

# 國立體育大學運動保健學系大學部課程地圖 ~適用108學年度(含)以後入學新生~

必修課程(學分數)  
選修課程(學分數)  
防護組必選(學分數)

大一		大二		大三		大四	
上	下	上	下	上	下	上	下

## 運動防護組

運動傷害防護學(2)

運動傷害防護學(2)  
運動營養學(2)  
藥物教育(2)

運動貼紮與實驗(2)  
運動按摩學(2)

應用病理學概論(2)  
儀器治療學與實習(2)  
應用運動貼紮與實驗(2)  
運動傷害評估與功能復健實習(一)3

骨科運動醫學概論(2)  
運動傷害評估與功能復健實習(二)3

## 運動保健與科學共同課程

運動保健學導論(2)  
人體解剖學與實驗(4)  
體適能計畫(2)  
游泳(1)  
安全教育(2)  
個人衛生學(2)  
保健專業英語(2)  
運動心理學(2)  
籃球(1)  
網球(1)  
舞蹈(1)

服務學習(一)(0)  
人體生理學(2)  
急救學與實習(2)  
體適能(1)  
婦幼衛生學(2)  
健康心理學(2)  
羽球(1)  
有氧舞蹈(1)  
健走運動(1)

服務學習(二)(0)  
營養教育(2)  
運動生理學(2)  
阻力訓練理論與實務(2)  
傳統療法概論(2)  
田徑(1)

運動保健經營與管理(2)  
人體肌動學(2)  
運動生物力學(2)  
健康促進(2)  
環境衛生(2)  
經絡學實務運用(2)  
武術(1)  
柔道(1)

研究法與統計概論(2)  
徒手保健手法(2)  
高爾夫(1)  
養生運動(1)  
核心穩定訓練(1)  
水中適能(1)

中醫骨傷整復療法(2)  
運動與健康產業創新與創業I(2)

運動保健實踐創課(2)  
運動與健康產業創新與創業II(2)

運動保健實習(一)(3)

運動保健實習(一)(3)

運動保健實習(二)(4)

運動保健實習(二)(4)  
運動保健專題報告(1)

## 健康體適能組

高齡者功能性體適能(2)  
老人跌倒與預防(2)

健康管理(2)  
老人保健學(2)  
長期照顧概論(2)  
方塊踏步運動(1)

運動處方(2)  
體適能測驗與評量(2)  
運動體能測驗與評量(2)  
阻力訓練指導法(2)  
身體活動與老化(2)  
高齡運動生理學(2)

功能性肌力訓練實務(2)  
高齡者營養保健(2)  
高齡健康評估(2)  
健康運動指導與實務(2)  
高齡運動服務創新實務(2)

俱樂部管理與行銷實務(2)  
高齡者運動指導實習(2)  
個人運動指導實務(2)

運動體能訓練法(2)  
活動企劃與專案管理(2)  
體重控制與體型雕塑(2)

## 教育目標

- 1.培養學生具備運動防護專業知識及實務能力。
- 2.培養學生具備體適能與健康促進專業知識及實務能力。
- 3.培養學生具備運動保健科學研究理論基礎。

## 核心能力

- 1.具備運動保健專業知識與技能
- 2.具備分析及解決問題能力
- 3.具備溝通與團隊合作能力
- 4.具備專業倫理及服務熱忱
- 5.具備寬廣視野與國際觀

## 畢業門檻

- 1.畢業學分128學分：  
通識28學分、系必修53學分、選修47學分、應修畢體育術科10學分(含必修游泳、體適能各1學分)
- 2.專業實習800小時以上
- 3.義務服務時數(108小時)
- 4.取得各組規定之專業證照

## 專業證照

### 運動傷害防護組

緊急醫療救護技術員證(EMT-1)

### 健康體適能組

參照本校「學生取得證照獎勵之證照標準表」，學生應取得相關證照每級各一張，其中包含一張緊急救護相關證照。

## 職涯發展

### 就業：

- 1.擔任各項職業業餘運動團隊國家代表隊之運動防護人員
- 2.從事運動防護指導與推展工作
- 3.擔任學校運動傷害防護員
- 4.公務人員、健康與體育領域教育人員
- 5.體能訓練師
- 6.運動防護人員

### 升學：

報考運動保健與科學相關領域研究所

### 就業：

- 1.擔任各縣市體育場館、健康休閒俱樂部、體適能中心及各機關團體之健康運動指導人員
  - 2.從事學校、職場、高齡者、特殊族群體適能等各類專業領域之指導與推展工作
  - 3.公務人員或健康與體育領域教育人員
  - 4.健康管理師或體能訓練師
- 升學：  
報考運動保健與科學相關領域研究所