

體育室相關業務介紹

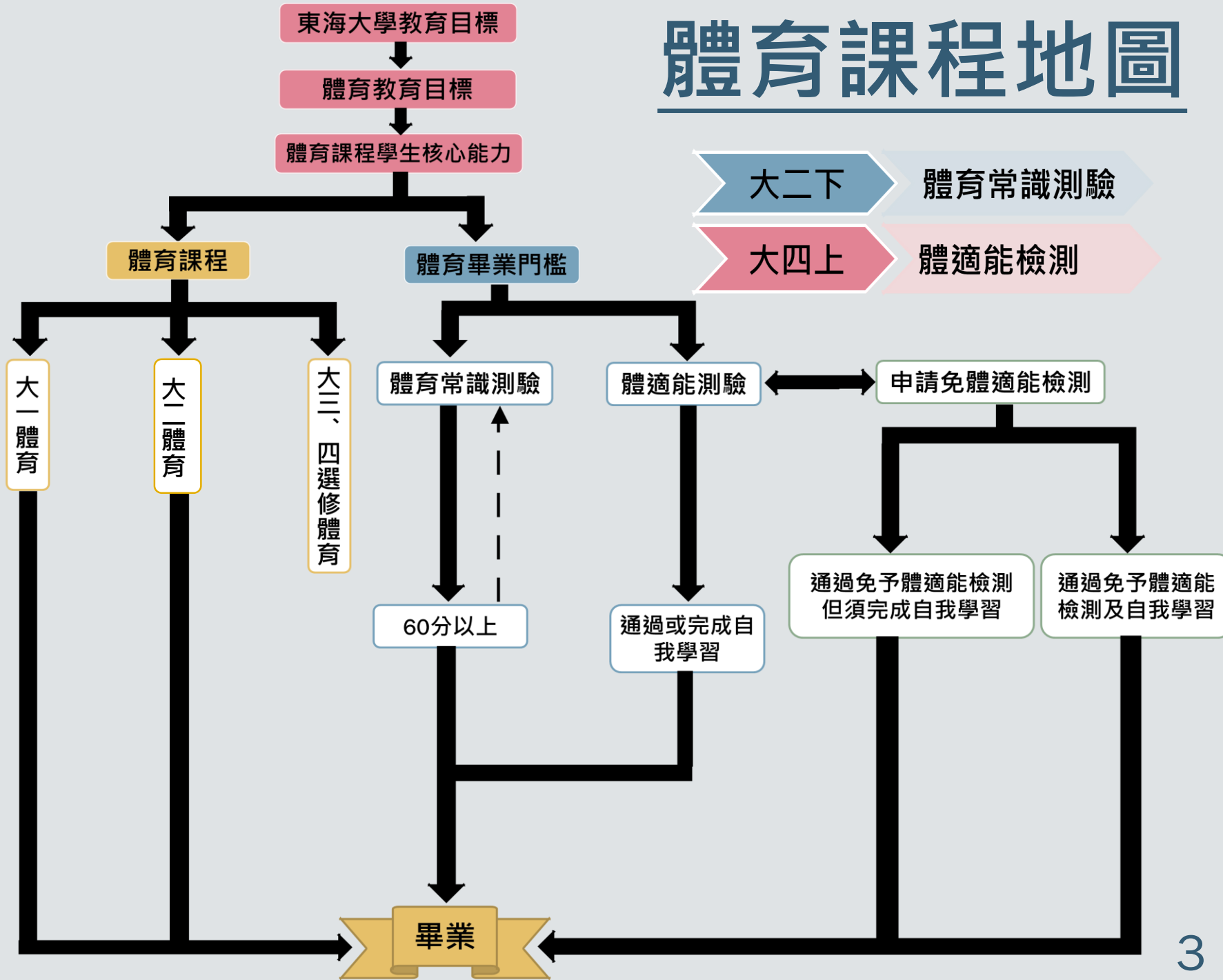


體育室業務

- ◆ 體育課程教學
- ◆ 競賽活動
- ◆ 運動場館之管理
- ◆ 運動器材借用



體育課程地圖



體育畢業門檻

◆ **體育常識測驗**：大二下實施
其成績須達60分以上始為通過。

◆ **體適能檢測**：大四實施

1. 自我學習APP完成50圈

2. 參與體適能檢測

★ 採2擇1方式完成

體育課程

★大一體育重補修限修大一體育
★大二體育重補修限修大二體育

◆體育課程修課年限

一、二年級 體育 **必修**

三、四年級 體育 **選修**

◆自110學年度起，體育選修課程列為畢業學分數，至多以2學分為限。



體育課程

體育課請穿著適宜之運動服及運動鞋

- **大一體育**：籃球、排球、桌球、羽球、網球、游泳、壘球、有氧健走與體重控制、體操與瑜珈、舞蹈、高爾夫球、健康體適能、足球、定向越野
- **大二體育**：籃球理論與實作、排球理論與實作、桌球理論與實作、羽球理論與實作、網球理論與實作、游泳理論與實作、壘球理論與實作、健康管理與重量訓練、進階舞蹈理論與實作、高爾夫球理論與實作、定向越野、足球理論與實作、健康與塑身、有氧健走與體重控制、保齡球理論與實作
- **體育適應班**：特殊狀況學生(視障、肢障、階段性傷害)
- **校隊課程**：專項訓練，須經教練同意。
- **三、四年級體育選修**



體育課程



◆雨天教學

室外課程：
籃球、排球、網球、足球、
定向越野、壘球

上課地點：

體育專用教室、風雨球場、健身房

體育課程—校外教學部份

- ◆保齡球——雅環保齡球館。
車資+擊球費1100元/學期
- ◆高爾夫球——藍鵲球場。車資30元/次、
擊球費800元/學期
- ◆游泳——夏天-邦華游泳池
冬天-寶成游泳池。
入場費60元/次、車資35元/次。
- ◆一律搭交通車前往，不得自行前往



體適能檢測介紹

◆ 體育課程體適能檢測，

於**大一上**學期及**大二下**學期實施

◆ 測驗項目

身高、體重

坐姿體前彎

屈膝仰臥起坐

立定跳遠

1600公尺跑走(男) / 800公尺跑走(女)

體育課程—選課

- ◆體育選課分為二階段網路選課。
- ◆第一階段：9月5日-9月7日
- ◆第二階段：9月11日-9月14日
- ◆未選上之同學請至體育室最新消息查看。



校代表隊介紹

◆ 男女籃球隊

◆ 男女排球隊

◆ 男女桌球隊

◆ 男女羽球隊

◆ 男女網球隊

◆ 男女游泳隊

◆ 男女田徑隊

◆ 壘球隊

◆ 足球隊

◆ 競技啦啦隊

訓練時間公布
在體育室網站



競賽活動

◆ 全校運動會：11月2日(三)

◆ 新生盃

籃球、排球、桌球、羽球、網球、壘球

◆ 系際盃

籃球、排球、桌球、羽球、網球、壘球

體育室運動設施介紹

- ◆ 籃球場：10面全場、4個半場
- ◆ 排球場：7面
- ◆ 網球場：4面
- ◆ 游泳池：1座(含健身房)
- ◆ 桌球室：田徑場、中正堂地下室(限上課使用)
- ◆ 體育館：上館羽球、舞蹈、瑜珈場地
下館
- ◆ 田徑場：1座(400公尺8跑道)
- ◆ 壘球場：1座
- ◆ 棒球場：1座
- ◆ 風雨球場：3面籃排球場地



東海大學運動設施介紹

第一教學區



東海大學運動設施介紹

中正堂旁



東海大學運動設施介紹

第二教學區



場地開放時間

◆ 游泳池(校門口旁) :

日期	星期	開放時間
1/1-4/14	周一至周五	休池
4/15-6/30	周一至周五	17:00-19:00
7/1-8/31	周一至周五	16:00-19:00
9/1-10/31	周一至周五	17:00-19:00
11/1-12/31	周一至周五	休池

◆ 健身房(校門口旁) :

	星期	開放時間
學期中	周一至周五	17:00-20:00
寒假期間		歲修休館
暑假期間	周一至周五	17:00-19:00

◆ 室內外場地

	場地	位置	平日 (上課.校隊訓練優先)	假日 (租借登記優先)
室內場地	桌球室	一校(操場看台下)	17:00-22:00	08:00-22:00
	體育館	一校(校門口)	17:00-19:00	08:00-22:00
室外場地	風雨球場	一校(靠附中)	17:00-22:00	08:00-22:00
	籃球場	一校	17:00-24:00	06:00-24:00
		一校(中正堂)	17:00-24:00	06:00-24:00
		二校	8:00-23:00	06:00-23:00
	排球場	一校(中正堂)	8:00-23:00	06:00-24:00
		二校	17:00-23:00	06:00-23:00
網球場	二校	17:00-23:00	06:00-23:00	

夜間球場照明設施

◆夜間球場

籃球場、排球場、網球場、
桌球室、風雨球場

◆夜間球場燈卡(同冷氣卡)： 請至總務處購買



每張電費儲值卡500元
(含卡片成本50元儲值450元)

場地器材借用介紹

器材室開放時間：每週一至週五

AM8:00 至 12:10 ; PM1:30 至 5:00

- ◆ 如辦理活動，需借用場地及器材，請事先申請。
- ◆ 個人借用器材：本校學生憑學生證借用。
- ◆ 上課借用器材：由授課老師填器材借用申請單，指定學生借用

場地及器材借用洽魏仕軒先生
相關訊息公告於體育室網站

勞作教育4.0

團體勞作

登記地點:室外球場

**登記時段:早上07:10~07:40
中午12:20~12:50**



歡迎同學踴躍登記

叮嚀

- ◆本校球場為開放空間，貴重物品勿攜至球場，慎防小偷有機可趁。往例常有學生參加活動比賽遺失背包。
- ◆本校有收費寄物櫃，置於田徑場司令台旁，請善加利用。

任課教師介紹

