

# 臺 北 市 立 大 學 附 設 實 驗 國 民 小 學

## 1 0 9 年 度 田 徑 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：

第一階段甄選，訂於 109 年 3/19(四)，3/20(五)、上午 07:40 舉行；

第二階段甄選，109 學年度開學後辦理，於體育課實施測驗；將參酌第一階段甄選成績，由教練團徵召。

### 肆、甄選內容

- 1、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。)
- 2、競走隊項目，將參酌校慶運動會及體育課 800M 測驗成績。
- 3、鉛壘球項目，將參酌校慶運動會及體育課測驗成績培訓。

### 伍、甄選時間

109 年 3/19(四)，3/20(五)、早上 7：40 至 8：45 施測。

### 陸、甄選名額：

- 1、擇優錄取正選，男、女生各約 6~10 名。
- 2、擇優錄取培訓選手數名；於 109 學年度測驗通過，始准錄取為正選。

## 柒、報名時間

即日起，至 109 年 3 月 19 日（星期四）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 7：40~8：40 為主要練習時間。（不影響班級正課。）
- 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：除台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，將參加全北市國小運動會(3 月上旬)。
- 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全市聯合運動會。

拾參、本辦法核可後實施。

