

# 中國文化大學「國民體適能指導」學分學程實施要點

104.5.18 104 學年第 2 學期教務會議通過

107.05.16 106 學年度第 2 學期教務會議修正

## 一、宗旨

「國民體適能指導學分學程」(以下簡稱本學程)主要在培訓及儲備「體適能指導」相關專業人才，提供學生於主科系外，第二專長的整合性學程學習，提升學習興趣，增加學生就業競爭能力。

## 二、目的

培育及儲備多方位「體適能指導」相關人才，增進學生就業機會，提升競爭能力。

## 三、學程規劃

- (一) 本學程之修習開放全校大學部學生及研究生申請，申請學生必須修滿 18 學分。
- (二) 本學程不另外加收學分費。
- (三) 若與主系所之必選修課程相同，則最多可抵免本學程課程 10 學分。
- (四) 學生修畢本學程課程學分者，於取得主系所組畢業資格後，由本校發給本學程修業證明書。
- (五) 必選修科目如附表。
- (六) 本學程由教育學院運動與健康促進學系、體育學系、技擊運動暨國術學系共同組成學程委員會，規劃開課及相關辦法事宜。

## 四、申請注意事項

- (一) 檢附填妥之申請表(請至運動與健康促進學系網站下載)及歷年成績表正本乙份，經主系所組主任同意簽章後，送至本學程辦公室(運動與健康促進學系)，經審查並報教務處備查後，公布核准名單。
- (二) 修讀本學程之學生若中途因故無法繼續修習，需填寫「終止修習國民體適能指導學分學程申請書」，經主系所組主任簽章後，送至本學程辦公室辦理，中止其修習資格。
- (三) 國民體適能指導學分學程委員會得篩選列入本學程之課程。
- (四) 本學程各課程均有人數限制，請儘早選課。
- (五) 若有未盡事宜，悉依本校相關規定辦理。

五、本要點經本學程委員會、本校課程委員會議審議通過，提教務會議核備後實施，修正時亦同。

中國文化大學「國民體適能指導」學分學程課程科目表

	科目名稱	學分	學年/學期	備註
一、國民體適能指導基礎科學（共 12 學分，至少應修 8 學分）				
1	人體解剖學	2	學期	(人體解剖學)-體育系 (人體解剖學)-運健系
2	運動生理學	2	學期	(運動生理學)-體育系 (運動生理學)-運健系 (運動生理學實務)-體育系
3	運動營養學	2	學期	(運動營養學)-運健系
4	運動生物力學	2	學期	(運動生物力學)-體育系
5	傷害急救	2	學期	(運動傷害與急救)-國術系 (傷害急救)-運健系
6	體能檢測與運動處方	2	學期	(體能檢測與運動處方)-運健系
二、運動健康管理學（共 4 學分，至少應修 2 學分）				
1	運動保健之經營與管理	2	學期	(運動保健之經營與管理)-運健系
2	健康管理	2	學期	(健康管理)-體育系 (健康管理)-運健系
三、運動傷害防護學（共 8 學分，至少應修 6 學分）				
1	運動傷害防護學與實驗	2	學期	(運動傷害與急救)-體育系
2	運動貼紮與支撐	2	學期	(運動傷害貼紮)-國術系 (運動貼紮與實務)-體育系 (運動貼紮與支撐)-運健系
3	運動傷害防護儀器之運用	2	學期	(運動傷害防護儀器之運用)-國術系
4	運動按摩	2	學期	(推拿學)-國術系 (運動按摩)-運健系
四、國民體適能指導實務（共 6 學分，至少應修 2 學分）				
1	運動測量	2	學期	(運動測量)-運健系
2	銀髮族體適能	2	學期	(銀髮族體適能)-運健系
3	高強度間歇訓練	1	學期	(高強度間歇訓練)-運健系
4	水中太極	1	學期	(水中太極)-運健系
(共 30 學分，至少應修 18 學分)				

※ 修習本學程學生至少需修滿 18 學分