

# 臺北市政府教育局 109 年學校學生體適能提升輔導精進計畫

109 年 4 月 27 日北市教體字第 1093022131 號函訂定

## 壹、依據

- 一、本局 109 年度重要施政目標及 12 年國民教育基本綱要。
- 二、各級學校體育實施辦法第 12 條規定：「各級學校每學年應至少實施學生體適能檢測一次，並依體適能常模及檢測結果，擬定體適能促進具體措施，落實提升學生體適能。」

## 貳、目的

- 一、提升師生體適能知能、培養規律運動習慣，推動體適能融入教學方案。
- 二、體適能檢測標準化，擴大各級學校成為學生健康體適能績優校園。
- 三、輔導本市公私立各級學校，本市學生體適能通過率平均達 64%。
- 四、邀集公私立各級學校，分享行銷學生體適能績優學校實施經驗與策略。

## 參、辦理單位

- 一、主辦單位：臺北市政府教育局（以下簡稱本局）。
- 二、承辦單位：臺北市立大學。

肆、實施對象：本局所屬公私立高級中等以下學校。

## 伍、實施方式

- 一、本局組織「臺北市提升體適能輔導委員會」（以下簡稱輔導委員會）協助本計畫推動與執行。
- 二、由臺北市立大學擔任承辦單位、研議及執行本計畫，具體執行事項包含：召開相關會議、規劃行銷體適能相關課程及示範觀摩活動、辦理教師體適能增能課程及輔導委員與受輔學校焦點座談等，並與輔導委員會共同合作推動。
- 三、本局每年 8 月份函知各校應將提升學生體適能業務（含檢測）納入每學期體育領域課程，並規劃體適能融入教學內容及檢測期程，建議訂為每年 4 月份或 12 月份實施，另開學第一週不得實施體適能檢測。

- 四、學校至遲應於每年 6 月 30 日前將學生體適能檢測成績上傳至體育署體適能網站，因防疫另行調整至 7 月 31 日。
- 五、學校應依據上一學年度學生體適能通過率，持續推動或擬定策進計畫，並列入學校行事曆實施。
- 六、本局今(109)年延後至 4 月 28 日及 5 月 15 日辦理學校上傳資料檢核，調訓檢測結果未上傳及通過率未達 62%之學校參加「臺北市推動 SH150 提升學生體適能專修班」，並於 5 月底依據體育署體適能網站分析資料，彙整體適能通過率未達 64%學校名單，提供臺北市立大學規劃年度體適能受輔學校焦點座談依據。

陸、年度工作計畫表

月份	工作計畫	備註
1-2 月	1.研擬提升學生體適能年度計畫 2.各校建置體適能檢測站 3.行文各校積極辦理學生體適能教學與檢測	
3-4 月	1.召開體適能輔導委員會議。 2.各校辦理學生體適能檢測。 3.學校上傳體適能資料檢核，提醒未上傳學校上傳。 4.體適能區域示範輔導小組製作體能活動衛教宣導文宣資料。	
5-6 月	1.召開體適能輔導委員會議。 2.各校辦理學生體適能檢測。 3.辦理臺北市推動 SH150 提升學生體適能專修班。 4.依據體育署體適能網站分析資料，彙整體適能通過率未達 64%學校名單。 5.體適能通過率未達 64%的學校進行深度焦點座談。	
7-8 月	1.辦理學年度優異學校敘獎事宜。	

	2.體適能區域示範輔導小組製作體能活動衛教宣導文宣資料。	
9-10 月	1.召開體適能輔導委員會議 2.新學期各校積極辦理學生體適能教學與檢測。 3.辦理教師體適能知能增能研習，研習對象為於期限內未完成系統上傳或 108 學年度體適能通過率未達 64%之學校為優先，其次為新接任國中、小及高中職學務主任、體育教師、體育組長或負責登錄體適能資料之人員，其餘名額開放其他學校自由參加。 4.依據體育署體適能網站分析資料，彙整體適能通過率未達 64%學校名單	
11-12 月	1.召開體適能輔導委員會議 2.各校辦理學生體適能檢測 3.體適能區域示範輔導小組製作體能活動衛教宣導文宣資料。 4.體適能區域示範輔導小組或體適能成績表現優良的學校，提供體適能活動設計、教學或檢測推動策略等示範觀摩活動。 5.工作組協助進行臺北市學生體適能數據分析，以利後續政策推動。	

### 柒、考核及獎勵

- 一、學校推動情形列入校務評鑑及督學視導項目。
- 二、系統檢核（4 月 28 日及 5 月 15 日）彙整體適能檢測結果未上傳及通過率未達 62%之學校，需派員調訓參加「臺北市推動 SH150 提升學生體適能專修班」，學校體育教師及組長須參加本局辦理之體適能知能研習並獲認證，如未能參加學校應陳報說明。5 月 15 日仍未達標準者，列入受輔學校焦點座談對象，並須陳報體適能策進計畫。
- 三、109 年度體適能通過率達 64%以上者，校長嘉獎 2 次、相關承辦人員嘉獎

2次2人、嘉獎1次1人；通過率達68%者，校長嘉獎2次、相關承辦人員小功1次1人、嘉獎2次1人、嘉獎1次2人；通過過率達72%者，校長小功1次、相關承辦人員小功1次2人、嘉獎2次2人、嘉獎1次2人(接受輔訪學校於新學年度達成以上目標者予以敘獎)。

四、學校依權責訂定學生獎勵方式，另工作得力及有功人員敘獎由學校依本實施計畫獎勵方式核實辦理，校長敘獎則由學校填寫校長敘獎建議名單陳報本局。

捌、預期效益

- (一) 結合本市運動健康 150 (SH150) 計畫，提升學生身體活動及培養規律運動習慣。
- (二) 本市學生體適能通過率每年提升 2%至 3%，並以達到 64%以上為目標且持續維持。
- (三) 提升教師體適能檢測知能。
- (四) 落實各校推動體適能教學、檢測、上傳及擬定改善計畫制度。

玖、經費：由本局及學校相關經費項下支應。

拾、本計畫經本局核定後實施，修訂時亦同。