

天母國小排球高年級代表隊甄選

本校四年級學生可報考甄選，男女排各正取 12 人，備取至多 3 人。正取者為排球隊五六年級代表隊當然正式隊員。未考取正式代表隊仍可選擇報名參加進階練習、參與社團期末冰淇淋和巧克力盃。

代表隊需配合事項：

- 1.需配合代表隊練習時間參與練習(男排三六、女排一六、寒暑訓、晨練)。
- 2.需購代表隊全套裝備(社服、高年級團服、隊服兩套、隊外套、隊背包、隊襪)。
- 3.代表隊員照片需同意授權於天小排球社粉專、後援會使用（比賽記錄、宣傳海報製作等）。
- 4.需配合參加代表隊校外正式比賽，若比賽賽程與其他運動團隊衝突，需以排球為主，另建議高年級校隊組孩子能專心選擇一運動團隊發展，非排球隊時間參加社團當然無妨。若比賽時間衝突，不論選擇哪邊都對另一團隊形成傷害；若無賽程上的衝突，但高強度連續出賽，也怕孩子容易受傷，懇請家長理解。

正式甄選日期地點：

2025/05/15(四) 7:30~8:30

於活動中心 4 樓球場進行甄選測驗(請提早到達準備熱身)

測驗項目

1. 球場 8 公尺 X3 次折返跑(20 分)

每人 1 次機會，球場兩端邊線連續折返跑三趟，若漏踩邊線一次成績+0.5 秒。

男生成績參考對照表

成績(秒)	得分	成績(秒)	得分	成績(秒)	得分	成績(秒)	得分
6.20 以內	20	6.61-6.70	15	7.11-7.20	10	7.61-7.70	5
6.21-6.30	19	6.71-6.80	14	7.21-7.30	9	7.71-7.80	4
6.31-6.40	18	6.81-6.90	13	7.31-7.40	8	7.81-7.90	3
6.41-6.50	17	6.91-7.00	12	7.41-7.50	7	7.91-8.00	2
6.51-6.60	16	7.01-7.10	11	7.51-7.60	6	8.01 以上	1

女生成績參考對照表

成績(秒)	得分	成績(秒)	得分	成績(秒)	得分	成績(秒)	得分
6.40 以內	20	6.81-6.90	15	7.31-7.40	10	7.81-7.90	5
6.41-6.50	19	6.91-7.00	14	7.41-7.50	9	7.91-8.00	4
6.51-6.60	18	7.01-7.10	13	7.51-7.60	8	8.01-8.10	3
6.61-6.70	17	7.11-7.20	12	7.61-7.70	7	8.11-8.20	2
6.71-6.80	16	7.21-7.30	11	7.71-7.80	6	8.21 以上	1

2. 立定三連跳遠（20 分）

每人 2 次機會(取最佳成績計分)，球場邊線立定跳遠連續三趟(不停頓)。

男生成績參考對照表

成績(公分)	得分	成績(公分)	得分	成績(公分)	得分	成績(公分)	得分
561 以上	20	511-520	15	461-470	10	411-420	5
551-560	19	501-510	14	451-460	9	401-410	4
541-550	18	491-500	13	441-450	8	391-400	3
531-540	17	481-490	12	431-440	7	381-390	2
521-530	16	471-480	11	421-430	6	380 以下	1

女生成績參考對照表

成績(公分)	得分	成績(公分)	得分	成績(公分)	得分	成績(公分)	得分
541 以上	20	491-500	15	441-450	10	391-400	5
531-540	19	481-490	14	431-440	9	381-390	4
521-530	18	471-480	13	421-430	8	371-380	3
511-520	17	461-470	12	411-420	7	361-370	2
501-510	16	451-460	11	401-410	6	360 以下	1

3. 發球（30 分）

每人 10 球機會，上手發球成功一球得 3 分、下手發球成功一球得 2 分。

4. 自墊自攻（20 分）

每人 5 球機會，低手對空擊球三顆，第三顆將球墊高後助跑起跳攻擊過網。

視攻擊動作完成度得 4 分，滿分 20 分。

內容	得分
自墊自托過網	2
自墊自攻過網	3
視攻擊動作完成度	4

5. 傳接球（10 分）

每人 5 球機會，固定考官三號位拋球，考生於六號位接球，成功接高回給考官 1 球得 2 分。

上述正規 5 項測驗滿分 100 分，按得分高低依序正取 12 名成員，若最後有同分者(超過 12 人)則加比**助跑摸高**決定排名先後。

若對於報名及測驗有相關問題，歡迎向蔡老師、呂教練及陳教練詢問。