

附件 1

教育部體育署 112 年度學生漸速耐力折返跑暨仰臥捲腹 推廣說明會實施計畫

壹、依據：教育部體育署 111 年 12 月 28 日第 111-02-068 號契約書辦理。

貳、目的：主要針對心肺適能及肌肉適能兩項新測驗操作進行說明，以利學校更清楚漸速耐力折返跑暨仰臥捲腹兩項體適能的測驗實作等相關事宜。

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

三、協辦單位：臺北市政府教育局、新北市政府教育局、桃園市政府教育局、臺中市政府教育局、臺南市政府教育局、高雄市政府教育局、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、說明會場次（參加對象可依情況選擇報名場次）

一、北區：4 場次

第一梯次：112 年 4 月 11 日（星期二）下午

地點：臺北市大同區蓬萊國小

第二梯次：112 年 4 月 18 日（星期二）上午

地點：臺北市士林區中國文化大學

第三梯次：112 年 5 月 2 日（星期二）下午

地點：桃園市中壢區元生國小

第四梯次：112 年 5 月 9 日（星期二）下午

地點：新竹市東區建功國小

二、中區：5 場次

第一梯次：112 年 5 月 16 日（星期二）下午

地點：苗栗縣後龍鎮新港國民中小學

第二梯次：112 年 5 月 23 日（星期二）下午

地點：臺中市南屯區惠文高中

第三梯次：112 年 5 月 30 日（星期二）下午

地點：彰化縣彰化市彰泰國中

第四梯次：112 年 6 月 6 日（星期二）下午

地點：雲林縣斗六市鎮南國小

第五梯次：112 年 6 月 13 日（星期二）下午

地點：南投縣埔里鎮埔里國中

三、南區：4 場次

第一梯次：112 年 7 月 4 日（星期二）下午

地點：嘉義縣朴子市東石國中

第二梯次：112 年 7 月 25 日（星期二）下午

地點：臺南市中西區國立臺南大學

第三梯次：112 年 7 月 26 日（星期三）下午

地點：高雄市鼓山區國立中山大學

第四梯次：112 年 8 月 1 日（星期二）下午

地點：屏東縣屏東市立明正國中

四、東區：2 場次

第一梯次：112 年 8 月 15 日（星期二）下午

地點：花蓮縣花蓮市明恥國小

第二梯次：112 年 8 月 16 日（星期三）下午

地點：臺東縣臺東市國立臺東大學

伍、實施對象：全國各大專校院、高中職、國中、國小負責體適能業務之教職人員。

陸、參與人數：每場次上限 150 人，依報名順序錄取，額滿為止。

柒、說明內容：詳見日程表。

捌、報名方式：本說明會僅接受網路報名額滿為止，恕不接受現場報名，請逕至「中華民國體育學會網站首頁」(<https://www.rocnspe.org.tw/>)



最新消息填寫報名表單。報名連結→

玖、報名期限：即日起至每場次額滿為止。

拾、錄取方式：因每場次上限 150 人，場次將劃分之區域辦理，詳見辦理時程表，煩請依服務單位所在縣市之梯次進行報名。

拾壹、注意事項：

- 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、主辦單位有權作因應調整，改成線上操作說明會。
- 四、承辦單位將以電子郵件通知是否報名成功。

拾貳、聯絡資訊：

- 一、聯絡人：詹士玄先生、丁雅鈴小姐
- 二、聯絡電話：(02) 28610511 分機 45192、02-77496877

學生漸速耐力折返跑暨仰臥捲腹測驗推廣說明會時程表

地 區	日 期	縣 市
北區 (四場次)	第一梯次：4/11 (二) 下午	臺北市
	第二梯次：4/18 (二) 上午	新北市
	第三梯次：5/2 (二) 下午	桃園市
	第四梯次：5/9 (二) 下午	新竹市
中區 (五場次)	第一梯次：5/16 (二) 下午	苗栗縣
	第二梯次：5/23 (二) 下午	臺中市
	第三梯次：5/30 (二) 下午	彰化縣
	第四梯次：6/6 (二) 下午	雲林縣
	第五梯次：6/13 (二) 下午	南投縣
南區 (四場次)	第一梯次：7/4 (三) 下午	嘉義縣
	第二梯次：7/25 (二) 下午	臺南市
	第三梯次：7/26 (三) 下午	高雄市
	第四梯次：8/1 (二) 下午	屏東縣
東區 (二場次)	第一梯次：8/15 (二) 下午	花蓮縣
	第二梯次：8/16 (三) 下午	臺東縣
增辦 場次	辦理期程規劃中	基隆市 宜蘭縣 新竹縣 嘉義市 連江縣 澎湖縣 金門縣

學生漸速耐力折返跑暨仰臥捲腹測驗推廣說明會日程表

(上午場次)

下午場次時間	內容項目	主持人/主講人
08：00-08：30	報 到	
08：30-08：40	始業式	教育部體育署 中華民國體育學會 小組成員
08：40-09：30	漸速耐力折返跑暨 仰臥捲腹步驟說明	中國文化大學/江宗麟講師 中國文化大學/林育瑾講師 國立臺灣師範大學/陳著講師
09：30-09：40	休息	
09：40-10：30	仰臥捲腹 實務操作	中國文化大學/江宗麟講師 中國文化大學/林育瑾講師 國立臺灣師範大學/陳著講師
10：40-11：30	漸速耐力折返跑 實務操作	中國文化大學/江宗麟講師 中國文化大學/林育瑾講師 國立臺灣師範大學/陳著講師
11：30-12：00	綜合座談	教育部體育署 中華民國體育學會 小組成員
12：00	賦 歸	

學生漸速耐力折返跑暨仰臥捲腹測驗推廣說明會日程表

(下午場次)

下午場次時間	內容項目	主持人/主講人
13：00-13：30	報 到	
13：30-13：40	始業式	教育部體育署 中華民國體育學會 小組成員
13：40-14：30	漸速耐力折返跑暨 仰臥捲腹步驟說明	中國文化大學/江宗麟講師 中國文化大學/林育瑾講師 國立臺灣師範大學/陳著講師
14：30-14：40	休息	
14：40-15：30	仰臥捲腹 實務操作	中國文化大學/江宗麟講師 中國文化大學/林育瑾講師 國立臺灣師範大學/陳著講師
15：30-16：30	漸速耐力折返跑 實務操作	中國文化大學/江宗麟講師 中國文化大學/林育瑾講師 國立臺灣師範大學/陳著講師
16：30-17：00	綜合座談	教育部體育署 中華民國體育學會 小組成員
17：00	賦 歸	