

教育部體育署107學年度高雄市 體適能檢測站成果報告書

樹人醫護管理專科學校體適能檢測站



指導單位：教育部體育署

主辦單位：高雄市政府教育局

承辦單位：樹人醫護管理專科學校學務處體育運動組

協辦單位：本校學務處生輔組、衛保組、課指組

計畫負責人：饒秋琴

日期：中華民國 107 年 10 月至 108 年 6 月

目 錄

壹、前言.....	2
貳、計畫目標.....	3
參、實施經過.....	4
肆、執行成果.....	13
伍、計畫成果自評.....	23
陸、建議.....	24

壹、前言

為推展全民健康生活觀念，促進學校重視學生體適能之發展、增加學生身體鍛鍊，並養成學生規律運動的習慣，特依據教育部「107-108 年度配合十二年國教一體適能檢測站擴充計畫」，設置標準化之體適能檢測場所，提供體適能納入升學計分具公信力之成績，以便高雄及台南地區國中及高中職學生參與體適能檢測。

現代科技發達，物質文明進步帶給人類日常生活諸多便利，但也帶來不少有害健康的危險因子。網路資訊的發達，改變了青少年的生活習慣；交通工具的便捷，減少了身體活動的機會。因此，政府確有必要提供國人更多正確身體活動的知識與概念，基於全民健康體適能之推展，教育部自 97 年度起分別於北、中、南三區，有計畫的舉辦體適能指導員研習活動，藉此以培訓更多基層體適能指導員，投入全民健康體適能之推廣工作，並於南、北兩地成立體適能檢測站，辦理統一標準之檢測工作，然具標準之檢測站屈指可數，實無法普遍有效的推展。

基於體適能檢測站之普遍性與方便性考量，本校位於中山高速公路路竹交流道，位處於高雄及台南兩大會區之間，緊鄰台一線省道，臨近國、高中職學校密集，交通便利。近年首次辦理體適能檢測站之設置，培養檢測之專業人才，規劃整體檢測項目、方法及實施程序，並參考大學術科考試方式及全民英文檢定之形式，且於實施檢測後針對整個過程加以評估檢討，確立公平公正的檢測標準辦法及流程。

藉由樹人醫專體適能檢測站的成立及廣為宣傳檢測相關訊息，導引國小、國

中及高中職體育教學的正常化，透過體育成就達到升學目的的模式，使運動成績表現納入升學計分的制度能更落實，因此於樹人醫護管理專科學校專設置體適能檢測站確有其必要性。本校今年度申請成立設教育部置體適能檢測站，服務參與接受檢測同學 1725 人次，每次均以最嚴謹態度執行教育部所委託之任務，幸均能圓滿達成，未來仍將持續服務同學，辦理相關體適能檢測工作。

貳、計畫目標

樹人醫護管理專科學校體適能檢測站目標在提供完整檢測之配套措施及標準的檢測方法，並藉此加學生體適能觀念，建立溝通平台，促進學生、學校、家長及社會大眾重視體育與健康，並養成規律運動習慣，提升生活品質。

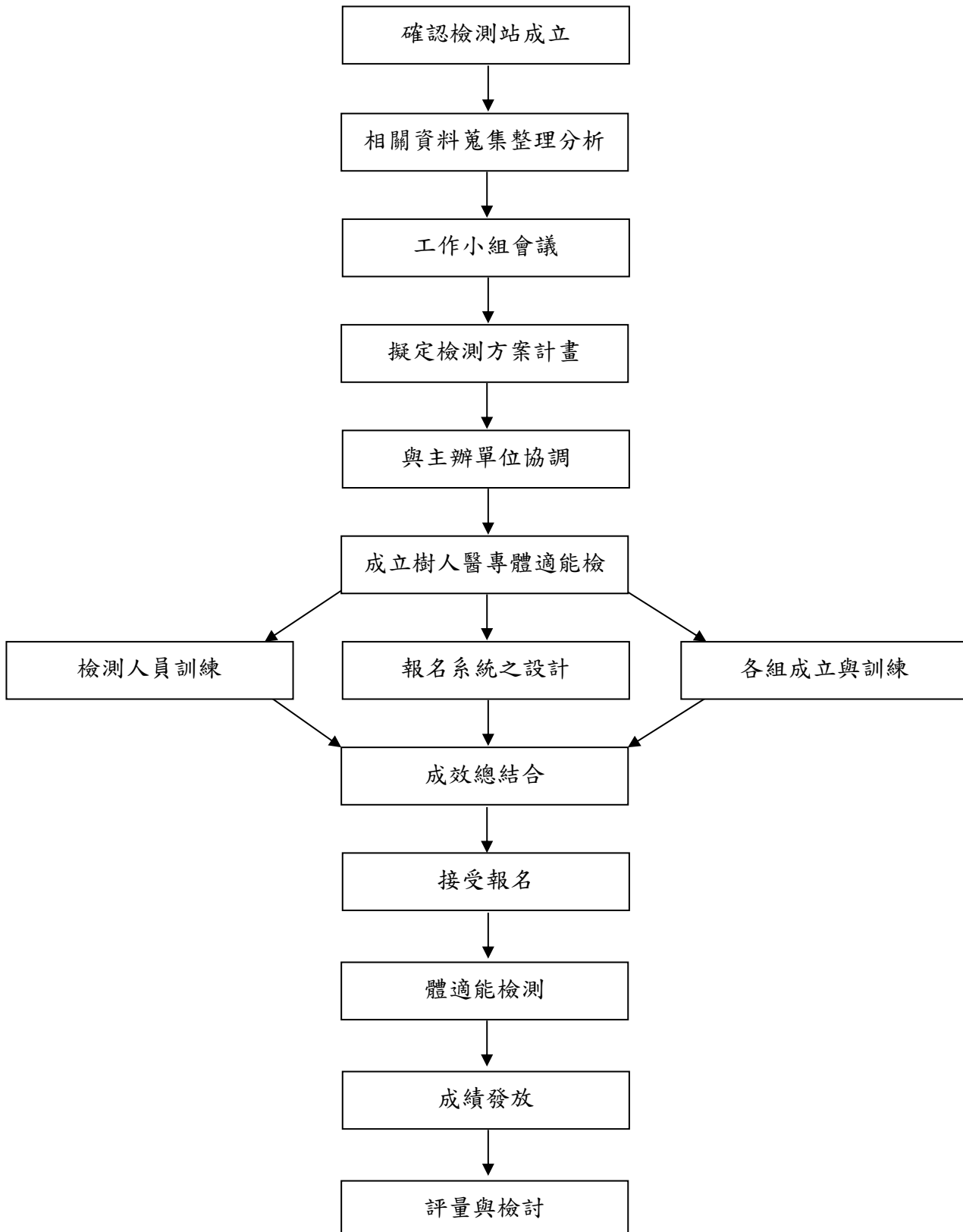
一、短程目標：提供台灣南部地區國中及高中職學生之檢測服務，並提供公平公正之體適能檢測成績。

二、中長程目標：累積辦理經驗，冀望未來提供體適能諮詢，成立台灣南部地區體適能推廣中心。

參、實施經過

一、計畫實施流程

為達成計畫之目標，在確立計畫主軸後，規劃執行流程如下：



二、規劃內容

- (一) 籌劃小組進行資料蒐集。
- (二) 加強南部地區國高中學校宣導檢測計畫。
- (三) 檢測站設立。
- (四) 檢測人員以聘任具備中華民國體育學會初級體適能指導員證者為原則，以求檢測之統一、公平、公正。
- (五) 檢測站報名系統規劃。
- (六) 檢測站場地器材及流程演練。
- (七) 接受報名。
- (八) 檢測工作協調會及試務人員的會議。
- (九) 發放檢測准考證。
- (十) 每梯次預計 400 人檢測人數，檢測後並發放成績證明。
- (十一) 測驗結束後舉行過程評量、檢討及成效評估。

三、檢測站之設立優勢

在推動體適能檢測計畫案雖有挑戰性，但經評估的結果可行性相當高，樹人醫護管理專科學校成立體適能檢測站之優點如下：

- (一)、本校除了位於路竹交流道旁，地點適中，交通便利，有利於南區體適能檢測訊息及方便性，校內並具停400輛汽車以上的停車場，停車方便。
- (二)、本校重視體適能的推展，設置有體適能中心，提昇學生之體適能及增加其身體活動量。
- (三)、本校行政支援佳及人員配合度高，設有體運組及體育志工服務團隊，全體師生全力推動體適能檢測工作，有利於體適能檢測站之運作。

(四)、本校採用全國統一的檢測站標準辦法，並有完整的檢測器材。

(五)、目前本校聘請合格檢測人員人數為 15 人，並積極鼓勵本校師生繼續取得合格檢測證照。

四、執行進度

本年度計畫執行自107年11月起至108年6月，共執行六梯次檢測工作，詳如下表所示。

期程 工作內容		107	107	107	107	107	107	107	108	108	108	108	108	108
		06	07	08	09	10	11	12	1	2	3	4	5	6
檢測站設立申請		■												
參與檢測站設立說明會			■											
各組工作協調會議與確認工作分配			■											
修訂檢測簡章與寄發簡章				■	■									
第一 二 梯 次 檢 測	報名作業				■	■								
	准考證寄發及監試人員聘請作業						■	■						
	檢測行前會議							■						
	檢測及檢測成績單寄發作業							■						
	檢討會議							■						
第三 四 梯 次 檢 測	報名作業							■	■					
	准考證寄發及監試人員聘請作業								■	■				
	檢測行前會議									■				
	檢測及檢測成績單寄發作業									■				
	檢討會議									■				
第五 六 梯 次 檢 測	報名作業								■	■				
	准考證寄發及監試人員聘請作業									■	■			
	檢測行前會議										■			
	檢測及檢測成績單寄發作業										■			
	檢討會議											■		
總檢討會議-確認報告書內容與總檢討												■	■	
參與檢測站設立檢討論													■	■
經費核銷完畢並報教育部結案														■

五、檢測站工作分配表

時 間：107 年 10 月 11 日至 108 年 6 月 30 日

地 點：樹人醫護管理專科學校活動中心 300 公尺田徑場

組別	工 作 要 項	成 員
行政組	1.發工作協調會會議通知（書面、電話確認）。 2.發函 (1) 邀請監考委員 (2) 監考委員謝函 3. 調查各組工讀生人數、便當及飲料數量。 4. 準備兩天備案之雨衣 50 件、來賓的帽子。 5. 訂購便當（含素）、飲料、裁判點心、帽子及哨子。 6. 發放裁判費、工讀生費用。 7. 經費結算及核銷。 8. 發工作檢討會會議通知。 9. 準備對講機：行政組、檢測組、試務組、場地器材組共 4 支。	組長： 饒秋琴
檢測組	1.檢測前： (1) 依檢測規程協商擬聘裁判人數。 (2) 聯繫邀聘檢測裁判。 (3) 檢視並準備裁判所需用之各項表格及文具。 2.檢測期間： (1) 安排檢測裁判會議。 (2) 支援各項檢測裁判工作。 (3) 聯繫及協調裁判組與其他各組之工作問題。 3.檢測結束頒發檢測聘請證書。	組長： 宋壬夫
場地器材組	1.準備各項考試所需器材及用品。 2.整修各項考試場地。 3.準備考試場地：如畫線、加點、插旗標等。 4.佈置各項比賽之設備及器材。 5.點收使用之器材，歸回原位。 6.其他有關場地器材組事宜。 7.場地小組：(1) 場地的清潔工作（約一星期前）(2) 桌椅擺放。	組長： 張文山

試務組	<p>一、報到</p> <p>1.檢測前：(1) 確定報到工作人員人數。 (2) 檢視報到組所需器材是否齊全。</p> <p>2.檢測中：(1) 依考試時間表並配合實際考試進度，提前 20 分鐘實施報到點名。 (2) 確實與裁判組人員配合，以維持檢測進行之順暢。</p> <p>3.其他有關報到組事宜。</p> <p>二、記錄</p> <p>1.檢測前：(1) 成績記錄表。(包括公佈用、存檔用) (2) 成績報告單之準備。 (3) 提供更新之成績。 (4) 準備筆記型電腦及印表機。</p> <p>2.檢測中：填寫成績報告單分送報告組並公佈。</p> <p>3.檢測後：整理成績記錄表分送行政組存檔。</p> <p>4.其他有關記錄組事宜。</p> <p>三、報告</p> <p>1.請事務組於賽前一天檢測好擴音及電源設備。</p> <p>2.大會時播報考試狀況。</p> <p>3.宣導：(1) 救護站位置。(2) 垃圾分類。(3) 貴重物品防竊。</p> <p>4.請檢錄組及時送達考試正確名單。</p>	組長： 林孟儒
體育志工組	<p>1.檢測前：(1) 體育志工訓練。 (2) 體育志工任務分配。</p> <p>2.檢測後：(1) 檢測站場地整理復原。 (2) 檢測站器材整理及盤點。</p>	組長： 蔡淳縉
醫務組	<p>1.請事務組支援部份： 懸掛救護站旗幟於救護站附近(救護站地點設置於體育館)，並於救護站內備桌椅。</p> <p>2.請支援部份： (1) 於救護站先備妥體操墊數塊，供受傷學生休息用。 (2) 製冰機請於比賽前二日先行製冰使用。 (3) 請提供一些運動飲料於救護站供急救用。 (4) 請在考試前一天將氧氣、擔架搬至救護站。</p> <p>3.支援護士若干人。</p> <p>4.準備氧氣、擔架、醫療用藥及敷料。</p>	組長： 吳貞錠

六、場地設施圖

檢測場地的安排以校區之室外場地與室內場地(如圖 1)為主,其場地分配為:
1.室外場地:800/1600 公尺跑走。2.室內場地:身高/體重、一分鐘屈膝仰臥起坐、
坐姿體前彎、立定跳遠。

地點	場地圖	規格
室外場地		300 公尺 田徑場
室內場地		2 個室內 籃球場

七、學校位置圖



八、校園平面圖



- | | | | |
|----------|---------------------|----------|--------------------------------------|
| 1 | 汽車停車場 | A | A 棟教學大樓
(護理科、資管科、幼保科) |
| 2 | 機車停車棚 | B | B 棟教學大樓
(圖書館、文物館) |
| F | F 棟宿舍大樓
(學人女生宿舍) | C | C 棟教學大樓
(物治科、職治科、觀光科、
應英科、應日科) |
| E | E 棟宿舍大樓
(學人女生宿舍) | G | G 棟教學大樓
(醫影科、牙技科、游泳池) |
| D | D 棟宿舍大樓
(學人男生宿舍) | H | H 棟教學大樓
(美保科) |

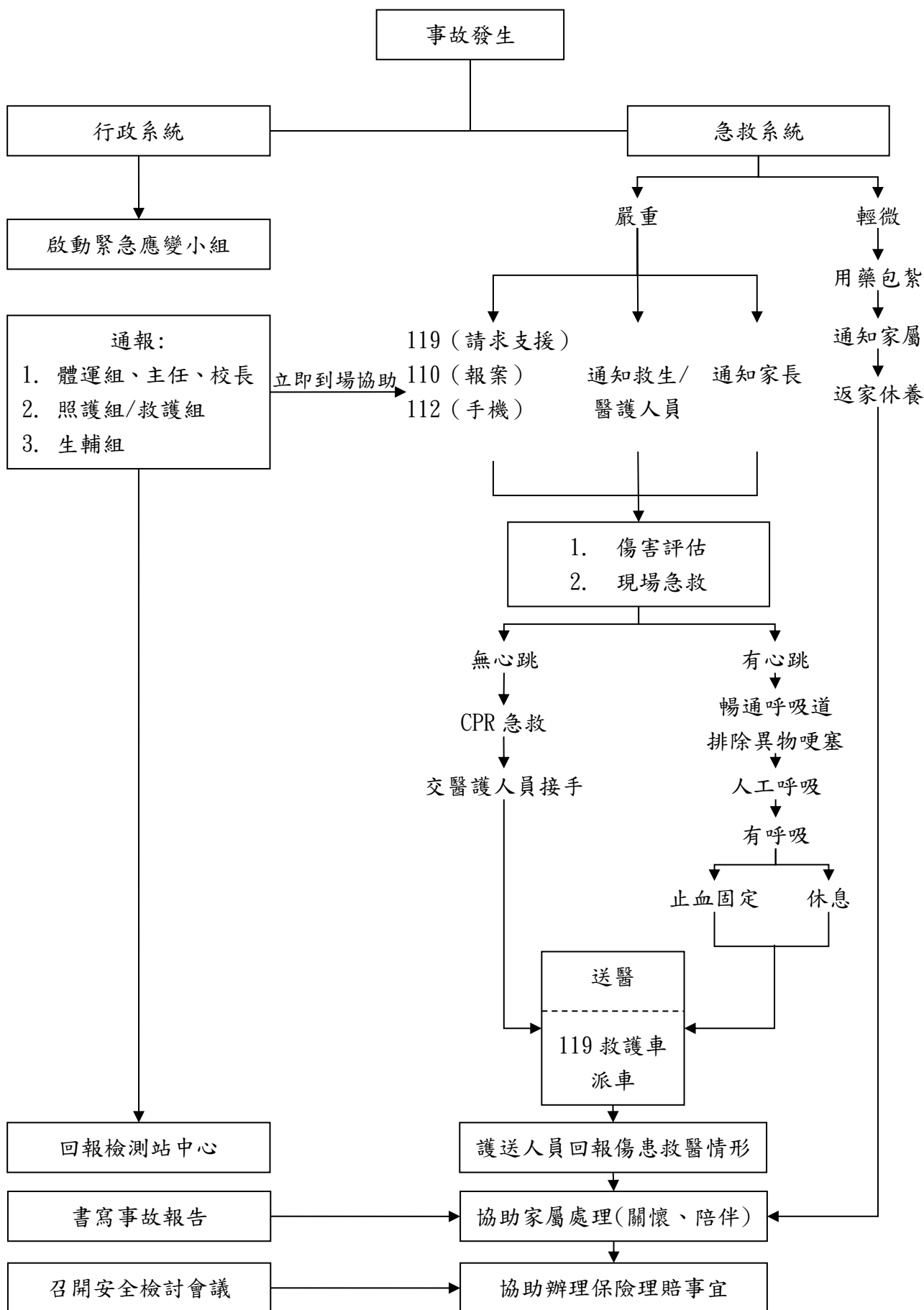
九、體適能檢測流程

檢測項目時間表：檢測站每梯次設定約 400 名考生，依實際報名人數安排檢測員及服務工作同學幫忙，檢測地點在樹人醫專，本年度共完成 6 梯次檢測，各梯次檢測流程及工作分配如下列附件。

日期	檢測項目	上午 07:30-12:00	備註
107 年 11 月 17 日 12 月 01 日 108 年 1 月 12 日 3 月 16 日 4 月 20 日 5 月 11 日	身高 體重	第一站	1.依報名人數區分成 4 組每組依分配場地檢測。 2.檢測場地： 活動中心/田徑場 3.800/1600 公尺跑走檢測時、請檢測依分組進行。 4.如因天候因素造成檢測無法如期進行，則由檢測站統一宣佈考試時程。
	坐姿體前彎	第二站	
	一分鐘屈膝仰臥 起坐	第三站	
	立定跳遠	第四站	
	800/1600 公尺跑 走	依序循環完成前四 項檢測再進行 第五站	

十、緊急應變及醫療處理流程

【緊急應變及醫療處理流程圖】



肆、執行成果

一、檢測人數

(一)本校體適能檢測站 107/11 ~ 108/05 年度各梯次報名及報到狀況統計表

梯次	報名人數			檢測人數			報到率		
	男	女	總	男	女	總	男	女	總
第一梯次11月17日 (107年度第5梯次)	229	162	391	197	134	331	86.03%	82.72%	84.65%
第二梯次12月1日 (107年度第6梯次)	235	163	398	183	131	314	77.87%	80.37%	78.89%
第三梯次1月12日 (108年度第1梯次)	231	167	398	188	147	335	81.39%	88.02%	84.17%
第四梯次3月16日 (108年度第2梯次)	244	132	376	221	124	345	90.57%	93.94%	91.76%
第五梯次4月20日 (108年度第3梯次)	216	108	324	172	87	259	79.63%	80.56%	79.94%
第六梯次5月11日 (108年度第4梯次)	112	79	191	82	59	141	73.21%	74.68%	73.82%
合計	1267	811	2078	1043	682	1725	81.45%	83.38%	82.21%

(二)體適能檢測站各梯次服務同仁

時間	工作人員	備註
第一梯次11月17日 (107年度第5梯次)	陳明堂校長、學務處蔡金仁主任、許書豪主任、魏君毓、張文山、饒秋琴、蔡淳縉、吳佩珊、曾長金、吳貞錠、幼保科宋壬夫、物治科林孟儒、護理科曾惠玟、秘書室宋雪萍、劉宜玲、教務處林小楨。	
第二梯次12月1日 (107年度第6梯次)	秘書室陳主任秘書雪、學務處蔡金仁主任、許書豪主任、魏君毓、張文山、饒秋琴、蔡淳縉、邱馨誼、周淑茹、幼保科宋壬夫、物治科林孟儒、護理科曾惠玟、秘書室宋雪萍、劉宜玲、教務處林小楨、劉春柳。	
第三梯次1月12日 (108年度第1梯次)	陳校長明堂、秘書室陳主任秘書雪、學務處蔡金仁主任、許書豪主任、張文山、饒秋琴、蔡淳縉、吳懿珊、洪宥靖、吳貞錠、曾長金、幼保科宋壬夫、物治科林孟儒、護理科曾惠玟、秘書室宋雪萍、劉宜玲、教務處林小楨、劉春柳。	

<p>第四梯次3月16日 (108年度第2梯次)</p>	<p>陳校長明堂、學務處蔡金仁主任、許書豪主任、魏君毓、饒秋琴、蔡淳縉、黃毓廷、薛淑娟、曾長金、幼保科宋壬夫、物治科林孟儒、護理科曾惠玟、秘書室宋雪萍、劉宜玲、教務處林小楨、劉春柳。</p>	
<p>第五梯次4月20日 (108年度第3梯次)</p>	<p>陳校長明堂、秘書室陳主任雪、學務處蔡金仁主任、許書豪主任、魏君毓、饒秋琴、蔡淳縉、陳郁涵、吳貞錠、曾長金、幼保科宋壬夫、物治科林孟儒、護理科曾惠玟、秘書室宋雪萍、劉宜玲、教務處林小楨、劉春柳。</p>	
<p>第六梯次5月11日 (108年度第4梯次)</p>	<p>陳校長明堂、秘書室陳雪主任、學務處蔡金仁主任、許書豪主任、魏君毓、饒秋琴、蔡淳縉、王銀寬、吳貞錠、曾長金、幼保科宋壬夫、物治科林孟儒、秘書室宋雪萍、劉宜玲、教務處劉春柳。</p>	

二、各梯次檢測人員名單

1. 檢測站名稱：樹人醫專 107 年度體適能檢測第 5 梯次

檢測日期： 107 年 11 月 17 日

證書字號	類別	姓名	負責項目
C1031125213	指導員	王泓琦	立定跳遠
P1031018	檢測員	吳瑞濱	立定跳遠
P1072080	檢測員	林育正	立定跳遠
P1042123	檢測員	黃順宗	立定跳遠
B1041218202	指導員	賴玉丹	仰臥起坐
P1061036	檢測員	徐梵軒	仰臥起坐
P1042155	檢測員	譚佩玉	仰臥起坐
P1053017	檢測員	黃梅珍	仰臥起坐
P1031038	檢測員	賴盈仁	仰臥起坐
P1061041	檢測員	張舒晴	仰臥起坐
P1072087	檢測員	高于婷	仰臥起坐
P1072011	檢測員	陳信宏	仰臥起坐
C10708300010	指導員	曹瀟云	坐姿體前彎
C0991045	指導員	許維哲	坐姿體前彎
P1063023	檢測員	林彥男	坐姿體前彎
P1053016	檢測員	張文山	身高體重

2. 檢測站名稱：樹人醫專 107 年度體適能檢測第 6 梯次

檢測日期： 107 年 12 月 1 日

證書字號	類別	姓名	負責項目
C1031125213	指導員	王泓琦	立定跳遠
C1060720108	指導員	廖柏峻	立定跳遠
P1072080	檢測員	林育正	立定跳遠
C1060720117	指導員	許慧茹	立定跳遠
P1072082	檢測員	蔡佳修	仰臥起坐
C1051025205	指導員	巫怡芬	仰臥起坐
P1053033	檢測員	洪裕淑	仰臥起坐
P1053017	檢測員	黃梅珍	仰臥起坐
P1031038	檢測員	賴盈仁	仰臥起坐
P1061041	檢測員	張舒晴	仰臥起坐
P1072087	檢測員	高于婷	仰臥起坐
P1061077	檢測員	楊賀鈞	仰臥起坐
C10708300010	指導員	曹瀨云	坐姿體前彎
C0991045	指導員	許維哲	坐姿體前彎
P1063023	檢測員	林彥男	坐姿體前彎
P1053016	檢測員	張文山	身高體重

3. 檢測站名稱：樹人醫專 108 年度體適能檢測第 1 梯次

檢測日期： 108 年 1 月 12 日

證書字號	類別	姓名	負責項目
B1041218202	指導員	賴玉丹	立定跳遠
C1060720108	指導員	廖柏峻	立定跳遠
P1031018	檢測員	吳瑞濱	立定跳遠
C1060720117	指導員	許慧茹	立定跳遠
P1072082	檢測員	蔡佳修	仰臥起坐
C1051025205	指導員	巫怡芬	仰臥起坐
P1031018	檢測員	溫清瑞	仰臥起坐
P1053017	檢測員	黃梅珍	仰臥起坐
P1031038	檢測員	賴盈仁	仰臥起坐
P1061077	檢測員	楊賀鈞	仰臥起坐
P1072087	檢測員	高于婷	仰臥起坐
P1072011	檢測員	陳信宏	仰臥起坐
C10708300010	指導員	曹瀨云	坐姿體前彎
C0991045	指導員	許維哲	坐姿體前彎
P1063023	檢測員	林彥男	坐姿體前彎
P1053016	檢測員	張文山	身高體重

4. 檢測站名稱：樹人醫專 108 年度體適能檢測第 2 梯次

檢測日期： 108 年 3 月 16 日

證書字號	類別	姓名	負責項目
B1041218202	指導員	賴玉丹	立定跳遠
C1060720108	指導員	廖柏峻	立定跳遠
P1053051	檢測員	陳俊廷	立定跳遠
C1060720117	指導員	許慧茹	立定跳遠
P1042123	檢測員	黃順宗	仰臥起坐
C1051025205	指導員	巫怡芬	仰臥起坐
P1031018	檢測員	溫清瑞	仰臥起坐
P1053017	檢測員	黃梅珍	仰臥起坐
P1031038	檢測員	賴盈仁	仰臥起坐
P1061077	檢測員	楊賀鈞	仰臥起坐
P1072087	檢測員	高于婷	仰臥起坐
P1042155	檢測員	譚佩玉	仰臥起坐
C10708300010	指導員	曹瀨云	坐姿體前彎
C0991045	指導員	許維哲	坐姿體前彎
C1031125213	指導員	王泓琦	坐姿體前彎
P1053016	檢測員	張文山	身高體重

5. 檢測站名稱：樹人醫專 108 年度體適能檢測第 3 梯次

檢測日期： 108 年 4 月 20 日

證書字號	類別	姓名	負責項目
B1041218202	指導員	賴玉丹	立定跳遠
C1060720108	指導員	廖柏峻	立定跳遠
P1072080	檢測員	林育正	立定跳遠
C1060720117	指導員	許慧茹	立定跳遠
P1053051	檢測員	陳俊廷	仰臥起坐
P1031018	檢測員	吳瑞濱	仰臥起坐
P1031018	檢測員	溫清瑞	仰臥起坐
P1053017	檢測員	黃梅珍	仰臥起坐
P1031038	檢測員	賴盈仁	仰臥起坐
P1042123	檢測員	黃順宗	仰臥起坐
P1042155	檢測員	譚佩玉	仰臥起坐
P1061041	檢測員	張舒晴	仰臥起坐
C10708300010	指導員	曹瀨云	坐姿體前彎
C0991045	指導員	許維哲	坐姿體前彎
B1061103316	指導員	王泓琦	坐姿體前彎
P1053016	檢測員	張文山	身高體重

6. 檢測站名稱：樹人醫專 108 年度體適能檢測第 4 梯次

檢測日期：108 年 5 月 11 日

證書字號	類別	姓名	負責項目
C1051025205	指導員	巫怡芬	立定跳遠
C1060720108	指導員	廖柏峻	立定跳遠
P1061077	檢測員	楊賀鈞	立定跳遠
C1060720117	指導員	許慧茹	立定跳遠
P1053051	檢測員	陳俊廷	仰臥起坐
P1053033	檢測員	洪裕淑	仰臥起坐
P1042155	檢測員	譚佩玉	仰臥起坐
P1072087	檢測員	高于婷	仰臥起坐
P1042123	檢測員	黃順宗	仰臥起坐
P1072080	檢測員	林育正	坐姿體前彎
C1031125214	指導員	溫清瑞	坐姿體前彎
C0991045	指導員	許維哲	坐姿體前彎
P1063023	檢測員	林彥男	坐姿體前彎
P1053016	檢測員	張文山	身高體重
C10708300010	指導員	曹瀨云	身高體重


6、樹人醫專 107-108 年度體適能檢測工作流程及分工表

時間	項目/內容	場地/器材	檢測老師	助理檢測人員
07：00	工作人員集合(簽到)	活動中心	饒秋琴老師	
	交通服務人員	圓環 車道	軍訓室 當日值班教官	5 員交通服務隊 學生
07：30 ~ 09：00	場地組(協助器材場地布置、指示牌、畫線)	檢測地點：活動中心 (300 公尺跑道田徑場)	張文山辦事員	
07：30 ~ 08：00	學生報到	活動中心	饒秋琴組長	
08：00	主、監視檢測員報到暨工作分配會議 (注意事項說明、領取資料) 考生資料錯誤更正	公佈欄 電腦 列表機 成績輸入	饒秋琴組長 宋壬夫老師 林孟儒老師	
08：30 ~ 08：45	暖身操	活動中心	蔡淳縉老師	
08：50 10：00	開始檢測(四站同時進行) 8：30 就定位	活動中心	分組帶隊	舉牌*4
		醫務站	衛保組	護理師


分四組 每組 100 人				
		攝影組 拍照	志工	
	第一站 8:30 就定位 身高、體重(1 組) 站長：蔡淳縉	身高體重計	1 外聘	紀錄*2 協助*2 引導*1
	第二站 8:30 就定位 坐姿體前彎(3 組) 站長：張旭廷	柔軟度測定器、登階座	1 外聘	學生*3 引導*1
			2 外聘	
			3 外聘	
		攝影組		學生*1
	第三站 8:30 就定位 屈膝仰臥起坐(8 組) 站長：宋壬夫	軟墊、手套、計時器、 哨子、延長線	1 外聘	協助壓腿*8 計時*1 引導*2
			2 外聘	
			3 外聘	
4 外聘				
5 外聘				
6 外聘				
7 外聘				
		8 外聘		
	攝影組		學生*1	
第四站 8:30 就定位 立定跳遠(3 組) 站長：張文山	立定跳墊、皮尺、止滑 粉、雙面膠、膠帶	1 外聘	紀錄*4 引導*2 人 擦拭跳墊*4	
		2 外聘		
		3 外聘		
	攝影組		學生*1	

時間	項目/內容	場地/器材	檢測老師	助理檢測人員
10:20 12:00 分六組	10:20	攝影 檢錄		學生名單
	第一組 10:20 就定位 800 公尺女生	碼錶 6、紀錄簿 8、 背心 (8 色 1-10 號)	8 名檢測員	16 名體育志工
	第二組 10:30 就定位 800 公尺女生)	碼錶 6、紀錄簿 8、 背心 (8 色 11-20 號)	8 名檢測員	16 名體育志工
	第三組 10:40 就定位 800 公尺女生	碼錶 6、紀錄簿 8、 背心 (8 色 1-10 號)	8 名檢測員	16 名體育志工
	第四組 10:50 就定位 1600 公尺男生	碼錶 6、紀錄簿 8、 背心 (8 色 11-20 號)	8 名檢測員	16 名體育志工
	第五組 11:15 就定位 1600 公尺男生	碼錶 6、紀錄簿 8、 背心 (8 色 1-10 號)	8 名檢測員	16 名體育志工
	第六組 11:25 就定位 1600 公尺男生	碼錶 6、紀錄簿 8、 背心 (8 色 11-20 號)	8 名檢測員	16 名體育志工
12:00	賦歸			


三、透過教育部體育署體適能網站宣導



教育部體育署體適能網站



- 最新消息
- 體適能介紹
- 體適能測驗
- 體適能常模
- 線上評估
- 建議處方
- 體適能遊戲
- 教學參考
- 資料下載
- 相關網站



樂跑四季
RUN遊臺灣百岳

讓我們一起用跑步的方式,樂登臺灣百岳吧!
完成任務還有機會獲得大獎唷!

活動日期:105/3/21-12/31

樂跑四季-RUN遊臺灣百岳!
透過跑步大挑戰登錄跑步里程數,完成任務還有機會抽大獎呢!

最新消息 更多...

- 【2016/04/22】教育部體育署105年度國民體適能指導員授證事務公告
- 【2016/04/15】教育部體育署105年度國民體適能指導員換補發證照事務公告
- 【2016/04/15】教育部體育署105年度國民體適能專業人才培育相關活動期程與地點等事務公告
- 【2016/04/06】教育部體育署105年度國民體適能專業人才說明會--錄取事務
- 【2016/03/28】教育部體育署105年度國民體適能檢測員培育研習會(含檢定)--開始報名簡
- 【2015/12/18】104年度國民體適能指導員合格名單
- [【2015/12/15】想參加體適能檢測\(限學生\)嗎??進來看看哪些地方/時間有在舉辦!!](#)
- 【2015/10/28】104-105國民體適能檢測站設站(非學生且無成績證明)一覽表-新

學生檢測報名資訊

新北市立正德國中 第7梯次 2016-05-28舉行 開放報名中

國民體適能檢測梯次資訊

請參考其他更多報名梯次

•其它更多梯次訊息

學校教師

- [體適能資料上傳](#)
- [游泳與自救能力上傳](#)
- [檢測站團體報名](#)
- [檢測站報名管理](#)

學生 / 家長

- [體適能超額比序資訊網](#)
- [檢測站個人報名](#)
- [健康體育網路護照](#)
- [跑步大撲滿](#)
- [跑步知識](#)

全民

- [國民體適能檢測站-設站單位用](#)
- [國民體適能檢測梯次及訊息](#)
- [國民體適能檢測-個人歷年體適能評估](#)

四、執行成果留影





立定跳遠



坐姿體前彎



救護站



四站全景



攝影監控心肺計時器



放棄檢測填表處



1600M 檢測前說明



仰臥起坐一位檢測另一位準備



救護站設置於司令台



終點攝影監控



仰臥起坐攝影監控



立定跳遠攝影監控



身高體重



考生進入考場

伍、檢測員簽到

教育部體育署 107-108 年度「配合十二年國教-體適能
檢測站設置計畫」檢測人員名單回報表

檢測站名稱：樹人醫專 107 年度體適能檢測第五梯次
檢測日期：107 年 11 月 17 日

範例：

檢測梯次辦理前填寫			檢測辦理後填寫		
證書字號	類別	姓名	負責項目	簽到	備註
C0971002	指導員	楊小龍	坐姿體前彎		
T1011001	檢測員	王小明	坐姿體前彎		

檢測梯次辦理前填寫			檢測辦理後填寫		
證書字號	類別	姓名	負責項目	簽到	備註
C1031125213	指導員	王泓琦	立定跳遠	王泓琦	
P1031018	檢測員	吳瑞濱	立定跳遠	吳瑞濱	
P1072080	檢測員	林育正	立定跳遠	林育正	
P1042123	檢測員	黃順宗	立定跳遠	黃順宗	
P1072082	檢測員	蔡佳修	仰臥起坐	蔡佳修	
P1061036	檢測員	徐楚軒	仰臥起坐	徐楚軒	
P1042155	檢測員	譚佩玉	仰臥起坐	譚佩玉	
P1053017	檢測員	黃梅珍	仰臥起坐	黃梅珍	
P1031038	檢測員	賴益仁	仰臥起坐	賴益仁	
P1061041	檢測員	張舒晴	仰臥起坐	張舒晴	
P1072087	檢測員	高千婷	仰臥起坐	高千婷	
P1072011	檢測員	陳信宏	仰臥起坐	陳信宏	
C10708300010	指導員	曹淑云	坐姿體前彎	曹淑云	
P1031018	檢測員	溫清瑞	坐姿體前彎	溫清瑞	
P1063023	檢測員	林彥男	坐姿體前彎	林彥男	
P1053016	檢測員	張文山	身高體重	張文山	

□為配合檢測站業務需求，本人於執行檢測工作時，同意檢測站進行攝影
本表請於檢測梯次辦理前(至少 3 日)回報「檢測人員名單」，並請於檢測梯次結束後 1 週內回
報檢測人員出席情況；寄電子檔至 rocnspc89317285@gmail.com。

檢測站承辦人簽章： 檢測站核章(圖戳章)：

教育部體育署 107-108 年度「配合十二年國教-體適能
檢測站設置計畫」檢測人員名單回報表

檢測站名稱：樹人醫專 107 年度體適能檢測第六梯次
檢測日期：107 年 12 月 1 日

範例：

檢測梯次辦理前填寫			檢測辦理後填寫		
證書字號	類別	姓名	負責項目	簽到	備註
C0971002	指導員	楊小龍	坐姿體前彎		
T1011001	檢測員	王小明	坐姿體前彎		

檢測梯次辦理前填寫			檢測辦理後填寫		
證書字號	類別	姓名	負責項目	簽到	備註
B1061103316	指導員	王泓琦	立定跳遠	王泓琦	
C1060720108	指導員	廖柏峻	立定跳遠	廖柏峻	
P1072080	檢測員	林育正	立定跳遠	林育正	
C1060720117	指導員	許慧茹	立定跳遠	許慧茹	
P1072082	檢測員	蔡佳修	仰臥起坐	蔡佳修	
C1051025205	指導員	孟怡芬	仰臥起坐	孟怡芬	
P1053033	檢測員	洪裕澈	仰臥起坐	洪裕澈	
P1053017	檢測員	黃梅珍	仰臥起坐	黃梅珍	
P1031038	檢測員	賴益仁	仰臥起坐	賴益仁	
P1061041	檢測員	張舒晴	仰臥起坐	張舒晴	
P1072087	檢測員	高千婷	仰臥起坐	高千婷	
P1061077	檢測員	楊鈞鈞	仰臥起坐	楊鈞鈞	
C10708300010	指導員	曹淑云	坐姿體前彎	曹淑云	
C0991045	指導員	許維哲	坐姿體前彎	許維哲	
P1063023	檢測員	林彥男	坐姿體前彎	林彥男	
P1053016	檢測員	張文山	身高體重	張文山	

□為配合檢測站業務需求，本人於執行檢測工作時，同意檢測站進行攝影
本表請於檢測梯次辦理前(至少 3 日)回報「檢測人員名單」，並請於檢測梯次結束後 1 週內回
報檢測人員出席情況；寄電子檔至 rocnspc89317285@gmail.com。

檢測站承辦人簽章： 檢測站核章(圖戳章)：

教育部體育署 107-108 年度「配合十二年國教-體適能
檢測站設置計畫」檢測人員名單回報表

檢測站名稱：樹人醫專 108 年度體適能檢測第一梯次
檢測日期：108 年 1 月 12 日

範例：

檢測梯次辦理前填寫			檢測辦理後填寫		
證書字號	類別	姓名	負責項目	簽到	備註
C0971002	指導員	楊小龍	坐墊體前臂		備註表別，由 C0971001 王小明暫代
T1011001	檢測員	王小明	坐墊體前臂		

檢測梯次辦理前填寫			檢測辦理後填寫		
證書字號	類別	姓名	負責項目	簽到	備註
B1041218202	指導員	賴玉丹	立定跳遠	張文山	備註表別，由 P106720108 楊小龍暫代
C1060720108	指導員	廖柏峻	立定跳遠	張文山	
P1031018	檢測員	吳瑞濱	立定跳遠	張文山	
C1060720117	指導員	許慧茹	立定跳遠	張文山	
P1072082	檢測員	蔡佳修	仰臥起坐	張文山	
C1051025205	指導員	巫怡芬	仰臥起坐	張文山	
P1031018	檢測員	溫清瑞	仰臥起坐	張文山	
P1053017	檢測員	黃梅珍	仰臥起坐	張文山	
P1031038	檢測員	賴冠仁	仰臥起坐	張文山	
P1061077	檢測員	楊智鈞	仰臥起坐	張文山	
P1072087	檢測員	高子婷	仰臥起坐	張文山	
P1072011	檢測員	陳俊廷	仰臥起坐	張文山	
C10708300010	指導員	曹淑云	坐墊體前臂	張文山	
C0991045	指導員	許雅智	坐墊體前臂	張文山	
P1063023	檢測員	林彥男	坐墊體前臂	張文山	
P1053016	檢測員	張文山	身高體重	張文山	

□為配合檢測站業務需求，本人於執行檢測工作時，同意檢測站進行攝影
本表請於檢測梯次辦理前(至少 3 日)回報「檢測人員名單」，並請於檢測梯次結束後 1 週內回
報檢測人員出席情況；寄電子檔至 rocnsp@89317285@gmail.com。

樹人醫專 108 年度體適能檢測站 (圖章)：[圖章]

教育部體育署 107-108 年度「配合十二年國教-體適能
檢測站設置計畫」檢測人員名單回報表

檢測站名稱：樹人醫專 108 年度體適能檢測第二梯次
檢測日期：108 年 3 月 16 日

範例：

檢測梯次辦理前填寫			檢測辦理後填寫		
證書字號	類別	姓名	負責項目	簽到	備註
C0971002	指導員	楊小龍	坐墊體前臂		備註表別，由 C0971001 王小明暫代
T1011001	檢測員	王小明	坐墊體前臂		

檢測梯次辦理前填寫			檢測辦理後填寫		
證書字號	類別	姓名	負責項目	簽到	備註
B1041218202	指導員	賴玉丹	立定跳遠	張文山	備註表別，由 P106720108 楊小龍暫代
C1060720108	指導員	廖柏峻	立定跳遠	張文山	
P1031018	檢測員	吳瑞濱	立定跳遠	張文山	
C1060720117	指導員	許慧茹	立定跳遠	張文山	
P1042123	檢測員	黃耀宗	仰臥起坐	張文山	
C1051025205	指導員	巫怡芬	仰臥起坐	張文山	
P1031018	檢測員	溫清瑞	仰臥起坐	張文山	
P1053017	檢測員	黃梅珍	仰臥起坐	張文山	
P1031038	檢測員	賴冠仁	仰臥起坐	張文山	
P1061077	檢測員	楊智鈞	仰臥起坐	張文山	
P1072087	檢測員	高子婷	仰臥起坐	張文山	
P1042155	檢測員	譚佩玉	仰臥起坐	張文山	
C10708300010	指導員	曹淑云	坐墊體前臂	張文山	
C0991045	指導員	許雅智	坐墊體前臂	張文山	
B1061103316	指導員	王泓琦	坐墊體前臂	張文山	
P1053016	檢測員	張文山	身高體重	張文山	

□為配合檢測站業務需求，本人於執行檢測工作時，同意檢測站進行攝影
本表請於檢測梯次辦理前(至少 3 日)回報「檢測人員名單」，並請於檢測梯次結束後 1 週內回
報檢測人員出席情況；寄電子檔至 rocnsp@89317285@gmail.com。

樹人醫專 108 年度體適能檢測站 (圖章)：[圖章]

教育部體育署 107-108 年度「配合十二年國教-體適能
檢測站設置計畫」檢測人員名單回報表

檢測站名稱：樹人醫專 108 年度體適能檢測第三梯次
檢測日期：108 年 4 月 20 日

範例：

檢測梯次辦理前填寫			檢測辦理後填寫		
證書字號	類別	姓名	負責項目	簽到	備註
C0971002	指導員	楊小龍	坐墊體前臂		備註表別，由 C0971001 王小明暫代
T1011001	檢測員	王小明	坐墊體前臂		

檢測梯次辦理前填寫			檢測辦理後填寫		
證書字號	類別	姓名	負責項目	簽到	備註
B1041218202	指導員	賴玉丹	立定跳遠	張文山	備註表別，由 P106720108 楊小龍暫代
C1060720108	指導員	廖柏峻	立定跳遠	張文山	
P1072080	檢測員	林育正	立定跳遠	張文山	
C1060720117	指導員	許慧茹	立定跳遠	張文山	
P1053051	檢測員	陳俊廷	仰臥起坐	張文山	
P1031018	檢測員	吳瑞濱	仰臥起坐	張文山	
C1031125214	指導員	溫清瑞	仰臥起坐	張文山	
P1053017	檢測員	黃梅珍	仰臥起坐	張文山	
P1031038	檢測員	賴冠仁	仰臥起坐	張文山	
P1042123	檢測員	黃耀宗	仰臥起坐	張文山	
P1042155	檢測員	譚佩玉	仰臥起坐	張文山	
P1061041	檢測員	張舒暢	仰臥起坐	張文山	
C10708300010	指導員	曹淑云	坐墊體前臂	張文山	
C0991045	指導員	許雅智	坐墊體前臂	張文山	
B1061103316	指導員	王泓琦	坐墊體前臂	張文山	
P1053016	檢測員	張文山	身高體重	張文山	

□為配合檢測站業務需求，本人於執行檢測工作時，同意檢測站進行攝影
本表請於檢測梯次辦理前(至少 3 日)回報「檢測人員名單」，並請於檢測梯次結束後 1 週內回
報檢測人員出席情況；寄電子檔至 rocnsp@89317285@gmail.com。

樹人醫專 108 年度體適能檢測站 (圖章)：[圖章]

教育部體育署 107-108 年度「配合十二年國教-體適能
檢測站設置計畫」檢測人員名單回報表

檢測站名稱：樹人醫專 108 年度體適能檢測第四梯次
檢測日期：108 年 5 月 11 日

範例：

檢測梯次辦理前填寫			檢測辦理後填寫		
證書字號	類別	姓名	負責項目	簽到	備註
C0971002	指導員	楊小龍	坐墊體前臂		備註表別，由 C0971001 王小明暫代
T1011001	檢測員	王小明	坐墊體前臂		

檢測梯次辦理前填寫			檢測辦理後填寫		
證書字號	類別	姓名	負責項目	簽到	備註
C1051025205	指導員	巫怡芬	立定跳遠	張文山	
C1060720108	指導員	廖柏峻	立定跳遠	張文山	
P1061077	檢測員	楊智鈞	立定跳遠	張文山	
C1060720117	指導員	許慧茹	立定跳遠	張文山	
P1072082	檢測員	蔡佳修	仰臥起坐	張文山	
P1053033	檢測員	洪裕政	仰臥起坐	張文山	
P1042155	檢測員	譚佩玉	仰臥起坐	張文山	
P1072087	檢測員	高子婷	仰臥起坐	張文山	
P1042123	檢測員	黃耀宗	仰臥起坐	張文山	
P1072080	檢測員	林育正	坐墊體前臂	張文山	
C1031125214	指導員	溫清瑞	坐墊體前臂	張文山	
C0991045	指導員	許雅智	坐墊體前臂	張文山	
P1063023	檢測員	林彥男	坐墊體前臂	張文山	
P1053016	檢測員	張文山	身高體重	張文山	
C10708300010	指導員	曹淑云	身高體重	張文山	

□為配合檢測站業務需求，本人於執行檢測工作時，同意檢測站進行攝影
本表請於檢測梯次辦理前(至少 3 日)回報「檢測人員名單」，並請於檢測梯次結束後 1 週內回
報檢測人員出席情況；寄電子檔至 rocnsp@89317285@gmail.com。

樹人醫專 108 年度體適能檢測站 (圖章)：[圖章]

伍、計畫成果自評

本校設立體適能檢測站，因為配合教育部十二年國教，大多學校、家長及學生已建立起體適能的重要觀念，檢測人數相對慢慢提昇了許多，並且於活動前至各國高中學校宣傳，也達到了宣傳效果，除了讓家長及老師們了解到，更能讓學生們了解到運動的重要性，實際施行與計畫書內容大致能夠相符。

(三) 檢討改進措施

1. 透過本校及相關網站宣傳，並進一步請各國高中教師於課堂中加深這方面認知。

- 2.請各校多鼓勵學生參與類似檢測活動。
- 3.檢測安排時間儘量避開各校段考時間，以便各校學生有更高的參與度。
- 4.未來實施檢測站將加強宣導，提昇對於體適能檢測認識及檢測。
- 5.已積極向台南國中宣導體適能檢測以及列入申請入學加分項目。
- 6.將陸續宣導及安排體適能檢測相關活動。

二、達成預期目標情況

今年因檢測站較多，檢測人數分散在各站，故今年檢測人數未超過 2,000 人，未達成預期目標，因配合十二年國教之關係，也預計擴大為國高中生以上的學生做為檢測的對象，檢測過程中也非常的順暢。

陸、建議

- 一、未來檢測活動應配合大專院校、高中、高中職申請入學時間，符合考試效益。
- 二、教育部強力政策宣導，讓更多學生參加檢測站之檢測，更全面落實到各縣市學校之宣導。
- 三、報名系統應更加簡化，避免單一登錄系統動作繁雜才能快速完成報名手續，檢測系統功能應再提升。
- 四、本校辦理體適能檢測站往往一開放報名，造成瞬間秒殺，未能報上家長頻頻打電話抱怨，使同仁影響辦公，建議協會額滿後，報名系統可設置小視窗告知。
- 五、因台南市體適能成績採計已變更，相對影響本校第六梯次參加檢測人數。