

# 105 學年度水上運動學系課程手冊

## 一、本系簡介或本系理念或本系願景

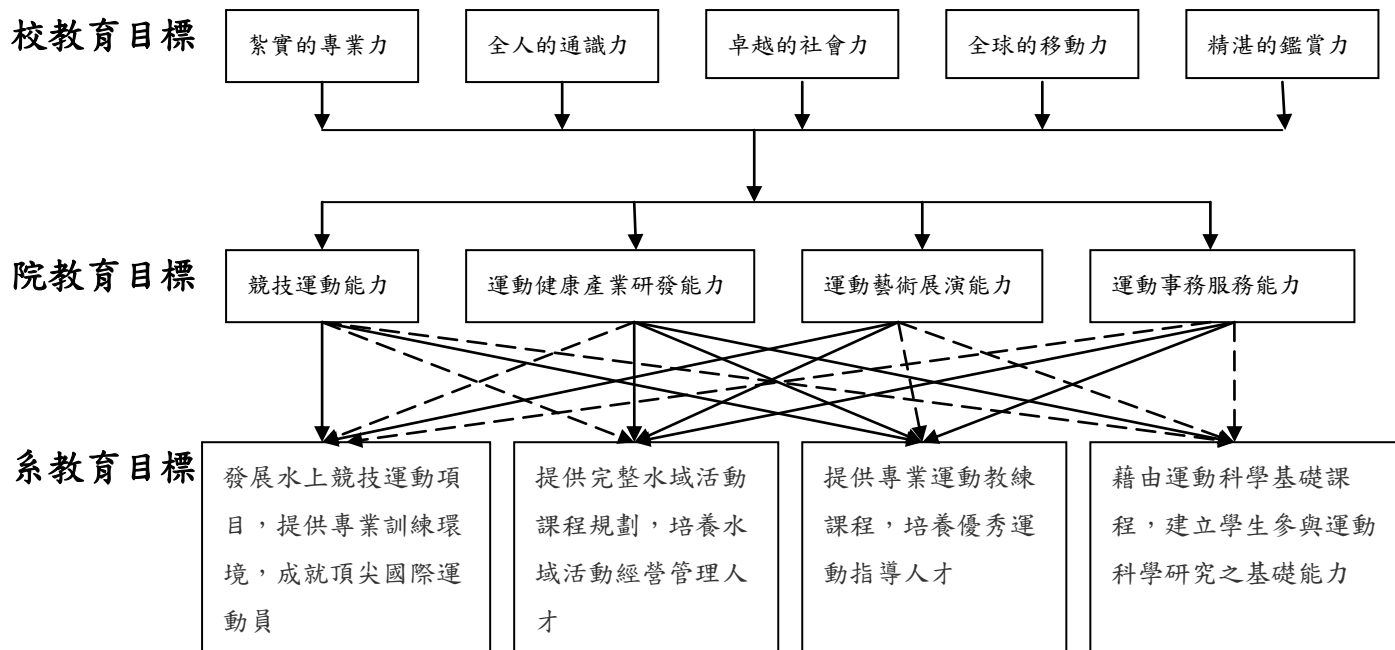
- (一) 水上運動學系為競技運動專業相關學系，所發展之運動皆為夏季奧林匹克運動會之正式比賽項目。計有游泳、划船、輕艇、水球及鐵人三項等 5 種水上運動專長；本系教師均具備國家級專業訓練證書及經歷，使學生在運動競技項目中獲得專業的指導；本系以培養國家水域運動優秀運動員、教練、體育行政人員、休閒運動及水域管理指導等專業人才為主要目標。課程特色發展強調理論與實務應用並重，提供社會發展潮流趨勢所需之專業實務人才為首要目標。
- (二) 本系設立宗旨為：
1. 競技運動員朝頂尖國際級發展。
  2. 水域管理人才朝多元化發展。
  3. 運動指導人才朝專業化發展。
  4. 運動科研人才朝精緻化發展。

## 二、教育目標

### (一) 本系教育目標

1. 發展水上競技運動項目，提供專業訓練環境，成就頂尖國際運動員。
2. 提供完整水域活動課程規劃，培養水域活動經營管理人才。
3. 提供專業運動教練課程，培養優秀運動指導人才。
4. 藉由運動科學基礎課程，建立學生參與運動科學研究之基礎能力。

### (二) 本系教育目標與院、校教育目標之關聯圖



### 三、課程規劃

#### (一) 本系基本素養

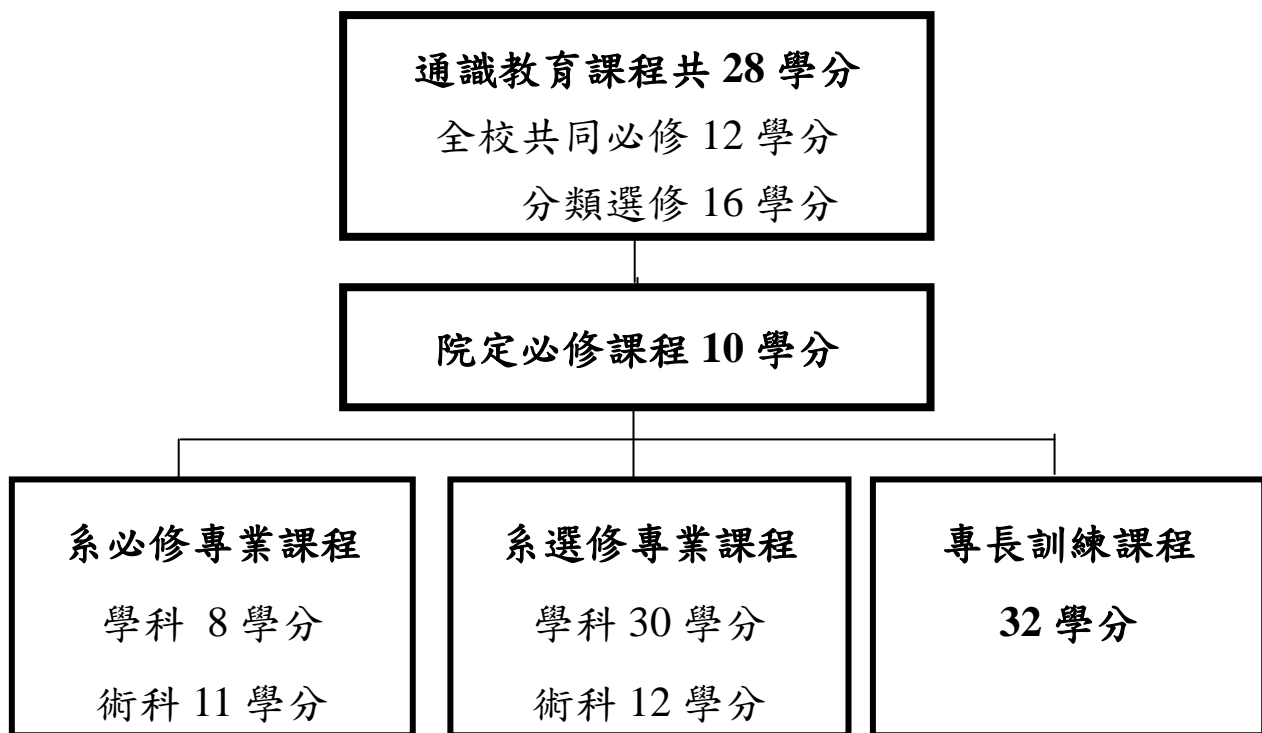
1. 具備運動倫理素養
2. 社會合作及競爭
3. 國際視野及參與

#### (二) 本系核心能力

1. 運動競技專項表現能力
2. 水域活動經營管理能力
3. 運動教練指導應用能力
4. 運動科學研究基礎能力

#### (三) 課程架構

##### 1. 課程架構圖

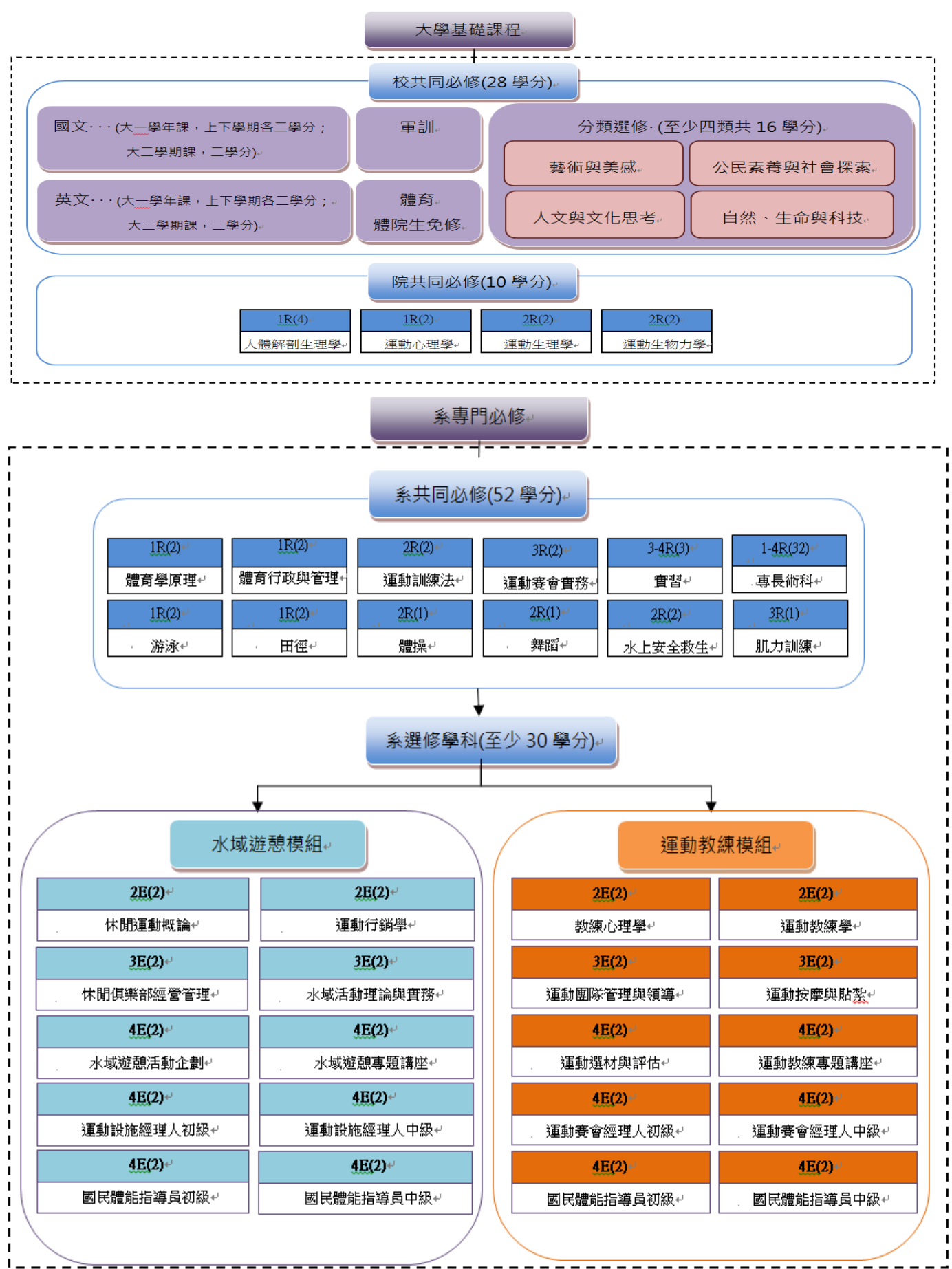


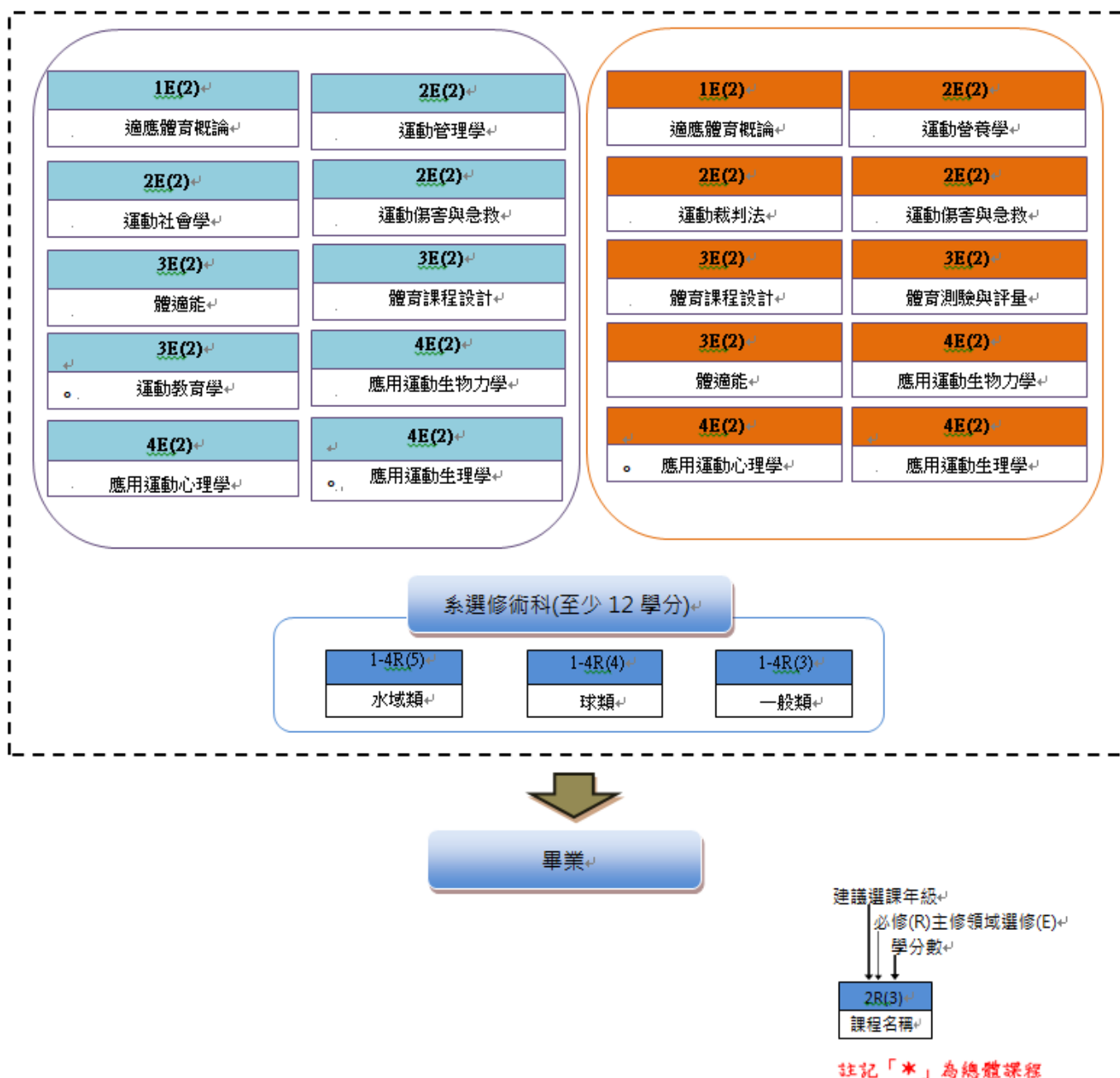
##### 2. 學分規畫表

課程類別	通識教育課程		院學分	系專門課程	專長訓練課程	總計
	全校共同必修	分類選修				
必修	12	0	10	20	32	74
選修	0	16	0	42	0	58
合計	28		10	62	32	132

### 3.課程模組表

臺北市立大學水上運動學系·大學部課程地圖(畢業:至少 132 學分)





#### 4. 修課須知

- **一般生修課標準**(分兩大類別：學分類及非學分類，須皆達到規定標準，得以畢業)

##### 1、學分類：

總學分為 132 學分（學科 1 小時 1 學分，一般術科 2 小時 1 學分，專長課程 3 小時 1 學分）通識課程 28 學分（見通識中心課程標準），院必修學科 10 學分，系必修學術科 20 學分，選修學術科 42 學分，專長訓練課程 32 學分。

##### 2、非學分類：

畢業前須修滿規定之學分及專業實習課程【200 小時】，經審查通過後方可順利畢業。

- **輔系至少須修滿 36 學分**(必修學科 20 學分，必修術科 4 學分，選修學科 12 學分)

#### 四、必修科目(共 62 學分)

年 級	類 別	科目 代碼	科目中文名稱	科目英文名稱	開課學期			
					學分		時數	
					上	下	上	下
一年級	共同 必修		服務學習	Service-Learning	0	0	0	0
	院定 必修		人體解剖生理學	Human Anatomy and Physiology	2	2	2	2
			運動心理學	Sport Psychology	0	2	0	2
	系定 必修		體育學原理	Principles of Physical Education	2	0	2	0
			體育行政管理	Administration of Physical Education	0	2	0	2
			專長術科	Specific Sports Training	4	4	12	12
			游泳	Swimming	1	1	2	2
二年級	院定 必修		運動生理學	Exercise Physiology	2	0	2	0
			運動生物力學	Sport Biomechanics	0	2	0	2
			運動訓練法	Theory & Methodology of Exercise	0	2	0	2
			專長術科	Specific Sports Training	4	4	12	12
			體操 (I)	Basic Gymnastics	1	0	2	0
			舞蹈 (I)	Basic Dancing	0	1	0	2
			田徑	Track and Field	1	1	2	2
			水上安全救生	Water Safety and Lifesaving	1	1	2	2
三年級	系定 必修		專長術科	Specific Sports Training	4	4	12	12
			運動賽會實務	Organizing Sport Events	2	0	2	0
			肌力訓練	Strength Training	1	0	2	0
			★實習	Professional Internship	1	1	2	2
四年級	系定 必修		專長術科	Specific Sports Training	4	4	12	12
			★實習	Professional Internship	1	0	2	0

【備註】1.註記「★」為總體課程。

2.「服務學習」課程為學年課，課程時數每學期不得低於二十四小時，其中社會公益服務每學期至少十二小時（餘則參考本校服務學習課程實施要點規定）。

## 五、選修科目(至少 30 學分)

### (一) 水域與休閒管理學群（主修 12 學分，其餘三類群至少 6 學分）

年級	類別	科目代碼	科目中文名稱	科目英文名稱	開課學期			
					學分		時數	
					上	下	上	下
二年級			休閒運動概論	Introduction of Recreation and Sport	2	0	2	0
			運動行銷學	Sports Marketing	0	2	0	2
三年級			休閒俱樂部經營管理	Management of the Leisure Club	2	0	2	0
			水域活動理論與實務	Theory and Practice of Water Activities	0	2	0	2
四年級			水域遊憩活動企劃	Water Recreation Activities Planning	2	0	2	0
			★水域遊憩專題講座	Water Recreation Seminar	0	2	0	2

註記「★」為總體課程。

### (二) 運動教練學群（主修 12 學分，其餘三類群至少 6 學分）

年級	類別	科目代碼	科目中文名稱	科目英文名稱	開課學期			
					學分		時數	
					上	下	上	下
二年級			教練心理學	Coach Psychology	2	0	2	0
			運動教練學	Principles of Coaching	0	2	0	2
三年級			運動團隊管理與領導	Management and Leadership for Team and Group Sports	2	0	2	0
			運動按摩與貼紮	Sports Massage and Taping	0	2	0	2
四年級			運動員選材與評估	Athlete Selection and Evaluation	2	0	2	0
			★運動教練專題講座	Sports Coaches Seminars	0	2	0	2

註記「★」為總體課程。

### (三) 體育運動專業學群（至少 6 學分，其中 2 學分得為自由選修學分數）

年級	類別	科目代碼	科目中文名稱	科目英文名稱	開課學期	
					學分	時數
			運動管理學	Sports Management	2	2
			運動營養學	Nutrition and Physical Activity	2	2
			運動裁判法	Officiating of Sports	2	2

年級	類別	科目代碼	科目中文名稱	科目英文名稱	開課學期	
					學分	時數
			運動社會學	Sociology of Sports	2	2
			體育測驗與評量	Measurement and Evaluation in Physical Education	2	2
			運動教育學	Sport Education	2	2
			應用運動生物力學	Applied Sport Biomechanics	2	2
			應用運動心理學	Applied Sports Psychology	2	2
			應用運動生理學	Applied Exercise Physiology	2	2
			體育課程設計	Physical Education Curriculum Design	2	2
			體適能	Physical Fitness	2	2
			運動傷害與急救	Sport Injury and First Aid	2	2
			適應體育概論	Adapted Physical Education	2	2

#### (四) 證照學群 (至少 6 學分)

年級	類別	科目代碼	科目中文名稱	科目英文名稱	開課學期	
					學分	時數
			運動設施經理人初級	Sports Facilities Manager Primary	2	2
			運動設施經理人中級	Sports Facilities Manager Intermediate	2	2
			運動賽會經理人初級	Sports Competition Manager Primary	2	2
			運動賽會經理人中級	Sports Competition Manager Intermediate	2	2
			國民體能指導員初級	Physical Fitness Instructor Primary	2	2
			國民體能指導員中級	Physical Fitness Instructor Intermediate	2	2

## 六、選修術科(至少 12 學分)

### (一) 水域類 (至少 5 學分)

年級	類別	科目代碼	科目中文名稱	科目英文名稱	開課學期	
					學分	時數
			划船	Boating	1	2
			潛水	Diving	1	2
			衝浪	Surfing	1	2
			水中運動	Aqua Sports & Activities	1	2
			風浪板	Windsurfing	1	2
			水中治療	Water Therapy	1	2
			輕艇	Canoe & Kayak	1	2
			動力小艇	Motor Boat I	1	2

### (二) 球類 (至少 4 學分得為自由選修學分數)

年級	類別	科目代碼	科目中文名稱	科目英文名稱	開課學期	
					學分	時數
			籃球	Basketball	1	2
			排球	Volleyball	1	2
			足球	Football	1	2
			保齡球	Bowling	1	2
			橄欖球	Rugby	1	2
			棒壘球	Baseball and Softball	1	2
			網球	Tennis	1	2
			羽球	Badminton	1	2
			桌球	Table Tennis	1	2
			木球	Woodball	1	2
			高爾夫	Golf	1	2
			手球	Handball	1	2
			撞球	Billiards	1	2
			滾球	Petanque	1	2



(三) 一般類 (至少 3 學分得為自由選修學分數)

年級	類別	科目代碼	科目中文名稱	科目英文名稱	開課學期	
					學分	時數
			武術 (I)	Basic Martial Arts	1	2
			武術 (II)	Advanced Martial Arts	1	2
			體操 (II)	Advanced Gymnastics	1	2
			舞蹈 (II)	Advanced Dancing	1	2
			有氧舞蹈	Aerobic Dance	1	2
			民俗體育	Folk Sports	1	2
			直排輪	In-Line Skate	1	2
			身體控制	Body leaning and Control	1	2
			攀岩	Rock Climbing	1	2
			飛盤	Flying Disc	1	2
			瑜珈	Yoga	1	2
			跆拳道	Taekwondo	1	2
			柔道	Judo	1	2

七、輔系課程 (共 36 學分)

類別	科目代碼	科目中文名稱	科目英文名稱	開課學期				備註
				學分		時數		
				上	下	上	下	
必修學科		人體解剖生理學	Human Anatomy and Physiology	2	2	2	2	
		運動心理學	Sport Psychology	0	2	0	2	
		運動生理學	Exercise Physiology	2	0	2	0	
		運動生物力學	Sport Biomechanics	0	2	0	2	
		體育學原理	Principles of Physical Education	2	0	2	0	
		體育行政管理	Administration of Physical Education	0	2	0	2	
		運動賽會實務	Organizing Sport Events	2	0	2	0	
		運動訓練法	Theory & Methodology of Exercise	0	2	0	2	
		水上安全救生	Water Safety and Lifesaving	1	1	2	2	

類別	科目代碼	科目中文名稱	科目英文名稱	開課學期				備註
				學分		時數		
				上	下	上	下	
必修術科		專長術科	Specific Sports Training	2	2	6	6	就本系運動專長訓練項目：「水球」、「游泳」、「划船」、「輕艇」及「鐵人三項」中至少修習 4 項，合計 4 學分（每週上課 3 小時，1 學分）
水域與休閒管理學群		休閒運動概論	Introduction of Recreation and Sport	2	0	2	0	「水域與休閒經營管理學群」與「運動教練學群」擇一學群，修習 12 學分
		運動行銷學	Sports Marketing	0	2	0	2	
		休閒俱樂部經營管理	Management of the Leisure Club	2	0	2	0	
		水域活動理論與實務	Theory and Practice of Water Activities	0	2	0	2	
		水域遊憩活動企劃	Water Recreation Activities Planning	2	0	2	0	
		水域遊憩專題講座	Water Recreation Seminar	0	2	0	2	
運動教練學群		教練心理學	Coach Psychology	2	0	2	0	
		運動教練學	Principles of Coaching	0	2	0	2	
		運動團隊管理與領導	Management and Leadership for Team and Group Sports	2	0	2	0	
		運動按摩與貼紮	Sports Massage and Taping	0	2	0	2	
		運動員選材與評估	Athlete Selection and Evaluation	2	0	2	0	
		運動教練專題講座	Sports Coaches Seminars	0	2	0	2	

