

國立羅東高中 115 學年度教師甄選體育科術科測驗說明

- 一、術科測驗：籃球、田徑、游泳三項，不採計分數，三項皆達門檻標準，始具錄取參加筆試資格。
- 二、參與體育科教甄之教師，請於各項檢定測驗時間前 20 分鐘至各場地安排之休息區準備，並務必完成簽到手續，等候帶領至考試場地進行測驗。
- 三、請已進入游泳池之教師先行換裝，待下水測驗前完成身分查驗後再行淋浴、下水。各項檢測前，請自行完成熱身動作，避免運動傷害發生。
- 四、請務必攜帶准考證，以利查驗，未攜帶者，不得參與測驗。
- 五、依公告時間進行檢測，未於公布時間前（10 分鐘）完成簽到與身份查驗（准考證）手續者，視同放棄。
- 六、各分項測驗門檻標準說明如下：
 - (一) 籃球基本能力檢定方式：
 - 1、籃球五點運球上籃。
 - 2、男生於三分線上方放置五點三角錐，位置分別為 90 度、兩邊 45 度及兩側底線；女生五點三角錐目標置於三分線前 20 公分處，位置分別為 90 度、兩邊 45 度及兩側底線。
 - 3、由籃框正下方出發，由右而左或由左而右逐一運球過三角錐折返上籃（球必須進籃，如球未進不須補球，繼續往下一點三角錐前進）。
 - 4、運球過椎體時需人、球同時過椎體，如裁判判定違規時將會響哨，且該球不予計算。
 - 5、上籃過程中，裁判如果判定碰觸三角錐、走步、二次運球……等違例動作，裁判將會響哨，且該球不予計算。
 - 6、測驗時間一分鐘，檢定合格標準為男生進 8 顆球、女生進 7 顆球。
 - 7、如未能於時間內完成檢定標準者即失格，不得參加複試。
 - 8、考試地點：國立羅東高中體育館。
 - (二) 游泳基本能力檢定方式：
 - 1、測驗內容：一百公尺捷泳、一百公尺蛙泳；依不同性別訂定不同合格成績標準。男生 4 分 05 秒內完成；女生 4 分 45 秒內完成，如未能於時間內完成或違規者即失格，不得參加複試。
 - 2、測驗方式：
 - a.依序由捷、蛙二種姿勢進行，每種動作須游完 100 公尺。
 - b.必須由水中出發，不得跳水。
 - c.開始前需抓牆，蹬牆出發後，每次觸牆均可站立再蹬牆出發，亦可直接轉身出發。轉身均需觸牆，並以觸牆結束。
 - d.中途若有停頓或姿勢錯誤視同失敗，但在兩側觸牆後可原地休息。
 - e.其餘規則依游泳競賽規則規定之。
 - 3、考試地點：國立羅東高中游泳池（25 公尺）。

(三) 體適能心肺耐力檢定方式：

男生1600公尺跑走、女生800公尺跑走。依不同性別訂定不同合格成績標準，**男生7分內；女生3分45秒內**完成，如未能於時間內完成或違規者即失格，不得參加複試。

1、測驗方式：

a.測驗前受測者按分組編號穿上號碼衣，並依引導至跑道預備區（起跑線後3公尺）。聞「各就位」口令時，即前進立於起跑線後。發令員俟受測者就定位後「鳴槍」；受測者聞槍響後立即出發。計時員於鳴槍同時啟動碼錶，直至受測者跑走完全程停錶。

b.記錄受測者跑走完全程之時間（分與秒）；成績記錄至秒為止。

c.考生考試時須穿著運動服、運動鞋或赤腳，不可穿皮鞋、釘鞋（含除去鞋釘）或足球鞋違規取消該項目應考資格。

d.其餘規則依最新中華民國田徑競賽規則規定之。

2、考試地點：國立羅東高中飛羚田徑場（300公尺）。