

# 臺北市立大學運動健康科學系

## 111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學分）

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	2	2				
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			
		統計概論	Statistics	2	2				2				
		運動貼紮與實驗	Sports Taping and Practicum	2	2				2				◎
		運動處方	Exercise Prescription	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	肌動學	Kinesiology	2	2									
	藥物教育	Drug Education	2	2									
	運動藥物學	Sports Materia Medica	2	2									
	運動科學應用實務	Practice of Exercise and Sports Sciences	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									◎
	高齡運動健康促進導論	Exercise and Health Promotion in Geriatrics	2	2									
	高齡運動健康管理	Exercise and Health Management in Geriatrics	2	2									
	慢性病運動指導	Exercise Instruction in Chronic Conditions	2	2									
	社區健康營造實務	Practicum of Community Health Promotion	2	2									
	健康管理政策與實務	Health Management and Policy	2	2									
	運動場館經營與管理	Administration and Management of Stadium	2	2									
	運動團隊經營管理	Management in Sports	2	2									
	體育學原理與實務	Theory and Practice in Physical Education	2	2									
	運動與社會議題探討	Sports and Society	2	2									
	運動產業行銷策略	Sports Marketing	2	2									
	運動訓練課程設計	Program Design in Strength and Conditioning	2	2									
	運動競賽實務	Practicum in Competitive Sports	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	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									◎
	運動保健之經營與管理	Administration and Management of Sports Health	2	2									◎
	急救學與實驗	First Aid and Practicum	2	2									
	健康促進	Health Promotion	2	2									
	健康管理	Health Management	2	2									◎
	運動醫學	Sports Medicine	2	2									
	醫學概論	Introduction to Medicine	2	2									
	運動傷害與急救	Sports Injuries and First Aid	2	2									
	運動機能重建	Functional Rehabilitation in Sports Injury	2	2									
	徒手操作治療學	Manual Therapy	2	2									
	健康檢查與評估	Physical Examination and Health Assessment	2	2									
	運動健康文獻選讀	Selective Reading on Exercise and Health	2	2									
	運動疲勞恢復概論	Exercise Recovery	2	2									
	中醫基礎理論	Chinese Medicine	2	2									
	經絡學	Meridians	2	2									
	芳香療法	Aromatherapy	2	2									
	運動防護專業實習(II)	Practicum II of Athletic Training	4	4							2	2	◎
術科	足球	Soccer	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」。