

臺北市立大學運動健康科學系

109學年度學士班課程標準

一、教育目標：

- 1.運動健身指導能力
- 2.運動傷害防護能力
- 3.運動健康科學研發能力

二、總畢業學分為128學分：通識學分28學分；院定必修學科8學分；系定必修學科24學分；

系定必修術科2學分；系定必修專業實習4學分；選修學科46學分；自由選修16學分（至少需含術科2

三、畢業需取得3張專業證照（不限類別）。

類別	科目		學分	時數	第一學年		第二學年		第三學年		第四學年		備註
					1	2	1	2	1	2	1	2	
院定必修課程	學科	人體解剖生理學	Human Anatomy and Physiology	2	2	2							◎
		運動生理學	Exercise Physiology	2	2		2						◎
		運動心理學	Sports Psychology	2	2			2					◎
		運動生物力學	Sports Biomechanics	2	2				2				◎
		小計		8	8	2	2	0	2	2	0	0	0
系定必修課程	學科	運動健康概論	Introduction to Physical Activity and Health	2	2	2							
		運動傷害防護導論	Sports Injury Management and Prevention	2	2		2						◎
		運動營養學	Exercise Nutrition	2	2			2					◎
		運動保健學	Health and Physical Activity	2	2			2					◎
		服務學習	Service Learning	2	4				1	1			
		運動處方	Exercise Prescription	2	2				2				◎
		運動貼紮與實驗	Sports Taping and Practicum	2	2				2				◎
		統計概論	Statistics	2	2					2			
		研究法	Research Methods	2	2						2		
		體育行政管理	Physical Education Administration	2	2						2		
		體育課程設計	Sports Coaching and Curriculum Design	2	2							2	
		運動推拿指壓學	Sports Acupressure	2	2							2	◎
		小計		24	26	2	2	2	2	5	3	4	4
	術科	田徑	Track and Field	1	2			1					
		游泳	Swimming	1	2				1				
		小計		2	4			1	1				
	專業實習	運動健身與科研專業實習(I)	Practicum I of Strength and Conditioning Training	4	4					2	2		1. 總整課程，每學期需實習100小時。 2. 二門專業實習擇一。
		運動防護專業實習(I)	Practicum I of Athletic Training	4	4					2	2		
		小計		4	4					2	2		

類別		科目		學分	時數	第一學年		第二學年		第三學年		第四學年		備註
						1	2	1	2	1	2	1	2	
運動健身指導能力課程	藥物教育	Drug Education	2	2										
	健康促進	Health Promotion	2	2										
	社區健康營造實務	Practicum of Community Health Promotion	2	2										
	肌動學	Kinesiology	2	2										
	運動體能監測與評估	Monitor and Evaluation for Physical Conditions	2	2										
	運動體能訓練	Strength and Conditioning Training	2	2										◎
	運動藥物學	Sports Materia Medica	2	2										
	運動場館經營與管理	Administration and Management of Stadium	2	2										
	體育學原理	Principles of Physical Education	2	2										
	運動社會學	Sports Sociology	2	2										
	運動行銷學	Market and Management of Sports	2	2										
	運動教育學	Pedagogy in Physical Education and Sports	2	2										
	運動裁判法	Sports Refereeing	2	2										
	運動保健之經營與管理	Administration and Management of Sports Health	2	2										◎
	運動團隊管理	Sports Mangement	2	2										
	運動競賽實務與實習	Practicum in Competitive Sports	2	2										
	健身運動心理學	Exercise Psychology	2	2										
	高齡運動健康促進導論	Exercise and Health Promotion in Geriatrics	2	2										
	運動健身與科研專業實習(II)	Practicum II of Strength and Conditioning Training	4	4								2	2	
	選修課程	健康管理	Health Management	2	2									
健康管理政策與實務		Health Management and Policy	2	2										
運動醫學		Sports Medicine	2	2										
人體生理學		Human Physiology	2	2										◎
運動傷害評估學		Sports Injury Evaluation	2	2										◎
運動傷害防護學與實驗		Athletic Training and Practicum	2	2										◎
運動傷害防護儀器之運用		Modality for Athletic Training and Sports Injury	2	2										◎
急救學與實驗		First Aid and Practicum	2	2										◎
健康評估		Health Evaluation	2	2										
運動健康文獻選讀		Selective Reading on Exercise and Health	2	2										
運動傷害與急救		Sports Injuries and First Aid	2	2										
運動疲勞恢復概論		Exercise Recovery	2	2										
運動治療學		Theory of Therapeutic Exercise	2	2										
操作治療學		Manual Therapy	2	2										
中醫基礎理論		Chinese Medicine	2	2										
經絡學		Meridians	2	2										
醫學概論		Introduction to Medicine	2	2										
芳香療法		Aromatherapy	2	2										
高齡運動健康管理		Exercise and Health Management in Geriatrics	2	2										
運動防護專業實習(II)		Practicum II of Athletic Training	4	4								2	2	◎
術科	棒壘球(Ⅰ)	Baseball and Softball	1	1										
	網球	Tennis	1	1										
小計			46	46										
備註：運動防護員資格檢定規定課程於備註以「◎」標示，修畢核發「學分證明書」。														