

玄奘大學提升學生體適能力實施辦法(N50M0375-140219E2)

中華民國 102 年 8 月 14 日第 204 次行政會議修正通過
中華民國 103 年 2 月 19 日第 210 次行政會議修正通過

- 第一條 依據教育部各級學校體育實施辦法，獎勵體適能優異及規律運動之學生，特訂定本辦法。
- 第二條 檢核項目依「教育部 94 學年度大專校院學生體適能護照實施計畫」訂定之。
- 一、心肺耐力：男生 1600 公尺，女生 800 公尺（三分鐘登階）。
 - 二、瞬發力(立定跳遠)。
 - 三、柔軟度(坐姿體前彎)。
 - 四、肌力肌耐力(一分鐘仰臥起坐)。
 - 五、身體質量指數(BMI)。
- 第三條 檢核標準以教育部訂定之「台灣地區大專生體適能評量對照表」作為各項指標通過標準。
- 第四條 實施對象：本校修習體育必(選)修課程之學生。
- 第五條 實施方式：每學期實施體適能檢測，學生未能依規定時間檢測，授課教師應自行進行補測。
- 一、修習必修體育課程者，於每學期初進行前測，學期末實施後測。
 - 二、修習選修體育課程者，於學期末實施檢測。
- 第六條 評量標準：
- 一、體適能檢測於日間部實施，佔該體育總成績百分之十，未參加體適能檢測者，體適能成績則以零分計算。
 - 二、本校採用教育部公告之體適能百分等級常模，百分等級常模 25 為通過標準，檢測項目五項中須有三項符合教育部訂定之標準。
 - 三、修習必修體育課程，檢測成績未達標準者，學生需進行自主鍛鍊，如未達評量等級者，需至健身中心運動累計達二十小時，並經體育組核章認證，授課教師依此認證給予成績。
 - 四、修習選修體育課程，檢測成績未達標準者，學生採自主鍛鍊，授課教師得依學生體能進步程度給予成績。
 - 五、領有身心障礙手冊，或經公立醫院開立證明不能從事劇烈運動，或因受傷無法施測之學生，得向體育組提出申請免測，該生成績由授課教師斟酌情況合理給分。
- 第七條 獎勵辦法：
- 一、認定標準以心肺耐力、瞬發力、柔軟度及肌力肌耐力等四項為主，其中三項達教育部體適能常模「金牌」者，得符合申請資格。
 - 二、評量等級相同時，依心肺耐力、柔軟度、肌力肌耐力及瞬發力檢測優劣排序評定。
 - 三、名額及金額：每學年度體適能優異學生(男生、女生各取 20 名)。
 - (一) 第一名:新台幣 2,500 元。
 - (二) 第二名:新台幣 2,000 元。
 - (三) 第三名:新台幣 1,200 元。
 - (四) 第四名:新台幣 1,000 元。

(五) 第五名:新台幣 800 元。

(六) 第六名至第二十名:新台幣 500 元。

第 八 條 本辦法經行政會議通過，陳請校長核定後實施，修正時亦同。