

水上運動學系 104 學年度課程手冊

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：

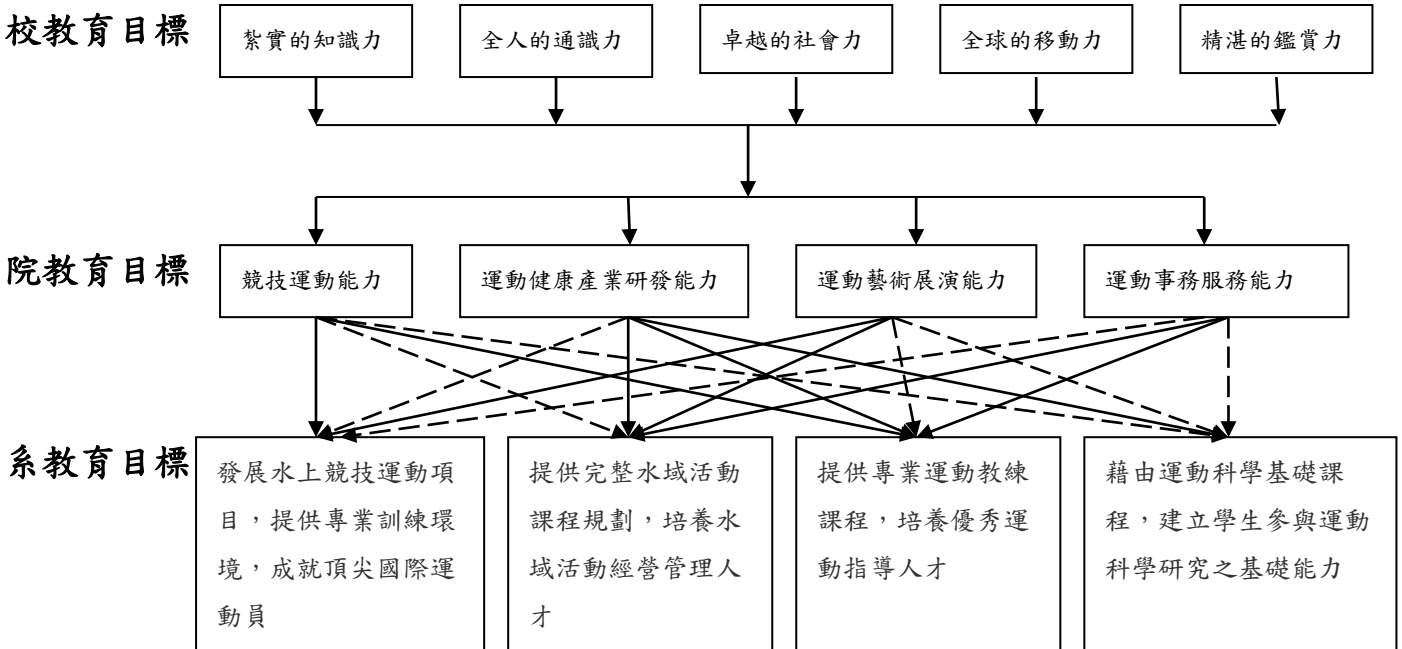
1. 競技運動員朝頂尖國際級發展。
2. 水域管理人才朝多元化發展。
3. 運動指導人才朝專業化發展。
4. 運動科研人才朝精緻化發展。

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



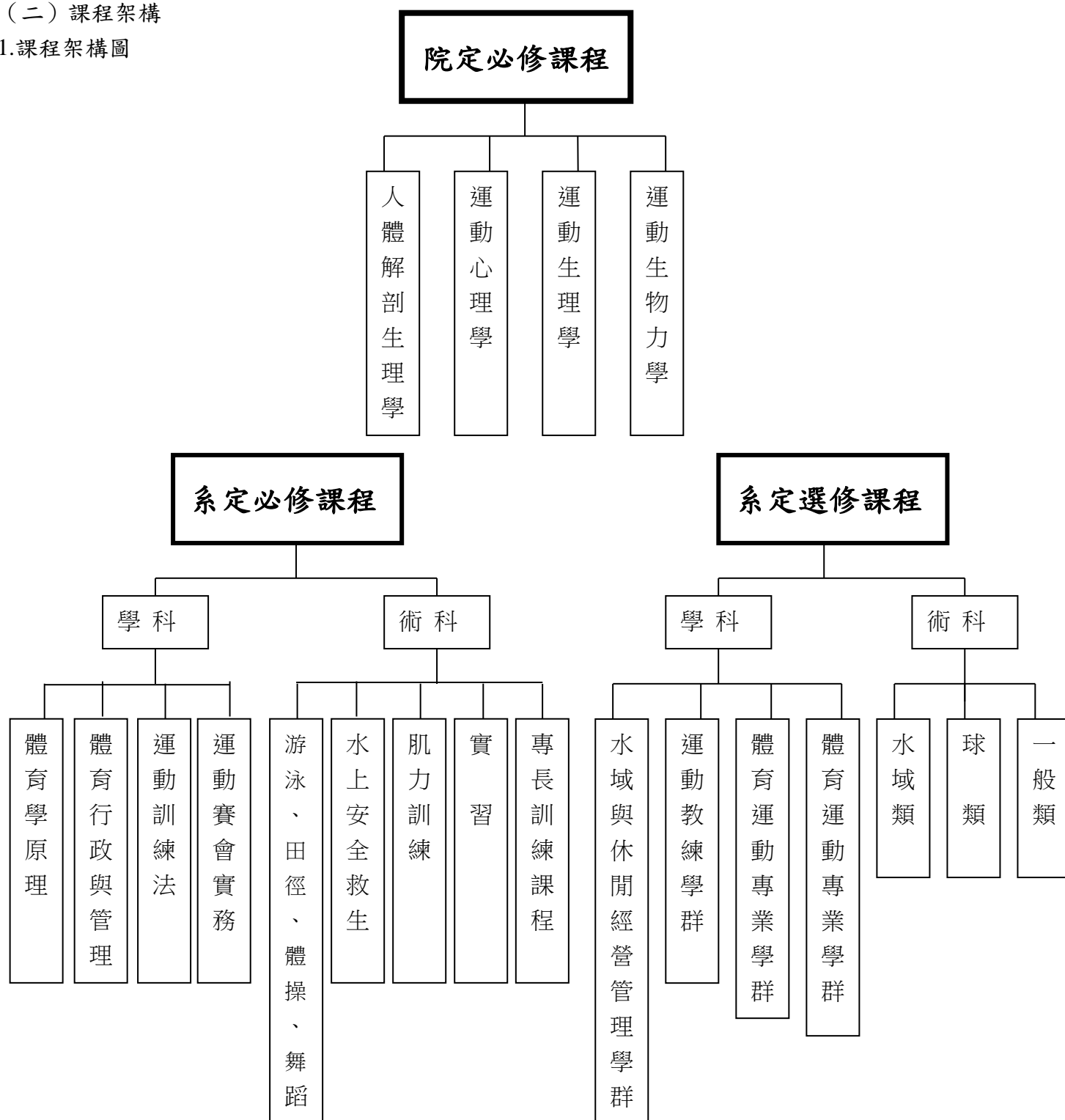
三、課程規劃

(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

(二) 課程架構

1. 課程架構圖

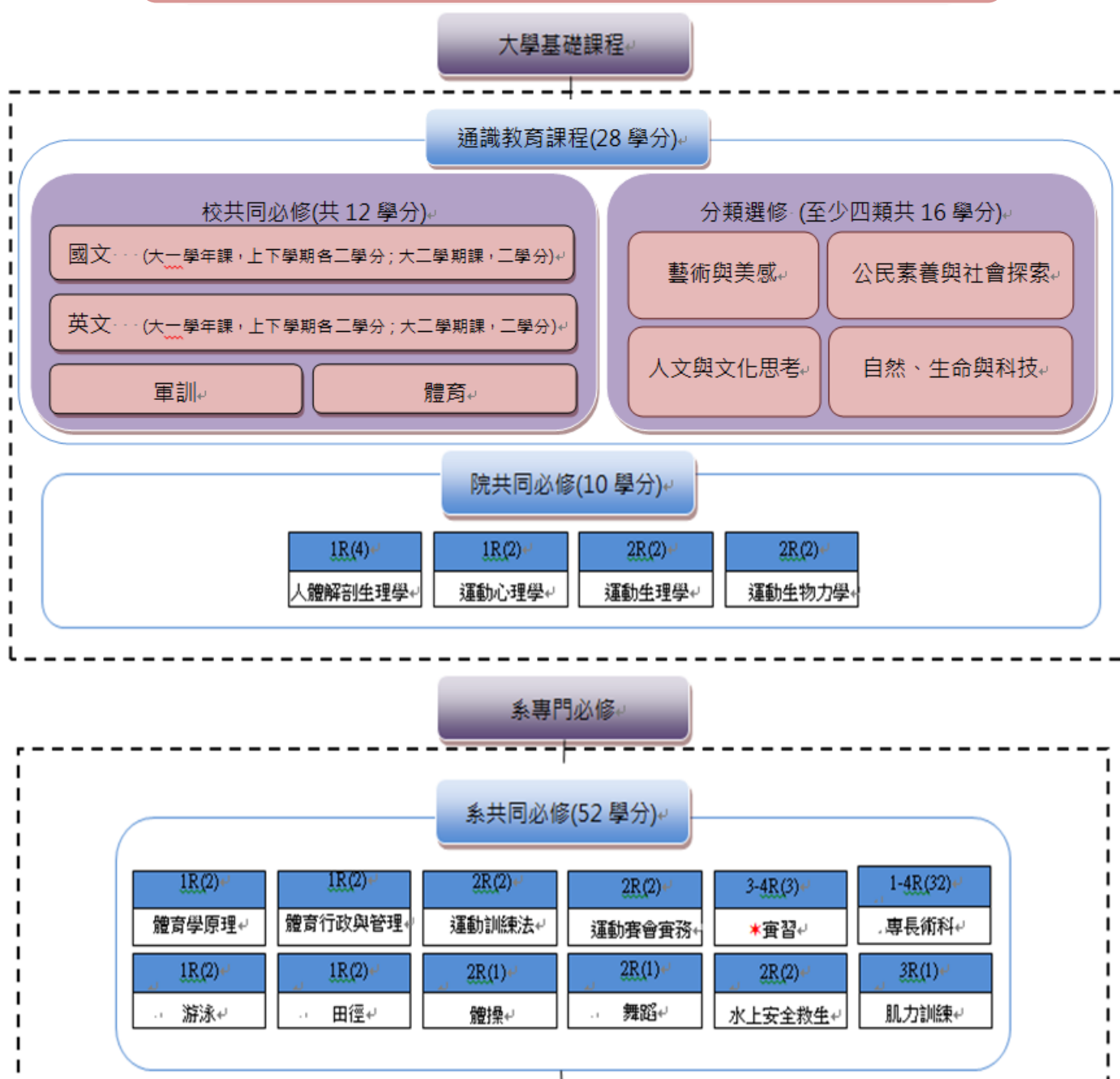


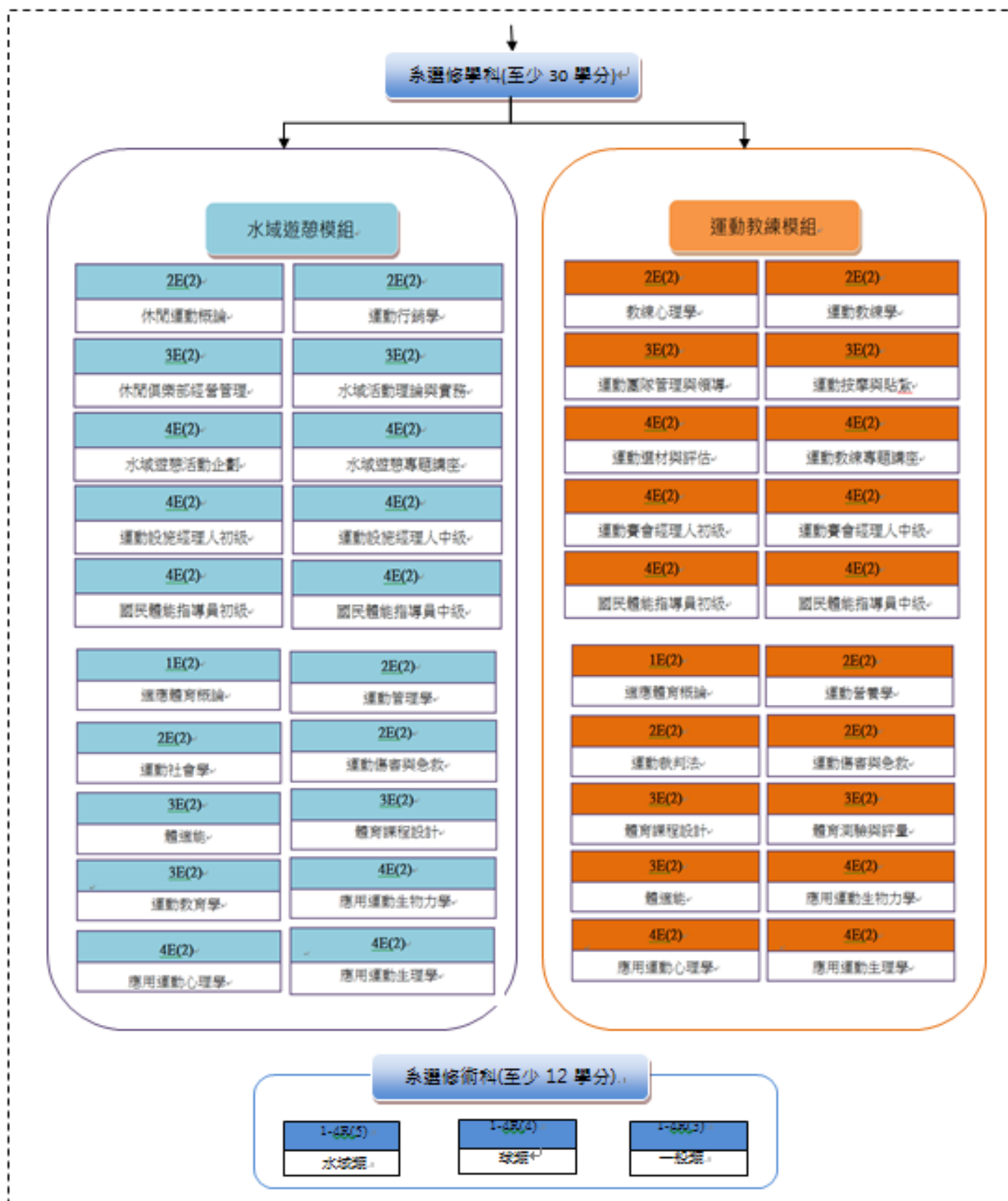
2.學分規畫表

課程類別	通識教育課程		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	14~16	0	10	20	32	74
選修	0	12~14	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 大學部課程模組圖(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
	系定必修		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
			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
			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

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
			*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
			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	

