

國立體育大學運動保健學系大學部課程地圖 ~適用109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)
運動傷害評估與功能
復健實習(一)3
應用運動貼紮與實驗
(2)

運動傷害評估與功能
復健實習(二)3
骨科運動醫學概論(2)

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)
性別與健康(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)
健康心理學(2)
民俗調理業相關法令
(1)
傳統整復推拿基本
常用手法(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)
基礎經絡學與刮痧
拔罐調理(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)
傳統整復推拿全身
調理手法(一)(2)
武術(1)
柔道(1)

研究法與統計概論(2)
傳統整復推拿全身
調理手法(二)(2)
高爾夫(1)
養生運動(1)
核心穩定訓練(1)
水中適能(1)

運動與健康產業創新
與創業(一)(2)
傳統整復推拿從業
實務(2)

運動保健實踐創課(2)
運動與健康產業創新
與創業(二)(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)
團體運動指導實務(2)
高齡者營養保健(2)
高齡健康評估(2)
高齡運動服務創新
實務(2)

俱樂部管理與行銷
實務(2)
個人運動指導實務
(2)
健身教練領導學(2)
高齡者運動指導實習
(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55學分、選修45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