

國立臺東大學 101 學年度 課程綱要

人文學院 身心整合與運動休閒產業學系 專門課程

100 學年度第 2 學期第 2 次系課程會議通過(101.05.10)
 100 學年度第 2 學期第 1 次院課程會議通過(101.05.14)
 100 學年度第 2 學期第 2 次校課程會議核備(101.06.07)
 100 學年度第 2 學期第 3 次教務會議核備(101.06.07)
 101 學年度第 2 學期第 2 次系課程會議通過(102.05.30)
 102 學年度第 2 學期第 3 次系課程會議修訂通過(103.04.29)
 102 學年度第 2 學期第 1 次臨時院課程會議修訂通過(103.05.13)
 102 學年度第 2 學期第 2 次校課程會議通過(103.06.05)
 102 學年度第 2 學期第 3 次教務會議通過(103.06.05)

(一) 課程規劃精神及目標

本系旨在結合天然休閒場域，培養身心整合與運動休閒之指導、管理與經營人才。理論與實務並重，提供就業與進修研究的基礎，透過課程及活動，培養人文素養、敬業精神、服務熱忱與全球化的視野。

- 一、以身心學理論及身心調整技法為基礎，培養身心整合之健康指導人才。
- 二、培養運動休閒產業之指導、管理與經營人才。
- 三、增進語文溝通、研究創新及應用資訊科技的能力。
- 四、培養專業敬業的精神、社會服務之熱忱及人際社交能力。

(二) 課程結構

課程類別		學分數合計	
通識教育課程	由校課程委員會決定		28 學分
院共同選修課程	由院課程委員會決定		6 學分
本系專門課程	核心課程	必修	18 學分
	共同課程	選修	學科 10 學分
		必修	術科 5 學分
		必修	專業知能 4 學分
		必修	校外實習 4 學分
	分組專業課程	選修	學科 22 學分
術科 11 學分			
自由選修	課程內容由各學系認定，但通識課程不予認列。		20 學分
總計			128 學分

(三) 選課須知

- 1.本系的專門課程分為核心課程、共同課程、身心整合組及運動休閒組之分組專業課程（含選修之學科與術科課程）等三個學群，核心及共同課程共計至少41學分，而分組專業課程至少33學分。
- 2.本系專門課程分為二組，各組之必修及選修合計至少74學分，如有超修科目可納入各學群 / 選修或自由選修之學分數。
- 3.實習課程包括：
 - (a) 專業知能：
 - (1)身心整合與運動休閒專業知能(一)、(二)、(三)共3學分：培養專業能力及服務精神，並輔助專業技能之學習。分三個學期開設。
 - (2)產業理論與實務1學分：於四下開設，用以檢核學生專業能力及專業技能。
 - (b) 校外實習：

身心整合與運動休閒校外實習4學分：於四年級上學期開設，三年級結束的暑假期間實施。
- 4.本系畢業條件，修滿128學分外，亦同時須具備至少一項外語能力，二項術科專長，擁有三張專業證照，參與四次專業研習。

(四) 專門課程

類別	學分數	科目中文名稱	科目代碼	必修	學分	時數	開課學期	科目英文名稱	備註
院共同選修課程	選修 6 學分	社會科學導論	HSC2C202	選	3	3	一上 一下	Introduction to Social Sciences	必選 2 科，計 6 學分
		文學欣賞與寫作	HSC2C302	選	3	3	一上 一下	Literary Appreciation and Writing	
		藝術入門	HSC2C501	選	3	3	一上 一下	Introduction to Arts	
共同核心專門課程	核心課程 18 學分	人體解剖學（一）	HDS1S115	必	2	2	一上	Human Anatomy(1)	全選
		身心學導論	HDS1S102	必	2	2	一上	Introduction of Somatics	
		運動休閒導論	HDS1S105	必	2	2	一上	Introduction of Sport Leisure	
		人體解剖學（二）	HDS1S113	必	2	2	一下	Human Anatomy(2)	
		運動生理學（一）	HDS1S116	必	2	2	一下	Sport Physiology(1)	
		運動生理學（二）	HDS1S114	必	2	2	二上	Sport Physiology(2)	
		運動傷害與處理	HDS1S109	必	2	2	二上	Sport Injury and Management	
		管理學	HDS1S110	必	2	2	二上	Management Principles	
體適能與運動處方	HDS1S111	必	2	2	二下	Physical Fitness and Exercise Prescription			
共	至	生命教育	HDS2S213	選	2	2	一下	Life Education	

類別	學分數	科目中文名稱	科目代碼	必修 選修	學分	時數	開課學期	科目英文名稱	備註
同選修學科課程	少10學分	組織領導學	HDS2S214	選	2	2	一下	Organizational Leadership	11 選 5
		人類發展學	HDS2S224	選	2	2	二上	Human Development	
		營養與養生	HDS2S219	選	2	2	二下	Nutrition and Cultivation	
		行銷學	HDS2S222	選	2	2	三上	Introduction to Marketing	
		研究法	HDS2S211	選	2	2	三上	Research Method	
		全人健康促進	HDS2S221	選	2	2	三上	Holistic Health Promotion	
		老人健康學	HDS2S220	選	2	2	三下	Health science for Senior	
		統計	HDS2S223	選	2	2	三下	Statistics	
		創意與創業	HDS2S212	選	2	2	四下	Creativity & Entrepreneurship	
		會計與財務	HDS2S218	選	2	2	四下	Accounting and Finance	
共同必修術科課程	5學分	太極拳	HDS1S305	必	1	2	一上	Tai Chi Chung	全選
		體適能	HDS1S310	必	1	2	一上	Physical Fitness	
		游泳(一)	HDS1S316	必	1	2	一下	Swimming(1)	
		舞蹈	HDS1S307	必	1	2	一下	Dance	
		活動理論與實務	HDS1S315	必	1	2	一下	Activity Theory and Practice	
必修專業知能課程	4學分	身心整合與運動休閒專業知能(一)	HDS1S406	必	1	2	二下	Professional Knowledge of Somatics and Sport Leisure (I)	服務學習課程
		身心整合與運動休閒專業知能(二)	HDS1S407	必	1	2	三上	Professional Knowledge of Somatics and Sport Leisure (II)	
		身心整合與運動休閒專業知能(三)	HDS1S408	必	1	2	三下	Professional Knowledge of Somatics and Sport Leisure (III)	
		產業理論與實務	HDS1S405	必	1	2	四下	Industry Theory and Practice	
必修校外實習課程	4學分	身心整合與運動休閒校外實習	HDS1S404	必	4	4	四上	Industry Practicum of Somatics and Sport Leisure	
身選	運	中醫基礎理論	HDS3S501	選	2	2	一上	Traditional Chinese Medicine Theory	

類別	學分數	科目中文名稱	科目代碼	必修	學分	時數	開課學期	科目英文名稱	備註	
心整合組專業課程	修學科課程	動	經絡學	HDS3S515	選	2	2	一下	Meridians	
		休	經驗解剖學	HDS3S506	選	2	2	二上	Experiential Anatomy	
		閒	人體動作分析	HDS3S507	選	2	2	二上	Human Movement Analysis	
		組	復健醫學	HDS3S510	選	2	2	二下	Rehabilitation Medicine	
		學	身心手療理論與實務	HDS3S514	選	2	2	三上	Somatic Hands-on Theory and Practice	
		科	老人心理學	HDS3S517	選	2	2	三下	Psychology of Aging	
		合	能量與芳療理論與實務	HDS3S513	選	2	2	三下	Energy and Aromatherapy Theory and Practice	
		計	身心動作教育理論與實務	HDS3S512	選	2	2	四上	Somatic Movement Education Theory and Practice	
		至少	養生與自然療癒市場趨勢	HDS3S516	選	2	2	四下	Market Trend of Cultivation & Natural Healing	
	22	與運動休閒組	創造性動作教育	HDS3S634	選	2	2	一上	Creative Movement Education	
	學分		足部按摩	HDS3S612	選	1	2	一下	Foot Massage	
	選修術科課程		傳統民俗療法	HDS3S617	選	1	2	二上	Traditional Folk Therapy	
			指壓與按摩(一)	HDS3S622	選	1	2	二上	Shiazu and Massage (1)	
			彼拉提斯技巧	HDS3S603	選	1	2	二下	Pilates Method	
			多面向肌張力探索技巧	HDS3S608	選	1	2	二下	Gyrotonic	
			操體技巧	HDS3S624	選	1	2	二下	So-tai Technique	
			指壓與按摩(二)	HDS3S623	選	1	2	二下	Shiazu and Massage (2)	
			泰式按摩	HDS3S626	選	1	2	二下	Tai Massage	
			芳香療法	HDS3S632	選	2	2	三上	Aromatherapy	
			多面向動覺探索技巧	HDS3S610	選	1	2	三上	Gyrokinesis	
			精油按摩	HDS3S625	選	1	2	三上	Oil Massage	
			身心瑜珈	HDS3S609	選	1	2	三下	Somatic Yoga	
養生與氣功	HDS3S606	選	1	2	四上	Cultivation and Chi Kung				
身心適能	HDS3S611	選	1	2	四上	Somatic Fitness				
另類療法	HDS3S633	選	2	2	四上	Complementary and Alternative Medicine				
運動按摩	HDS3S618	選	1	2	四上	Sport Massage				
身心平衡技巧	HDS3S601	選	1	2	四下	Body-Mind Centering				
節奏性律動教材教法	HDS3S630	選	1	2	四下	Teaching Strategies for Rhythmic Movement				
身心結構調整	HDS3S628	選	1	2	四下	Body-Mind Structure Integration				
淋巴按摩	HDS3S631	選	1	2	四下	Liba Massage				

類別	學分數	科目中文名稱	科目代碼	必修	學分	時數	開課學期	科目英文名稱	備註
		音樂與動作療癒	HDS3S629	選	1	2	四下	Music and Therapy	
運動休閒組專業課程	與身心整合組學科合計至少22學分	休閒社會學	HDS3S803	選	2	2	一上	Sociology of Leisure	
		休閒運動指導法	HDS3S801	選	2	2	一下	Methods of Leisure Sport Guidance	
		運動風險管理	HDS3S809	選	2	2	二下	Risk Management in Sport	
		健身俱樂部經營與管理	HDS3S807	選	2	2	二下	Fitness Club Management	
		休閒活動企劃與經營	HDS3S815	選	2	2	三上	Planning and Management in Leisure Activities	
		休閒市場趨勢觀察與評估	HDS3S816	選	2	2	三上	Developing Business Strategies and Marketing Assessment	
		消費者行為	HDS3S819	選	2	2	三上	Consumer Behavior	新增
		運動經濟學	HDS3S820	選	2	2	三下	Sports Economics	新增
		運動賽會管理	HDS3S802	選	2	2	三下	Event Management	
		運動設施與規劃	HDS3S804	選	2	2	四上	Sports Facilities and Planning	
		運動與公共關係	HDS3S817	選	2	2	四上	Sports Public Relations	
		運動觀光	HDS3S821	選	2	2	四上	Sports Tourism	新增
		服務管理	HDS3S322	選	2	2	四下	Service Management	新增
		休閒運動事業發展與創業	HDS3S818	選	2	2	四下	Investment & Trend in Sport, Leisure & Recreation	
	人力資源與管理	HDS3S812	選	2	2	四下	Human Resources Management		
	與身心整合組術科合計至少11學分	高爾夫球	HDS3S901	選	1	2	一上	Golf	
		綜合球類活動(一)	HDS3S902	選	1	2	一上	Ball Activities (1)	
		綜合球類活動(二)	HDS3S903	選	1	2	一下	Ball Activities (2)	
		探索教育	HDS3S917	選	1	2	一下	Project Adventure	
		戶外體驗教育	HDS3S910	選	1	2	二上	Outdoors Experiential Education	
		游泳(二)	HDS3S922	選	1	2	二下	Swimming(2)	
		重量訓練	HDS3S906	選	1	2	二下	Weight Training	
水上活動(一)		HDS3S904	選	1	2	二下	Aquatic Activities (1)		
水上救生		HDS3S908	選	1	2	二下	Life Saving		
戶外冒險運動		HDS3S913	選	1	2	三上	Outdoor Adventure Sports		
直排輪		HDS3S915	選	1	2	三上	In-line Skating		
室內健身指導活動		HDS3S918	選	1	2	三上	Methods of Indoor activities Guidance		
潛水		HDS3S920	選	1	2	三上	Diving		
定向運動		HDS3S912	選	1	2	三下	Orientation Sport		
體適能活動	HDS3S919	選	1	2	三下	Physical Fitness Guidance			
羽球	HDS3S911	選	1	2	三下	Badminton			

類別	學分數	科目中文名稱	科目代碼	必選修	學分	時數	開課學期	科目英文名稱	備註
		水上活動(二)	HDS3S921	選	1	2	四下	Aquatic Activities (2)	
		自行車	HDS3S909	選	1	2	四下	Bicycle	

註：此修訂版適用於101學年度入學之新生。