

# 陸上運動學系課程架構

## 一、本系簡介

陸上運動學系（Department of Athletics）設立於民國八十七年，主要專長項目為田徑、體操、舉重、射擊、射箭、拔河及自由車等專業競技性運動。本系發展目標以培養優秀運動員、教練、教師、體育運動指導人員等從業人才為重點。課程設計除加強運動技術訓練以提升競技水準外，另規劃通識課程，基礎運動科學、訓練理論與實務等，相關課程及其他運動技能課程，使學生得以學術科兼備，在校能有傑出運動成績表現，為校、為國爭光，畢業後能學以效用，成為優秀體育運動相關從業人員。

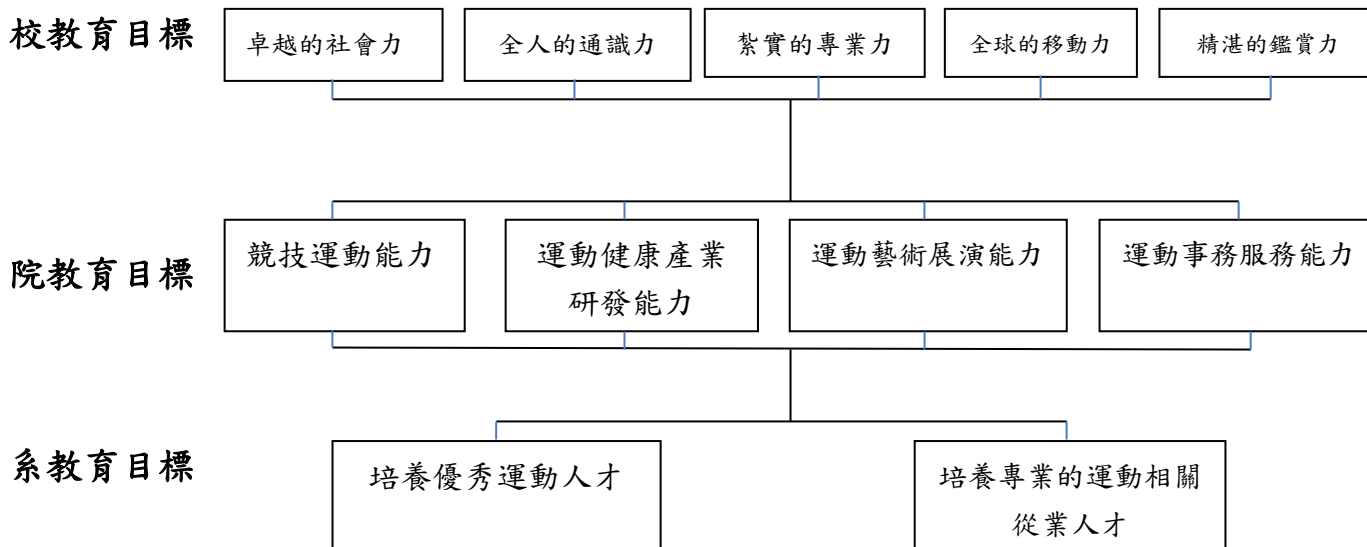
## 二、教育目標

### （一）本系教育目標

綜觀本系歷史、文化、學校願景、周邊產業、學生來源及師資等因素，並為達成本系之設立宗旨，本系訂定的教育目標如下：

1. 培養優秀運動人才；
2. 培養專業的運動相關從業人才。

### （二）本系教育目標與院、校教育目標之關聯圖



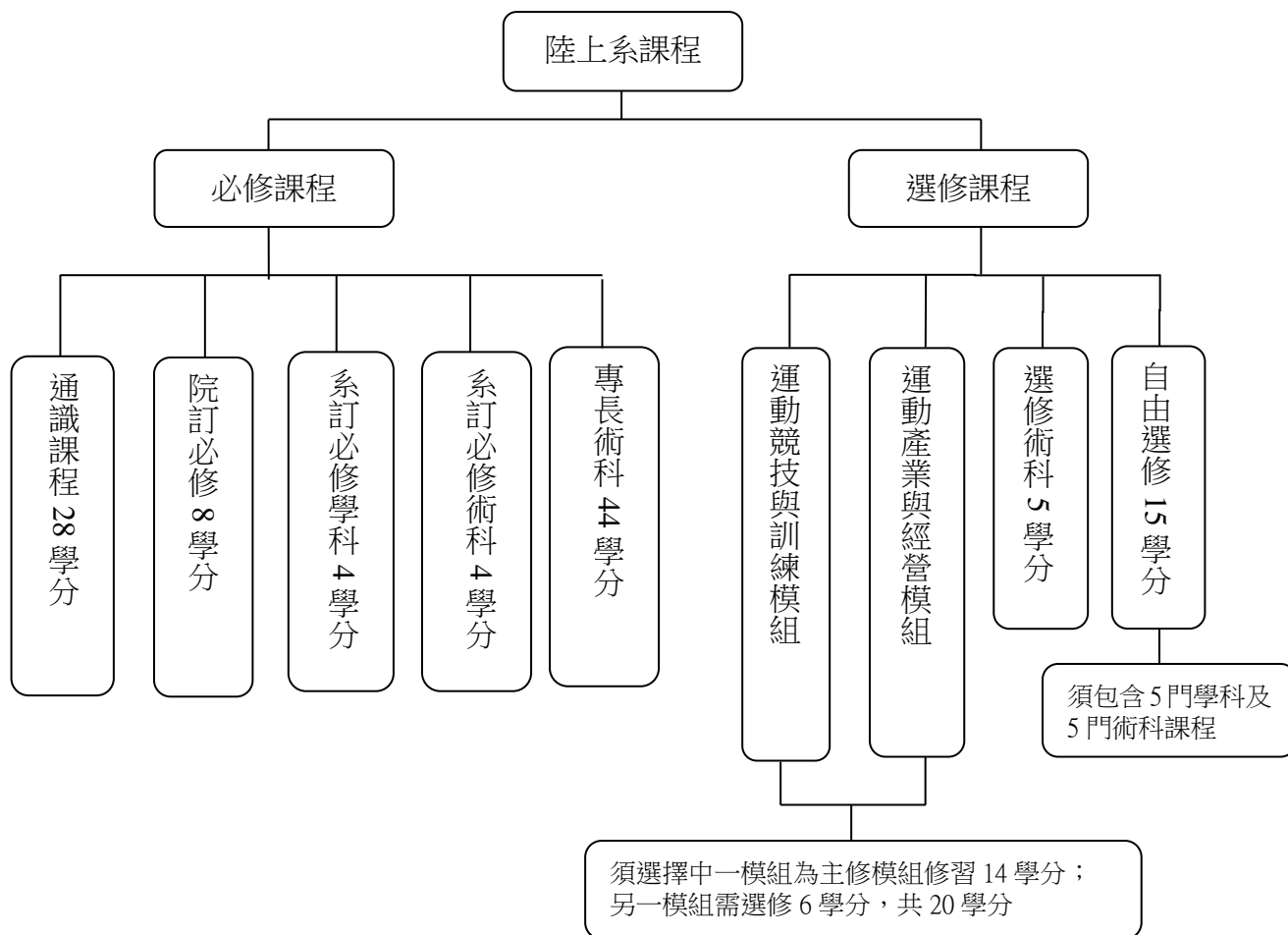
### 三、課程規劃

#### (一) 本系核心能力

1. 專項競技能力
2. 基礎體育運動相關知識
3. 專業運動科學相關知識
4. 運動競技與訓練及運動產業與經營之能力。

#### (二) 課程架構

##### 1. 課程架構圖



##### 2. 學分規畫表

課程類別	通識教育課程				系專門課程	自由選修課程 (可於本系、外系或 跨校選修,但不含通 識課程)	總計
	全校 共同 必修	分選	類修	共選 同修			
必修	8	0	0	60	0	68	
選修	0	16	4	25	15	60	
合計		28		85	15	128	

##### 3. 課程模組表

臺北市立大學陸上運動學系大學部課程地圖(畢業：至少 128 學分)

大學基礎課程

校共同必修

服務學習課程

服務學習課程  
(一般或專業，各學系擇一開設)  
一般服務學習課程：大二或大二學年課，0學分  
專業服務學習課程：至少二學期，學分各學系自訂

全民國防教育、體育(0學分)

全民國防教育... (必修0學分，須修習2門不同科目名稱)  
博覽：大一上下必修  
天母：大一至大四擇二學期必修  
體育... (大一至大二必修0學分，須修習4門不同科目名稱；體育學院、舞蹈學系及體育學系除外)

通識教育課程 (28 學分)

共同必修(共8學分)

國文... (大一學年課，上下學期各2學分)  
英文... (大二學年課，上下學期各2學分)

通識分類選修(各領域至少4學分，共16學分)

藝術與美感 (至少4學分)  
公民素養與社會探索 (至少4學分)  
人文與文化思考 (至少4學分)  
自然、生命與科技 (至少4學分)

共同選修(共4學分)

共同選修 (至少4學分)

院必修(8學分)

1R(2)

人體解剖生理學

1R(2)

運動心理學

2R(2)

運動生理學

2R(2)

運動生物力學

系必修(52 學分)

1R(2)

運動訓練概論

1R(2)

運動產業概論

2R(2)

田徑

3R(2)

多元樂活服務學習

1-4R(44)

專長術科

系選修學科(20 學分)

運動競技與訓練模組

3E(2) 體適能與運動處方	4E(2) 運動疲勞恢復概論	3E(2) 運動禁藥管制
4E(2) 運動營養學	2E(2) 運動團隊管理與領導	2E(2) 運動傷害與急救
3E(2) 肌力訓練理論與實務	2E(2) 運動教練學	2E(2) 運動貼紮與實習
3E(2) 體能訓練理論與實務	3E(2) 運動裁判法	3E(2) 運動治療與復健
3E(2) 運動訓練指導法	4E(2) 教練科學講座	2E(2) 運動醫學

運動產業與經營模組

2E(2) 運動社會學	2E(2) 休閒運動概論	3E(2) 運動場館設施經營管理
3E(2) 運動產業法規概論	2E(2) 運動行銷學	4E(2) 職業運動經營與管理
2E(2) 運動管理學	3E(2) 人力資源管理與發展	2E(2) 活動賽會管理與實務
2E(2) 財務管理學	4E(2) 運動資訊與媒體公關	

系選修術科(5 學分)

自由選修(15 學分)  
須包含 5 門學科及 5 門術科

畢業

#### 4.修課須知

系定畢業資格分為兩大類：學分類及非學分類，畢業前須修滿規定之學分及系上學生學習護照中非學分類之項目，經審查通過後方可順利畢業。

##### (1)學分類

- 1.1 總畢業學分為 128 學分，包含通識課程 28 學分；院定必修 8 學分；系定必修學科 4 學分；專長學分 44 學分；必修術科 4 學分；選修學科 20 學分選修術科 5 學分；自由選修 15 學分(須包含 5 門學科及 5 門術科課程)，可選本系、外系、外校課程(不含通識課程)。
- 1.2 依據「高級中等學校師資職前教育專門課程共同學科對照表」規定，如需取得中教師資職資格，應修習：必修學術科 24 學分；選修學科 10 學分，選修術科 10 學分，合計應至少修滿 44 學分。
- 1.3 依「臺北市立大學課程規劃與開排課要點」第二項第三點略以…「各系選修科目，由學生自行決定選修跨系或跨校之科目，以選修總學分的五分之一為原則，其學分應予採計為畢業總學分數。」。

##### (2)非學分類

- 2.1 學生入學時由系上發與每位學生學習護照一本，請於辦理畢業離校時，由導師及系主任審核後，交至系辦備查。
- 2.2 專業證照類：四年內至少 4 張（請參考下表）。
- 2.3 服務學習類：四年內至少參予 8 次公共服務類。
- 2.4 各類講座：四年內至少 10 場(須由舉辦單位認定核章)，參加研習類活動可抵免 2 場，教育學程類研習不列入計算。

專長項目	專長教練證 C 級	專長裁判證 C 級	急救相關證照	其他類	備註
田徑	1 張	1 張	1 張	1 張	若同學於 4 年修期中，其專長種類未辦有 C 級教練及裁判研習者，可以其他專長證照代替。
舉重					
射擊					
體操					
射箭					
自由車					
拔河					

備註：其他類證照須為政府機關所核發之證照或其他具公信力之專業機構所核發之專業證照方可，本系保留認定之權利。

#### 四、必修科目(共 60 學分)

年級	類別	科目中文名稱	科目英文名稱	開課學期				備註
				學分		時數		
				一	二	一	二	
一	學科	人體解剖生理學	Human Anatomy and Physiology	2			2	

年級	類別	科目中文名稱	科目英文名稱	開課學期				備註
				學分		時數		
				一	二	一	二	
一	學科	運動訓練概論	Sports Training Methodology	2		2		
一	學科	運動心理學	Sport Psychology		2		2	
一	學科	運動產業概論	Introduction of sport industries		2		2	
一	術科	專長術科	Specific Sports Training	6	6	12	12	
二	學科	運動生理學	Exercise Physiology	2		2		
二	學科	運動生物力學	Sport Biomechanics		2		2	
二	術科	專長術科	Specific Sports Training	6	6	12	12	
二	術科	田徑	Track and Field	1	1	2	2	
三	服務學習	多元樂活服務學習	Multi-Lohas Service Learning	1	1	2	2	
三	術科	專長術科	Specific Sports Training	6	6	12	12	
四	術科	專長術科	Specific Sports Training	4	4	8	8	四年級下學期可選擇「專長術科」或「專業實務操作」擇一修習。
四	術科	專業實務操作	Specific Sports Training		4		8	

### 五、選修學科科目(至少 20 學分)

年級	類別	科目中文名稱	科目英文名稱	開課學期				備註
				學分		時數		
				一	二	一	二	
	運動競技與訓	體適能與運動處方	Physical Fitness and Exercise Prescription	2		2		
		運動營養學	Sport Nutrition		2		2	
		肌力訓練理論與實務	Theory and Practicum in Strength Training		2		2	
		體能訓練理論與實務	Theory and Practicum in Physical Conditioning	2		2		

年級	類別	科目中文名稱	科目英文名稱	開課學期				備註	
				學分		時數			
				一	二	一	二		
	練模組	運動訓練指導法	Exercise Prescription	2		2			
		運動疲勞恢復概論	Introduction of Exercise Fatigue and Recovery	2		2			
		運動團隊管理與領導	Management and Leadership for Team and Group Sports		2		2		
		運動教練學	Principles of Coaching		2		2		
		運動裁判法	Officiating of Sports		2		2		
		教練科學講座	Seminar in Coaching Science		2		2		
		運動禁藥管制	Anti-Doping Administration and Management	2		2			
		運動傷害與急救	Sport Injury and First Aid	2		2			
		運動貼紮與實習	Workshop in Athletic Taping		2		2		
		運動治療與復健	Sports Therapy and Rehabilitation	2		2			
		運動醫學	Sports Medicine		2		2		
		運動產業與經營模組	運動社會學	Sociology of Sports	2		2		
			休閒運動概論	Introduction of Recreation and Sport	2		2		
	運動產業法規概論		Sports Laws	2		2			
	運動行銷學		Sports Marketing	2		2			
	運動管理學		Sports Management		2		2		
	財務管理學		Financial Management		2		2		
	運動場館設施經營管理		Sport Facility Management	2		2			
	職業運動經營與管理		Professional Sport Event Management	2		2			

年級	類別	科目中文名稱	科目英文名稱	開課學期				備註
				學分		時數		
				一	二	一	二	
		活動賽會管理與實務	Activity Management		2		2	
		人力資源管理與發展	Human Resource Management and Development	2		2		
		運動資訊與媒體公關	Sport information and Media Relations	2		2		

註 1：選修學科 20 學分(其中一模組須修滿 14 學分；另一模組需選修 6 學分)。

註 2：「職能發展技術學群」為本校與臺北市職能發展學院共同合作之課程，其學分為興趣選修學分，故不認列於畢業應修學分數，相關課程由教務處統一開課辦理。

## 六、選修術科科目(至少 5 學分)

年級	類別	科目中文名稱	科目英文名稱	開課學期				備註
				學分		時數		
				一	二	一	二	
	大球課程	籃球	Basketball	1		2		
		保齡球初級	Bowling	1		2		
		排球	Volleyball		1		2	
		手球	Handball		1		2	
		橄欖球初級	Rugby		1		2	
		足球	Soccer	1		2		
		保齡球進階	Advanced Bowling	1		2		
		籃球進階	Advanced Basketball		1		2	
		橄欖球進階	Advanced Rugby		1		2	
		排球進階	Advanced Volleyball	1		2		
		足球進階	Advanced Soccer	1		2		
		手球進階	Advanced Handball		1		2	

年級	類別	科目中文名稱	科目英文名稱	開課學期				備註
				學分		時數		
				一	二	一	二	
	小球課程	網球	Tennis		1		2	
		高爾夫	Golf		1		2	
		羽球	Badminton	1		2		
		桌球	Table Tennis	1		2		
		棒壘球	Baseball and Softball	1		2		
		撞球	Billiards		1		2	
		羽球進階	Advanced Badminton		1		2	
		棒壘球進階	Advanced Baseball and Softball		1		2	
		棒球	Baseball		1		2	
		桌球進階	Advanced Table Tennis	1		2		
		高爾夫進階	Advanced Golf		1		2	
		網球進階	Advanced Tennis		1		2	
		滾球	Petanque		1		2	
		非球類課程	游泳	Swimming	1		2	需選修5學分，其中至少須修1學分游泳課程
	民俗體育		Folk Sports	1		2		
	舞蹈		Dancing	1		2		
	健身操		Calisthenics	1		2		
	飛盤		Flying Disc		1		2	
	柔道		Judo		1		2	



年級	類別	科目中文名稱	科目英文名稱	開課學期				備註
				學分		時數		
				一	二	一	二	
		水中有氧	Aquatic Sports	1		2		
		攀岩	Rock Climbing	1		2		
		有氧舞蹈	Aerobic Dance		1		2	
		水上安全與救生	Water Safety and Life Saving		1		2	
		有氧運動指導法	Aerobic Exercise and Guidance	1		2		
		體操	Gymnastics	1		2		
		體操進階	Advanced Gymnastics	1		2		
		直排輪	In-Line Skate		1		2	
		瑜珈	Yoga		1		2	
		重量訓練指導法	Weight Training Instructions		1		2	
		防身術	Self Defense		1		2	
		跆拳道	Tae kwon do	1		2		
		武術	Martial Arts	1		2		
		水上活動	Aquatic Sports & Activities		1		2	
		身體控制	Body Leaning and Control		1		2	

註 1：需選修 5 學分，其中至少須修 1 學分游泳課程。

七、雙主修課程 (共 64 學分)

年級	類別	科目中文名稱	科目英文名稱	開課學期				備註
				學分		時數		
				一	二	一	二	
二	術科	專長術科	Specific Sports Training	6	6	12	12	
三	術科	專長術科	Specific Sports Training	6	6	12	12	
四	術科	專長術科	Specific Sports Training	6	6	12	12	
	學科	人體解剖生理學	Human Anatomy and Physiology	2			2	
	學科	運動心理學	Sport Psychology		2		2	
	學科	運動生理學	Exercise Physiology	2		2		
	學科	運動生物力學	Sport Biomechanics		2		2	
	學科	運動訓練概論	Sports Training Methodology		2		2	
	學科	運動產業概論	Organize Sports Competitions	2		2		
	術科	田徑	Track and Field	1	1	2	2	
	學科	選修學科模組		14		14		請於本系選修課學科二模組「運動競技與訓練」及「運動產業經營」中，擇一模組修習完成 14 學分課程。

## 八、輔系課程 (共 20 學分)

年級	類別	科目中文名稱	科目英文名稱	開課學期				備註
				學分		時數		
				一	二	一	二	
		運動訓練概論	Sports Training Methodology		2		2	
		運動產業概論	Organize Sports Competitions	2		2		
		田徑	Track and Field	1	1	2	2	
		選修學科模組		14		14		請於本系選修課學科二模組「運動競技與訓練」及「運動產業經營」中，擇一模組修習完成 14 學分課程。