建國國小113學年第一學期(含暑期)游泳培訓隊選拔計畫

1. 主旨：發展本校游泳運動，培養團隊精神，促進青少年身心健康及提昇運動技術水準，並選拔優秀選手參加暑期與第一學期游泳培訓隊。
2. 主辦單位：學務處。
3. 選拔地點：本校游泳池。
4. 選拔對象：游泳培訓隊人員。
5. 組別：男生組、女生組。(一至六年級)
6. 競賽項目：50m自由式
7. 選拔時間：113年6月21日(星期五) -上午7時30分。
8. 報名方式：網路表單報名。<https://forms.gle/DZDk5y3hbZxKm1zT7>
9. 競賽規程：
10. **參加選拔標準參考：**中年級1分30秒，低年級教練擇優錄取。
11. **依選拔賽的成績選取培訓隊名單，錄取隊員另行通知。**
12. 此次比賽不跳水，直接蹬牆出發。
13. 暑假訓練開始時間：

 (1)7月1日(星期一)至8月30日(星期五)；週一至週五每天早上7點至9點，下午4點至6點，每日4小時。

 (2)上學期練習開始時間：每天早上7:00-8:30，下午4:00-6:30，詳細時間開學前另行通知。

1. 入選資格及義務：
2. **正式校隊-正式校隊名單以市運選拔入選名單為主，每週至少參加8次練習。**
3. 培訓隊-一、二年級可以拿取浮具進行考試，能完成50公尺測驗且中途不落地，經教練擇優，參加人員需遵守下學期練習期間至少每週需出席上午3 天及下午 3 天以上練習者。
4. 備註：
5. 儲訓隊訓練費用:每個月約2000元左右(詳細金額會在社團上公告)；上學期4個多月，約8000元左右。
6. 有關儲訓隊中途退費之相關規定，依本校社團辦法辦理。
7. 定期考試前一週暫停練習。

13.有不清楚地方，請洽巧克力教練0920-652-958或邱老師0981-123-394