景文科技大學學生體適能畢業條件實施要點

（教 112）

民國 108 年 11 月 12 日 108 學年度第 1 學期第 2 次課程規劃及教務聯席會議修正通過

一、景文科技大學(以下簡稱本校)為響應教育部推行提升學生健康體適能計畫，鼓勵同學從事規律運動，重視健康適能，提升自我運動能力，進而促進身心健康，特制定景文科技大學學生體適能畢業條件實施細則（以下簡稱本細則）。

二、實施對象： 日間部學生。

三、實施辦法：

(一)體育組於學生在學期間每學期第十、十一週舉行體適能（爆發力、肌耐力、柔軟度、心肺能力）檢測認證，檢測方式依教育部公布實施之健康體適能檢測方法。

(二)本校所有學生除因身心障礙或重大疾病者外，一至二年級每學期皆須參加體適能檢測，體適能畢業條件如下：

1. 體適能檢測（立定跳遠、坐姿體前彎、一分鐘仰臥起坐、登階測驗）四項檢測中至少有三個項目達到最低指標。

2. 在學期間至少有二學期達到前項要求最低指標，方得以通過。

(三) 受輔導學生於二年級學期結束時仍未達至少有二次〈學期〉所有檢測項目通過標準者，必須於三至四年級參加體育室增開之補救教學輔導班（隨班附修）或實施自我運動管理，加強個人體適能，直到符合畢業條件為止。未達標準者，若參加補救教學輔導班（隨班附修），經檢測達到標準者或出席率達百分之七十（含）以上，且符合指標要求者方可取得畢業條件資格。

四、體適能指標設立標準：

(一) 最低要求標準訂定準則以百分之八十學生皆可通過為目標。

(二)心肺能力、肌耐力能力、爆發力能力、柔軟度能力依據教育部公佈之健康體適能常模及配合本校歷年施測結果常模為量化標準之依據。

(三)前項最低要求標準之制定，由體育組課程委員會及聘任校外諮詢委員於課程委員會決議之。

五、特殊學生：區分運動代表隊學生、重症學生、局部傷害學生與轉學生。

(一)運動代表隊學生：二年級學年結束時，仍是運動代表隊學生得免試體適能畢業條件，但於二年級前提出退隊或遭校隊教練除名者，必須補測，且符合體適能畢業條件之要求。

(二)重症學生：須提出醫學中心級之醫生診斷證明或身心障礙手冊，經本室專案呈報，委請學務處衛保組、學輔中心複閱審核後，經 校長核可後得以免試通過。

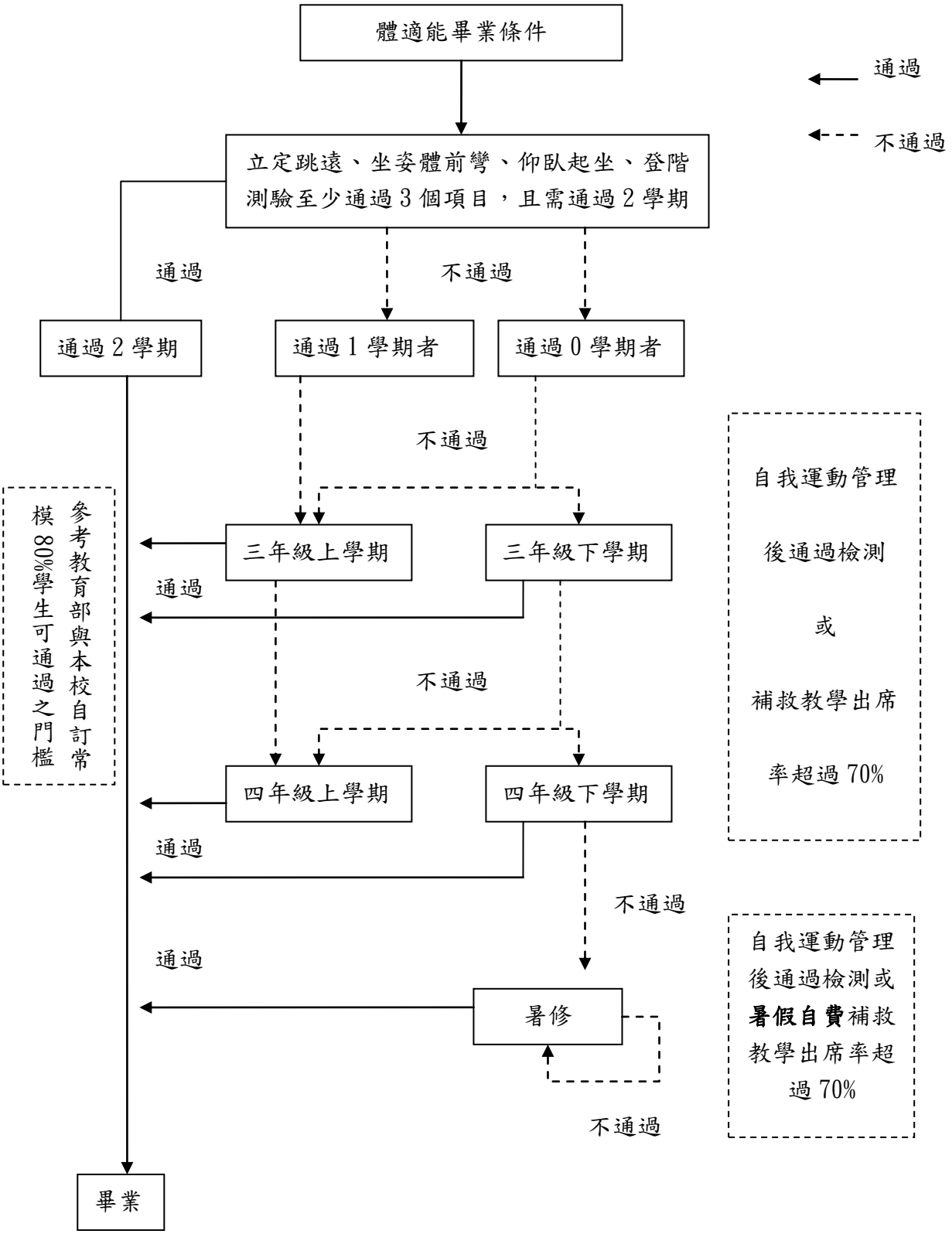
(三)局部傷害學生：須提出醫學中心級之醫生診斷證明或輕度身心障礙手冊，經本室專案審核後，得以免測因傷無法實作之測驗項目，但所檢測項目須達二分之一以上通過（含二分之一）。

(四)轉學生：轉學生轉入本校後 104 學年度起畢業者，至少一次（學期）四個檢測項目中有三個項目需達基本指標。

六、通過「體育基本能力畢業條件檢定」最低要求標準之學生，經本室報請校長核定後正式公告，且由本室統一登錄「檢定通過」成績。

七、本細則經教務會議修訂與通過，校長核定後施行，修正時亦同。

景文科技大學學生體適能畢業條件流程圖



景文科技大學學生體適能畢業條件之各項檢測標準

體適能畢業條件如下：

1. 體適能檢測（立定跳遠、坐姿體前彎、一分鐘仰臥起坐、登階測驗）四項檢測中至少有三個項目達到最低指標。

2. 在學期間至少有二學期達到前項要求最低指標，方得以通過。

表一　景文科技大學男學生體適能畢業條件各項檢測標準　　101.05.01

	百分等級（%）	體前彎（公分）	立定跳（公分）	仰臥起坐（次數）	登階測驗（指數）
最低指標	20	**16.0**	**174**	**32**	**50.0**
中等	30	19.5	188	34	52.0
	40	22.0	194	36	53.9
銅牌獎	50	24.5	200	38	55.6
	60	27.0	208	39	57.7
	70	30.0	215	41	60.8
銀牌獎	80	34.0	225	43	64.3
金牌獎	90	38.0	234	47	69.2
	95	42.0	242	49	73.8

表二　景文科技大學女學生體適能畢業條件各項檢測標準　　101.05.01

	百分等級（%）	體前彎（公分）	立定跳（公分）	仰臥起坐（次數）	登階測驗（指數）
最低指標	20	**21.0**	**119**	**23**	**47.4**
中等	30	24.5	130	25	49.5
	40	27.0	135	27	51.1
銅牌獎	50	29.5	139	28	52.9
	60	32.0	145	30	54.9
	70	34.5	150	32	57.0
銀牌獎	80	37.0	160	34	60.0
金牌獎	90	43.0	170	37	64.3
	95	46.0	180	39	69.2