

# 教育部體育署 106 學年度「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、國立臺灣師範大學。

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、臺北場次：

107 年 2 月 2 日（星期五）至 4 日（星期日）為期 3 天；假國立臺灣師範大學舉行（臺北市大安區和平東路一段 162 號）。

#### 陸、參加對象：

凡年滿二十歲，並符合下列任一資格者：

- 一、96-106 年受教育部體育署補助設立「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、全國公（私）立醫療衛生院所相關人員。
- 四、全國體育運動學會/協會/中心/團體相關人員。
- 五、全國公（私）立大專校院體育運動相關科系所學生。
- 六、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 107 年 1 月 8 日（星期一）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、個人報名：請逕至「教育部體育署體適能網站」([www.fitness.org.tw](http://www.fitness.org.tw)) 最新消息進行報名。
- 三、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)。
- 四、計畫聯絡人：李筱葦小姐，聯絡電話：02-77346879。

#### 玖、錄取方式：

- 一、錄取依參加對象條件及報名先後順序等錄取。
- 二、錄取名單將於 107 年 1 月 25 日（星期四）下午 5 前 公布，請逕至教育部體育署體適能網站查詢 ([www.fitness.org.tw](http://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 107 年 1 月 26 日（星期五）中午 12 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 2

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 2/2(五)	第二天 2/3(六)	第三天 2/4(日)
08 : 00-08 : 50 報到	08 : 10-10 : 00 平衡能力檢測 實務操作 林教授麗娟	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 卓教授俊辰		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 高教授素貞	10 : 10-12 : 00 心肺耐力檢測 實務操作 吳教授慧君	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 高教授素貞	13 : 30-17 : 20 肌力及肌耐力檢測 實務操作 【含瞬發力檢測】 林教授晉利	13 : 30-15 : 00 術科檢定 ( 三 )
15 : 30-17 : 20 柔軟度檢測 實務操作 蔡教授秀華		15 : 10-16 : 40 術科檢定 ( 四 )
課 後 討 論		賦 歸