

## 東海大學學生體育畢業門檻實施辦法

100年4月12日臨時室務會議通過  
100年4月19日教務會議修正通過  
100年10月4日臨時室務會議修訂通過  
100年10月25日臨時室務會議修訂通過  
100年11月22日教務會議修正通過  
101年4月17日教務會議修正通過  
105年9月9日臨時室務會議修正通過  
105年11月15日教務會議修正通過  
110年9月28日臨時室務會議修正通過  
110年11月16日教務會議修正通過  
111年11月15日教務會議修正通過

- 第一條 東海大學(以下簡稱本校)為提升學生基本體能,並建立正確體適能觀念及體育常識,特訂定「東海大學學生體育畢業門檻實施辦法」(以下簡稱本辦法)。
- 第二條 自101學年度起入學本校日間部學士班學生(不含雙聯學制、成人就學方案及實施時年齡足39歲以上學生),必須通過體育畢業門檻始可畢業。
- 第三條 體育畢業門檻之實施規定如下:  
一、體育常識測驗於大二下學期期中考後實施,其成績須達60分以上始為通過。  
二、體適能實施方式分為二種,可擇一完成:  
(一)自我學習課程:三年級下學期起至畢業前截止,需使用學校提供之方案完成50圈(20公里)。  
(二)體適能檢測:四年級上學期實施。需於當學期規定時間內提出申請。體能檢測標準為女生800公尺跑走332秒(5分32秒)內完成,男生1600公尺跑走635秒(10分35秒)內完成。未通過體能檢測者,須完成體能檢測及精進學習課程對照表如附件一,並於畢業前完成。  
三、自我學習課程及精進學習課程實施地點不限。  
四、自我學習課程每次實施不得少於2圈(800公尺),至多5圈(2公里)。
- 第四條 申請補測之規定:  
一、體育常識補測,於每學年度下學期實施,請依規定辦理申請。  
二、申請體育常識補測對象為大三、大四未通過體育常識之在學學生。
- 第五條 有下列情況者,得向體育室申請免予體適能檢測:  
一、持有身心障礙證明、特殊教育學生鑑定證明書、重大疾病卡及階段性機能障礙者,經體育室主任核定通過後始可免予體適能檢測及自我學習,但仍須通過體育常識測驗。  
二、持有公立醫院或區域級以上醫院之證明不適宜從事激烈運動者(氣喘、心臟疾病、脊椎側彎---),經體育室主任核定通過後可採自我學習20圈(8公里)及通過體育常識測驗
- 第六條 本辦法經教務會議通過後實施。

附件一

體能檢測及精進學習課程對照表

女生體能檢測成績	男生體能檢測成績	自我學習課程(跑走)
5分33秒-5分40秒	10分36秒-10分43秒	2圈
5分41秒-5分48秒	10分44秒-10分51秒	4圈
5分49秒-5分56秒	10分52秒-10分59秒	6圈
5分57秒-6分4秒	11分00秒-11分07秒	8圈
6分5秒-6分12秒	11分08秒-11分15秒	10圈
6分13秒-6分20秒	11分16秒-11分23秒	12圈
6分21秒-6分28秒	11分24秒-11分31秒	14圈
6分29秒-6分36秒	11分32秒-11分39秒	16圈
6分37秒-6分44秒	11分40秒-11分47秒	18圈
6分45秒-6分52秒	11分48秒-11分55秒	20圈
6分53秒-7分00秒	11分56秒-12分03秒	22圈
7分01秒-7分08秒	12分04秒-12分11秒	24圈
7分09秒-7分16秒	12分12秒-12分19秒	26圈
7分17秒-7分24秒	12分20秒-12分27秒	28圈
7分25秒-7分32秒	12分28秒-12分35秒	30圈
7分33秒-7分40秒	12分36秒-12分43秒	32圈
7分41秒-7分48秒	12分44秒-12分51秒	34圈
7分49秒-7分56秒	12分52秒-12分59秒	36圈
7分57秒-8分04秒	13分00秒-13分07秒	38圈
8分05秒-8分12秒	13分08秒-13分15秒	40圈
8分13秒-8分20秒	13分16秒-13分23秒	42圈
8分21秒-8分28秒	13分24秒-13分31秒	44圈
8分29秒-8分36秒	13分32秒-13分39秒	46圈
8分37秒-8分44秒	13分40秒-13分47秒	48圈
8分45秒以上	13分48秒以上	50圈

註：1圈代表400公尺