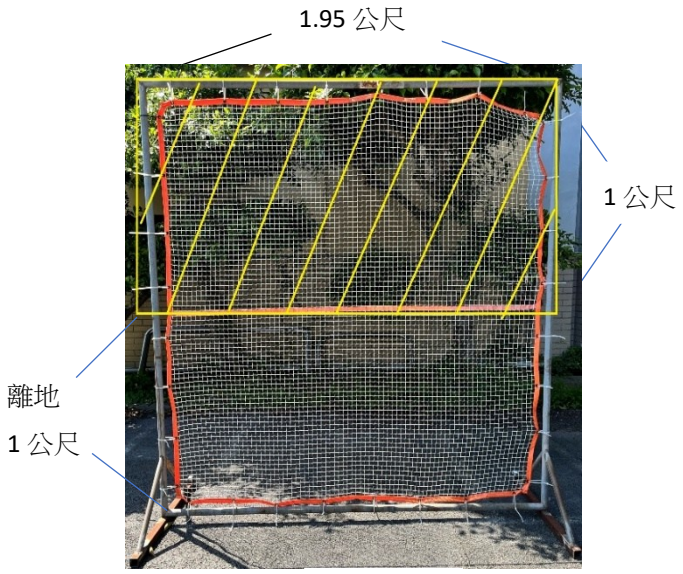
【體育術科資格考說明】

※術科資格考項目(5 項皆須通過)：

一、網球：9 公尺正手拍對網擊球，10 次擊球，須擊中 5 球。本校備有網球拍，**亦可自備**。目標如附圖一。



附圖一

二、籃球：3 分線運球折返上籃，1 分鐘須進 6 顆。2 次機會。

三、排球：低手對空連續擊球，時間 30 秒，擊球次數 35 球以內。2 次機會。測驗場地範圍 2 公尺*2 公尺。

四、扯鈴：使用本校定軸響鈴，須響鈴後完成 5 種招式，並於 2 分鐘內完成，可落地 2 次機會。測驗場地範圍：3 公尺*3 公尺。

自選招式：

螞蟻上樹、蜘蛛結網、金蟬脫殼、蜻蜓點水、金雞上架、金雞飛渡、平沙落雁、狗急跳牆、仙女紡紗、天女散花、桂河大橋、望月、疊棉被。

五、游泳：捷泳 50 公尺，計時 1 分 10 秒內完成，含出發及轉身(岸上出發，不使用出發台)。**游泳為最後測驗項目**。