

106.1 學年度運動能力補測同學及轉學生通知公告

運動能力補測同學及轉學生大家好：

- 一、107 年 5 月 18 日 12:30~13:30，將舉行 106 學年度第 2 學期運動能力未通過及轉學生之運動能力補檢測。
檢測項目為：1. 坐姿體前彎 2. 立定跳 3. 仰臥起座 4. 男生的 1600 公尺、女生的 800 公尺 5. 籃球運球上籃 6. 壘球擲準。請同學準時做補測，以求達到畢業門檻。
- 二、請自行查詢個人學生運動能力系統，未通過項目，可就此項目做補測。
- 三、請填寫檢測成績登錄表，姓名、學號、性別、入學年度欄請務必填寫，以便核對成績。
- 四、成績登錄單完成後，桃園校區請繳交：陳錦偉老師 分機 3171。
台北校區請繳交：王秀銀老師 分機 2326。
- 五、檢測地點：
桃園校區：室內籃球場
台北校區：室內羽球場
- 六、補測注意事項
 - 1、補測時需檢查學生證以確定學生身份。
 - 2、補測成績登錄表，姓名、學號、性別、入學年度欄請務必填寫。
 - 3、補測成績如未達到合格標準，不登錄在成績單上，請於下學期再補測。

※運動基本能力指標量化標準

能力項目	測驗內容	指標能力標準	
柔軟度能力	坐姿體前彎	男生 22 公分	女生 27 公分
爆發力能力	立定跳遠	男生 180 公分	女生 130 公分
肌耐力能力	一分鐘仰臥起坐	男生 30 次	女生 22 次
心肺能力	男生 1600 公尺、女生 800 公尺跑走	男生 585 秒	女生 320 秒
協調能力	一分鐘三點運球上籃	男生 5 個	女生 3 個
穩定能力	壘球肩上投球擲準男生 9 公尺、女生 8 公尺	男生 5 個	女生 5 個