

國立嘉義大學 體育與健康休閒學系

(103學年度入學新生適用)

102.11.29系課程委員會議通過

103.01.08院課程委員會議通過

103.03.11校課程委員會議通過

103.04.22教務會議通過

一、教育目標：

(一)師資生：

本系培育學生認識國小學童的能力與需要，預備成為國民小學優秀體育教師或體育專業人員。本身除了具備體育的專門知能與專業精神外，並具有研究體育學術的興趣與能力；另培育其具有教育專業知能與涵養、須兼備課程與教學專業基礎、對教育服務熱忱與良好態度，使其成為教育專業基礎人才。

(二)一般生：

因應國內教育變革與學校的發展，本系致力朝向科技化、資訊化，以提昇教學與研究之質量；發展與充實學生多元知能，具備挑戰能耐與競爭力；並追求卓越、多元與創新，倡導學術責任，加強學術交流與合作，擴大在學術研究的影響力。因此，本系培養具備運動保健與體適能指導人才、運動休閒管理能力人才等，因應就業市場之多元化，以作為培養體育運動學術研究的先備人才之機構。

二、核心能力：

1. 體育教學之專業能力 (師資生)
2. 小學各領域之教材教法的能力 (師資生)
3. 基礎體育運動學科的知識與理論 (一般生、師資生)
4. 基礎運動科學與運動休閒領域等研究能力 (一般生、師資生)
5. 多元運動項目之運動技能 (一般生、師資生)
6. 多元運動項目規劃與執行之能力 (一般生、師資生)
7. 主動學習、創新及解決問題的能力 (一般生、師資生)
8. 有效溝通與團隊合作的能力 (一般生、師資生)

三、核心能力指標：

- 1.1. 體育專項術科示範及講解能力
- 1.2. 體育教學過程的執行能力
- 2.1. 透過授課或實作習得各項教材教法能力
- 2.2. 藉由見習實習課程增進教學實務
- 3.1. 學會基礎人體解剖學的理論與概念
- 3.2. 體育運動與生理學、心理學、生物力學等之基礎知識能力
- 3.3. 習得各種體育運動之理念發展與演變歷程之內涵
- 4.1. 運動科學研究之基本知識能力
- 4.2. 運動科學等人文社會領域研究的基礎概念能力
- 5.1. 了解各項體育運動術科之基本原理
- 5.2. 示範、操作與分析多種運動技能之能力
- 5.3. 鍛鍊強健體魄並學會多種運動術科技能之能力
- 6.1. 熟悉多元運動項目的基本規則

- 6.2. 透過本校全校運動會（包含田徑賽、啦啦隊比賽及教職員趣味競賽）、水上運動會、路跑接力賽等活動，訓練學生規劃與執行賽會的能力
- 6.3. 鼓勵學生協助縣內小學運動會之舉辦，增加學生活動執行經驗與服務之熱忱
- 6.4. 積極鼓勵學生參與校外大型運動賽會及休閒活動，以增加學生實務經驗與視野
- 6.5. 透過相關課程的學習與實地參訪，了解運動休閒產業之經營與管理
- 7.1. 透過專題研究、專題演講等，或舉辦體育運動相關比賽，提升學生主動學習、創新及解決問題的能力
- 8.1. 透過體育運動相關學、術科的學習過程，以及鼓勵參與體育運動休閒相關賽會、活動等，學生有溝通與團隊合作的能力

四、課程架構與畢業學分：

◎課程架構：

本系專業課程分為三大領域1. 體育運動教育專門課程2. 運動與健康促進3. 運動與休閒管理

◎校外實習或專題製作之科目：

1. 校外實習：安排於大四「國民小學教學實習」課程
2. 專題製作：安排於大三及大四「專題研究」課程

◎畢業學分：

一般生

學生畢業時應修滿至少128學分，包括專業必修48學分、專業選修50學分、通識教育必修30學分。

師資生

學生畢業時應修滿至少148學分，包括專業必修82學分、專業選修36學分、通識教育必修30學分。

畢業年級相當於國內高級中等學校二年級之國外或香港、澳門地區同級同類學校畢業生，以同等學力就讀本校學士班者，除前項規定之畢業應修學分數外，應另增加畢業學分數12學分。

其他說明：

一、師資生：本系師資培育學生畢業時需修滿至少148學分，包括：

1. 通識教育必修30學分。
2. 教育專業49學分（師資培育必修30，院共同必修10，師資培育選修9）。
3. 體育專門69學分（學科必修24，術科必修18，學科選修16，術科選修11）。
4. 國音及說話、普通數學需修畢始能修國語及數學教材教法。
5. 人體解剖生理學需修畢，始能修運動傷害防護學。
6. 本系專業選修學分，至多承認外系選修15學分（僅限學科），科目由體育與健康休閒學系採證。
7. 如本系學生修習小學教育學程中，發現個人志趣與從事國小教師不符者，可切結放棄小學教育學程，但須加修體育專門選修23學分（學科18學分，術科5學分），使總學分數達128學分，即可取得大學畢業資格，但不具國小教師初檢資格。
8. 在學期間，每位同學需取得體育運動相關證照或體育運動相關講習證明合計3項，但必須取得救生員、體適能、運動設施經理人3張其中一張證照。（師資生畢業前需取得救生員證照）
9. 超修之通識課程不得計入畢業學分。（註：本校選課要點第九點規定）
10. 學生放棄教育學程，其已修教育學程不計入畢業學分。
11. 國外及港澳地區以同等學歷就讀學士班者，所另加之12學分，由導師及學系輔導選課。
12. 第三學年修習各科教材教法前，須先至國民小學見習40小時。
13. 第四學年開設國民小學「教學實習」科目，國民小學「教學實習」包含：第一學期外埠教育參觀、第二學期集中實習，每學年至少到國民小學實習80小時。

二、一般生：本系非師資培育學生畢業時需修滿至少128學分，包括：

1. 通識教育必修30學分。
2. 院共同必修6學分。
3. 體育專門92學分(學科必修24，術科必修18，學科選修34，術科選修16)。
4. 人體解剖生理學需修畢，始能修運動傷害防護學。
5. 本系專業選修學分，至多承認外系選修15學分(僅限學科)，科目由體育與健康休閒學系採證。
6. 在學期間，每位同學需取得體育運動相關證照或體育運動相關講習證明合計3項，但必須取得救生員、體適能、運動設施經理人3張其中一張證照。
7. 超修之通識課程不得計入畢業學分。(註:本校選課要點第九點規定)
8. 國外及港澳地區以同等學歷就讀學士班者，所另加之12學分，由導師及學系輔導選課。

教學分組：一般生

第一學年					
必選修類別：專業必修					
中英文科目名稱	學期	授課時數	學分數	備註	核心能力對應項次
人體解剖生理學Human Anatomy Physiology	1	2.0	2		1, 4
田徑(I)Track and Field(I)	1	2.0	1	D, E	1, 5
羽球 (I)Badminton (I)	1	2.0	1	D, E	1, 5
教育概論Introduction to Education	1	2.0	2	A	1
游泳 (I) Swimming (I)	1	2.0	1	D, E	1, 5
體育學原理Principles of Physical Education	1	2.0	2		1, 3
體操 〈 I 〉 Gymnastics 〈 I 〉	1	2.0	1	D, E	1, 5
人體生理學Human Physiology	2	2.0	2		1, 3
田徑 (II) Track and Field(II)	2	2.0	1	D, E	1, 5
羽球 (I I)Badminton (I I)	2	2.0	1	D, E	1, 5
教育心理學Educational Psychology	2	2.0	2	A	7
游泳(II)Swimming(II)	2	2.0	1	D, E	1, 5
籃球 (I)Basketball (I)	2	2.0	1	D, E	1, 5
體操 (I I) Gymnastics (I I)	2	2.0	1	D, E	1, 5
專業必修小計			19		
第一學年					
必選修類別：專業選修					
中英文科目名稱	學期	授課時數	學分數	備註	核心能力對應項次
休閒運動概論Introduction to Recreational sports	1	2.0	2		4
有氧舞蹈Aerobic Dance	1	2.0	2	E	3
健康行為科學Health Behavior Sciences	1	2.0	2		1, 3
健康與體育學習領域概論Introduction of Health and Physical Education	1	2.0	2		1, 3
水中活動與遊戲Water Activities and play	2	2.0	2	E	4, 5, 6
安全教育與急救Safety Education & First Aids	2	2.0	2		1, 3, 7
運動社會學Sports Sociology	2	2.0	2		1, 4
運動與全人健康Exercise and Wellness	2	2.0	2		3, 4
樂齡有氧運動指導Teaching Aerobic Exercise for Elderly	2	2.0	2	E	1, 4
體育史History of Physical Education	2	2.0	2		1

專業選修小計	20	
學年小計	39	

*選修課程名稱，依科技發展與特色重點產業異動

第二學年					
必選修類別：專業必修					
中英文科目名稱	學期	授課時數	學分數	備註	核心能力對應項次
國術〈 I 〉 Kuo Shu 〈 I 〉	1	2.0	1	D, E	1, 5
排球 (I) Volleyball (I)	1	2.0	1	D, E	1, 5
運動生物力學 Sports Biomechanics	1	2.0	2		1, 3, 4
運動生理學 (I) Exercise Physiology (I)	1	2.0	2		1, 3, 4
舞蹈〈 I 〉 Dance 〈 I 〉	1	2.0	1	D, E	1, 5
籃球 (I I) Basketball (I I)	1	2.0	1	D, E	1, 5
國術 (I I) Kuo Shu (I I)	2	2.0	1	D, E	1, 5
排球 (I I) Volleyball (I I)	2	2.0	1	D, E	1, 5
教育社會學 Sociology of Education	2	2.0	2	A	7
運動心理學 Exercise Psychology	2	2.0	2		1, 3
運動傷害防護學 Principles of Athletic Training	2	2.0	2		1, 3, 7, 8
舞蹈 (I I) Dance (I I)	2	2.0	1	D, E	1, 5
專業必修小計			17		
第二學年					
必選修類別：專業選修					
中英文科目名稱	學期	授課時數	學分數	備註	核心能力對應項次
水上安全與救生 Water Safety and Life Saving	1	2.0	2		3, 5
兒童體育與遊戲 Physical Education and Play of Children	1	2.0	2		2, 3, 6
運動技能學習 Motor Learning	1	2.0	2		1, 3, 5, 6
攀岩與逃生 Rock Climbing and Survival	1	2.0	2	E	1, 5, 6, 7
體育教學科技與媒體設計 Instructional Technology and Media Design in Physical Education	1	2.0	2		1, 2, 3, 4
體適能與運動處方 Physical Fitness and Exercise Prescription	1	2.0	2		1, 3, 4, 6
老化與健康促進 Aging and Health Promotion	2	2.0	2		1, 4, 6
重量訓練 Weight Training	2	2.0	2	E	1, 5
消防與災害防救法規 Fire Fight & Disaster Prevention and Protection Act	2	2.0	2		7
高爾夫 Golf	2	2.0	2	E	1, 5

第二學年

必選修類別：專業選修

中英文科目名稱	學期	授課時數	學分數	備註	核心能力對應項次
瑜珈Yoga	2	2.0	2	E	1, 5
運動生理學 (II)Exercise Physiology (II)	2	2.0	2		1, 3, 4
運動休閒管理Sports Leisure Management	2	2.0	2		1, 4, 6, 7
運動哲學Sports Philosophy	2	2.0	2		1, 3, 7
網球Tennis	2	2.0	2	E	1, 5
樂齡運動課程設計與教案選寫Sport Curriculum and Program Design for Elder	2	2.0	2		1, 4, 6
適應體育Adapted Physical Education	2	2.0	2		1, 3, 7
體育測驗與評量Test and Measurement in Physical Education	2	2.0	2		1, 6
專業選修小計			36		
學年小計			53		

*選修課程名稱，依科技發展與特色重點產業異動

第三學年

必選修類別：專業必修

中英文科目名稱	學期	授課時數	學分數	備註	核心能力對應項次
桌球 (I)Table Tennis (I)	1	2.0	1	D, E	1, 5
體育行政與管理Administration and Management of Physical Education	1	2.0	2		1, 3, 6
桌球 (I I)Table Tennis(I I)	2	2.0	1	D, E	1, 5
專題研究 (I)Special Research Topics (I)	2	2.0	1		1, 2, 4, 6, 7
運動與營養Exercise and Nutrition	2	2.0	2		1, 3, 4
體育教學法Teaching Methods in Physical Education	2	2.0	2		9, 10
專業必修小計			9		

第三學年

必選修類別：專業選修

中英文科目名稱	學期	授課時數	學分數	備註	核心能力對應項次
火災學概要Fire Science	1	2.0	2		7
田徑論Theory of Tracks and Field	1	2.0	2	E	1, 5
足球Soccer	1	2.0	2	E	1, 5, 8
高齡運動休閒方案與設計Exercise and Recreational Programming in Aging	1	2.0	2		4, 6, 7

第三學年

必選修類別：專業選修

中英文科目名稱	學期	授課 時數	學分 數	備註	核心能力 對應項次
高齡體適能健康促進Fitness Promotion for Aging	1	2.0	2		1, 3, 4, 6
棒（壘）球Baseball (Softball)	1	2.0	2	E	1, 5
游泳教學與實際操作Swimming Teaching and Practicing	1	2.0	2	E	1, 5, 6
運動法律學Sports Law	1	2.0	2		1, 7, 8
運動治療學Exercise Therapy	1	2.0	2		1, 3, 4
運動傷害防護與貼紮Protection and Taping in Athletic Training	1	2.0	2		1, 4, 5, 7
運動賽會管理Management of Sports Events	1	2.0	2		1, 6, 7, 8
籃球論Theory of Basketball	1	2.0	2	E	1, 5, 8
體育統計Statistics in Physical Education	1	2.0	2		1, 3, 4
體育課程設計Physical Education Curriculum Design	1	2.0	2		1, 2, 6
人體肌動學Kinesiology	2	2.0	2		1, 4
手球Hand Ball	2	2.0	2	E	1, 5
羽球論Theory of Badminton	2	2.0	2	E	1, 5
足球論Theory of Soccer	2	2.0	2	E	1, 5, 8
建築防火Building Fire Safety	2	2.0	2		7
活力老化與防跌Active Aging and Fall Prevention	2	2.0	2		1, 4, 7
健身訓練指導與服務Body Building Instruction Service	2	2.0	2		1, 5, 6, 7, 8
婦女體育與健康Woman Physical Education and Health	2	2.0	2		4, 7
排球論Theory of Volleyball	2	2.0	2	E	1, 5, 8
棒（壘）球論Theory of Baseball (Softball)	2	2.0	2	E	1, 5, 8
運動技術分析Analysis of Sports Techniques	2	2.0	2		1, 4, 5
運動美學Sports Aesthetic	2	2.0	2		1, 4
運動教育學Sport Pedagogy	2	2.0	2		1, 3, 4, 6
應用運動心理學Applied Exercise Psychology	2	2.0	2		4, 7, 8
體育研究法Research Methods in Physical Education	2	2.0	2		1, 4, 7
體操論Theory of Gymnastic	2	2.0	2	E	1, 5
專業選修小計			60		
學年小計			69		

*選修課程名稱，依科技發展與特色重點產業異動

第四學年					
必選修類別：專業必修					
中英文科目名稱	學期	授課時數	學分數	備註	核心能力對應項次
健康與體育學習領域教材教法Teaching Materials & Methods of Physical Education	1	2.0	2		1, 2, 3, 7
專題研究 (II)Special Research Topics (II)	1	2.0	1		1, 2, 4, 6, 7
專業必修小計			3		
第四學年					
必選修類別：專業選修					
中英文科目名稱	學期	授課時數	學分數	備註	核心能力對應項次
木球Wood Ball	1	2.0	2	E	1, 5
民俗體育Folk Sports	1	2.0	2	E	1, 5
桌球與健康Table Tennis and Health	1	2.0	2		1, 4, 5
運動心理技巧訓練理論與實務Theory and Practice of Exercise Psychological Skills Training	1	2.0	2		4, 7, 8
運動生化學Sports Biochemistry	1	2.0	2		4, 7
運動行銷學Sports Marketing	1	2.0	2		4, 6, 7, 8
運動訓練法Methodology in Sport Training	1	2.0	2		1, 5, 6, 8
舞蹈論Theory of Dance	1	2.0	2	E	1, 5
體育健康休閒產業實習Physical Education, Health and Recreation Industry Practicum	1	4.0	2		4, 6, 7, 8
拳擊Boxing	2	2.0	2	E	5
桌球論Theory of Table Tennis	2	2.0	2	E	1, 5
運動生物力學實驗Experiments of Sports Biomechanics	2	2.0	2		4, 7
運動生理學實驗Experiments of Exercise Physiology	2	2.0	2		4, 7
運動休閒俱樂部管理Sports Leisure Club Management	2	2.0	2		1, 4, 6, 7, 8
運動指壓與按摩Sports Acupressure and Massage	2	2.0	2		1, 5
運動裁判法Method for Sport Umpire	2	2.0	2		1, 3, 5, 6, 8
運動醫學Sports Medicine	2	2.0	2		3, 4
網球論Theory of Tennis	2	2.0	2	E	1, 5
潛水Diving	2	2.0	2	E	5
壁球Squash	2	2.0	2	E	1, 5
專業選修小計			40		
學年小計			43		

*選修課程名稱，依科技發展與特色重點產業異動

第四學年

必選修類別：專業選修

中英文科目名稱	學期	授課 時數	學分 數	備註	核心能力 對應項次
運動休閒俱樂部管理Sports Leisure Club Management	2	2.0	2		4, 6, 7, 8
運動指壓與按摩Sports Acupressure and Massage	2	2.0	2		1, 5
運動裁判法Method for Sport Umpire	2	2.0	2		3, 6, 7, 8
運動醫學Sports Medicine	2	2.0	2		3, 4
網球論Theory of Tennis	2	2.0	2	E	1, 5
潛水Diving	2	2.0	2	E	5
壁球Squash	2	2.0	2	E	1, 5
專業選修小計			50		
學年小計			59		

*選修課程名稱，依科技發展與特色重點產業異動

備註說明：(各科目的備註欄代碼請參考此處的說明)

- A. 院共同必修
- B. 師資培育必修
- C. 師資培育選修
- D. 男女分班上課
- E. 術科科目