

大一新生注意事項

體育室規章

壹、中原大學體育課程實施規程

一、體育課程相關修業年限及學分規定：

(一)大學部：

1. **學則第 19 條：**自 111 學年度起學士班在學學生，體育為一至二年級之必修科目，每週授課二小時，不計學分，未修足者不得畢業。重修或補修體育，每學期以加修一門為限。
選修體育課程，每週授課二小時，為二學分，不計入畢業學分。
2. **學則第 22 條：**學生重複修習科目名稱相同之課程，其重複之學分不列入畢業學分之計算。
3. **學則第 23 條：**體育科目內容經開課單位認定為有先後次序者，不得顛倒修習。

二、課程規劃：

(一)一年級體育課教學目的與教學內容：

培養學生基礎體能，發展身體機能，提高適應能力，且具有基礎游泳能力，並以各項運動介紹和體育常識的傳授為輔。

(二)二年級體育專項分組教學目的與教學內容：

分級授課，初級課程著重專項基本運動技能的培養與訓練，建立良好的健康體能及培養運動的樂趣。進階課程則以熟練專項技術，培養比賽能力，並養成終生運動的習慣。

(三)體育選修課程：

1. 選修體育課程不限年級，歡迎有興趣的同學規劃選修。
2. 體育選修課程不列入畢業學分數且不得承認及抵免大一至大二體育必修課程。

三、各年級體育測驗項目表

年級	測驗項目
一年級男生(上學期)	200M、1600M、籃球
一年級男生(下學期)	100M、1600M、排球
一年級女生(上學期)	200M、800M、籃球
一年級女生(下學期)	100M、800M、排球
體育專項分組(男)	1600M、選修專項二項
體育專項分組(女)	800M、選修專項二項

四、體育開課項目：

- (一)一年級：排球、籃球、越野、短跑、重量訓練、視聽、游泳……等項。
- (二)體育專項分組：排球、籃球、高爾夫球、桌球、羽球、網球、壘球、游泳、有氧舞蹈、爵士舞、氣排球、足球、飛盤…等。
- (三)體育特別班：體控組、身礙組共兩項。參加體育特別班身礙組需檢具醫生證明，但外觀可直接判定者可免之，選修體重控制組者 BMI 值（體重/身高平方=kg/m）需小於 16 或大於 34 方可選修。

貳、大一新生注意事項

一、體育室組織架構

1. 行政組：運動證辦理（分機：1602）
2. 教學組：負責體育教學研究（分機：1612）
3. 活動組：負責全校體育活動（分機：1622）
4. 營運組：場地器材管理與維護（分機：1622）

二、體育設施簡介

- ◎田徑場（400m）
- ◎體育館：1. 主館：排球場、籃球場及羽球場 2. 體適能中心
3. 韻律教室 4. 柔道教室 5. 桌球教室 6. 視聽教室
- ◎副館 ◎游泳池（50m 教學池） ◎室外籃球場（六面）◎溜冰場
- ◎室外排球場（五面）◎網球場（四面）◎簡易棒壘球場（二面）

三、教學組訊息

- (一)本校體育課程出席含出席該學期之運動會等授課項目，並納入出席成績內，其大隊接力實作練習與講座課程由授課老師依據授課規劃安排於課堂內。
- (二)相關修課規定請參酌中原大學體育課程訂定辦法、運動會競賽規程、中原大學學生請假規則與大一新生注意事項。
- (三)為鼓勵學生積極參與運動賽事，其出賽本校運動會之大隊接力並完賽者，另加學期總成績百分之十作為鼓勵。
- (四)本課程請著運動鞋、運動服裝上課。
- (五)配合學校規定準備上課器具，一年級向體育室借用器材，二、三年級羽、網、桌球自備器材為佳。
- (六)請假請依學校規定辦理，曠課超過三次不得參加期末考試。
- (七)凡體育課程每學年均實施一次體適能檢測，上學期為：大一新生體適能檢測；下學期為：專項體適能檢測，希望藉此提供學生自我健康管理及任課教師教學上的參考。

四、場館借用申請辦法及使用規範

(一) 場地借用方法

- 1、可借用時間以學期為分界。
- 2、場地借用採抽籤制。
- 3、以抽籤方式決定登記場地先後順序。
- 4、因逾時未參予抽籤單位，於抽籤會場外登記先後順序，待抽籤程序完畢後，體育室營運組再以電話聯絡逕行登記。

(二) 收費標準：依本校公告之場地收費標準

(三) 完成所有手續後，辦理活動二週前，請至運動園區營運組再次確認。

(四) 運動場館使用規範

- 1、各場館以教學優先，代表隊訓練為次。
- 2、各場館上課期間不得任意入內使用。
- 3、副館僅供教學、校隊訓練及教職員工使用。(一律不外借)
- 4、開放時間及使用辦法可參閱各場館公告欄。
- 5、學生使用游泳池及體適能中心必須依管理辦法辦理運動證。
- 6、田徑場：若非進行比賽不得使用 1、2 跑道。
- 7、使用場地請依規定提出申請，辦理登記手續，以免紛爭。
- 8、運動場館除活動申請或分配使用外，不得佔場使用

五、中原大學運動代表隊

☆田徑隊	男、女	☆網球隊	男、女
☆游泳隊	男、女	☆跆拳道	男、女
☆籃球隊	男、女	☆棒球隊	男
☆排球隊	男、女	☆保齡球	男、女
☆桌球隊	男、女	☆羽球隊	男、女
☆射箭	男、女		

***本校運動代表隊組織完善、陣容堅強，為校爭取諸多榮譽，歡迎新生加入中原大學運動代表隊，為校爭光**

六、校內各項球類競賽活動與運動會

(一) 上下學期各舉辦一次全校運動會：

- 1、上學期：以系為單位，競賽以 4000M 大隊接力及游泳比賽為主。
- 2、下學期：以班為單位，競賽以 4000M 大隊接力及田徑比賽為主。

註：4,000m 大隊接力為本校傳統運動項目，依規定各班均需報名參加，未完賽隊伍援例中原大學體育類別課程特別辦法處理。

(二) 舉辦全校各項球類運動競賽，上學期為新生盃，下學期為校長盃系際賽，由運動代表隊協助辦理。

七、運動證申請辦法(非本校四年制學生)

- (一)運動證為游泳池、體適能中心及網球中心、桌球中心四證合一之證件，(大一至大三學生)於每學期連同註冊費繳交 600 元體育設施使用維護費，即可於開放時間內使用所有體育設施。(大四、大五以及直升本校研究所者，可免費使用體育設施)
- (二)辦理方式：於每學期註冊時繳交費用後，由系統開放學生證使用權限，如無法使用請攜帶學生證親臨體育室辦公室。
- (三)經發現盜用證件或違規事件將當場沒收證件或取消使用權限，並依相關規定禁止往後辦證權利。
- (四)如有任何問題，請致電分機 1602 查詢。