

臺北市私立靜心高級中學（國小部）校隊實施計畫

110.07.30 經行政會議通過

壹、校隊源起：每個學生都與眾不同，像是璞玉等待合適的雕琢，本校以「一生一專長」為起點，每位學生能擁有一項以上藝術或運動專長為目標，以藝文及體育課程為基石，培育學生基本能力；安排適切師資、開設多元社團，符應學生興趣；並以校隊培育訓練精實學生技藝，期以學生能揮灑長才閃耀於專屬的舞台上。

貳、校隊培訓特色：

- 一、教育性與課程性：基本能力的學習—以藝文與體育課程為基石。
- 二、普及性：興趣提升的準備—以多元藝文與體育社團為方向。
- 三、精進化：品質精進的策略—以校隊培訓課程為方法。
- 四、卓越化：機制淬鍊的實踐—以實現自我專長為最終目的。

參、校隊甄選暨培訓原則：

- 一、一年級學生參加校隊甄選，於二年級時，開始參與各校隊培訓。
- 二、一人得選擇一校隊，不可同時參加兩個校隊。
- 三、二年級以上非校隊者，若有意願參加校隊，得視學務處公告之校隊缺額參加甄選。
- 四、校隊學生自二年級起，須接受長期連續且一貫化培訓至小學畢業，不得任意退隊。

肆、校隊甄選流程：

- 一、每學年下學期四月舉行兩階段校隊甄選，以招收一年級學生為主，第一次甄選未入選之學生，不得以同項目參加第二次甄選，請另選其他項目。
- 二、二到五年級非校隊學生，依學務處公告之校隊缺額報名參加甄選；二到五年級已是校隊者，須先填寫「社團異動申請單」，辦理退隊完成後，始得參加甄選，若該學年度無校隊名額，則不開放報名甄選。
- 三、轉學生或特殊原因未參加兩階段甄選，請洽學務處體衛組。

伍、校隊培訓時間：

- 一、晨間練習：務必依各校隊指導教師指定時間參與練習。
- 二、寒暑假：務必依各校隊寒暑假集訓計畫參與訓練，不可缺席。
- 三、社團課：校隊隊員於社團課必須參與校隊練習。
- 四、課後班：鼓勵參加校隊項目的課後班，以精進專長能力。

陸、校隊退訓流程：

- 一、學生加入校隊後，若違反本校校規、各校隊規範或無法配合校隊培訓時間等因素，經輔導與溝通後，仍未改善，指導老師得提出退訓申請，學務處核准後協助學生轉至合適之社團。
- 二、學生因適應不良、受傷等個人因素無法參加校隊培訓者，須向指導老師說明，提出退訓申請，學務處核准後協助學生轉至合適之社團。
- 三、若有意願參加其他校隊，須先退出原校隊，再依當學年度學務處公告之校隊缺額參加甄選。
- 四、退訓申請須填妥「社團/校隊異動申請單」，異動至學務處確認尚有名額之社團，直至當學年度結束。
- 五、若當學年度下學期期末時退出校隊，下一學年度只能選擇其他尚有名額之社團。

柒、各校隊甄選規定：

校隊	指導老師	甄選項目	甄選地點	限制人數
管弦樂團	音樂中心 師資群	C 團（一升二年級）： 測驗包含節奏、聽力 會演奏樂器者，可準備自選 曲一首	A 棟 5 樓琴房	不限性別，60 人內
合唱校隊	陳淑娟老師	C 團：音準、音色、音量。 生日快樂歌 F 大調（中英文 皆可）及「春神來了」	音樂教室 2	不限性別，30-35 人
扯鈴校隊	賴翎珍老師	扯鈴基礎能力、基本體能	綜合球場	限男生，12 人
跳繩校隊	韋玉蓮老師	跳繩基礎能力、基本體能	綜合球場	不限性別，15-20 人
舞蹈校隊	洪彩芯老師	健康操、柔軟度、抬腿	舞蹈教室	限女生，12-15 人
武術校隊	陳嘉玲老師	肌力、協調、柔軟度、武術 基本步法及拳術	綜合球場	不限性別，12-20 人
桌球校隊	吳國慶老師	左推右攻連續 20 顆	桌球教室	不限性別，15-20 人

捌、報名與甄選時間：

一、第一次報名時間：111 年 4 月 1 日(五)至 4 月 8 日（五）截止

第一次甄選：111 年 4 月 19 日（二）早上 7:30

二、第二次報名時間：111 年 4 月 20 日(三)至 4 月 22 日（五）截止

第二次甄選：111 年 4 月 26 日（二）早上 7:30

玖、本計畫經行政會議通過，陳 校長核可後實施，修正時亦同。

報名 QR-code



<https://goo.gl/1pg8sF>