

附件

教育部體育署 108 學年度體適能資料暨游泳與自救能力上傳操作說明會實施計畫

壹、依據：鈞署 108-109 年度學生體適能計畫委辦案 108-02-033 委託辦理。

貳、目的：鼓勵全國各級學校積極推動學生健康與體育教學，幫助學生養成健康的生活型態及規律的運動習慣，提升學生體適能並促進全人健康。

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、國立中興大學、國立高雄師範大學。

三、協辦單位：臺北市政府教育局、新北市政府教育局、臺中市政府教育局、臺南市政府教育局、高雄市政府教育局、桃園市政府教育局、各縣（市）政府。

四、實施單位：全國各大專校院、高中職、國中、國小。

肆、實施對象：全國各大專校院、高中職、國中、國小學生。

伍、實施期間：自 108 年 9 月 1 日起至 109 年 6 月 30 日止。

陸、權責劃分：

一、主辦單位辦理事項：

（一）輔導體適能資料暨游泳與自救能力上傳業務及健康體育網路護照業務之相關事宜。

（二）其他。

二、承辦單位辦理事項：

（一）規劃體適能資料暨游泳與自救能力上傳相關事宜。

（二）規劃健康體育網路護照相關事宜。

（三）建構體適能資料暨游泳與自救能力上傳系統。

（四）建構健康體育網路護照。

（五）辦理體適能資料暨游泳與自救能力上傳操作說明會。

（六）提供體適能資料暨游泳與自救能力上傳及健康體育網路護照辦理之協助與輔導。

（七）其他。

三、協辦單位辦理事項：

- (一) 參與承辦單位所辦理之體適能資料暨游泳與自救能力上傳操作說明會。
- (二) 舉辦所屬學校之體適能資料暨游泳與自救能力上傳操作說明會。
- (三) 輔導所屬學校依獎勵要點核發學生之體適能獎章，且推動健康體育網路護照辦理相關事宜。
- (四) 督促所屬學校上傳體適能資料暨游泳與自救能力相關事宜。
- (五) 其他。

四、實施單位：

- (一) 成立校內健康體育網路護照落實小組，並實施體適能推廣教育。
- (二) 擬訂各校健康體育網路護照落實計畫。
- (三) 舉辦校內相關人員協調說明會。
- (四) 每學年度至少實施體適能檢測 1 次，並將檢測資料上傳至「體適能資料暨游泳與自救能力上傳管理系統」，以免影響學生權益。
- (五) 依獎勵要點核發學生之體適能獎章。
- (六) 協助學生、家長瞭解學生體適能情況，並提供適當運動處方，以提升學生體適能。
- (七) 結合社區資源並提供有效策略，協助學生健康成長且養成規律運動習慣。
- (八) 其他。

柒、體適能資料暨游泳與自救能力上傳辦理事項：

- 一、為搭配使用健康體育網路護照，各級學校請於新學期開始先上傳學生個人基本資料（包含有測驗日期、學校類別、年級、班級名稱、學號/座號、性別、身分證字號、出生年月日、身高、體重等）。
- 二、上、下學期擇一學期實施體適能檢測，並於開放上傳時段（108 年 9 月 1 日至 109 年 6 月 30 日止）上傳體適能檢測資料，以免影響學生權益。
- 三、國小 1-3 年級學生僅須基本資料；國小 4-6 年級、國中 7-9 年級、高中職 10-12 年級、大專 13 年級需包含完整檢測資料。
- 四、依據「國民體適能檢測實施辦法」公布之「跑走」項目實施方法，103 學年度起敬請對「國小學生施測 800 公尺；國中以上男學生施測 1600 公尺、女學生施測 800 公尺」，對照說明如附錄 1。
- 五、游泳能力等級依教育部體育署公布之「全國中、小學學生游泳與自救

能力基本指標(各分為五級)」為準，並於開放上傳時段(108年9月1日至109年6月30日止)上傳游泳與自救能力資料。

- 六、體適能資料暨游泳與自救能力上傳格式與操作步驟可至教育部體育署體適能網站首頁左方「資料下載區」下載。
- 七、協助學生上網登入健康體育網路護照，並填寫相關內容，如跑步大撲滿、運動大撲滿、身體活動問卷等。

捌、體適能資料暨游泳與自救能力上傳操作說明會

一、說明會實施內容：

包含學校體適能資料暨游泳與自救能力上傳說明、學校健康體育網路護照管理說明、學生健康體育網路護照使用說明等，以幫助學校辦理相關事宜。

二、辦理時間及地點(流程表如附錄3)：

(一)南區：108年9月2日(星期一)14時，假國立高雄師範大學「和平校區-活動中心3樓演講廳」(高雄市苓雅區和平一路116號)。

(二)中區：108年9月3日(星期二)14時，假國立中興大學「圖書館3樓-多媒體中心團體視聽室」(臺中市南區興大路145號)。

(三)北區：108年9月4日(星期三)14時，假國立臺灣師範大學「校本部體育館3樓-金牌講堂」(臺北市大安區和平東路1段162號)。

三、參加對象：全國大專校院、高中職、國中、國小業務負責人。

四、報名時程：即日起至108年8月23日(星期五)止或額滿為止 (每場依場地可容納人數為限)。

五、報名方式：

說明會僅接受網路報名，恕不接受現場報名，請逕至「教育部體育署體適能網站首頁」(www.fitness.org.tw)最新消息進行報名。

玖、附則：

- 一、說明會將函請所屬教育行政主管機關，准予參加人員公(差)假登記。
- 二、說明會將提供說明會資料；參加人員之住宿、交通及相關費用由原服務單位報支；自行開車者，請依相關規定繳交停車費用。
- 三、相關事務請與中華民國體育學會李筱革小姐聯絡，電話 02-77346879。

心肺耐力項目常模對照說明

依據「國民體適能檢測實施辦法」公布之「跑走」項目實施方法，對「國小學生施測 800 公尺；國中以上男學生施測 1600 公尺、女學生施測 800 公尺」，其檢測結果比對體適能常模之方案為：就讀國小 6 年級或以下且歲數超過 12 歲之男生，心肺耐力應施測 800 公尺，成績依 12 歲常模進行比對，其餘檢測項目對照年齡則不變；就讀國中 1 年級或以上且歲數未滿 13 歲之男生，心肺耐力應施測 1600 公尺，成績依 13 歲常模進行比對，其餘檢測項目對照年齡則不變。列表說明如下：

學層	就讀國小 6 年級或以下者	就讀國中 1 年級或以上者
年齡	歲數超過 12 歲者	歲數未滿 13 歲者
心肺耐力施測項目	800 公尺	1600 公尺
比對體適能常模	12 歲	13 歲
其餘檢測項目	依實際年齡對照	依實際年齡對照

教育部體育署 108 學年度體適能資料暨游泳與自救能力上傳操作說明會流程表

時 間	內 容 項 目	主 持 人 / 主 講 人
14：00-14：20	報 到	
14：20-14：30	開 幕	教育部體育署長官 林靜萍理事長 吳明城教授
14：30-15：30	體適能暨游泳與自救能力 上傳操作步驟說明	吳明城教授
15：30-15：40	~休 息~	
15：40-16：00	健康體育網路護照 操作說明	吳明城教授
16：00-17：00	綜合座談	教育部體育署長官 林靜萍理事長 吳明城教授
17：00～	賦 歸	