

## 東海大學畢業門檻—身體狀況自我評估

親愛的同學您好:

為了維護您的身體健康，增加體適能檢測的安全性，請仔細自我評估是否適合參加本次體適能檢測，由衷感謝您的配合。

### 運動安全調查

是	否	自我評估項目
		1.是否有醫師告訴您，您的心臟有些問題，您只能做醫生建議的運動?
		2.您是否曾在從事體能活動時出現胸痛的現象?
		3.最近一個月，在沒從事體能活動情況下，您是否曾出現胸痛的情形?
		4.您是否曾因暈眩而失去平衡或意識的情況?
		5.從事體能活動是否使得您的骨骼或關節的問題更惡化或嚴重?
		6.目前您是否正在服用心臟問題的藥物?
		7.您是否有任何不適合體能活動的原因?
<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否 您是否適合參加本次體適能檢測。		
自我評估簽名：_____ 學號：_____		

※早餐未進食者，請自行取用方糖，以免跑完血糖過低昏倒。

經評估後，若不適合參加檢測，請直接申請自我學習課程 80 圈，或持相關證明至體育室辦理後續作業。