

教育部體育署 106 年度「配合十二年國教一體適能檢測站設置計畫」 體適能檢測員培育研習會暨檢定實施計畫

壹、依 據：教育部體育署 106 年 6 月 9 日臺教體署秘（二）字第 1060017650 號函辦理。

貳、目 的：配合十二年國民基本教育免試入學，體適能檢測成績乃超額比序「多元學習表現採計項目」之一。為提供具公信力之檢測成績，據以擴大體適能檢測員之人力培育，協助進行體適能檢測事務。

參、辦理單位：

一、主辦單位：教育部體育署。

二、承辦單位：中華民國體育學會、國立屏東大學、國立臺南大學、國立中興大學。

三、協辦單位：臺北市政府教育局、新北市政府教育局、桃園市政府教育局、臺中市政府教育局、臺南市政府教育局、高雄市政府教育局、各縣（市）政府、國教署、公（私）立大專校院。

肆、研習內容：

一、研習會共 3 天，前 2 天上、下午各 4 小時為專業知能課程研習時間；第 3 天為學科與術科檢定考試時間。

二、學員必須全程參與方可取得研習證書（詳列各研習課程及時數）；參加檢定考試者，必須通過學科考試與術科考試方能取得檢定合格證明（學科或術科成績僅通過一項者，可保留該項及格成績一年，未及格項目可於一年內單項報考）。

三、研習會聘請國內體適能專家學者授課，講授最新體適能知識及檢測技能，使學員能具備體適能新知及檢測之專業能力。

四、課程名稱與目標：

（一）課程名稱：

1. 國民體適能檢測與健康評估。
2. 運動安全、傷害預防與緊急處理。
3. 身體組成檢測實務操作。
4. 柔軟度檢測實務操作。
5. 肌力與肌耐力檢測實務操作（含瞬發力檢測）。
6. 心肺耐力檢測實務操作。
7. 平衡能力檢測實務操作。

(二) 課程目標：具備國民體適能檢測之能力。

伍、辦理時間及地點：

一、屏東場次：(高雄市、屏東縣、臺東縣、離島縣市)

106 年 7 月 31 日(星期一)至 8 月 2 日(星期三);假國立屏東大學舉行。
(屏東縣屏東市民生路 4-18 號)。

二、臺南場次：(臺南市、嘉義市、嘉義縣、離島縣市)

106 年 8 月 4 日(星期五)至 6 日(星期日);假國立臺南大學舉行。
(臺南市中區樹林街二段 33 號)。

三、臺中場次：(上述以外其他縣市及離島縣市)

106 年 8 月 11 日(星期五)至 13 日(星期日);假國立中興大學舉行。
(臺中市南區國光路 250 號)。

陸、參加對象：

一、96-105 年教育部體育署委託設立「十二年國教體適能檢測站」之教職人員。

二、全國各級學校之教職人員。

三、已取得「國民體適能檢測員研習證書」，欲參加檢定考試者。

柒、報名日期：

自即日起至 106 年 7 月 5 日(星期三)下午 5 時為止。

捌、報名方式：

一、本研習會一律採用網路報名方式，恕不接受現場報名。

二、團體報名：由十二年國教體適能檢測站彙整推派 8-10 位之所屬學校教職人員名單(體育教師優先推派)，以電子郵件(E-mail)方式寄至本會彙整(rocnspe89317285@gmail.com)。

三、個人報名：請逕至「教育部體育署體適能網站」(www.fitness.org.tw)最新消息進行報名。

四、已取得研習證書欲報名參加檢定考試者，請於報名時點選「**檢定考試**」(可免參與研習)。

五、計畫聯絡人：李筱苹小姐，聯絡電話：02-77346879。

玖、錄取方式：

一、各場次錄取 220 名為原則，於報名截止後依身分別、地域別及報名先後順序等錄取；若遇場次錄取額滿而其他場次尚有名額時，將以電子郵件

(E-mail) 詢問報名者意願，並調整至其他場次。

二、錄取名單將於 106 年 7 月 12 日 (星期三) 下午 5 時前 公布，請逕至教育部體育署體適能網站查詢 (www.fitness.org.tw)；未錄取者不再另行通知。

拾、附則：

一、本研習會報名及所有課程一律免費，並提供午膳、研習資料及保險；參加人員住宿、交通及相關費用請由原服務單位報支；自行開車學員，請依相關規定繳交停車費用。

二、報名經錄取後需全程參與，並配合依編號入座及隨堂點名措施，如無法配合者請勿報名參加。

三、錄取名單公布後，因故無法參與者，請於 106 年 7 月 19 日 (星期三) 下午 5 時前 告知承辦單位 (中華民國體育學會)。

四、研習暨檢定試務均不接受現場報名，亦不得旁聽。

五、所有課程以理論與實務操作方式進行 (靜態與動態)，請配合課程需求，穿著合適運動裝備 (運動服、乾淨運動鞋等)，攜帶毛巾，並配戴學員證。

拾壹、本計畫經教育部體育署核准後實施，修正時亦同。

附件 1

教育部體育署 106 年度「配合十二年國教一體適能檢測站設置計畫」

體適能檢測員培育研習會暨檢定課程表

第一天	第二天	第三天
08：00-08：50 報到	08：10-10：00 平衡能力檢測 實務操作	07：40-08：00 預 備
08：50-09：00 課程說明		08：00-08：50 學科檢定
09：00-10：30 國民體適能檢測 與健康評估		09：20-10：50 術科檢定（一）
10：40-12：10 運動安全、傷害預防 與緊急處理	10：10-12：00 心肺耐力檢測 實務操作	11：00-12：30 術科檢定（二）
午 餐 時 間		
13：30-15：20 身體組成檢測 實務操作	13：30-17：20 肌力及肌耐力檢測 實務操作 【含瞬發力檢測】	13：30-15：00 術科檢定（三）
15：30-17：20 柔軟度檢測 實務操作		15：10-16：40 術科檢定（四）
課 後 討 論		賦歸