

# 臺南市111學年崇明國民小學籃球隊甄選入隊籃球測驗項目及給分標準

## 壹、甄選條件

招生名額：24名

1. 男生招收14人(四年級6人，五年級8人)
2. 女生招收10人(四、五年級)

## 貳、甄選方式

一、測驗種類：籃球

二、測驗時間：112年2月15日(星期三)上午8:00至9:20

三、測驗方式：術科測驗

四、測驗項目：

1. 十五公尺折返跑6次(20%)。
2. 立定跳遠(20%)。
3. 躲避球擲遠測驗(20%)
4. 1分鐘籃下擦板投籃(20%)。
5. 基礎運球(20%)

## 參、測驗項目說明

一、15公尺6次折返跑(20%)

1. 測驗方式：採碼表計時方式。

2. 測驗步驟：哨音響後，受測者從籃球場邊線出發，跑至對面邊線，至少須單腳觸線才可折返，此為一次完整動作，折返3趟，共計6次。

3. 級分換算：

得分	20	18	16	15	14	12	10	9	8	7	6
秒數	22 以內	23	24	25	26	28	30	32	34	36	38 以後

二、立定跳遠(20%)

1. 測驗步驟：

(1)受測者立於起跳線後，雙腳打開與肩同寬，雙腳半蹲，膝關節彎曲，雙臂置於身體兩側後方。

(2)雙臂自然前擺，雙腳「同時躍起」、「同時落地」。

(3)每次測驗一人，每人可試跳2次，以較遠一次為成績。

(4)成績丈量由起跳線內緣至最近之落地點為準。

2. 級分換算：

得分	20	18	16	15	14	12	10	9	8
公分	170 以上	165-	160-	155-	150-	145-	140-	130-	130 以下

### 三、躲避球擲遠測驗(20%)

#### 1. 測驗步驟：

- (1)每一位受測者投擲兩次，取最佳成績為其成績。
- (2)預備時，請受試者依據自身欲助跑距離之起點就位。
- (3)測驗時，受測者至助跑起點就位後，聽從評審指令後即可助跑投擲。
- (4)投擲前後受測者不得越投擲線，投擲完畢需於投擲線後離開才視為投擲成功，反之，投擲完畢越過投擲線即視為失敗。

#### 2. 級分換算：

男	得分	20	18	16	15	14	12	10	8
	公尺	15	13	11	9	8	7	6	5

女	得分	20	18	16	15	14	12	10	8
	公尺	13	11	9	8	7	6	5	4

### 四、1分鐘籃下擦板投籃(20%)

#### 1. 測驗時間：1分鐘。

#### 2. 測驗步驟：

- (1)受測者於籃框左側或右側進行預備。
- (2)哨音響後開始投籃。
- (3)投籃後受測者自行撿球，重複上述(2)之動作。

#### 3. 級分換算：

得分	20	18	16	14	12	10	9	8
次數	20 以上	19-17	16-14	13-12	11-10	9-8	7-6	5 以下

### 五、基礎運球(20%)

#### 1. 測驗步驟：

- (1)預備時，請受測者站至預備呼拉圈範圍內。
- (2)哨音響時受測者不離開呼拉圈範圍原地運球 50 下，左右手運球不限。
- (3)原地運球項目結束立刻接續籃球場全場 28 公尺來回運球。
- (4)重新返回呼拉圈內，計時結束。

#### 2. 級分換算：

得分	20	18	16	14	12	10	9	8
秒數	30 以內	32	35	38	42	47	52	60 以上