

102~103 年教學卓越計畫【計畫成果彙整表】

計畫執行編	D0201	計畫名稱	新生體適能增強與輔導-體適能檢測活動						
執行單位	學務處體育暨衛生保健組			執行負責人	林○毅				
聯絡人	林○毅	分機	2○49	電子郵件	li○wi@cute.edu.tw				
計畫執行時間	自 104 年 3 月 11 日 8 時 0 分 起	至 104 年 6 月 12 日 17 時 0 分 止							
計畫執行地點	<input checked="" type="checkbox"/> 台北校區 <input type="checkbox"/> 新竹校區 <input type="checkbox"/> 其他 2			學生參加人數	人				
	中山育樂館、後山運動場 教室			教師參加人數	10 人				
計畫執行成果 (可複選)	<input type="checkbox"/> 研討會 (<input type="checkbox"/> 校內 <input type="checkbox"/> 校際, 參加對象: <input type="checkbox"/> 教師 <input type="checkbox"/> 學生, 共計場人)								
	<input type="checkbox"/> 講座 (<input type="checkbox"/> 校內 <input type="checkbox"/> 校際, 參加對象: <input type="checkbox"/> 教師 <input type="checkbox"/> 學生, 共計場人)								
	<input type="checkbox"/> 業師協同教學								
	1. 配合課程								
	<input type="checkbox"/> 系專業選修: _____								
	<input type="checkbox"/> 系專業必修: _____								
	2. 授課系級: _____系____年____班								
	3. 邀請業師: _____位								
	4. 業師協同授課時數: _____小時								
	<input type="checkbox"/> 學生證照輔導(請參閱中國科技大學證照分列表 http://ccnt4.cute.edu.tw/carr/cip/ddoc/rule/cip1020711-2.pdf)								
1. 證照名稱: _____									
2. 發照單位: _____									
3. 證照級別:									
校級證照: <input type="checkbox"/> 資訊基礎 <input type="checkbox"/> 資訊核心 <input type="checkbox"/> 語文基礎 <input type="checkbox"/> 語文核心 <input type="checkbox"/> 拔尖									
系級證照: <input type="checkbox"/> 專業基礎 <input type="checkbox"/> 專業核心 <input type="checkbox"/> 其他認可證照									
4. 證照類別: <input type="checkbox"/> 語言 <input type="checkbox"/> 資訊 <input type="checkbox"/> 商管 <input type="checkbox"/> 設計 <input type="checkbox"/> 工程 <input type="checkbox"/> 政府機關 <input type="checkbox"/> 其他									
5. 證照國際: <input type="checkbox"/> 國際 <input type="checkbox"/> 國內									
6. 參加學生: _____位, 輔導時數: _____小時									
7. 取得證照數: _____張 (考照日期:)									
<input type="checkbox"/> 學生競賽輔導									
1. 競賽性質: <input type="checkbox"/> 國際 <input type="checkbox"/> 兩岸 <input type="checkbox"/> 全國 <input type="checkbox"/> 地區 <input type="checkbox"/> 校內									
2. 競賽名稱: _____									
3. 主辦單位: _____									
4. 參加學生: _____位, 輔導時數: _____小時, 競賽得獎_____人									
<input type="checkbox"/> 校外實習輔導 (參加學生: _____位, 合計學生實習時數: _____小時)									
<input type="checkbox"/> 校外企業見習 (參加學生: _____位, 合計學生見習時數: _____小時)									
<input type="checkbox"/> 教材編制 (編制教材: _____冊)									

102~103 年教學卓越計畫【計畫成果彙整表】

計畫執行號	D0201	計畫名稱	新生體適能增強與輔導-體適能檢測活動	
	■ 其他 (請簡述活動成果： <u>體適能檢測活動</u>)			
網址	(無則免填)			
計畫執行過程	<p>本次活動由林偉毅老師負責規劃執行。 於 104 年 3 月 11 日至 6 月 12 日假本校中山育樂館為四技新生作施測，準時完成檢測。 檢測內容為：身體質量指數(身高與體重)。 心肺耐力測驗(1600/800 公尺跑走)。 肌力與肌耐力測驗(一分鐘屈膝仰臥起坐)。 柔軟度測驗(坐姿體前彎)。 爆發力測驗(或瞬發力測驗：立定跳遠)。 於檢測時，對施測同學說明後檢測，達成寓教於樂並運動健身的效果。</p>			
達成成效	<ol style="list-style-type: none"> 1.完成本校四技新生體適能檢測。 2.瞭解本校四技新生體適能狀況。 3.依體適能檢測所得狀況，評估本校四技新生體適能應加強項目與內容。 			
計畫執行照片說明 (6~8 張)				
	說明：檢測情形		說明：檢測情形	
				
	說明：檢測情形		說明：檢測情形	
				
	說明：檢測情形		說明：檢測情形	

102~103 年教學卓越計畫【計畫成果彙整表】

計畫執行編號	D0201	計畫名稱	新生體適能增強與輔導-體適能檢測活動	
				
	說明：檢測情形		說明：檢測情形	
參加人員學習成果檢測說明	<p>1. 新生受檢測數據結果，如附件。</p> <p>2. 坐姿體前彎：前測不及格數 212 人次；後測不及格數 200 人次，進步率：5.7%</p> <p>3. 立定跳遠：前測不及格數 367 人次；後測不及格數 277 人次，進步率：24.5%</p> <p>4. 屈膝仰臥起坐：前測不及格數 422 人次；後測不及格數 410 人次，進步率：2.8%</p> <p>5. 800/1600 公尺跑走：前測不及格數 529 人次；後測不及格數 463 人次，進步率：12.8%</p>			
計畫執行自評	<p>1. 此次活動有利學生瞭解自身體適能狀況</p> <p>2. 此次活動可幫助學生增進健康，從事運動加強健身的意願。</p> <p>3. 此次活動事前規劃良善，以致活動順利完成，達成良好成效。</p>			
改善措施	<p>1. 施測時，班級的施測項目及動向要明確，可避免浪費多餘的等候現象。</p> <p>2. 因施測班級增多，未來施測前的說明，除了如何實施的講解也要告知實施項目的順序，可避免施測時的時間浪費。</p>			
核銷注意事項	<p>1. 請於活動辦理後 7 日內將核銷案送至『卓越計畫辦公室』。</p> <p>2. 請務必詳實填寫此表格內各項目內容。</p> <p>3. 核銷時應檢附書面文件：請按以下順序排列</p> <p style="margin-left: 20px;">A. 核銷簽文</p> <p style="margin-left: 20px;">B. 【經費運用試算表】中之《核銷報告表》</p> <p style="margin-left: 20px;">C. 【經費運用試算表】中之《差異說明表》</p> <p style="margin-left: 20px;">D. 【黏貼憑證】其他相關附件表單請至卓越計畫網站下載</p> <p style="margin-left: 20px;">E. 【計畫成果彙整表】</p> <p style="margin-left: 20px;">F. 原始簽案及附件</p> <p>4. 請將以上應檢附文件之電子檔及照片原始檔傳至『卓越計畫辦公室』。</p>			