

康橋國際學校學生基本體能標準實施辦法

壹、目的：培養允文允武的未來社會菁英。

貳、對象：本校國中、高中全體學生(學生因生理困難持有醫生證明，經指導教師認可者，得以其他方式進行體能檢測)。

參、實施方式：

一、實施內容：

(一) 體能項目：游泳、中距離跑走。

(二) 各項標準：以本校學生體能為常模，並參酌教育部體適能常模，訂定最低合格標準。

1. 游泳：由泳訓組負責訂定標準。標準如附件。

2. 中距離跑走：國高中男女生分別為**1600公尺**與**800公尺**。各年級標準以教育部體適能常模為基礎，配合體育教師對學生實施體能檢測之成績修訂。標準如附件。

(三) 前述兩項成績均達標準者，始視為通過。

二、實施程序：

(一) 每學期開學後一個月由體育教師對七~十二年級學生實施體能檢測(分別於十月、四月舉行)，未能通過者，請任教師長給予鼓勵，利用時間，自行練習。

(二) 游泳未通過者必須於社團時間接受游泳補救教學。(參加本校課後游泳社團者除外)。

(三) 每學期結束前一個月，對於未能通過體能檢測的同學，由學務處負責給予複測。

(四) 期末複測若仍未通過者，鼓勵參加學校寒、暑期之游泳、長跑等集訓。

肆、未達基本體能標準學生之處置：

一、期初檢測未通過者，保留該學期各項獎項受獎的資格。

二、期末複測無故未參加者，直接取消該學期各項獎項受獎資格。

三、期末複測未通過者，學校應鼓勵學生利用寒、暑期自行加強練習或參加學校辦理之體能集訓。

四、學生若於次一學期期初檢測時，達到合格標準，則補頒前一學期保留之獎項。

五、參加學校寒、暑期之游泳、長跑等體能集訓者，集訓期間表現優異(包括出缺席、學習態度、實際表現等)，經指導教師綜合評估合格，得補頒受保留獎項。

六、學生若於次一學期期初檢測時，仍未達到合格標準，則取消前一學期保留之受獎資格。

七、作為直升本校高中資格參考。

伍、本辦法經校長核定後實施，修正亦同。

陸、附件：康橋高中游泳、慢跑基本體能標準。

年級	游泳標準 男、女生	慢跑標準			
		男生		女生	
		距離	時間標準	距離	時間標準
五年級	任一姿勢 15M	800M	5m30s	800M	5m30s
六年級	任一姿勢 25M	800M	5m30s	800M	5m30s
七年級	60 分鐘內 任一姿勢 1000M	1600M	10m 30s	800 M	5 m 30s
八年級			10min.		
九年級			9m30s		
十年級			9min.		5 min.
十一年級			8m45s		
十二年級			8m45s		

