附件 1

107 年度國民體適能檢測員培訓暨檢定實施計畫

壹、依據：教育部體育署民國 107 年 3 月 12 日臺教體署全（一）字第 1070008429 號函辦理。

貳、目的：透過培育國民體適能檢測員，以協助國民體適能檢測站之檢測事務，使國人瞭解自身體適能狀況，以促進國民體適能發展。

參、辦理單位：

一、指導單位：教育部體育署。

二、主辦單位：中華民國體育學會

三、承辦單位：童綜合醫院、高雄市立大同醫院、國立臺灣師範大學。

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）；取得研習證書者可參加檢定考試，通過學科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：具備協助國民體適能檢測站實施體適能檢測之能力。

伍、辦理時間及地點：

一、臺中場次：

107 年 7 月 13 日（星期五）至 15 日（星期日），為期 3 天；假童綜合醫院舉行（臺中市梧棲區臺灣大道 8 段 699 號）。

二、高雄場次：

107 年 7 月 20 日（星期五）至 22 日（星期日），為期 3 天；假高雄醫學大學舉行（高雄市三民區十全一路 100 號）。

三、臺北場次：

107 年 7 月 27 日（星期五）至 29 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 1 段 162 號）。

陸、參加對象：

凡年滿二十歲（報名時應年滿二十歲），並符合下列任一資格者：

一、102-106 年度教育部體育署委託設立之國民體適能檢測站相關人員。

二、全國各級學校之教育人員。

三、全國公（私）立醫療衛生院所相關人員。

四、全國體育運動單項學會/協會/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 107 年 5 月 15 日（星期二）起至 6 月 8 日（星期五）。

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，請逕至「教育部體育署體適能網站」最新消息處（www.fitness.org.tw）進行報名。

✾ 電話：02-77346876。　✾ 聯絡人：中華民國體育學會劉玉潔小姐。

二、僅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）。

玖、參加費用：

錄取學員每人繳交培訓課程費用新臺幣 500 元整（含課程資料、午膳、保險等費用，不含住宿；檢定考試免費），並請配合各場次承辦單位之通知，於期限內（6/22）繳交費用，逾期未繳者視同放棄錄取，由承辦單位遞補之。

拾、錄取方式：

一、各場次錄取200名為原則，每場於報名截止後以102-106年度教育部體育署委託設立之國民體適能檢測站相關人員優先錄取為原則，其他依身分別、地域別及報名先後順序等錄取。

二、錄取名單將於107年6月15日（星期五）下午6時前公佈，請逕至教育部體育署體適能網站查詢（www.fitness.org.tw），錄取學員請配合各場次承辦單位之通知，於6月22日（星期五）前繳交培訓課程費用，逾期未繳者視同放棄錄取，並由承辦單位遞補之。未錄取者不再另行通知。

拾壹、附則：

一、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、錄取且繳費後，因故無法參與者，請於**107年6月29日（星期五）下午5時**前告知各場次承辦單位，逾期恕難以退費。

（一）童　綜　合　醫　院：陳國興先生，04-26581919*4802。

（二）高雄市立大同醫院：林士峰先生，0984-187955。

（三）國立臺灣師範大學：朱瓊苓小姐，02-77343229。

四、培訓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。

拾貳、本計畫經教育部體育署核准後實施，修正時亦同。

附件 2

107 年度國民體適能檢測員培訓暨檢定課程表

臺中場次（童綜合醫院）

<table>
<tr><th>7 月 13 日（星期五）</th><th>7 月 14 日（星期六）</th><th>7 月 15 日（星期日）</th></tr>
<tr><td>08：20-08：50 報到</td><td rowspan="2">08：10-10：00
平衡能力檢測
實務操作
（高素貞教授）</td><td>07：40-08：00 預 備</td></tr>
<tr><td>08：50-09：00 課程說明</td><td>08：00-08：50 學科檢定</td></tr>
<tr><td>09：00-10：30
國民體適能檢測
與健康評估
（林嘉志教授）</td><td rowspan="2">10：10-12：00
心肺耐力檢測
實務操作
（吳慧君教授）</td><td rowspan="2">09：20-10：50
術科檢定（一）</td></tr>
<tr><td>10：40-12：10
運動安全、傷害預防
與緊急處理
（高素貞教授）</td></tr>
<tr><td colspan="3">午 餐 時 間</td></tr>
<tr><td>13：30-15：20
身體組成檢測
實務操作
（林嘉志教授）</td><td rowspan="2">13：30-17：20
肌力及肌耐力檢測
實務操作
【含瞬發力檢測】
（蔡葉榮教授）</td><td>13：30-15：00
術科檢定（三）</td></tr>
<tr><td>15：30-17：20
柔軟度檢測
實務操作
（蔡秀華教授）</td><td>15：10-16：40
術科檢定（四）</td></tr>
<tr><td colspan="2">課 後 自 習 與 討 論</td><td>賦歸</td></tr>
</table>

107年度國民體適能檢測員培訓暨檢定課程表

高雄場次（高雄醫學大學）

<table>
<tr><th>7月20日（星期五）</th><th>7月21日（星期六）</th><th>7月22日（星期日）</th></tr>
<tr><td>08：20-08：50 報到</td><td rowspan="2">08：10-10：00
平衡能力檢測
實務操作
（林麗娟教授）</td><td>07：40-08：00 預 備</td></tr>
<tr><td>08：50-09：00 課程說明</td><td>08：00-08：50 學科檢定</td></tr>
<tr><td>09：00-10：30
國民體適能檢測
與健康評估
（卓俊辰教授）</td><td rowspan="2">10：10-12：00
心肺耐力檢測
實務操作
（吳慧君教授）</td><td rowspan="2">09：20-10：50
術科檢定（一）</td></tr>
<tr><td>10：40-12：10
運動安全、傷害預防
與緊急處理
（高素貞教授）</td></tr>
<tr><td colspan="3">午 餐 時 間</td></tr>
<tr><td>13：30-15：20
身體組成檢測
實務操作
（羅詩文教授）</td><td rowspan="2">13：30-17：20
肌力及肌耐力檢測
實務操作
【含瞬發力檢測】
（林晉利教授）</td><td>13：30-15：00
術科檢定（三）</td></tr>
<tr><td>15：30-17：20
柔軟度檢測
實務操作
（蔡秀華教授）</td><td>15：10-16：40
術科檢定（四）</td></tr>
<tr><td colspan="2">課 後 自 習 與 討 論</td><td>賦歸</td></tr>
</table>

107年度國民體適能檢測員培訓暨檢定課程表

臺北場次（國立臺灣師範大學）

<table>
<tr><th>7月27日（星期五）</th><th>7月28日（星期六）</th><th>7月29日（星期日）</th></tr>
<tr><td>08：20-08：50 報到</td><td rowspan="2">08：10-10：00
平衡能力檢測
實務操作
（林麗娟教授）</td><td>07：40-08：00 預 備</td></tr>
<tr><td>08：50-09：00 課程說明</td><td>08：00-08：50 學科檢定</td></tr>
<tr><td>09：00-10：30
國民體適能檢測
與健康評估
（卓俊辰教授）</td><td rowspan="2">10：10-12：00
心肺耐力檢測
實務操作
（吳慧君教授）</td><td rowspan="2">09：20-10：50
術科檢定（一）</td></tr>
<tr><td>10：40-12：10
運動安全、傷害預防
與緊急處理
（高素貞教授）</td></tr>
<tr><td colspan="3">午 餐 時 間</td></tr>
<tr><td>13：30-15：20
身體組成檢測
實務操作
（羅詩文教授）</td><td rowspan="2">13：30-17：20
肌力及肌耐力檢測
實務操作
【含瞬發力檢測】
（林晉利教授）</td><td>13：30-15：00
術科檢定（三）</td></tr>
<tr><td>15：30-17：20
柔軟度檢測
實務操作
（蔡秀華教授）</td><td>15：10-16：40
術科檢定（四）</td></tr>
<tr><td colspan="2">課 後 自 習 與 討 論</td><td>賦歸</td></tr>
</table>