

115 學年度第一學期

青溪國小游泳培訓隊招生簡章

培養運動習慣 | 發掘體育人才 | 提供專業訓練

一 招生對象

國小一至四年級學生，且無心臟疾病、癲癇或其他不適合從事游泳訓練之重大疾病。

二 報名方式

報名截止	即日起至 115 年 9 月 4 日（星期五）
報名方式	一律掃描下方 QR Code 線上報名，逾期不受理。
繳費提醒	報名時不繳費；甄選錄取後再依通知繳費。
 外校學生報名  本校學生報名	

三 甄選與錄取

甄選地點	青溪國小游泳池
本校學生	115 年 9 月 8 日（星期二）上午 7:30 報到測驗
外校學生	115 年 9 月 8 日（星期二）下午 4:30 報到測驗
錄取公告	115 年 9 月 10 日（星期四）公布於青溪國小官方網站

※請依表定時間直接至游泳池報到，學校不另行通知。

四 正式訓練、費用與報到

第一次正式訓練：115 年 9 月 11 日（星期五）。無法出席者請事先致電青溪國小學務處；未請假且未到者視同放棄。

訓練費用：每月新臺幣 2,000 元，每次收取 6 個月費用，共 12,000 元（9 月至翌年 2 月，含寒假）。

五 每週訓練時間

時段	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
上午	7:00-8:30	7:00-8:30	7:00-8:30	7:00-8:30	7:00-8:30	7:30-9:30
下午	16:00-18:00	16:00-18:00	彈性休息	16:00-18:00	16:00-18:00	—

※寒、暑假及國定假日之訓練時間可能調整，將於每月另行通知。

游泳培訓隊甄選項目暨訓練規定

請家長與學生詳閱，完成報名即視為同意配合下列規定

一 甄選資格與能力參考

- 就讀國民小學一至四年級。
- 具備蝶式、仰式、蛙式或自由式其中一式的基本能力。
- 可完成蝶式、仰式、蛙式及自由式各 50 公尺者。
- 曾參加區域游泳選拔賽、運動中心或游泳池舉辦之游泳賽事者。

二 甄選測驗項目

- | | |
|--------------|--------------------|
| ➤ 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） | ➤ 依現場狀況進行綜合評估 |

三 成績公告與入選報到

1. 甄選結果公告於青溪國小官方網站。
2. 入選者請依訓練時間至本校游泳池向專任教練報到並填寫基本資料。
3. 報到當日請攜帶完整泳具，並穿著布鞋，以便進行下水前的陸上熱身訓練。
4. 無法於報到日出席者，請事先致電青溪國小學務處；未請假且未到者視同放棄。

四 訓練與退費規定

1. 應準時參與訓練；一週遲到兩次或無故缺席一次者，將列入訓練表現考評。
2. 應掌握換裝時間並遵守教練指導；屢勸不聽者將列入考評。
3. 不得在泳池嘻笑打鬧，並應尊重師長及隊友。
4. 應遵守泳池安全規定，不得有傷害或影響其他學員之行為。
5. 全隊將定期進行測驗；若未達教練所訂標準或年級排名，將綜合訓練表現與生活常規，評估是否繼續參訓。
6. 費用每月 2,000 元，每次收取 6 個月（3 月至 8 月／9 月至翌年 2 月），包含寒、暑假；依學校社團報名系統時程於學期初繳費，晉升泳隊後無須繳費。
7. 培訓隊為常態性訓練團隊；請假或於學期間自行退出者，不另行退費。
8. 學生由家長自行負責接送，並注意往返安全與返家時間，請勿讓孩子長時間留校。
9. 訓練期間家長請於校外等候，並於校門口接送孩子。
10. 因遲到、早退、缺席或請假而未參與之課程，不另行補課。
11. 嚴重違反訓練規定且經勸導未改善者，教練團得評議令其退隊。
12. 其他未盡事宜，由學校游泳委員會討論後實施。

歡迎喜愛游泳、願意接受規律訓練的孩子踴躍報名！