

# 教育部體育署「113年度學生體適能漸速耐力折返跑與仰臥捲腹推廣線上研習會」實施計畫

壹、依據：依教育部體育署 113 年 4 月 9 日臺教體署學（三）字第 1130014311A 號函（契約案號：113-02-014）辦理。

貳、目的：針對心肺適能及肌肉適能兩項新式體適能測驗進行線上研習會，以利學校教師更清楚漸速耐力折返跑暨仰臥捲腹兩項體適能的測驗等相關事宜。

## 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：中國文化大學、各縣市政府教育局/處

四、參與單位：全國各公私立大專校院、高中職、國中、國小

## 肆、線上研習會場次

一、第一場次：

時間：114 年 1 月 8 日（星期三）14:00 - 16:00

二、第二場次：

時間：114 年 1 月 15 日（星期三）14:00 - 16:00

伍、實施對象：全國各公私立大專校院、高中職、國中、國小負責體適能業務之教職人員。

陸、報名期限：即日起至 113 年 12 月 31 日（星期二）止。

柒、說明內容：詳見日程表。

捌、報名方式：本研習會僅接受網路報名，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（<https://reurl.cc/Q5LQEM>）。

玖、注意事項：承辦單位將於活動 5 天前，以電子郵件通知行前注意事項。

## 拾、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

# 113 年度學生體適能漸速耐力折返跑與仰臥捲腹推廣線上研習會

## 日程表

時間	內容項目	主持人/主講人
14：00-14：10	始業式	教育部體育署 中華民國體育學會
14：10-14：40	漸速耐力折返跑暨 仰臥捲腹示範影片	教育部體育署 中華民國體育學會
14：40-15：10	仰臥捲腹 常見問題 QA	中國文化大學/林育權教授
15：10-15：40	漸速耐力折返跑 常見問題 QA	國立清華大學/詹士玄講師
15：40-16：00	綜合座談	教育部體育署 中華民國體育學會 中國文化大學/江宗麟教授