

114 學年度第一學期青溪國小游泳培訓隊招生簡章

一、目的：

- (一)培養學生運動習慣
- (二)發掘優秀體育人才
- (三)施予專業訓練，參賽獲得佳績

二、對象:國小一至五年級(無重大疾病者如心臟、癲癇等)

三、報名時間:至 114 年 9 月 8 日截止，報名一律採 QRcode 線上報名，逾期不受理。

四、甄選地點:本校游泳池

五、甄選時間:本校學生於 114 年 9 月 9 日(二)上午 07:30，至本校游泳池進行報到測驗(不另行通知)。外校生於 114 年 9 月 9 日(二)下午 16:30 至本校游泳池進行報到測驗(不另行通知)。

六、甄選結果:於 114 年 9 月 10 日(三)公告於學校官網，於 114 年 9 月 11 日(四)第一次正式訓練，報到當日如無法前往請撥電話至青溪國小學務處告知，否則將視同放棄資格。

七、特別注意培訓隊報名不繳費，測驗入選後才通知繳費。

八、費用說明:每月 2000 元。

九、訓練時間(如下表)

(寒、暑假及國定假日等可能調整訓練時間，會於每月另行通知)

星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
07:00-08:30	07:00-08:30	07:00-08:30	07:00-08:30	07:00-08:30	7:30-9:30
16:00-18:00	16:00-18:00	彈性休息	16:00-18:00	16:00-18:00	

【歡迎全校孩子踴躍報名】

【相關測驗及訓練規定如後示】



本校生請掃 ↑



外校生請掃 ↑

游泳培訓隊甄選項目暨校隊訓練規定

對象	1. 就讀國民小學一至五年級學生。
甄選資格	1. 學會四式任一式 2. 完成四式蝶、仰、蛙、自 50M。 3. 曾參加各區游泳選拔賽。 4. 曾參加各運動中心或泳池舉辦游泳賽事。
測驗項目	50 公尺自由式踢腿 50 公尺自由式 50 公尺仰式 50 公尺蛙式 50 公尺蝶式 1 分鐘仰臥起坐(核心肌群能力) 坐姿體前彎(柔軟度)
成績公告 及入選報到	1. 甄選結果公告於青溪國小官網。 2. 入選者於訓練時間至本校游泳池找專任教練報到填寫基本資料。 3. 報到當日攜帶泳具，穿布鞋以便下水前熱身陸上訓練。 4. 報到當日如無法前往請撥電話至青溪國小學務處告知，否則將視同放棄資格。
訓練規定	1. 一週遲到兩次或無故未到一次。 2. 未能準時掌控好換裝時間，不遵守教練規定，屢勸不聽者。 3. 在泳池嘻笑打鬧，對師長不禮貌者，屢勸不聽者。 4. 不遵守泳池安全規定，有傷害或影響其他學員情況者。 5. 另定期將進行全隊測驗一次，各隊員如未能達到教練所規定之成績標準或未參加測驗，將由教練考評訓練表現及生活常規等綜合考量， <u>是否達到繼續參與訓練資格。</u> 6. 其他未訂事宜由學校游泳委員會討論後實施。 7. 培訓社團費用： <u>每月\$2000 每次酌收 6 個月費用(3 月~8 月)(9 月~隔年 2 月)包含寒、暑假</u> ，按學校社團報名系統時程每學期初繳費，晉升泳隊後無需繳費。 8. 培訓隊為常態性訓練團隊如請假或學期間自行退出不另外退費 9. 報名參加培訓隊學生，請家長自行負責接送，並注意其往返之安全及返家時間，勿讓孩子在校長時間逗留。 10. 培訓隊訓練時間，請家長於校外等待，於校門口接送孩子 11. 訓練期間因遲到、早退、缺席或請假者不予補課。 12. 報名參加之學生必須遵守訓練之規則，嚴重違規且勸告不聽者則經教練團評議後得令其退隊。