

應用 ISO 9000 國際品質管理系統提昇體 適能護照品質之探討

董至聖

國立宜蘭技術學院 體育組

摘要

我國大專生的體適能狀況越來越差，僅 17.9% 的大專生有規律的運動習慣、30% 的大專生不滿意自己的體能狀況。本文中，以回顧體適能對大專生健康之重要性及 ISO 9000 國際品質管理系統如何被各行業所應用之經驗。建議 ISO 9000 作業方式應被運用在提昇體適能護照之品質，並透過戴明之 PDCA 品質循環原理以確保更好的品質控制。

關鍵詞: ISO 9000、體適能、體適能護照

A Study of the Application of ISO 9000 Series in Promoting Fitness Passport Quality

Chi-sheng Tung

Physical Education Department
National ILan Institute of Technology

Abstract

Studies in the past have shown decline in physical fitness among college students. Only 17.9% of the students exercise regularly while 30% are not satisfied with their physical condition. In this study, we reviewed works on the use of the physical fitness passport among Taiwanese colleges and on how ISO practice has been used in the industries. Physical fitness is of vital importance to college students. Our findings suggest that ISO 9000 procedures be used to raise the quality of the student physical fitness passport and that Demin's PDCA quality cycle principle be incorporated to insure better quality control.

Key words : ISO 9000, fitness, fitness passport

一、緒 論

(一)、前言

本校於民國八十九年九月五日被教育部遴選為九十年度大專院校體適能護照試辦學校，於是體育組開始研訂及提報實施計劃、推薦體育老師參加體適能護照說明會，並在體育課時向學生說明實施計劃、測驗時間及其他相關事項。

有鑒於本校已於八十九年十月通過 ISO 9000 品質標準認證，試以運用 ISO 9000 品質標準導入之經驗，讓推動大專院校體適能護照的工作更加順暢，並配合學校的體育教學及體育系列活動，得以使學生都能夠養成規律的運動習慣及建立健康體適能觀念。

(二)、研究動機及目的

依據教育部八十八年九月公布之「台灣地區大專院校體適能常模研究」結果發現：一、在心肺功能上：國內大專男生 1600 公尺跑走需 8 分 30 秒，美國大專男生不到 7 分鐘；國內大專女生 800 公尺跑走需 5 分鐘，日本則需 4 分鐘，中國大陸則不到 4 分鐘。二、在肌耐力（仰臥起坐）上：國內大專男生每分鐘約 37 次，美國為 40 次；國內大專女生每分鐘做 28 下，遠遜於美國及日本的 35 次及 33 次。三、在瞬發力（立定跳遠）上：國內大專男生跳 2.29 公尺，日本大專男生為 2.34 公尺，中國大陸則達 2.36 公尺；國內大專女生跳 1.63 公尺，日本大專女生為 1.74 公尺，中國大陸則達 1.77 公尺。

由報告結果顯示，我國大專生不僅體適能狀況不及美、日等先進各國，甚至比國內高中生都不如，肌力於 21 歲即有退化現象，身體質量指數於 23 歲時明顯增加，同時報告也指出僅 17.9% 的大專生有規律的運動習慣，有 30% 的大專生不滿意自己的體能狀況，另外有高達 60% 的大專生自覺運動時間不足，顯見加強大專生體適能工作已經到了刻不容緩的地步。¹

教育部有鑒於我國學生體適能日漸低落，於八十八年 8 月 24 日公開「大專體適能護照計劃」，宣揚「運動 333、提昇體適能」的觀念，亦即「每週運動 3 次；每次 30 分鐘；運動心跳每分鐘 130 次」。²

本研究希望藉由 ISO 9000 作業方式的導入，讓體適能護照的實施工作能夠有效率地落實於校園之中，使學生都能重視體適能教育，並能夠養成規律的運動習慣，達到德、智、體、群、美「五育」均衡發展的目標，進而讓學校教育更臻致完美。

¹ 摘自：中央日報（2000.8.25 第 17 版）。

² 摘自：自立晚報（1999.8.24 第 6 版）。

(三)、文獻探討

1、體適能相關文獻

方進隆(民 89)指出讓學生擁有良好體適能,享受規律運動樂趣,應是學校教育與體育同樣方向,體適能是一切活動的基礎,而規律運動是提昇體適能的必要條件,體適能與規律運動不但有助於青少年生理發展和良好生活習慣的建立,同時亦對心理、社交、精神與智能有正面之影響。³美國健康教育體育休閒舞蹈學會(AAHPERD)根據適能的觀點對健康提出了整體性的概念,健康是由五個成分的安適狀態(well-being)所構成:⁴

- (1) 身體適能(physical fitness): 包括瞭解身體發展、身體照顧,發展正向的身體活動態度與能力。
- (2) 情緒適能(emotional fitness): 包括思考清晰、情緒穩定、成功的調適壓力、保持自律與自制。
- (3) 社會適能(social fitness): 包括關心配偶、家人、鄰居、同事和朋友,積極地與他人互動和發展友誼。
- (4) 精神適能(spiritual fitness): 包括尋求個人生命的意義,設定人生的目標,擁有愛人和被愛的能力。
- (5) 文化適能(cultural fitness): 包括對社區生活改造有貢獻,注意文化和社會事件,能接受公共事務的責任。

Gallahue(1996)指出健康體適能是指存在的身體相關狀態,而不是指一種才能、技巧或能力,其發展與維持,是一種身體對外在增加的超負荷,所產生的生理適應功能,因此,健康體適能是會隨著使用或廢棄而產生變化的。其對體適能的廣義定義是指:能勝任日常工作而不勞累,並有餘力從事休閒活動或應付緊急所需。而對體適能的狹義定義是指:因所從事的規律且充足的身體活動、均衡營養及遺傳體格等的影響,而呈現出來的健康愉快的狀態。其將肌力、肌耐力、柔軟度、心肺耐力、身體組成歸為健康體適能的基本要素。⁵

Blair(1989)和 Eisenman(1986)所作的調查顯示,體適能較佳者死亡機率較低。在評估所有死亡原因之危險因子中,較差的體適能是一項重要的危險因

³ 方進隆,《學生體適能護照推展之理念與策略》(八十九年度大專院校學生體適能護照試辦說明會手冊,2000年),頁8-9。

⁴ 教育部,《國民教育階段九年一貫健康與體育領域暫行課程綱要(草案)》(八十八學年度大專院校體育主管業務研討會,1999年),頁110。

⁵ Gallahue, D.L(1996). Developmental Physical Education for Today's Children. (2nd ed.). Monterey: McGraw-Hill Companies

子，因較佳體適能似乎可以延長壽命，降低死亡率。⁶

洪嘉文、詹彩琴（民 89）對提昇大專院校體適能提出之具體策略有：⁷

- (1) 教育行政主管機關永續經營的決心。
- (2) 研發大專生體適能護照。
- (3) 辦理大專體適能團隊活動。
- (4) 辦理大專體適能團隊動力研習。
- (5) 辦理提升大專體適能策略研討會。
- (6) 學校組成推動小組。
- (7) 落實體育教學正常化。
- (8) 活化學校體育活動。
- (9) 設置體適能運動設施。
- (10) 重視宣傳與包裝。

從以上的文獻可以得知，體適能對於我們日常生活的重要性，除了讓我們勝任日常工作而不勞累外，並有餘力來從事休閒活動或應付緊急所需，此外，更可以延長壽命，降低死亡率。而規律的運動，是提昇體適能的必要條件之一，利用體適能護照來使學生都能養成規律運動的好習慣，是具體的策略。

2、ISO 相關文獻

黃國隆（民 89）認為，人力資源管理（Human Resource Management，簡稱 HRM）是一種管理功能，其目地在將適當的人放在適當的工作上，ISO 9000 品質管理系統就是把人力資源、物力資源結合起來，並且有效率地達成既定的目標。⁸

趙志揚（民 86）解釋 ISO 系列是許多管理模式中的一種，是現時國際間最認同的管理標準，也是一項實際主義的管理方式，它與 TQM（Total Quality Management）概念一樣，依據計劃 = P（PLAN）、執行 = D（DO）、查核 = C（CHECK）、改正 = A（ACTION）或者如 Deming 所提倡的 PDCA 循環管理模式，改善行政由計劃 P（PLAN）、執行 D（DO）、研究 S（STUDY）、再執行 A（ACTION），四個因素在循環，此一循環即為一個以系統為主的改善模式，嘗試如何達到品質的標準、達到永續經營的目標。⁹

⁶ Blair, S., N., Kohl H.W., Paffenbarger, R. S.J., et al (1989). Physical Fitness, and all-cause mortality : A Prospective study of healthy men and woman. Journal of the American Medical Association, 262, 2395-2401

⁷ 洪嘉文、詹彩琴，提昇大專院校體適能之具體策略與展望，〈《大專體育》，第 50 期，2000 年 10 月，頁 64-66。〉

⁸ 黃國隆，人力資源的規劃與管理，〈《大學院校運動場經營管理座談會》（台北：中華民國體育學會，2000 年）。〉

⁹ 趙志揚，技職教育之全面品質管理，〈《技職及教育雙月刊》，第 42 期，1997 年。〉

Vloeberghs (1996) 說明 ISO 9000 系列是藉由強迫方式要求企業清楚定義工作程序及組織中所有責任，以達到促進組織效率及控制之目的。¹⁰

Elmuti, D. (1996) 指出 ISO 9000 系列可適用於各種組織架構規劃之公司或機關，並能符合顧客之要求。¹¹

從以上的文獻可以得知，導入 ISO 9000 管理系統其目的是把人力資源、物力資源結合起來並且有效率地達成既定的目標，並運用 Deming 博士所提倡的 PDCA 循環模式，使一切書面化、文字化、制度化，要求所有同仁說、寫、做一致，使能簡化作業程序、縮短作業時效，並可樹立正確服務理念、提昇作業品質，建立顧客信心。

(四)、研究範圍及方法

- 1、應用戴明之 PDCA 品質循環原理提昇體適能護照之品質
- 2、透過文獻查證，瞭解 ISO 9000 品質標準之推行方式及注意事項，建構體適能護照的推行模式。

二、ISO 9000 品質標準簡介

民國九十一年一月台灣正式加入世界貿易組織 (World Trade Organization 簡稱 WTO) 後，在成為 WTO 組織的一員後，國內各產業的市場將開放，在自由貿易競爭下，所擁有的證照將是你就業時與人競爭或是自我肯定的一項利器。

(一)、何謂 ISO?

ISO 即是國際標準組織 (The International Organization For Standardization) 的簡稱，於 1947 年在倫敦成立，宗旨在促進國際合作、發展共同工業標準。作業範疇屬於非電氣性產品之各項標準，其目的在推推動全球性相關材料、設備、產品、製程及各項勞務活動標準化，避免人力資源與作業的衝突。¹²

(二)、ISO 9000 內容介紹

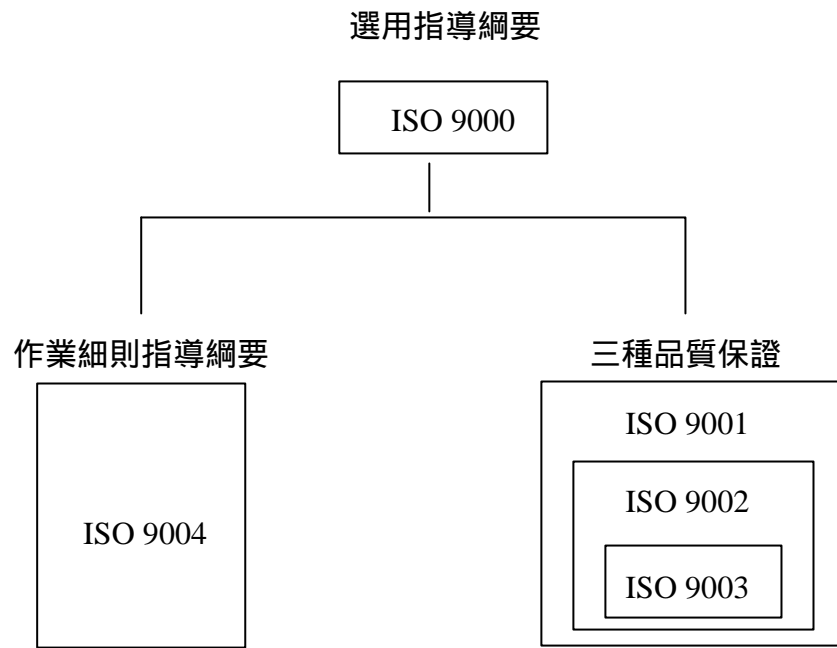
ISO 9000 系列包含 ISO 9000、ISO 9001、ISO 9002、ISO 9003，其中 ISO 9001、ISO 9002、ISO 9003 為三種品質保證及 ISO 9004 則為作業細則指導綱要，因其所涵蓋的作業範圍及要求不同而有所差異如附件一所示。下面架構圖說明 ISO 9000 系列之組織架構：¹³

¹⁰ Vloeberghs, D. (1996): Implementing the ISO 9000 standard in Belgium, Quality progress, 29 (6) : 43-48

¹¹ Elmuti, D (1996) : World-class standards for global competitiveness : An overview of ISO 9000 , Industrial Management , 38 (5) : 5-9

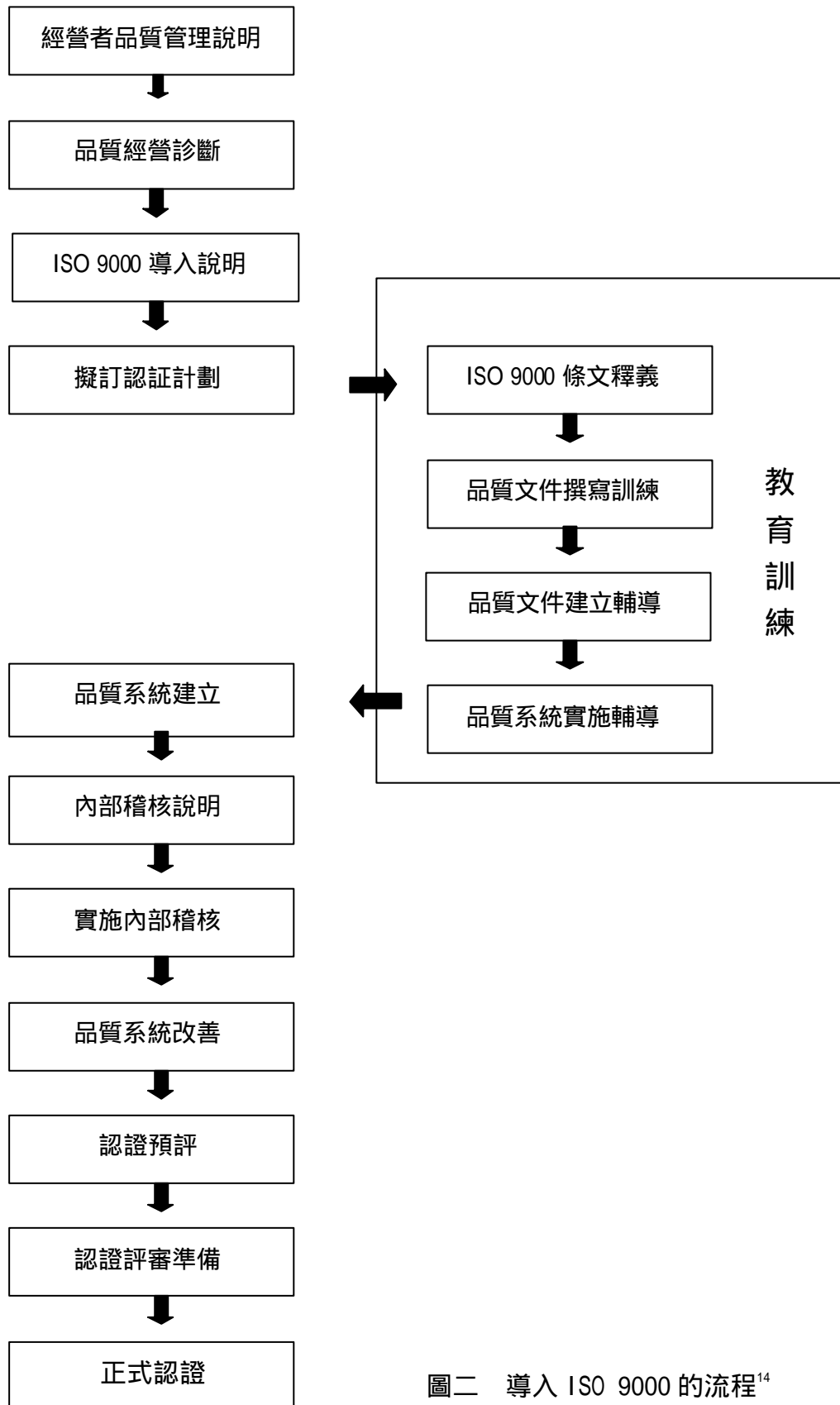
¹² 張容寬，〈ISO 9000 品保系統建立實務 Q & A〉(台北：商業週刊出版社，1998 年 4 月)，頁 17-18。

¹³ 張榮寬，〈ISO 9000 品保系統建立實務 Q & A 應用在〉，(台北：商業週刊出版社)，1998 年 4 月，頁 39-40。



圖一 ISO 9000 系列之組織架構

(三)、導入 ISO 9000 的流程



圖二 導入 ISO 9000 的流程¹⁴

¹⁴ 國立宜蘭技術學院 89 年 10 月導入 ISO 品質管理系統之講義。

(四)、實施 ISO 9000 的關鍵因素及優缺點

1、導入 ISO 9000 之關鍵成功因素：

推行 ISO 9000 因而成功之關鍵包含許多因素，例如管理者的領導、全體員工的投入、品質規劃的管理、文件的管理及確實稽核與評鑑..等。Kanji,G.K.(1998) 則認為下列各項因素是實施認證之關鍵成功因素：¹⁵

(1) 經營環境的要求；(2) 公司的認知；(3) 適當的輔導單位；(4) 適合的時程規劃；(5) 經營者之堅持；(6) 全員之投入；(7) 合適的認證機構；(8) 持續的運作。

2、實施 ISO 9000 的優點：

Kanji(1998) 引用美國 Quality System Update(1996) 的調查報告：取得 ISO 9000 認證公司中，有 85 % 的公司主管表示，應用 ISO 9000 的外在效益包括：一、提高品質；二、增加競爭力；三、減少顧客對品質的審核；四、達到顧客的要求。而有 95 % 的公司體會到應用 ISO 9000 的內在利益包括：一、較好的文字記錄；二、員工對品質的覺醒提高；三、促進內部的溝通；四、提昇作業及生產的效率。

¹⁶Barnes(1998) 則認為實施 ISO 9000 系列的效益除了降低成本、增加企業敏感度及提昇競爭力之外，他認為 ISO 不只是品質管理的工具，而且是一個溝通的系統，在溝通的貢獻包括：一、促進管理者與員工之間的溝通；二、協助解決政策上的衝突，去除正式和非正式的溝通管道間的阻力和衝突；三、訓練和培養管理者與員工間的溝通技能；四、建立文書和資訊傳播系統，使公司的理念和執行的方法可以讓每一個員工都能了解；五、提供一個溝通網路的聯結；六、將複雜的資訊集結及整理後，提供給員工。

導入 ISO 9000 之實證過程，確實能簡化作業程序，縮短作業時效，有效處理人民陳情案件及樹立正確服務理念(王秋冬，民 90)。¹⁷藉由 ISO 品質管理系統的導入，如果能讓體適能護照認證之作業程序能夠簡化，作業時效能夠縮短，能夠有效提昇體育護照的認證品質及樹立正確的運動觀念，則在見賢思其焉的理念下，我國各級教練證照的制度也會更臻致完善。

3、實施 ISO 9000 的困難點：

洪育忠(民 85) 認為實施 ISO 常見的困難如下：一、缺乏高階主管真正的投入；二、臨時抱佛腳的心態，使品質無法提昇；三、把 ISO 當做是品管部門及

¹⁵ Kanji,G.K. (1998) .An innovative approach to make ISO 9000 standards more effective. Total Quality Management,9 (1) ,67-78

¹⁶ Barnes,F.C. (1998) .ISO 9000 myth and reality : A reasonable approach to ISO 9000.SAM Advanced Management Journal ,63 (1) ,23-30

¹⁷ 王秋冬， ISO 9002 應用在我國市級民意機關之實證研究 以台中市為例 ，《中華大學研究所碩士論文》，2000年，頁1。

顧問的責任；四、錯把 ISO 9000 認證當成企業的目標；五、經費和人力上的困難；六、缺乏有系統的全面性教育和訓練；七、過多的書面資料，模糊了品質的真正焦點，造成見樹不見林的效果。¹⁸而蕭德賓（民 84）指出員工對 ISO 9000 系列條文認知不足、跨部門間的溝通障礙、品質文件不易製作完成及員工內部抗拒變革亦是 ISO 推行時的障礙。¹⁹

三、大專院校體適能護照

（一）、使用說明²⁰

- 1、各學期體適能登錄表：略
- 2、體適能評量對照表：略
- 3、運動成就經歷：將參加代表的名稱、運動社團經驗及各項校內外競賽成果記者錄於此。
- 4、運動記事欄：以週為單位將運動項目代號及每週運動總時數填入欄內。
- 5、基本資料：由學生自己填寫並貼上照片。

（二）、測驗項目²¹

表一 體適能護照測驗之項目

測 驗 項 目	測 驗 目 的
身體質量指數 (BMI)	身體組成
坐姿體前彎	柔軟度
一分鐘屈膝仰臥起坐	腹肌肌力和肌耐力
立定跳遠	瞬發力
800 公尺跑走 (女生)	心肺耐力
1600 公尺跑走 (男生)	心肺耐力

（三）、測驗流程²²

實施體適能測驗時，要依照下面流程進行，以免前項測驗影響後項測驗之體能。

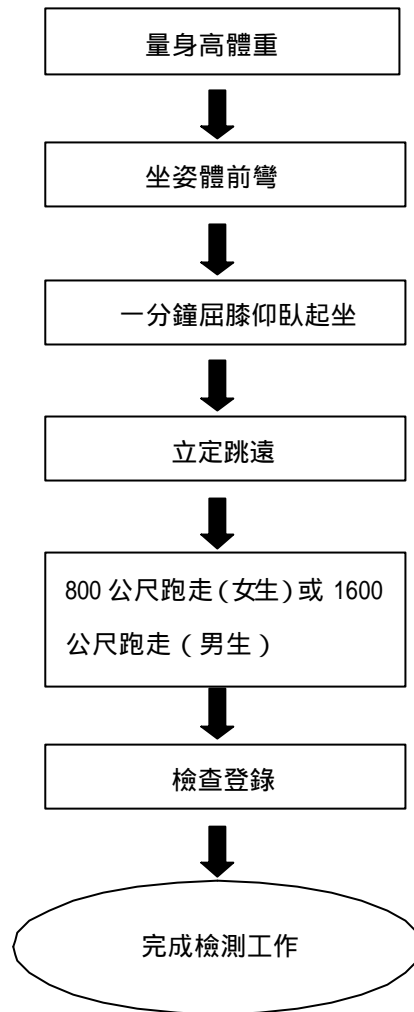
¹⁸ 洪育忠，ISO 9000 系列：全面品質的叩門磚，《管理雜誌》，1996 年 4 月，第 262 期，頁 42-47。

¹⁹ 蕭德賓，突破 ISO 9000 推行障礙，《管理雜誌》，1995 年 1 月，第 255 期，頁 42-45。

²⁰ 教育部，《八十九年度大專院校學生體適能護照試辦說明會手冊》，2000 年，頁 13。

²¹ 教育部，《八十九年度大專院校學生體適能護照試辦說明會手冊》，2000 年，頁 14。

²² 教育部，《八十九年度大專院校學生體適能護照試辦說明會手冊》，2000 年，頁 14。



圖三 體適能護照測驗項目流程

(四)、測驗要領²³

- 1、坐姿體前彎：略
- 2、一分鐘屈膝仰臥起坐：略
- 3、立定跳遠：略

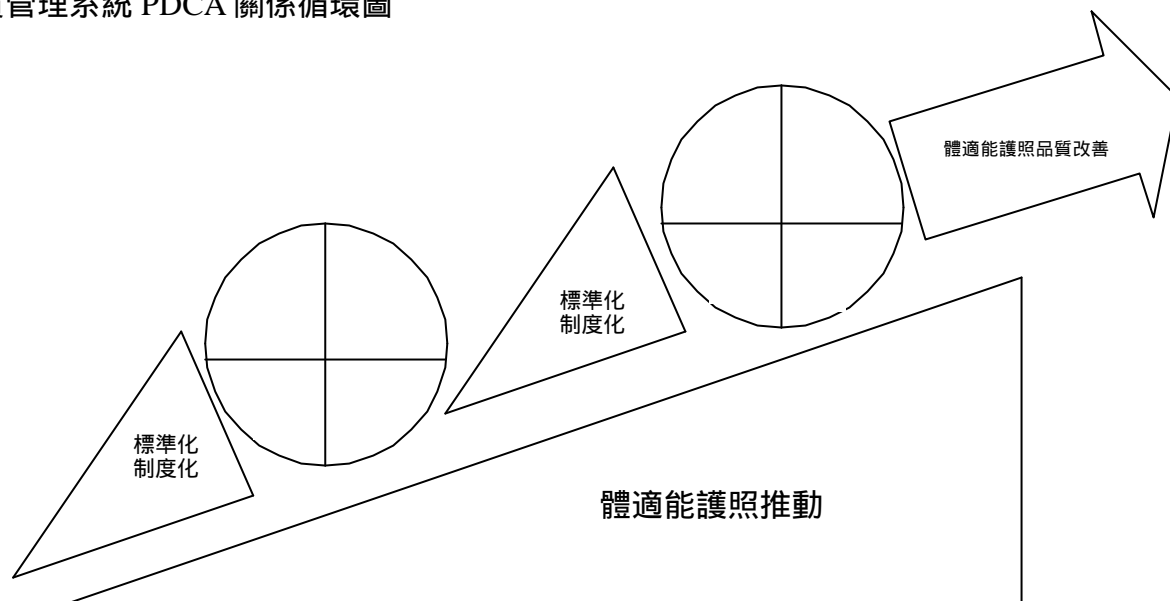
四、體適能護照導入 ISO 9000 品質標準作業方式的過程

品質管理大師戴明曾經說過：大多數的品管問題都是由於作業過程所引起，²⁴因此，當我們開始導入 ISO 9000 並非照本宣科，也非一蹴可及，而是要研擬一套適合自己的作業程序。ISO 9000 與 TQM (Total Quality Management) 概念一樣，依據計劃 = P (PLAN)、執行 = D (DO)、查核 = C (CHECK)、改正 = A

²³ 教育部，《八十九年度大專院校學生體適能護照試辦說明會手冊》，2000年，頁17-21。

²⁴ 林公孚，確保品質要從過程開始，《品質管制月刊》，第36卷，第七期，第79-80頁。

(ACTION) 四個因素在循環，此一循環即為一個以系統為主的改善模式，嘗試如何達到品質的標準、達到永續經營的目標。圖四即為體適能護照與 ISO 9000 品質管理系統 PDCA 關係循環圖



圖四 體適能護照與 ISO 9000 品質標準系統 PDCA 關係循環圖

(一)、ISO 9000 品質標準的轉移

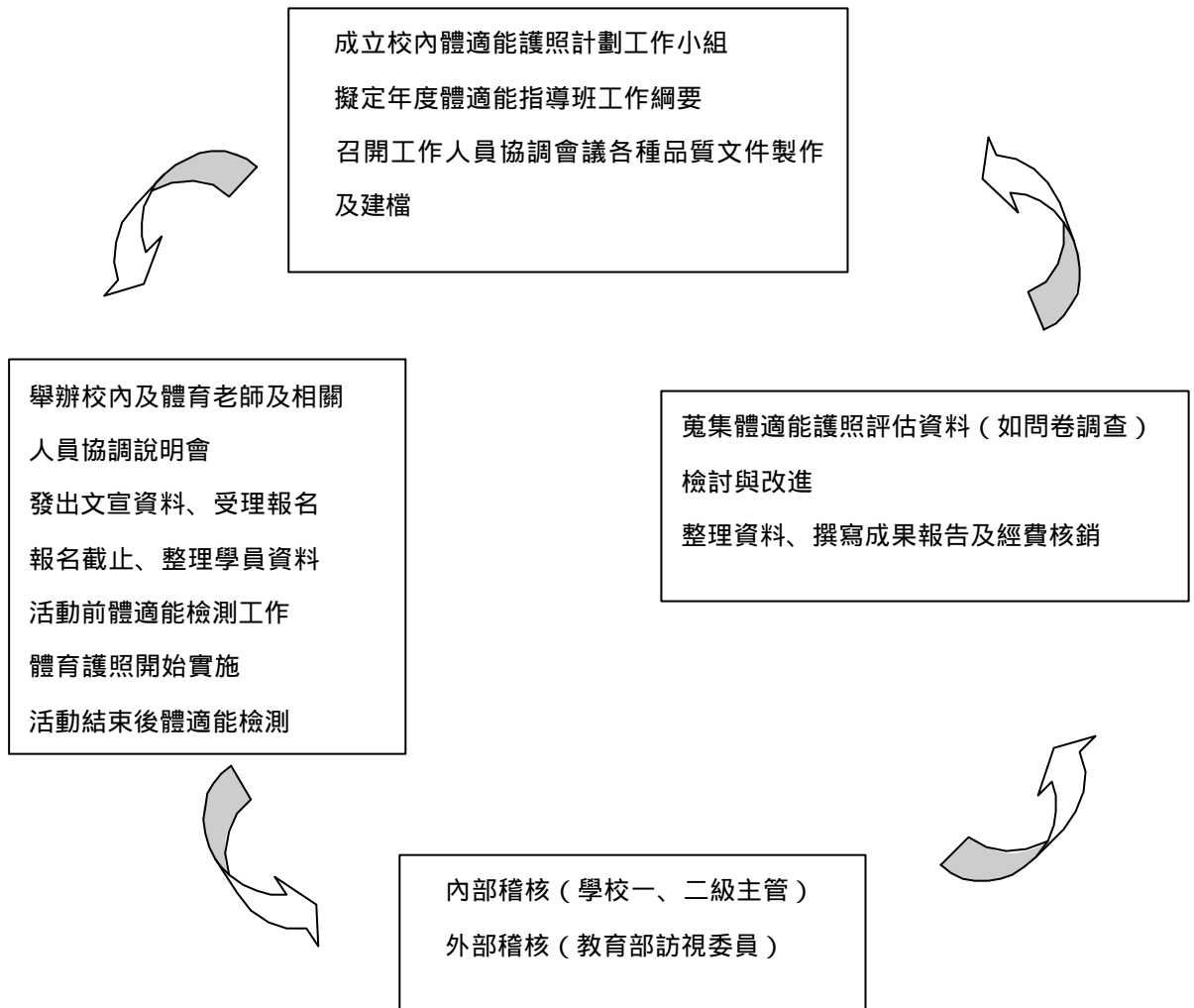
ISO 9000 品質標準原先是針對製造業所產生的管理模式，由於體適能護照生產過程與服務對象和業者有所不同（如表二），因此必須就管理系統加以轉換。

表二 體適能護照與製造業之服務過程轉換

產業別	服務對象	組織系統	過程製造	最終產出
製造業	顧客或消費者	組織和員工	流程、管制及產出	產品
體適能護照	學生	學校行政單位及體育老師	教學、輔導、獎勵及評量等相關流程	健康體適能

(二)、實施流程

利用 PDCA 循環理論做基礎，將承辦體適能護照的業務進入流程化，以便於執行。



圖五 PDCA 循環理論之流程

(三)、工作時程：依各校實施狀況而定 (附件一)

(四)、導入 ISO 9000 以提昇體適能護照認證品質的理由：

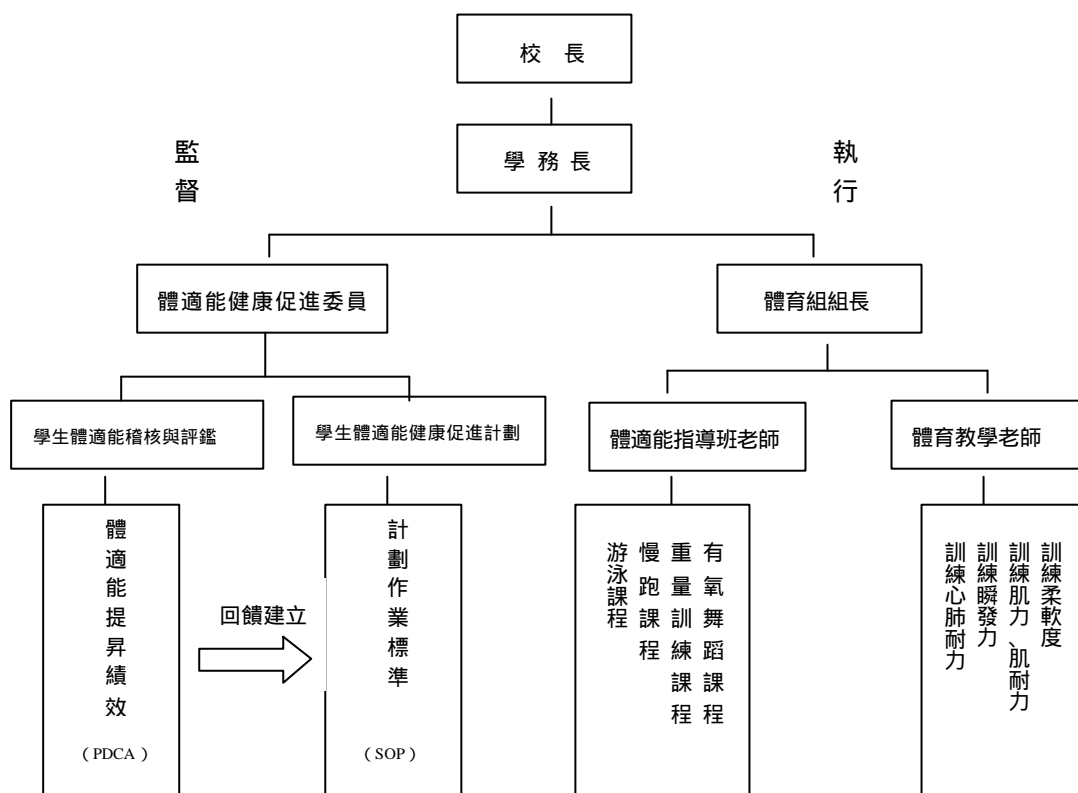
- 1、建立體適能護照優良形象
- 2、適應體育環境的轉變
- 3、符合體育行政效率化
- 4、控制體適能護照服務過程
- 5、落實體育專業責任
- 6、鼓勵學生從事規律的運動
- 7、提昇學生體適能狀況

五、以 ISO 9000 作業方式提昇體適能護照品質之作法

當推動體適能護照的工作進入制度化流程後，便要去提昇體適能護照的品質例如護照因附加價值而被需求等策略，應用 ISO 9000 作業方式來提昇體適能護照品質，作法如下：

(一)、管理責任：

ISO 9000 品質管理系統強調必須從組織之最高負責人的全力支持開始，並負起完全責任，再經由各部門主管監督幹部且不斷地檢討改進。學校應成立體適能健康促進員會，此委員會主要工作在推動校園體適能活動計劃，並對執行成效進行考核與評鑑。主管的支持與參與關係推動一項活動的成敗關鍵，所以爭取主管的參與就是成功的第一步。圖六為推動體適能管理模式組織架構：



圖六 體適能管理模式組織架構

(二)、文件管理：

為使推動體適能的計劃能有效持續的運作、通常都會以之前建立的書面資料或電腦檔案作為執行的依據，但由於這些文件並非常常接觸，故容易因時間或人為疏失而造成文件的不完整。運用 ISO 9000 品質管理系統，可依各單位的不同需求，建立體適能計劃之文件與績效，除可方便工作職掌輪替交接時，以最快時

間進入狀況外，更作為日後推動體適能遵循之依據。文件化程序的管制包括：辨識、儲存、保護、取用、保存期限及處置。表三為體適能之文件管理資料總表

表三 體適能之文件管理資料總表

資料名稱	保存期限	存放區域	檔案編號
體適能指導班計劃	永久	電腦 2	f-p
體適能指導班課程進度表	永久	資料櫃 A1	f-p-1
體適能指導班課程內容	永久	電腦 2	f-p-2
體適能指導班學員基本資料	永久	資料櫃 A2 \ 電腦 2	f-p-3
體適能指導班學員簽到表		資料櫃 A2 \ 電腦 2	f-p-4
體適能檢測辦法及說明	永久	電腦 2	f-p-5
體適能檢測成績資料	永久	電腦 2	f-p-6
體適能指導班宣傳海報	永久	電腦 2	f-p-7
體適能指導班報名表	永久	電腦 2	f-p-8
會員同意(切結)書	永久	電腦 2	f-p-9
歷屆服務追溯資料	永久	電腦 2	f-s
體適能促進委員會委員資料	永久	電腦 2	f-c
重量訓練器材使用說明	永久	電腦 2	f-w
特約廠商資料	永久	電腦 2	f-h
SOP 文件表格	永久	電腦 2	f-sop-1
SOP 標準作業規範	永久	電腦 2	f-sop-2

(三)、人力資源管理

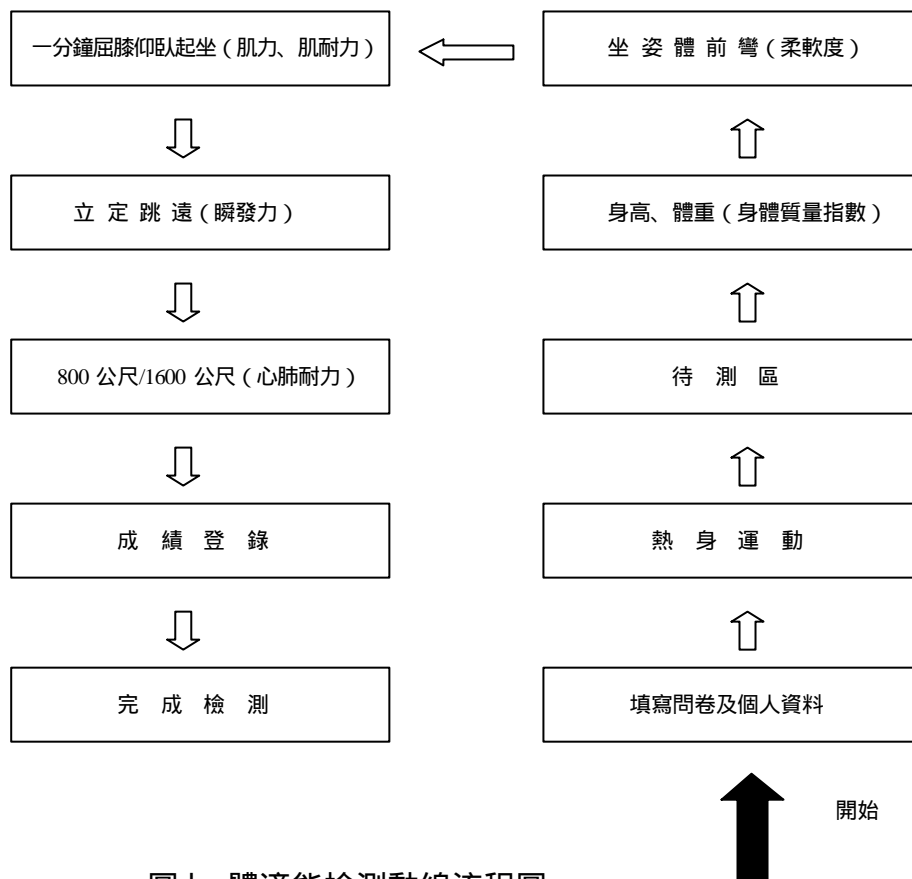
簡單來說，人力資源管理 (Human Resource Management, 簡稱 HRM) 是一種管理功能，其目地在將適當的人放在適當的工作上，ISO 9000 品質管理系統就是把人力資源、物力資源結合起來，並且有效率地達成既定的目標。²⁵ 透過人力資源任用作業程序，在遴選承辦老師及服務同學時，可利用人力資源規劃、招募、甄選、職前引導、訓練、發展及績效評估等七大步驟之理念，選出最需要、最適合的人才，有效率地達成既定的目標。

(四)、過程管理：

- 1、過程：ISO 9000：2000 年版特別強調服務應該以顧客的需求作為發展的依據，主動去瞭解學生參加或不想參加體適能護照活動的理由，並加以鼓勵或輔導。

²⁵ 黃國隆，人力資源的規劃與管理，〈大學院校運動場經營管理座談會〉，(台北：中華民國體育台學會)。2000 年

2、管制作業程序：為使執行檢測的工作運作順利，並能提昇工作效率，應讓學生瞭解整個測驗流程，故除了檢測前在體育課的說明外，務必在檢測現場張貼檢測動線流程圖，如圖七所示。



圖七 體適能檢測動線流程圖

3、執行上要求說、寫、做一致，使所有體適能護照之作業規範均清楚呈現出來且必須做到，利用 PDCA 管理循環模式：從計畫思考如何規劃體適能護照推展工作 (PLAN)、正確推展各項體適能活動 (DO)、評估體適能護照使用率 (CHECK)、改善推展體適能護照所衍生的問題 (ACTION)，以確保體適能護照品質。

(五)、設計管制：

為使體適能護照擁有附加價值而被需求，可建立「體適能優異學生獎勵辦法」，對積極參與且通過各項檢測標準或進步最多的同學，給於實質的鼓勵；更可為學校推薦甄試的文件之一，另外，可和民間廠商如體育用品店、書局、健身房、俱樂部、眼鏡行、學生餐廳..等合作，使體適能護照具有折扣優惠的價值，讓學生樂於擁有體適能護照。

(六)、量化品質管理系統：

推展一項活動，能夠圓滿達成當然重要，但更重要的是要瞭解學生、配合廠商、學校行政單位等滿不滿意？有無抱怨或建言？可以透過滿意度調查來監測績效，以量化的數字具體呈現出來，作為下次改進的參考。利用所得資料來矯正並預防相關措施，更做為日後改善的目地，進而讓推展體適能護照的工作持續不斷改善下去。

六、結 語

我國大專生不僅體適能狀況越來越差，甚至比國內高中生都不如，肌力有退化現象、身體質量指數於明顯增加、僅 17.9% 的大專生有規律的運動習慣、30% 的大專生不滿意自己的體能狀況。當大專院校學生體適能日漸衰退時，我們還能談什麼提昇國家競爭力！面對整個社會越來越多「健康體適能」或「塑身」等俱樂部的開設，我們更應該盡心推展體適能護照，以免學生出社會時，必須為自己的健康體能付出相當的代價，由此顯見加強大專生體適能工作已體育教育的重點工作之一。

體適能護照的目地是希望透過體適能護照的實施，配合學校的體育教學及相關活動，使學生經由定期的體能檢測來瞭解自己的體能狀況，對體適能及運動保健觀念有更深一層的瞭解，並且能夠積極參與運動、養成規律的運動習慣，以改善其體適能狀況，更希望在學生離開學校時，也能持續運動下去。

體適能護照是非常值得在校園推廣體適能的一項策略，不過當一種策略或理念要開始推動時，難免需要花多點精神和時間來做妥善的規劃與運作，本篇利用 PDCA 循環理論做基礎，以 ISO 作業方式將承辦體適能護照的業務進入標準化、制度化，使能有效提昇體適能護照之品質。

附件一 三種品質保證要求條款對照表

品質保證模式及 相關文件 要求條款	相 關 文 件	ISO 9001	ISO 9002	ISO 9003
第一條 管理責任	1.品質手冊 2.權責劃分程序書 3.管理審查系統程序書	+	+	+
第二條 品質管制	1.品質管制程序書	+	+	+
第三條 合約審查	1.合約（申請案）審查管理程序書	+	+	+
第四條 設計管制	1.研發相關作業規範	+	-	-
第五條 文件與資料管制	1.文件與資料管制系程序書	+	+	+
第六條 採購	1.採購程序書 2.協力廠商管理程序書	+	+	-
第七條 客戶供料（應備證件）管制	1.應備繳證件程序書	+	+	+
第八條 服務鑑別與追溯	1.服務鑑別與追溯程序書	+	+	+
第九條 過程管制	1.服務過程管制程序書 2.各項業務之標準作業規範	+	+	-
第十條 檢驗與測試	1.檢驗與測試程序書	+	+	+
第十一條 檢驗、測量與試驗設備之管制	1.儀器、設備管制程序書 2.電腦暨網路管理程序書	+	+	+
第十二條 檢驗與測試狀況	1.檢驗與測試狀況程序書	+	+	+
第十三條 不符合處之管制	1.不符合處之管制程序書	+	+	+
第十四條 矯正與預防措施	1.矯正與預防措施程序書	+	+	+
第十五條 搬運、儲存、包裝、保存與交貨	1.搬運、儲存、包裝、保存與交貨程序書	+	+	+
第十六條 品質記錄之管制	1.品質記錄管制系統程序書	+	+	+
第十七條 內部稽核	1.內部品質稽核程序書	+	+	+
第十八條 訓練	1.驗證人員資格審查程序書 2.教育訓練程序書	+	+	+
第十九條 服務	1.服務作業程序書	+	+	-
第二十條 統計技術	1.統計技術程序書	+	+	+

註：+ 表示須具備此項要求 - 表示不須具備此項要求

本表係參考國立宜蘭技術學院導入 ISO 品質管理系統之講義

附件二 本表以國立宜蘭技術學院 89 學年度教師體適能護照試辦實施計畫

項 目	實施進度 實施內容	89	90	90	90	90	90	90	90	90	90	90	90	90
		年 9 月 12 日	年 9 月 18 日	年 2 月 18 日	年 2 月 22 日	年 3 月 1 日	年 3 月 4 日	年 3 月 5 日	年 3 月 6 日	年 6 月 8 日	年 6 月 13 日	年 6 月 18 日	年 6 月 18 日	年 6 月 20 日
1	成立校內體適能護照計劃工作小組	—												
2	擬定 90 學年度體適能指導班工作綱要		—											
3	召開工作人員協調會議各種品質文件製作及建檔		—											
4	舉辦校內及體育老師及相關人員協調說明會			—										
5	發出文宣資料、受理報名				—									
6	報名截止、整理學員資料					—								
7	活動前體適能檢測工作						—							
8	體育護照開始實施						—							
9	內部稽核(學校一、二級主管)							—	—	—				
10	外部稽核(教育部訪視委員)									—				
11	活動結束後體適能檢測										—			
12	蒐集體適能護照評估資料(如問卷調查)										—	—		
13	檢討與改進											—	—	
14	整理資料、撰寫成果報告及經費核銷													—