

# 明道大學體育課程健康體適能檢測施行細則

民國 100 年 12 月 1 日 100 學年度第一學期第三次通識教育中心課程委員會議通過

民國 100 年 11 月 2 日 100 學年度第一學期第二次體育中心會議通過

- 一、依據本校「體育課程實施要點」第三點規定，特訂「明道大學體育課程健康體適能檢測施行細則」（以下簡稱本細則）。
- 二、健康體適能檢測採原班級上課為原則，實施對象為大學部一至四年級含延修生修習體育課之學生，檢測日期由體育中心公告，並由任課老師隨堂檢測。
- 三、檢測項目包含一分鐘屈膝仰臥起坐、坐姿體前彎、立定跳遠、女800/男1600公尺跑走。
- 四、健康體適能檢測項目與成績之評分標準，由體育中心公佈。
- 五、健康體適能檢測成績，占體育課程百分之二十成績，如未檢測者以零分計算。
- 六、本細則經體育中心會議通過，送通識教育課程委員會審議後實施。