



## ประกาศสมาคมกีฬาว่ายน้ำแห่งประเทศไทย

### เรื่อง การรับสมัครคัดเลือกนักกีฬาโปโลน้ำเยาวชนหญิงและชาย อายุไม่เกิน 16 ปี เข้าร่วมการทดสอบความสามารถเพื่อเข้าร่วมโปรแกรมการเก็บตัวฝึกซ้อมนักกีฬาโปโลน้ำเยาวชน หญิงและชายรุ่นใหม่

\*\*\*\*\*

ด้วย สมาคมกีฬาว่ายน้ำแห่งประเทศไทย จะดำเนินการคัดเลือกนักกีฬาโปโลน้ำเยาวชนหญิงและชายรุ่นใหม่ เพื่อเตรียมทีมชาติชุดเยาวชนและทีมชาติชุดใหญ่ โดยจะมีการทดสอบสมรรถภาพ การว่ายน้ำและพื้นฐานโปโลน้ำ มีระเบียบและกำหนดการ ดังต่อไปนี้

#### วันที่ 3 มิถุนายน 2565

- |                       |  |
|-----------------------|--|
| เวลา 12.00 – 13.00 น. | ส่งผลตรวจ ATK (ผลตรวจ ATK ภายใน 72 ชม.)  |
| เวลา 13.00 – 15.00 น. | ทดสอบสมรรถภาพทางร่างกาย การว่ายน้ำและพื้นฐานการโปโลน้ำ ณ สระว่ายน้ำ การกีฬาแห่งประเทศไทย หัวหมาก กรุงเทพมหานคร |

#### ทดสอบสมรรถภาพทางร่างกาย

- push up 20 ครั้ง เพื่อทดสอบความแข็งแรงของกล้ามเนื้อส่วนบน หน้าอก หลัง หัวไหล่ แขน
- sit up 30 ครั้ง เพื่อทดสอบความแข็งแรงของกล้ามเนื้อลำตัว
- กระโดดไกล 1 ครั้ง (3 รอบ) นับระยะที่ดีที่สุด เพื่อทดสอบความแข็งแรงของกล้ามเนื้อขา

#### ทดสอบว่ายน้ำและพื้นฐานโปโลน้ำ

\*\*\* การให้คะแนนโดยการจัดลำดับเวลาโดยรวมของกลุ่มผู้เข้าทดสอบ \*\*\*

- ว่ายน้ำฟรีสไตล์ 50 เมตร เพื่อทดสอบความเร็ว
- พื้นฐานการว่ายน้ำ และ รับ - ส่งลูกโปโลน้ำ

**หมายเหตุ :** เพื่อทำตามมาตรการป้องกันการแพร่ระบาดของเชื้อไวรัส โควิด-19 จะทำการคัดตัวแบบ new normal จะมีการวัดอุณหภูมิ นักกีฬาทุกคนสวมแมสและเว้นระยะห่าง นักกีฬาที่จะเข้ามาในการคัดตัวนักกีฬาโปโลน้ำ เยาวชนหญิงและชาย จะต้องเตรียมอุปกรณ์ดังนี้ รองเท้ากีฬา แวนตาว่ายน้ำ ชุดว่ายน้ำ และปากกา

### คุณสมบัติและวิธีการสมัครคัดเลือกนักกีฬาโปโลน้ำเยาวชนหญิงและชาย

1. สัญชาติไทยหญิงและชาย อายุไม่เกิน 16 ปี เกิดปี ค.ศ.2006 เป็นต้นไป
2. สังกัดสโมสรสมาชิก/ศูนย์ฝึกกีฬาสมาคมว่ายน้ำฯ/อิสระ
3. ไม่เป็นนักกีฬาที่ฝึกซ้อมอยู่ในโครงการเตรียมทีมชาติของสมาคมว่ายน้ำฯ
4. มีพื้นฐานการว่ายน้ำ และไม่จำเป็นต้องเล่นโปโลน้ำเป็น

**หมายเหตุ :** ขณะมีการทดสอบสมรรถภาพ การทดสอบการว่ายน้ำและพื้นฐานการส่งลูกโปโลน้ำ ห้ามผู้ปกครองและบุคคลภายนอกเข้ามาในพื้นที่ทำการทดสอบโดยเด็ดขาด

ประกาศ ณ วันที่ 1 มิถุนายน 2565

พลเอก



(เจริญ นพสุวรรณ )

เลขาธิการสมาคมกีฬาว่ายน้ำแห่งประเทศไทย



สแกน QR Cord เพื่อสมัครเข้าร่วมการทดสอบ