

青溪國小游泳培訓隊招生簡章

各位親愛的家長您好

首先在這感謝您對青溪國小游泳隊的支持，因為有您與孩子的參與使青溪國小泳隊得以日漸壯大，目前泳隊由本校體育署專任運動教練黃詩婷教練指導，培訓隊特聘請中華民國 B 級游泳教練-許耿豪教練協助指導。

為了讓青溪國小游泳培訓隊能夠更加精進，除了在小朋友一般學期中的體育教學外，本校將朝三級訓練(游泳夜間社團→甄選游泳培訓隊→游泳校隊)方式進行，游泳培訓社團需繳費，為讓有志於游泳的孩子能夠在合理的制度下，經由我們專業教練的協助下能有較佳的動作發展與追求更好的成績，培養運動成績、品行優良兒童。特將培訓社團作以下說明：

【游泳培訓隊】從一到三年級的小朋友開始招募，採自願甄選或老師推薦方式進入游泳培訓，需收費，預計徵選 **15 名學員** (一年級採游泳推廣階段做總員額的控管，不計成績，升三年級後，需進行校隊測驗)，四到六年級游泳課程高階班也可報名參加甄選，且需配合學校規定事項進行游泳學習(相關規定如後所示)。

➤ 訓練時間

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	

➤ 報名時間與辦法

- 一、報名方式：請上掃描 QRcode，線上報名
- 二、線上報名時間：**即日起~9/6(五)12:00**(報名一律採線上報名)(9/6 網路公告報名甄選名單)。
- 三、甄選日期 9/9(一)上午 7:30 本校游泳池門口集合。
- 四、測驗結果 9/10(二)公告至校內網站 9/12(四)為第一次訓練。
- 五、**特別注意**培訓隊報名不繳費!測驗入選後才進行繳費。



【歡迎全校孩子踴躍報名】

游泳培訓隊甄選項目暨校隊訓練規定

對象	1. 就讀國民小學一至六年級學生。
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. 入選者於隔日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進入各年級排名，將由教練考評訓練表現及生活常規等綜合考量，是否達到繼續參與訓練資格。 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\$1200 每次酌收 6 個月費用(3 月~8 月)(9 月~隔年 2 月)包含寒、暑假，教練費、隊服以及參賽費用等</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強制退出該團隊。