

臺北市大安區金華國小 113 學年度南區運動會比賽選手選拔實施計畫

壹、主旨：為倡導學校運動風氣，選拔績優選手代表本校參加臺北市國民小學南區運動會，藉由擴大參與、激勵選手，以提升校內運動競技水準，進而爭取學校榮譽。

貳、主辦單位：本校學務處。

參、協辦單位：本校體育教師團隊

肆、測驗日期：

一、田徑項目：113 年 9 月 25 日（三），待報名結束再個別通知施測時間。如有增加其他時段，另行通知。

二、游泳項目：113 年 9 月 25 日（三），待報名結束再個別通知施測時間。如有增加其他時段，另行通知。

伍、測驗地點：本校操場(田徑)、本校泳池(游泳)。

陸、報名資格：

一、本校三至六年級在學學生。

二、為讓選手掌握參賽之競爭標準，建議可參考上一學年度南區運動會之第 8 名成績(如附件一)。

柒、報名辦法：

一、即日起 113 年 9 月 23 日(星期一)16:00 止，逾期不予受理。(請逕至本校網頁下載 (<http://www.cups.nss.tp.edu.tw/>)或至本校體育組索取紙本報名表。

二、報名表填寫完畢後，請於期限前直接繳至學務處體育組，完成報名手續。

三、報名期限結束後，恕不受理新增報名或報名項目修改。

捌、測驗組別：依報名實際情形編組，游泳甄選將視報名人數及場地使用進行混齡及混項分組。

玖、測驗項目：

依當學年度南區比賽競賽規程個人賽項目為準，項目如下：

(一) 游泳

組別	項	目
男生組	50 公尺自由式、蛙式、仰式、蝶式	
	100 公尺自由式、蛙式、仰式、蝶式	
	200 公尺自由式、混合式	
女生組	50 公尺自由式、蛙式、仰式、蝶式	
	100 公尺自由式、蛙式、仰式、蝶式	
	200 公尺自由式、混合式	

(二) 田徑

組別	種類	項	目
男生組	田賽	跳高、跳遠、壘球擲遠、推鉛球	
	徑賽	60 公尺、100 公尺、200 公尺、3000 公尺競走	

組別	種類	項 目
女生組	田賽	跳高、跳遠、壘球擲遠、推鉛球
	徑賽	60 公尺、100 公尺、200 公尺、3000 公尺競走

拾、選拔辦法：

一、游泳：

- (一) 每人至多報名 2 項單項，有意參加選拔者，請自選專長項目報名。
- (二) 報名時請於報名項目內填入**個人最優成績**為參考，一律參加現場檢測。如希望免測，則必須提供該報名項目之公開盃賽（賽事採計**113 年度**游泳比賽成績；比賽場地須配合南區運動會比賽場地，規格為標準**25M 游泳池**）最優成績證明。

- ##### 二、田徑：
- 每人至多報名 2 項單項，有意參加選拔者，請自選專長項目報名。如希望免測，則必須提供該報名項目之公開盃賽（賽事採計**113 年度**田徑比賽成績；比賽場地須配合南區運動會比賽場地，規格為標準**400M 田徑場**）最優成績證明。

三、本測驗採用計時決賽，所有項目均不另舉行預賽。

四、現場測驗併採全程錄影方式，避免爭議時可有所參酌，規則有明文規定者，現場由裁判依規則之判決為終決；規則無明文規定者，由學校代表判決之，其議決為終決。

五、測驗結果由學務處依據該單項正式測驗之成績排序，提出本學年度南區運動會田徑及游泳之建議出賽名單，另於校內會議討論議決。

拾壹、注意事項：

- 一、凡甄選錄取代表本校參加南區運動會之選手，係於校外接受專屬個別(團體)指導訓練者，為確保選手持續保持訓練效益，應於學校通知入選後一週內提交相關訓練計畫或期程，俾於學務處掌握選手練習情形。
- 二、代表本校參加臺北市國民小學南區運動會榮獲各項比賽前 8 名選手，為爭取學校榮譽，一律參與北市小學運動會，不得棄權，違者下一學年度不得代表學校參賽。
- 三、為維護裁判的權益及運動家精神與良好的身教示範，凡測驗中參加選手若有違反運動精神，侮辱裁判或妨礙測驗進行之行為者，則主辦單位得終止其後所有參賽項目。
- 四、田徑、游泳各項目最終代表出賽報名名單，由學校體育教師團隊及游泳、田徑教練團依據測驗成績排序後召開會議共同議決，並簽陳校長核定。未有學生報名測驗之單項項目，為爭取學校榮譽，逕由校內體育校隊(田徑、游泳)推薦參賽人選，並由上述會議確認之。
- 五、上述游泳接力項目出賽名單，由學校依據選手報名之意向，後續於比賽前進行測試，再參考實際賽程個人單項的休息時間，整體考量後以為接力出賽名單排序之參考。

拾貳、本計畫陳校長核可後實施，修正時亦同。

臺北市大安區金華國小 113 學年度 南區運動會比賽選手/田徑/項目選拔 測驗參考標準

參照依據：112 學年度南區田徑賽各項第 8 名成績

組 別	項 目	參 賽 最 低 標 準
男生組	60 公尺	9 秒 13
	100 公尺	14 秒 26
	200 公尺	29 秒 36
	3000 公尺競走	22 分 08 秒 10
	跳高	1.25 公尺
	跳遠	3.63 公尺
	壘球擲遠	33.63 公尺
	推鉛球	7.71 公尺
女生組	60 公尺	9 秒 09
	100 公尺	15 秒 05
	200 公尺	31 秒 94
	3000 公尺競走	21 分 56 秒 38
	跳高	1.20 公尺
	跳遠	3.73 公尺
	壘球擲遠	29.24 公尺
	推鉛球	6.61 公尺

臺北市大安區金華國小 113 學年度 南區運動會比賽選手/游泳/項目選拔 測驗參考標準

參照依據：112 學年度南區游泳賽各項第 8 名成績

組 別	項 目	參 賽 最 低 標 準
男生組	50 公尺自由式	35 秒 12
	50 公尺蛙式	45 秒 36
	50 公尺仰式	40 秒 71
	50 公尺蝶式	42 秒 95
	100 公尺自由式	1 分 18 秒 02
	100 公尺蛙式	1 分 34 秒 92
	100 公尺仰式	1 分 24 秒 23
	100 公尺蝶式	1 分 33 秒 99
	200 公尺自由式	2 分 58 秒 05
	200 公尺混合式	3 分 03 秒 62
女生組	50 公尺自由式	35 秒 83
	50 公尺蛙式	46 秒 08
	50 公尺仰式	43 秒 43
	50 公尺蝶式	44 秒 53
	100 公尺自由式	1 分 24 秒 98
	100 公尺蛙式	1 分 36 秒 57
	100 公尺仰式	1 分 29 秒 00
	100 公尺蝶式	1 分 55 秒 03
200 公尺自由式	3 分 17 秒 73	
200 公尺混合式	3 分 26 秒 46	

臺北市大安區金華國小 113 學年度南區運動會選手選拔 報名表

姓名		性別		班級	年 班	
電話	(H)	手機號碼				
個人專長項目	游 泳	自由式	<input type="checkbox"/> 50M (最優成績:) <input type="checkbox"/> 證明(須配合南區標準 25m 池) <input type="checkbox"/> 100M (最優成績:) <input type="checkbox"/> 證明(須配合南區標準 25m 池) <input type="checkbox"/> 200M (最優成績:) <input type="checkbox"/> 證明(須配合南區標準 25m 池)			
		仰 式	<input type="checkbox"/> 50M (最優成績:) <input type="checkbox"/> 證明(須配合南區標準 25m 池) <input type="checkbox"/> 100M (最優成績:) <input type="checkbox"/> 證明(須配合南區標準 25m 池)			
		蛙 式	<input type="checkbox"/> 50M (最優成績:) <input type="checkbox"/> 證明(須配合南區標準 25m 池) <input type="checkbox"/> 100M (最優成績:) <input type="checkbox"/> 證明(須配合南區標準 25m 池)			
		蝶 式	<input type="checkbox"/> 50M (最優成績:) <input type="checkbox"/> 證明(須配合南區標準 25m 池) <input type="checkbox"/> 100M (最優成績:) <input type="checkbox"/> 證明(須配合南區標準 25m 池)			
		混 合 式	<input type="checkbox"/> 200M (最優成績:) <input type="checkbox"/> 證明(須配合南區標準 25m 池)			
	參與接力意願	<input type="checkbox"/> 否 <input type="checkbox"/> 是(以下可複選) <input type="checkbox"/> 4*50M 自由式接力 <input type="checkbox"/> 4*50M 混合式接力 <input type="checkbox"/> 4*50M 男女混接自由式 <input type="checkbox"/> 4*50M 男女混接混合式 ◎凡經甄選錄取的單項選手，表達有意願參與接力為校爭取榮譽者，學務處將視需求，另於比賽前排定測試，再參考實際賽程個人單項的休息時間，整體考量以為接力出賽名單排序之參考。				
	田 徑	田 賽	<input type="checkbox"/> 跳高 (最優成績:) <input type="checkbox"/> 證明(須為 113 年比賽成績) <input type="checkbox"/> 壘球擲遠 (最優成績:) <input type="checkbox"/> 證明(須為 113 年比賽成績) <input type="checkbox"/> 跳遠 (最優成績:) <input type="checkbox"/> 證明(須為 113 年比賽成績) <input type="checkbox"/> 推鉛球 (最優成績:) <input type="checkbox"/> 證明(須為 113 年比賽成績)			
		徑 賽	<input type="checkbox"/> 60 公尺 (最優成績:) <input type="checkbox"/> 證明(須為 113 年比賽成績) <input type="checkbox"/> 100 公尺 (最優成績:) <input type="checkbox"/> 證明(須為 113 年比賽成績) <input type="checkbox"/> 200 公尺 (最優成績:) <input type="checkbox"/> 證明(須為 113 年比賽成績) <input type="checkbox"/> 3000 公尺競走 (最優成績:) <input type="checkbox"/> 證明(須為 113 年比賽成績)			
	※報名注意事項： 一、報名資格： (一)本校三至六年級在學學生。 (二)為縮短競賽時程及維護競賽安全，欲報名游泳及田徑參賽選手可參考選拔標準(附件一)。 二、報名辦法： (一)即日起至 113 年 9 月 23 日(星期一)16:00 止 ，逾期不予受理。請逕至本校網頁下載 (http://www.cups.nss.tp.edu.tw/) 或至本校體育組索取紙本報名表。 (二)報名表填寫完畢後，請於期限前直接繳至學務處體育組，以完成報名手續。 (三)報名期限結束後，恕不受理新增報名或報名項目修改。 三、田徑及游泳每人至多各報名 2 項單項，有意參加選拔者，請自選專長項目報名。					
	導師簽名				家長簽名	