

國立竹科實中國小部羽球隊甄選實施計畫

- 一、招收對象：本校國小部 1.2 年級學生，願意全力配合團隊且能夠代表學校參加比賽者。(身體欠佳者，例如有心臟疾病等不宜劇烈運動者，請勿報名)。
- 二、招收名額：男、女生數名，視球員甄選狀況而定。
- 三、報名：即日起開始報名，有意者請將報名表繳交至第一辦公室張文怡老師。
- 四、師資：(一)校內指導老師：張文怡老師。(分機 362)
(二)外聘專任教練：陳永祥、許子羚、楊芃建、蕭辰珊教練。
- 五、費用：測試期間無須繳費，待測試通過後，繳納學期訓練費。學期間及寒暑訓不論參加訓練時間多寡，均依外聘教練訓練時數，全隊均攤統一收費。
- 六、甄選方式：學生參加球隊訓練 1 個月，依據學生出缺席狀況、運動技能學習態度及表現、班上學習狀況、作業繳交情形…等，評估是否通過測試，如學生表現狀況不理想，會斟酌提早結束測試。
- 七、退隊機制：如學生加入球隊後，表現不理想，會提早告知家長，若無法改善，將於每學期結束或寒暑訓結束後請學生退隊。
- 八、訓練時間及地點：

	星期一	星期二	星期四	星期五	星期六
早上 7:30-8:30	○	○	○	○	
	新體育館	新體育館	◎沒下雨：大操場 ◎下雨：新體育館	新體育館	
中午 12:40-13:20	○	○	○	○	
	活動中心	活動中心	活動中心	活動中心	
放學後 16:30-18:30	○		○		
	活動中心		活動中心		
下午 14:00-17:00					○
					活動中心

九、練習需準備物品：

- (一)羽球拍
- (二)依當天練習次數準備替換衣物，如：星期一練習三次，準備 3 件替換衣物。
- (三)水壺
- (四)跳繩

(背面尚有常見問題 Q&A)

十、常見問題 Q&A

◎請問訓練時段只參加 07:30-08:30(或少部分時段)可以嗎？

1. 低年級因半天課，中午及放學時段較不易配合練習，可先參與測試，待小朋友通過測試後，未來再調整小朋友安親班等狀況，增加訓練時間。
2. 羽球為個人競技運動，需投入大量時間及精力，也需家長花時間陪伴(未來開始參賽時)，如投入時間過少，會花錢花時間又沒有成果，如願意全心投入羽球隊大家庭，小朋友學到的會是一輩子能帶著走能力(未來高中多元入學或許也能有幫助)。
3. 羽球隊不分學期或寒暑假，全體均需繳費且費用一致，未參與練習或練習時間少也收取全額費用，請家長斟酌。

◎請問羽球拍有指定嗎？要買那一種呢？

建議購買碳纖維的球拍，不要使用鐵拍或鋁拍。球拍可以自行購買，或加入校隊後跟校隊一起團購(羽球 DEFI 廠商有贊助校隊，價格優惠)。

◎請假直接在群組請假，並敘明原因：

請假範例：

文怡老師、教練好，小明因發燒，今天練習(早、午、放學後)請假，謝謝

(備註：如因身體部位受傷或痠痛，尚有其他項目可以進行練習，請小朋友找老師或教練評估後，如確實有請假必要才請假。)

◎小朋友不知道新體育館跟活動中心在哪裡，有人可以協助嗎？

請家長加入測試生群組後，提出需求，我們會請學長姐到小朋友班級，帶小朋友前往練習地點，直到小朋友記得路能自行前往。

◎早上練習可以直接背書包去練習嗎？

不行，請小朋友提早到校，進教室交作業及抄完聯絡簿後，才前往練習，避免回教室後跟不上教室的節奏，下課無法休息需補交或補抄，影響後續學習品質。

國立竹科實中國小部羽球隊隊甄選報名表

班 級	年 班	姓 名	
聯繫家長姓名		手 機	
家長同意書			
茲同意子女參加羽球隊甄選，遵守球隊規定並配合訓練。			
家長(或監護人)簽名：			
中 華 民 國	1 1 3	年	月 日
導 師 簽 名			

-----回 條 請 撕 下-----

親愛的家長您好：

歡迎貴子弟參加羽球隊測試，以下事項請家長協助配合：

- 1、請掃描下方 QR-CODE，加入羽球隊測試生群組。
- 2、加入後請自我介紹
 - (1) 測試學生班級、姓名
 - (2) (我是學生的)的爸爸/媽媽
 - (3) 開始參加測試的日期(請家長告知導師學生開始測試日期，並繳回甄選報名表後，即可開始 1 個月的測試)
 - (4) 說明小朋友參與測試的時間，方便教練掌握學生動向(例：每週一四放學後因有安親班無法練習)
- 3、如有其他事項需跟文怡老師或教練聯繫，可直接透過測試生群組溝通。

