

國立台灣體育學院圖書館剪輯資料

分類 體適能 來源 聯合報 日期 93.11.27 版面 C七版

國中、小體能差 跑不贏對岸和日本

國一男1600公尺 比日本慢144秒 國一女800公尺 比日本慢47秒 比大陸慢49秒

【記者孟祥傑／台北報導】教育部昨天公布最新調查，國內中小學生體適能狀況遠不如鄰近國家學生，尤其是心肺耐力最差，日本各年齡層男生1600公尺跑步比台灣男生至少快100秒，日本及中國大陸各年齡層女生800公尺跑步也多比台灣女生快40秒以上。

中華體育學會認為，90學年度開始實施九年一貫課程，學生體育教學時數減少，也較美、日、法、中國大陸等國都少，尤其國小情況最為嚴重，運動時數不足是影響學生體適能退步的主因。教育部昨天首次公布國內高中以下學生體適能國際比較調查結果，男生1600公尺（心肺耐力）跑步成績，台灣國一生跑585秒，較日本慢了144秒，雖然差距隨年級增加而減少，但台灣高三生501秒，仍較日本慢了106秒。

女生800公尺跑步成績，台灣國一生288秒，較日本慢47秒、較大陸慢49秒；國三生289秒，差距最大，比日本慢55秒、比大陸慢52秒；高中女生則平均較日本慢38秒、較大陸慢47秒。

在立定跳遠（爆發力）方面，大陸、日本不論男女生，在各年齡層都較台灣學生多約10公分。教育部昨天也發表新版「健康體育護照」，並請來奧運跆拳道金牌國手朱木炎、超級馬拉松長跑健將林義傑擔任代言人。朱木炎說，他小學二年級就開始學跆拳道，也養成天天運動的習慣。

體育司長何卓飛表示，新版「健康體育護照」明年一月起發送，高中以下學生人手一冊，未來將加強後續追蹤控管。

教育部體育司表示，若要了解國內7歲到23歲的體適能常模及增加體適能肌力的方法，可參考體適能網站：<http://140.135.82.106/>

