

# 國立體育大學運動課程實施要點

103 年 6 月 4 日 102 學年度第 2 學期第 1 次教務會議訂定

111 年 05 月 24 日 110 學年度第 2 學期第 1 次教務會議訂定

113 年 12 月 4 日 113 學年度第 1 學期第 1 次教務會議訂定

一、本校為響應教育部推行提升學生健康體適能，鼓勵同學從事規律運動，重視健康體適能，提升自我運動能力，針對大學部四年制學生制定「國立體育大學運動課程實施要點」。(以下簡稱本要點)

二、本校定位為以競技運動與健康休閒為導向之體育專業大學，各系規劃與開設運動相關課程。

三、大學部四年制學生畢業前應修畢 6 學分的運動學分，須含游泳課及體適能課至少各一學分。

經修習游泳課及體適能課二次仍未通過者，得採認加修之其他運動課程。

四、因身心狀況不適合修習游泳或體適能課者，學生須填「免修游泳/體適能課程申請表」並附證明向系所提出申請，得另修習本校開設之特殊體育課程，該課程不列入系所每學年開課總時數(學分)上限計算。

五、五、大學部四年制學生於畢業前，需完成下列游泳及體適能檢測上傳教育部體育署體適能網站，請各學系隨課檢測後，交體育處彙整，每學年度至少辦理檢測一次。

(一)基礎游泳能力(50公尺游泳):仰、蛙、蝶、捷或其他泳姿測驗。

(二)體適能:1. 坐姿體前彎、2. 仰臥捲腹測驗、3. 立定跳遠、4. 800 及 1600 公尺跑走(男生測驗 1600 公尺、女生測驗 800 公尺)或漸速耐力折返跑(PACER)測驗

六、本要點經教務會議通過後，陳請校長核定後實施，修正時亦同。