

國立臺東大學 104 學年度 課程綱要

人文學院 身心整合與運動休閒產業學系

103 學年度第 2 學期第 2 次系課程會議通過(103.05.13)
 103 學年度第 2 學期第 2 次院課程會議通過(103.06.01)
 103 學年度第 2 學期第 2 次校課程會議通過(103.06.11)
 104 學年度第 1 學期第 1 次院課程會議通過(104.10.28)
 104 學年度第 2 學期第 3 次系課程會議通過(105.03.23)
 104 學年度第 2 學期第 2 次院課程會議通過(105.05.17)
 104 學年度第 2 學期第 2 次校課程會議通過(105.05.26)
 105 學年度第 1 學期第 1 次校課程會議修訂(105.11.03)
 105 學年度第 1 學期第 2 次系課程會議通過(105.11.23)
 105 學年度第 1 學期第 2 次院課程會議通過(105.12.06)
 105 學年度第 1 學期第 2 次校課程會議通過(105.12.15)
 106 學年度第 2 學期第 2 次系課程會議通過(107.05.23)
 106 學年度第 2 學期第 2 次院課程會議通過(107.05.29)

一、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		詳見通識教育中心課程綱要		28 學分
院共同課程		人文與藝術概論（一）、人文與藝術概論（二）		6 學分
基礎模組		必修	16 學分	24 學分
		選修	8 學分	
核心模組		必修	12 學分	27 學分
		選修	15 學分	
專業 模組	身心整合 模組	必修	6 學分	專業模組二擇一 23 學分
		選修	17 學分	
	運動休閒 模組	必修	4 學分	
		選修	19 學分	
自由選修		一、「超修」課程，包含： (一)通識教育課程之跨領域核心課程。 (二)院共同課程。 (三)系基礎模組。 (四)系核心模組。 (五)系專業模組。 二、加修之課程、學程，惟學分數不得重複認列。		20 學分

總 計	128 學分
-----	--------

三、選課須知

- (一)本系課程分為基礎模組、核心模組、身心整合專業模組及運動休閒專業模組，基礎模組及核心模組共計至少 51 學分，而專業模組則至少 23 學分。
- (二)本系專業模組分為身心整合專業模組與運動休閒專業模組，各組之必修及選修合計至少74 學分。院共同課程選修6學分
- (三)實習課程包括
1. 專業知能課程：
 - (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：於四上開設，用以檢核學生專業能力及專業技能。
 2. 校外實習課程：

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。
- (四)本系畢業條件除修滿128學分外，需取得高級急救證照，並擁有身心整合與運動休閒產業相關的四張專業證照。

四、院共同課程及系模組課程

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
院共同課程	6 學分	人文與藝術概論(一)	HSC11C00A001	必	3	3	一上 一下	Introduction to Humanities and the Arts (I)	
		人文與藝術概論(二)	HSC11C00A002	必	3	3	一上 一下	Introduction to Humanities and the Arts (II)	
基礎 模組	必修 16 學分	人體解剖學 (一)	HDS11E10B001	必	2	2	一上	Human Anatomy(I)	全選
		身心學導論	HDS11E10B003	必	2	2	一上	Introduction of Somatics	
		運動休閒導論	HDS11E10B004	必	2	2	一上	Introduction of Sport Leisure	
		基本體能訓練	HDS11E10C004	必	2	2	一上	Physical Fitness	
		太極拳	HDS11E10C003	必	2	2	一上	Tai Chi Chuan	
		運動生理學	HDS11E10B006	必	2	2	一下	Sport Physiology	
		游泳 (一)	HDS11E10C001	必	2	2	一下	Swimming(I)	
	舞蹈	HDS11E10C002	必	2	2	一下	Dancing		
	選修 8 學分	中醫基礎理論	HDS12E10B002	選	2	2	一上	Traditional Chinese Medicine Theory	
		經絡學	HDS12E10B005	選	2	2	一下	Meridians	
		人體解剖學 (二)	HDS12E10B001	選	2	2	一下	Human Anatomy(II)	
		運動休閒發展與創業	HDS12E10B007	選	2	2	一下	Investment &Trend in Sports Leisure&Recreation	
		人類發展學	HDS12E10B003	選	2	2	二上	Human Development	
溝通與團隊合作		HDS12E10B006	選	2	2	三下	Dialogue and Team Work		
	老人健康學	HDS12E10B008	選	2	2	三下	Health Science for Senior	身心到基礎	
核 心	必 修	身心整合與運動休閒 專業知能(一)	HDS11E20D006	必	2	2	二下	Professional Knowledge of Somatics and Sport Leisure(I)	全選

模組 27學分	12學分	身心整合與運動休閒專業知能(二)	HDS11E20D007	必	2	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)	HDS11E20D008	必	2	2	三下	Professional Knowledge of Somatics and Sport Leisure(III)	
		身心整合與運動休閒校外實習	HDS11E20D009	必	4	4	四上	Industry Practicum of Somatics and Sport Leisure	
		產業理論與實務	HDS11E20D010	必	2	2	四上	Industry Theory and Practice	
	選修 15學分	綜合球類活動(一)	HDS12E20C001	選	1	2	一上	Ball Activities (I)	
		管理學	HDS12E20B015	選	2	2	二上	Management Principles	
		人體動作分析	HDS12E20B008	選	2	2	二上	Human Movement Analysis	
		戶外體驗教育	HDS12E20C003	選	2	2	二上	Outdoors Experiential Education	
		休閒社會學	HDS12E20B001	選	2	2	一上	Sociology of Leisure	
		運動傷害與處理	HDS12E20B010	選	2	2	二上	Sport Injury and Management	必變選
		水上救生	HDS12E20C004	選	1	2	二下	Life Saving	
		游泳(二)	HDS12E20C006	選	1	2	二下	Swimming(II)	
		重量訓練理論與實務	HDS12E20C005	選	1	2	二下	Weight Training Theory and Practice	
		行銷學	HDS12E20B011	選	2	2	三上	Introduction to Marketing	必變選
		體適能活動	HDS12E20C007	選	1	2	三上	Physical Fitness Guidance	
		全人健康促進	HDS12E20B002	選	2	2	三上	Holistic Health Promotion	
		舞蹈治療導論	HDS12E20B012	選	2	2	三上	Introduction of Dance Therapy	
		統計分析與運用	HDS12E20B007	選	2	2	三上	Statistical Analysis and Application	
		人力資源與管理	HDS12E20B013	選	2	2	三下	Human Resources Management	必變選
創意與創業	HDS12E20B005	選	2	2	四下	Creativity & Entrepreneurship			
身心整合專業 模組 23學分	必修 6學分	創造性動作教育	HDS11E30B002	必	2	2	二上	Creative Movement Education	身心選到必
		指壓與按摩	HDS11E30B003	必	2	2	二上	Shiatsu and Massage	
		操體技巧	HDS11E30B004	必	2	2	二下	So-tai Technique	
	選修 17學分	足部按摩	HDS12E30C009	選	1	2	一下	Foot Massage(I)	原足部按摩
		足部按摩(二)	HDS12E30C013	選	1	2	二上	Foot Massage(II)	
		泰式按摩	HDS12E30C004	選	1	2	二下	Thai Massage	限修過指壓與按摩
		彼拉提斯技巧	HDS12E30C012	選	1	2	二下	Pilates Method	
		亞歷山大技巧	HDS12E30B006	選	2	2	三上	Alexander Technique	
		精油按摩	HDS12E30C003	選	1	2	三上	Oil Massage	限修過指壓與按摩
		芳香療法	HDS12E30C007	選	2	2	三上	Aromatherapy	
		健柔動覺探索技巧	HDS12E30C014	選	1	2	三上	Gyrokinesis	原多面向棟決探索技巧
		進階芳療理論與實務	HDS12E30B003	選	2	2	三下	Advanced Aromatherapy Theory and Practice	限修過芳香療法
健柔肌張力探索技巧	HDS12E30C015	選	1	2	三下	Gyrotonic	限修過健柔肌張力探索技巧 原多面向張力探索技巧		
身心瑜珈	HDS12E30C010	選	1	2	三下	Somatic Yoga			
養生與氣功	HDS12E30C008	選	1	2	三下	Cultivation and Chi Kung			

		運動按摩	HDS12E30C005	選	1	2	三下	Sport Massage	限修過指 壓與按摩
		舞蹈治療實務	HDS12E30B007	選	2	2	三下	Practice of Dance Therapy	限修過舞 蹈治療導 論
		費登奎斯技法	HDS12E30B008	選	2	2	三下	Feldenkrais Method	
		身心技法理論與實務	HDS12E30B009	選	2	2	四上	Somatic Technique Theory and Practice	
		身心適能	HDS12E30C001	選	1	2	四上	Somatic Wellness	
		動作諮商	HDS12E30B010	選	2	2	四上	Body Based Counseling	
		動智慧	HDS12E30B011	選	2	2	四上	Movement Intelligence	
		身心動作教育理論與實務	HDS12E30B001	選	2	2	四下	Somatic Movement Education Theory and Practice	
		身心平衡技法	HDS12E30B012	選	2	2	四下	Body-Mind Centering	原身心平 衡技巧
運動休閒專業模組 23 學分	必修 4 學分	健身俱樂部經營與管理	HDS11E40B001	必	2	2	二下	Fitness Club Management	
		休閒市場趨勢觀察與評估	HDS11E40B002	必	2	2	三上	Developing Business Strategies and Marketing Assessment	
	選修 19 學分	綜合球類活動(二)	HDS12E20C002	選	1	2	一下	Ball Activities (II)	
		組織領導學	HDS12E20B006	選	2	2	一下	Organizational Leadership	核心變休 閒專業
		懸吊與彈力床訓練系統	HDS12E40C003	選	1	2	二上	Total Body Resistance Exercise And U Bound	
		羽球	HDS12E40C004	選	1	2	二上	Badminton	
		水上活動(一)	HDS12E40C001	選	1	2	二下	Aquatic Activities (I)	
		運動休閒處方理論與實務	HDS12E40B014	選	2	2	二下	Sports Leisure Prescription Theory and Practice	原運動處 方理論與 實務
		運動休閒風險管理	HDS12E40B015	選	2	2	二下	Risk Management in Sports Leisure	原運動風 險管理
		運動休閒活動企畫與經營	HDS12E40B016	選	2	2	三上	Planning and Management in Sports Leisure Activities	原休閒活 動企畫與 經營
		消費者行為	HDS12E40B008	選	2	2	三上	Consumer Behavior	隔年開
		直排輪	HDS12E40C005	選	1	2	三上	In-line Skating	
		銀髮族休閒活動指導與實務	HDS12E40C006	選	1	2	三上	Seniors Leisure Activities Guidance and Practice	
		水域活動指導與實務	HDS12E40C007	選	1	2	三下	Water Sports Guidance and Practice	
		研究法	HDS12E40B017	選	2	2	三上	Research Method	核心變休 閒專業
		進階直排輪	HDS12E40C008	選	1	2	三下	Advanced In-line Skating	
		高爾夫球	HDS12E40C009	選	1	2	三下	Golf	
		運動休閒活動管理	HDS12E40B018	選	2	2	三下	Sports Leisure Activities Management	原運動賽 會管理
		水上活動(二)	HDS12E40C002	選	1	2	三下	Aquatic Activities (II)	
		運動休閒與公共關係	HDS12E40B019	選	2	2	四上	Sports Leisure and Public Relations	原運動與 公共關係
		運動休閒設施與規劃	HDS12E40B020	選	2	2	四上	Sports Leisure Facilities and Planning	原運動設 施與規劃
	運動休閒觀光	HDS12E40B021	選	2	2	四上	Sports Leisure Tourism	隔年開原 運動觀光	
	桌球	HDS12E40C010	選	1	2	四上	Table Tennis		
定向運動	HDS12E40C011	選	1	2	四上	Orienteering			
服務管理	HDS12E40B011	選	2	2	四下	Service Management	隔年開		

	自行車	HDS12E40C013	選	1	2	四下	Bicycle	
	獨木舟	HDS12E40C014	選	1	2	四下	Canoeing	

國立臺東大學 104 學年度 課程綱要

人文學院 身心整合與運動休閒 副修模組

103 學年度第 2 學期第 2 次系課程會議通過(103.05.13)
 103 學年度第 2 學期第 2 次院課程會議通過(103.06.01)
 103 學年度第 2 學期第 2 次校課程會議通過(103.06.11)
 104 學年度第 1 學期第 1 次院課程會議通過(104.10.28)
 104 學年度第 2 學期第 3 次系課程會議通過(105.03.23)
 104 學年度第 2 學期第 2 次院課程會議通過(105.05.17)
 104 學年度第 2 學期第 2 次校課程會議通過(105.05.26)
 105 學年度第 1 學期第 1 次校課程會議修訂(105.11.03)
 105 學年度第 1 學期第 2 次系課程會議通過(105.11.23)
 105 學年度第 1 學期第 2 次院課程會議通過(105.12.06)
 105 學年度第 1 學期第 2 次校課程會議通過(105.12.15)

一、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、選課須知

- (一) 由外系學生修讀。
- (二) 副修模組課程由本系基礎模組與核心模組挑選，不另行開課。
- (三) 選修本系為副修者，需由副修模組課程中任選至少二十學分修習。

三、副修模組課程

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
副修模組 20 學分	人體解剖學(一)	HDS11E10B001	選	2	2	一上	Human Anatomy(I)	
	身心學導論	HDS11E10B003	選	2	2	一上	Introduction of Somatics	
	中醫基礎理論	HDS12E10B002	選	2	2	一上	Traditional Chinese Medicine Theory	
	運動休閒導論	HDS11E10B004	選	2	2	一上	Introduction of Sport Leisure	
	休閒社會學	HDS12E20B001	選	2	2	一上	Sociology of Leisure	
	運動生理學	HDS11E10B006	選	2	2	一下	Sport Physiology(I)	
	組織領導學	HDS12E40B012	選	2	2	一下	Organizational Leadership	
	管理學	HDS12E20B015	選	2	2	二上	Management Principles	
	人體解剖學(二)	HDS12E10B001	選	2	2	二上	Sport Physiology(II)	
	運動傷害與處理	HDS12E20B010	選	2	2	二上	Sport Injury and Management	
	溝通與團隊合作	HDS12E10B006	選	2	2	三下	Dialogue and Team Work	
	行銷學	HDS12E20B011	選	2	2	三上	Introduction to Marketing	
	人力資源與管理	HDS12E20B013	選	2	2	三下	Human Resources Management	
	基本體能訓練	HDS11E10C004	選	1	2	一上	Physical Fitness	
創造性動作教育	HDS11E30B002	選	2	2	二上	Creative Movement Education		

彼拉提斯技巧	HDS12E30C012	選	1	2	二下	Pilates Method	
養生與氣功	HDS12E30C008	選	1	2	三下	Cultivation and Chi Kung	

國立臺東大學 104 學年度 課程綱要

人文學院 身心整合與運動休閒產業學系 輔系課程

103 學年度第 2 學期第 2 次系課程會議通過(103.05.13)
 103 學年度第 2 學期第 2 次院課程會議通過(103.06.01)
 103 學年度第 2 學期第 2 次校課程會議通過(103.06.11)
 104 學年度第 1 學期第 1 次院課程會議通過(104.10.28)
 104 學年度第 2 學期第 3 次系課程會議通過(105.03.23)
 104 學年度第 2 學期第 2 次院課程會議通過(105.05.17)
 104 學年度第 2 學期第 2 次校課程會議通過(105.05.26)
 105 學年度第 1 學期第 1 次校課程會議修訂(105.11.03)
 105 學年度第 1 學期第 2 次系課程會議通過(105.11.23)
 105 學年度第 1 學期第 2 次院課程會議通過(105.12.06)
 105 學年度第 1 學期第 2 次校課程會議通過(105.12.15)

一、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、選課須知

- (一) 限外系學生二年級起至最高修業年級第一學期止(不包括延長修業年限)修讀。
- (二) 選修輔系應於本校規定日期內提出申請，並經輔系主任同意，教務長核定。已獲核准選修輔系者，不得再申請其他輔系。
- (三) 選修輔系之課程不得與主修課程相同；輔系課程應視為學生之選修科目；如未取得輔系資格者，所修學分得併入畢業學分計算。
- (四) 學生修習輔系課程，應繳交學分費，逾期未繳者取消其修習輔系資格。其因修習輔系而延長修業年限，修習學分在九學分以下者，應繳交學分費，在十學分以上者，應繳交全額學雜費。
- (五) 學生修習輔系未能於規定修業年限內修滿輔系應修科目學分者，得申請延長修業年限至多二年。延長修業年限期間身分為在校生，即使已修畢原學系畢業之最低學分，仍暫時不發予學位證書。
- (六) 學生修習輔系，已符合本學系應屆畢業資格，但未能修畢輔系科目與學分者，得向教務處提出放棄修讀輔系資格之申請。申請放棄修讀輔系資格，第一學期應於十二月十日之前提出，第二學期應於五月十日之前提出。
- (七) 學生不得以放棄修讀輔系資格為由，於加退選或停修期限截止後要求補辦退選、停修。放棄修讀輔系資格後，其已修習及格之輔系科目學分是否採計為原屬學系選修學分，應經該學系系主任認定。
- (八) 凡修滿輔系規定之科目與學分成績及格者，其畢業名冊、歷年成績表及畢業證書應加註輔系名稱。
- (九) 輔系為原學系最低畢業學分的外加課程，修習輔系課程由本系基礎模組與核心模組挑選，

不另行開課。

(十)選修本系為輔系者，需由輔系課程中任選至少二十學分修習，且不可以其他課程抵輔系學分。

(十一)輔系科目與學分採計，由本系審核認定之。

三、輔系課程

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
輔系課程 20學分	人體解剖學(一)	HDS11E10B001	選	2	2	一上	Human Anatomy(I)	
	身心學導論	HDS11E10B003	選	2	2	一上	Introduction of Somatics	
	中醫基礎理論	HDS12E10B002	選	2	2	一上	Traditional Chinese Medicine Theory	
	運動休閒導論	HDS11E10B004	選	2	2	一上	Introduction of Sport Leisure	
	休閒社會學	HDS12E20B001	選	2	2	一上	Sociology of Leisure	
	運動生理學	HDS11E10B006	選	2	2	一下	Sport Physiology(I)	
	組織領導學	HDS12E40B012	選	2	2	一下	Organizational Leadership	
	管理學	HDS12E20B015	選	2	2	二上	Management Principles	
	人體解剖學(二)	HDS12E10B001	選	2	2	二上	Sport Physiology(II)	
	運動傷害與處理	HDS12E20B010	選	2	2	二上	Sport Injury and Management	
	溝通與團隊合作	HDS12E10B006	選	2	2	三下	Dialogue and Team Work	
	行銷學	HDS12E20B011	選	2	2	三上	Introduction to Marketing	
	人力資源與管理	HDS12E20B013	選	2	2	三下	Human Resources Management	
	基本體能訓練	HDS11E10C004	選	1	2	一上	Physical Fitness	
	創造性動作教育	HDS11E30B002	選	2	2	二上	Creative Movement Education	
	彼拉提斯技巧	HDS12E30C012	選	1	2	二下	Pilates Method	
養生與氣功	HDS12E30C008	選	1	2	三下	Cultivation and Chi Kung		