

中國文化大學肌力與體能訓練學分學程實施要點

103.11.19 103學年度第1學期教務會議通過
107.05.16 106學年度第2學期教務會議修正通過
110.05.19 109學年度第2學期教務會議修正通過
113.05.22 112學年度第2學期教務會議修正通過

一、宗旨

「肌力與體能訓練學分學程」（以下簡稱本學程）主旨在培育「肌力與體能訓練」專業人才，提供「肌力」及「體能訓練」理論與實務之整合性學程學習，培養學生第二專長，增進學生就業機會，提升競爭能力。

二、課程修習與相關規定

(一) 課程科目詳見附表。

(二) 修讀學分學程學生，應修畢學程委員會訂定之專業(門)必修科目與學分，學分數可採計為原學系之畢業學分數。凡學分學程課程科目有與學生本系開課科目名稱相同時，學程單位認定必須重新修習，重新修習之科目不得納入原學系之畢業學分數；學程單位認定得以免修，學生仍需修習專業(門)科目學分補足之。

(三) 本學程由教育學院體育學系、技擊運動與國術學系、運動健康與促進學系共同組成學程委員會，規劃開課及相關辦法事宜。

三、申請注意事項

(一) 本校大學部學生與研究生皆可申請修讀本學程。

(二) 申請者須填妥申請表（請至體育學系網頁下載）並檢附歷年成績單正本乙份，經原系所組主任同意簽章後，送至本學程辦公室（體育學系辦公室），經審查並報教務處備查後，公布核准名單。

(三) 修讀本學程之學生若中途因故無法繼續修習，需填寫「終止修習肌力與體能訓練學程申請書」，經原系所組主任簽章後，送至本學程辦公室辦理，終止其修習資格。

(四) 學生修畢本學程課程學分者，於取得原系所組畢業資格後，由本校發給本學程修業證明書。

(五) 研究生修習本學程者，其修業年限規定，依學則相關規定辦理。

(七) 若有未盡事宜，悉依本校相關規定辦理。

四、本要點經本學程委員會、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。

肌力與體能訓練學分學程

一、肌力與體能學分學程之特色：

「肌力與體能訓練學分學程」旨在培育「肌力與體能訓練」專業人才，提供肌力與體能訓練、運動教練法、運動處方及運動營養等課程之理論與實務。

二、修習本學分學程可獲得之益處

培養第二專長，成為肌力與體能訓練教練，提升就業競爭力。

三、課程內容（須修畢 18 學分）

科目名稱	學分	學年/學期	開課單位	備註
肌力及體能訓練理論	2	學期	體育學系	
肌力與體能訓練實務	2	學年		
動作學習與運動技術	2	學期	國術學系	
運動心理學	2	學期	體育學系、 國術學系、 運健學系	
運動營養學	2	學期	運健學系	
運動訓練法	2	學年	體育學系	
運動選材學	2	學期		
運動訓練過程與監控	2	學期		
運動處方	2	學期	運健學系	