

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：體育為一至三年級之必修科目，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。
- 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)體育通識：大學部學生皆可選修，每門課兩學分，依天、人、物、我類別，可列屬通識學分計算。

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、三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)體育通識課程教學目的與教學內容：

體育室為配合學校天、人、物、我通識課程的設計，並延續拓展必修體育的課程內涵與教學目標。

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、跳遠、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、國術、流行舞蹈、保齡球、體適能、飛盤……等。
- (三) **體育通識**：運動經絡按摩、行為控制學、運動與營養、運動與健康。
- (四) **體育特別班**：肢礙組、內礙組、體控組、心肌組共四項。參加體育特別班肢礙組、內礙組、心肌組需檢具醫生證明，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 29 方可選修。

貳、大一新生注意事項

一、體育室組織架構：

- (一) **行政組**：運動證辦理（分機：1602）
- (二) **教學組**：負責體育教學研究（分機：1612）
- (三) **活動組**：負責全校體育活動（分機：1622）
- (四) **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) 上課應穿著運動服裝，並著運動鞋。
- (二) 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。
- (三) 請假請依學校規定辦理，曠課超過三次不得參加期末考試。
- (四) 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(營運組)：

(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，由同學直接至體育活動組逕行登記。

(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，請至體育室營運組再次確認。

(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(活動組)

☆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	☆高爾夫	男、女
☆排球隊	男、女	☆棒球隊	男
☆桌球隊	男、女	☆保齡球	男、女
☆羽球隊	男、女	☆健美	男

*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：

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

註：運動會為本校全人教育課程之一部分 4000M 大隊接力更為本校傳統運動項目，依規定一至三年級各班均需報名參加，未參賽隊伍援例全班體育平時成績零分以為懲戒。

(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、運動申請辦法(行政組)

- 大學部學生：憑本校國際學生證即可刷卡感應使用游泳池及體適能中心等各項體育設施
 - 研究所以上之學生：須依管理辦法辦理運動證。
- (一) 運動以游泳池、體適能中心及外場網球中心合一之證件，可直接使用開通後的學生證入場。
- (二) 繳交費用(一學期)：

- **大學部學生**：大一到大四有於註冊單據上繳交運動設施使用費，可用學生證直接進場。
 - **中原大學學士直升碩士之研究生**：免繳交使用費，須至體育室開通學生證。
 - **研究生**：需繳交使用費用 600 元
 - **境外生、交換生等**：需繳交使用費用 800 元
- (三) **繳費與辦理方式**：先至行政大樓一樓出納組繳費後，上網登入中原 e 點靈→體育室→運動證申請系統，流程填寫完，最後須點選**繳費收據確認**，才算申請成功。隔日下午攜帶學生證至體育室開通。
- (四) **體檢表須知**：(學校體檢資料未出來前可先辦證，但屆時若無體檢則取消運動證資格)
- **一、二、三年級**：可用本校大一新生體檢表
 - **三年級下學期開始**：需用本校大三學生體檢表
 - **碩/博士班學生**：需用本校碩/博一新生體檢表
- ※若**無法使用或不用本校體檢表**者：請繳交一年內公私立醫院或衛生所之體檢表，申請體適能中心要有心電圖檢查或心臟聽診的項目。
- (五) 一發現盜用證件或違規事件將當場沒收證件，並依相關規定禁止往後辦證權利。如有任何問題，請致電分機 1602 查詢。