長教練，共同義務免費指導。

玖、訓練內容

運動員禮儀、運動技術與規則、體能訓練、動靜態伸展操、馬克操、運動傷害預防與保護觀念、實戰參加田徑相關競賽…等。

拾、基本規範

- 一、須努力課業、遵守學校規範，作為全校同學的楷模。
- 二、訓練期間須遵守指導，除不可抗力之理由外，不得任意缺席或遲到早退；若有嚴重違規者，取消其校隊資格。
- 三、擔任校隊期間之表現，隨時提報級科任老師作為學習表現成績之參考。
- 四、認真學習、表現優異者，始可代表學校參加比賽。

拾壹、集訓時間

- 一、平日：每週一、二、四、五，上午 7：50~8：40 為主要練習時間（不影響班級正課。）；9 月開學後，提早到 07:30 開始練習。
 - 二、課後加練：9 月下旬起，視實際練習需要，得於課餘時間加強練習；唯加練須經教練團、級任老師及學務處共同商議後確定，並徵求家長同意後實施。
 - 三、賽事安排：除臺北市國小運動會之外；將視訓練進度，報名參加田徑協會相關競賽，以增加選手經驗；寒假將安排集訓，集訓計畫另行通知。
 - 四、臺北市西區運動會(11 月底)：前八名，將參加臺北市國小運動會(3 月初)。
 - 五、臺北市國小運動會(3 月初)：個人賽前三名，將代表北市進軍全國賽(5 月)。
- 拾貳、經甄選為正式隊員後，視練習成績及表現，報名參加單項協會相關比賽及臺北市教育局所主辦之臺北市國小西區及臺北市國小運動會。

拾參、本辦法核可後實施。

附件：報名表

臺北市立大學附小 110 學年度田徑校隊選手甄選報名表

報 名 表			
班 級	_____年_____班	姓 名	No :
生 日	_____年_____月_____日		
參加組別	<input type="checkbox"/> 田徑（男生） <input type="checkbox"/> 田徑（女生）		
參考成績	校慶成績：		其他：
家長 同意	茲同意學生_____參加北市大附小田徑校隊的練習及比賽活動，並保證在練習和比賽期間，遵守團體紀律，樂意接受教練之訓練及指導。		
	家長簽名：_____		
聯絡電話			
學生健康 情 形			
導師同意	導師簽名：_____		

*報名表填妥後，請於 110 年 3 月 23 日（星期二）上午 07:40 前至體育老師辦公室報名。