

# 技擊運動學系 105 學年度課程架構

## 一、本系簡介和理念

為落實強化專項運動人才培育，爰將跆拳道、空手道、柔道、劍道、拳擊、武術、擊劍及角力等運動專長項目歸整並設立技擊運動學系。

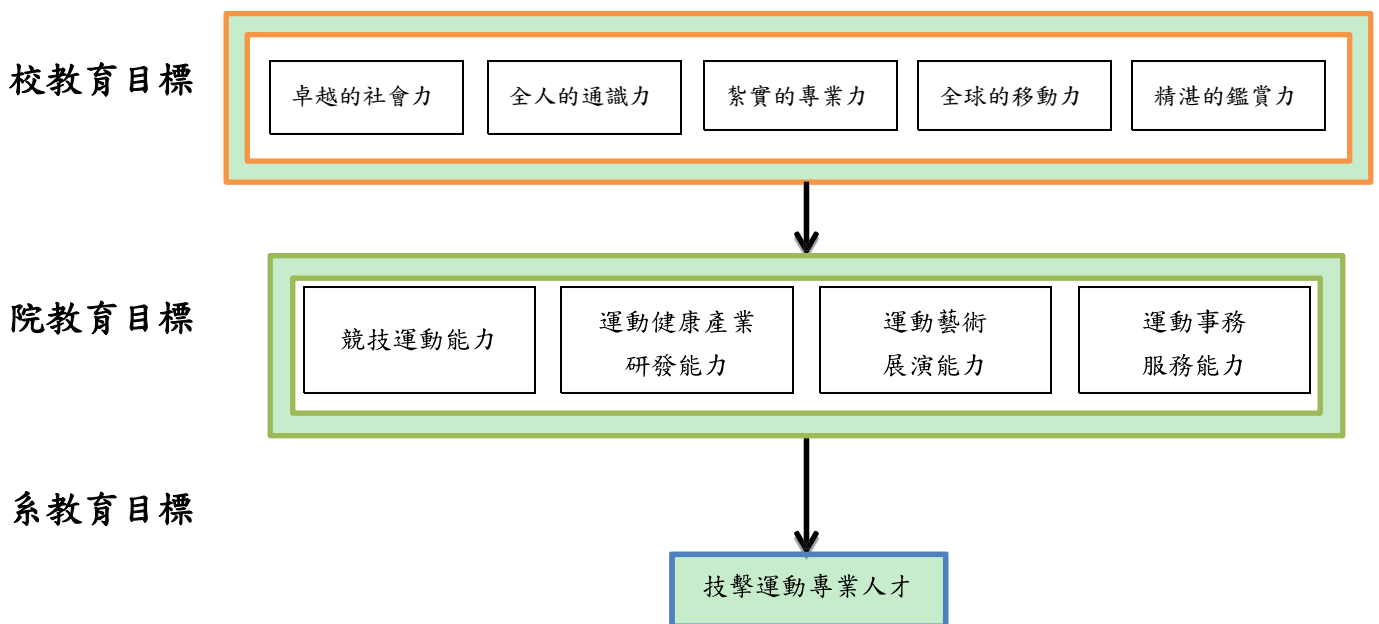
本系招考技擊類運動項目之優秀運動員，除培養優秀運動員之教育目標外，同時也培養優秀運動教練，體育師資等人才。課程設計除加強運動技術訓練以提昇競技水準外，亦規劃運動理論課程，使技術與理論相結合，並作為深造投考相關研究所之準備。運動技能課程除本身專長外，本系其他技擊項目亦列為必修課程，期使能觸類旁通、相輔相成。此外，針對培養體育師資之考量，亦規劃有他系運動術科、選修課程，以便學生未來可順利從事體育教育工作。

教育之目標乃使學生學術科兼備，在校致力訓練學習，爭取佳績，畢業可學以致用，成為未來之優秀體育人才。

## 二、教育目標

(一) 本系教育目標：培育技擊運動專業人才。

(二) 本系教育目標與院、校教育目標之關聯圖。



## 三、課程規劃

(一) 核心能力

1. 培育學生具備技擊運動訓練／賽會專業能力。
2. 培育學生具備忠於人我、誠意致知、毅堅志剛、勇往直前的處世態度。
3. 培育學生具備從事法務／警政工作能力。

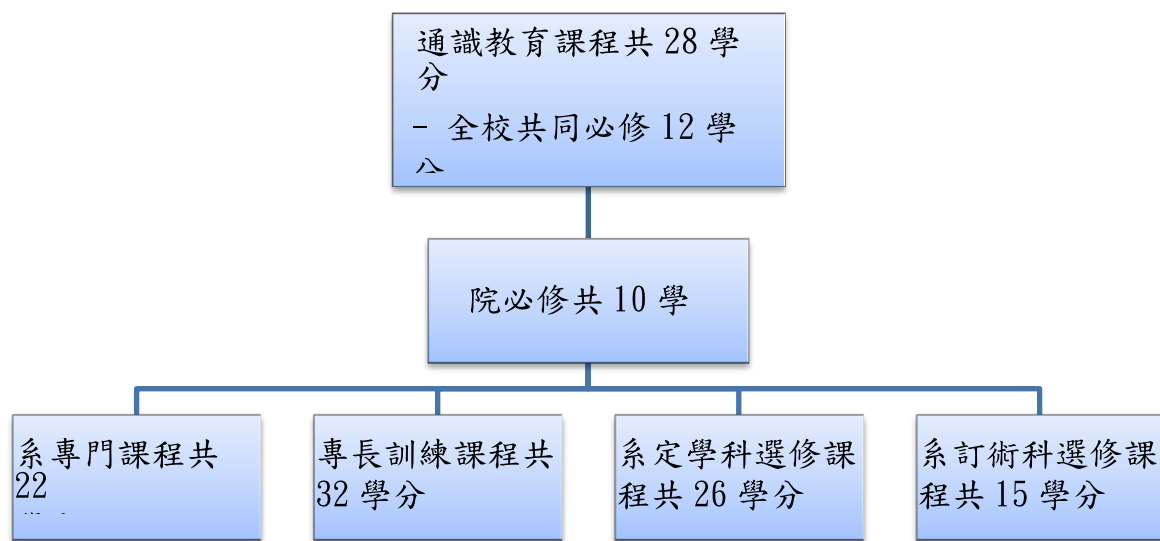
(二) 本系核心能力對應表

課程規劃		核心能力	正式課程		非正式課程	檢核方式
			必修課程	選修課程		
培育技擊運動專業人才	專業運動教練	培育學生具備技擊運動訓練／賽會專業能力		1.運動傷害與急救 2.運動裁判法 3.競技與健身運動心理學 4.生命急救術 5.運動哲學 6.技擊運動場地器材規劃與管理 7.生涯輔導 8.體育行政管理 9.國際體育組織與現勢		1.修畢相關課程 2.專業運動教練證照 3.專業體能教練證照 4.研究所進修 5.參與國內外賽會活動 6.各類公職考試 7.考取師資培育教程資格
	1.解剖生理學 2.運動心理學 3.體育學原理 4.運動教練學 5.運動競賽與實務 6.運動生理學 7.運動生物力學 8.專項技能服務學習 9.技擊技術運動學 10.技擊運動訓練法 11.體能訓練概論 12.田徑 13.游泳		10.休閒運動概論 11.核心肌群訓練理論與實務 12.協調性與肌肉控制訓練 13.體適能 14.適應體育概論 15.運動傷害貼紮 16.體育課程設計 17.運動營養學 18.運動教練科學訓練講座 19.運動教育學 20.運動法規 21.賽會管理學 22.運動團隊領導與管理 23.運動社會學 24.阻力訓練理論與實務 25.運動訓練熱身與伸展 26.體育測驗與評量 27.體育測驗與處方擬定			
	體能教練人才					
	賽會經營管理人才					

課程規劃		核心能力	正式課程		非正式課程	檢核方式
			必修課程	選修課程		
培育法務與警政人才	警政及監所管理員	培育學生具備從事法務／警政工作能力	1. 刑法總則 2. 憲法 3. 行政法概要	1. 法學緒論 2. 刑法分則 3. 國文（公文作文） 4. 犯罪學概要 5. 行政組織與救濟法 6. 保全概論	1. 法務與警政相關講座課程 2. 參訪職場體驗課程	1. 修畢相關課程 2. 考取司法警政人員資格 3. 研究所進修 4. 相關公職考試
	保全經營與管理人才					

### （三）課程架構

#### 1. 課程架構圖

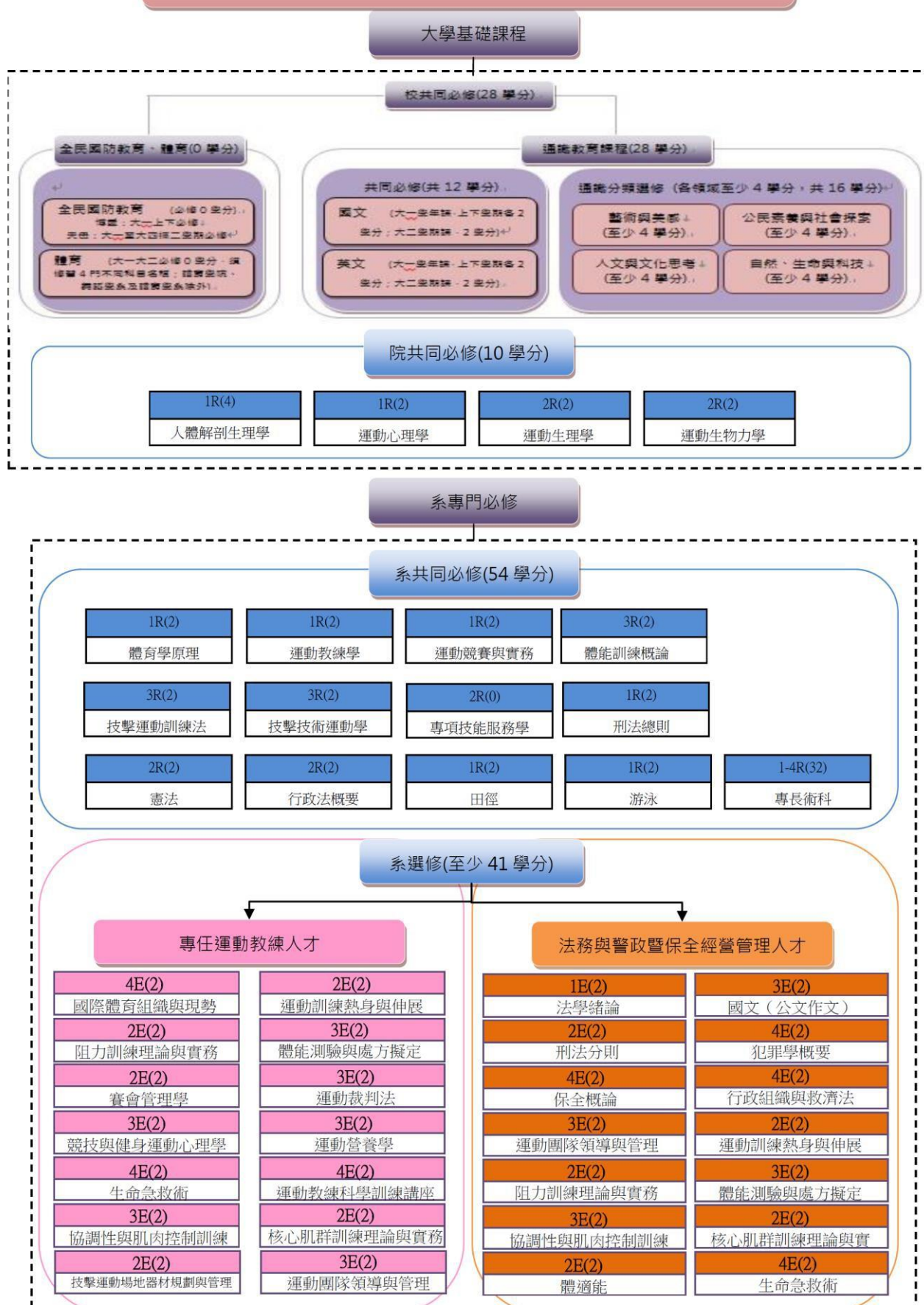


#### 2. 學分規畫表

課程類別	通識教育課程		院學分	系專門課程	專長訓練課程	系定學科選修課程	系定術科選修課程	總計
	全校共同必修	分類選修						
必修	12	0	10	22	32	0	0	76
選修	0	16	0	0	0	26	15	57
合計	12	16	10	22	32	26	15	133

### 3. 課程模組表

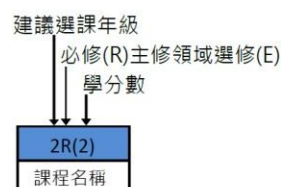
臺北市立大學技擊運動學系大學部課程地圖(畢業：至少 133 學分)



2E(2)
運動傷害貼紮
3E(2)
生涯輔導
4E(2)
適應體育概論
4E(2)
運動教育學
3E(2)
體育行政管理
3E(2)
運動社會學
2E(2)
運動傷害與急救
1-4E(3)
術科一小球 (8 選 3)
1-4E(4)
術科三非球類 (16 選 4)

2E(2)
運動法規
3E(2)
體育測驗與評價
2E(2)
體育課程設計
4E(2)
運動哲學
4E(2)
休閒運動概論
2E(2)
體適能
1-4E(5)
專業術科 (8 選 5)
1-4E(4)
術科二大球 (6 選 3)

1-4E(3)
術科一小球 (8 選 3)
1-4E(4)
術科三非球類 (16 選 4)
1-4E(4)
術科二大球 (6 選 3)
1-4E(5)
專業術科 (8 選 5)



- 升學**
1. 研究所碩／博士班
  2. 師資培育 (教育學程)
  3. 國外研究所進修

- 就業**
1. 專任運動教練
  2. 學校教職人員／行政人員
  3. 幼兒體能教師
  4. 健身／運動中心經營與管理人員
  5. 健身指導人員

- 升學**
4. 研究所碩／博士班
  5. 師資培育 (教育學程)
  6. 國外研究所進修

- 就業**
6. 行政警察人員
  7. 監所管理人員
  8. 法院及檢察署安全警戒維護人員
  9. 保全工作經營管理或種子教官
  10. 私人特助／安全秘書
  11. 維安人員



#### 4. 修課須知

- (1) 本系教育目標：培育具備技擊運動專業能力人才。
- (2) 總畢業學分為 133 學分：通識課程 28 學分；院定必修 10 學分；系定必修學科 18 學分；必修術科 36 學分；選修學科 26 學分；術科 15 學分

103 年 1 月 13 日 102 學年度第 1 次課程委員會會議通過

103 年 4 月 7 日 102 學年度第 2 次課程委員會會議通過

103 年 5 月 23 日 102 學年度第 4 次課程委員會會議通過

105 年 5 月 23 日 104 學年度第 1 次課程委員會會議通過

學 群			學分數	備 註
校定-（通識課程）			28	校定
院定-（必修學科）			10	院定
系定-專業（必修學科）			12	系定
系定-專業（必修學科）（法務與警政學群）			6	系定
系定-專業（必修術科）-田徑、游泳			4	系定
系定-專業（必修術科）-專長術科			32	系定
技擊運動人才培育學群	運動教練類 （10 門課程）	至少修習 8 學分	20	系定
	賽會經營管理學類 （9 門課程）	至少修習 6 學分		
	體能教練學類 （8 門課程）	至少修習 6 學分		
法務與警政學群	6 門課程	至少修習 6 學分	6	系定
系定專業選修術科（技擊類群）			5	系定
系定專業術科選修	術科一		3	系定
	術科二		3	
	術科三		4	
合計總學分數			133	畢業規定

- (3) 本系學生須於畢業離校前須考取至少 5 張專業證照：

	證照別	備註	說明
1	運動專長教練證 裁判證 C 級	各專長生必取得 所屬運動專長教 練證 1 張，惟劍道 以裁判證為優先。	一、各類證照須為政府機關所核發之證照或 其他具公信力之專業機構所核發之專業 證照方可，本系保留認定之權利。 二、有關本校「臺北市立大學獎勵學生考取 專業能力證照及通過語言能力檢定實施 要點」，其規定除各教學單位規定畢業條 件之相關證照不予受理外，凡本校學生 於在學期間獲得之證照，皆可提出申請
2	生命急救、水上活動	任取 2 張	
3	其他（非體育相關）	任取 1 張	
4	其他（體育相關）	任取 1 張	

- (4) 「職能發展技術學群」為本校與臺北市職能發展學院共同合作之課程，其學分為興趣選修學分，故不認列於畢業應修學分數，相關課程由教務處統一開課辦理。

#### 四、必修科目（共 64 學分）

年級	類別	科目代碼	科目中文名稱		科目英文名稱		開課學期				備註
							學分		時數		
							上	下	上	下	
一年級	院定必修學科		人體解剖生理學 （中等教育課程）		Human Anatomy Physiology		2	2	2	2	
			運動心理學 （中等教育課程）		Sport Psychology			2		2	
二年級			運動生理學		Exercise Physiology		2		2		
			運動生物力學 （中等教育課程）		Sport Biomechanics			2		2	
應修習 10 學分											
年級	類別	科目代碼	科目中文名稱		科目英文名稱		開課學期				備註
							學分		時數		
							上	下	上	下	
一年級	系定必修學科		體育學原理 （中等教育課程）		Principle of Physical Education		2		2		
二年級			運動教練學		Sport Coaching			2		2	
			運動競賽與實務		Sport Competition and Practicum		2		2		
三年級			體能訓練概論		Introduction to Physical Training			2		2	
			技擊運動訓練法		Martial Art Training Methods			2		2	
			技擊技術運動學		Martial Art Technique Kinematics		2		2		
大一至大四			專 項 技 能 服 務 學 習	教學服務學習	Service Specialty Practices	Teaching and training Internship	0	0	2	2	教學服務學習
				賽會實習		Tournament Internship	0	0	60	於大四畢業前修習（賽會實習）計 60 小	
應修習 12 學分											

年級	類別	科目代碼	科目中文名稱	科目英文名稱	開課學期				備註
					學分		時數		
					上	下	上	下	
一年級	（法務與警政學科系定必修學科）		刑法總則	General Criminal Law		2		2	
二年級			憲法	Constitution	2		2		
三年級			行政法概要	Introduction in Administration	2		2		
應修習 6 學分									
年級	類別	科目代碼	科目中文名稱	科目英文名稱	開課學期				備註
					學分		時數		
					上	下	上	下	
一年級	系定必修術科		田徑（中等教育課程）	Track and field	1	1	2	2	
			游泳（中等教育課程）	Swimming	1	1	2	2	
大一至大四			專長術科	Specialist Subject	32		96		合計 8 學期，每學期 4 學分 12 小時。
應修習 36 學分									

五、選修科目（至少 41 學分，學生得自行決定選修跨系或跨校之科目，以選修總學分五分之一為原則，其學分得納入畢業總學分數，惟畢業前仍須完成本系規定之修習門檻。）

年級	類別	科目代碼	科目中文名稱	科目英文名稱	開課學期				備註
					學分		時數		
					上	下	上	下	
	（技擊運動人才培育） （系定選修學科課程） （運動教練類）		運動傷害與急救 （中等教育課程）	Sports Injuries and First Aid	2		2		
			運動傷害貼紮	Sports Taping for Injuries		2		2	
			體育課程設計 （中等教育課程）	Physical education Curriculum design		2		2	
			運動裁判法	Refereeing	2		2		
			競技與健身運動心理學	Competition and Physical Training Psychology	2		2		
			運動營養學	Sport nutrition		2		2	

年級	類別	科目代碼	科目中文名稱	科目英文名稱	開課學期				備註
					學分		時數		
					上	下	上	下	
			生命急救術	Emergency Life Support	2		2		
			運動教練科學訓練講座	Science of Coaching		2		2	
			運動哲學 （中等教育課程）	Sports Philosophy	2		2		
			運動教育學 （中等教育課程）	Sports Pedagogy		2		2	
至少修習 8 學分									

年級	類別	科目代碼	科目中文名稱	科目英文名稱	開課學期				備註
					學分		時數		
					上	下	上	下	
	系定選修學科課程（ 技擊運動人才培育）（賽會經營管理學類）		運動法規	Sports Regulation		2		2	
			賽會管理學	Competition Management		2		2	
			技擊運動場地器材規劃與管理	Martial Art Competition Venue and Equipment Planning and Management	2		2		
			運動團隊領導與管理	Team Leadership and Management		2		2	
			生涯輔導	Career Planning	2		2		
			體育行政管理 （中等教育課程）	Sports administration	2		2		
			運動社會學 （中等教育課程）	Sports Sociology		2		2	
			國際體育組織與現勢	International Sports Federations and Trends	2		2		
			休閒運動概論 （中等教育課程）	Introduction to Recreational Sports	2		2		
至少修習 6 學分									

年級	類別	科目代碼	科目中文名稱	科目英文名稱	開課學期				備註
					學分		時數		
					上	下	上	下	
	系定選修學科課程（技擊運動人才培育）（體能教練學類）		運動訓練熱身與伸展	Warm-up and Stretches for Training		2		2	
			阻力訓練理論與實務	Theory and Practice of Resistance Training		2		2	
			核心肌群訓練理論與實務	Theory and Practice of Core Training	2		2		
			體育測驗與評量	Measurement and Evaluations		2		2	
			體能測驗與處方擬定	Prescription Development and Fitness Tests		2		2	
			協調性與肌肉控制訓練	Coordination and muscle control training	2		2		
			體適能 （中等教育課程）	Physical Fitness	2		2		
			適應體育概論 （中等教育課程）	Introduction of adapting sport	2		2		
至少修習 6 學分									
年級	類別	科目代碼	科目中文名稱	科目英文名稱	開課學期				備註
					學分		時數		
					上	下	上	下	
一年級	系定選修學科課程（法務與警政學群）		法學緒論	Introduction to Law	2		2		
二年級			刑法分則	Criminal Law		2		2	
三年級			國文（公文作文）	Chinese (document composition)		2		2	
			犯罪學概要	Introduction to Criminology		2		2	
四年級			行政組織與救濟法	Administrative Organization and Relief Act	2		2		
			保全概論	Introduction to Security		2		2	
至少修習 6 學分									

註：行政警察考科 1. 國文（含公文作文） 2. 憲法概要 3. 法學緒論 4. 行政法概要 5. 刑法概要 6. 英文

年級	類別	科目代碼	科目中文名稱	科目英文名稱	開課學期				備註
					學分		時數		
					上	下	上	下	
	系訂專業選修術科		拳擊	Boxing	1		2		
			空手道	Karate	1		2		
			跆拳道 （中等教育課程）	Taekwondo		1		2	
			柔道 （中等教育課程）	Judo		1		2	
			劍道	Kendo	1		2		
			擊劍	Fencing	1		2		
			武術 （中等教育課程）	Wu-shu	1	1	2	2	
			角力	Wrestling		1		2	
至少修習 5 學分									
年級	類別	科目代碼	科目中文名稱	科目英文名稱	開課學期				備註
					學分		時數		
					上	下	上	下	
	術科課程一		桌球	Table Tennis		1		2	
			滾球	Bowls	1		2		
			網球	Tennis	1		2		
			高爾夫球	Golf	1		2		
			棒（壘）球	Softball		1		2	
			木球	Wood ball		1		2	
			羽球	Badminton	1		2		
			撞球	Billiards or pool table		1		2	
至少修習 3 學分									

年級	類別	科目代碼	科目中文名稱	科目英文名稱	開課學期				備註
					學分		時數		
					上	下	上	下	
	術科課程二		排球	Volleyball		1		2	
			籃球	Basketball	1		2		
			足球	Soccer	1		2		
			手球	Handball		1		2	
			保齡球	Bowling	1		2		
			橄欖球	Football		1		2	
至少修習 3 學分									
年級	類別	科目代碼	科目中文名稱	科目英文名稱	開課學期				備註
					學分		時數		
					上	下	上	下	
	術科課程三		戰鬥有氧操	Combat aerobics	1		2		
			體操	Gymnastics	1	1	2	2	
			民俗體育	Folk Sports		1		2	
			柔術	Jujitsu	1		2		
			有氧舞蹈	Anaerobic Fitness	1		2		
			水上活動	Sports	1		2		
			舞蹈	Dance	1	1	2	2	
			水上安全與救生	Water safety and rescue		1		2	
			直排輪	In-Line skate	1		2		
			戶外休閒活動	Outdoor and recreational activity		1		2	
			鐵人三項	Triathlon		1		2	
			健身操	Calisthenics	1		2		
			攀岩	Rock Climbing	1		2		
			飛盤	Frisbee		1		2	
			瑜珈	Yoga	1		2		
			肌力訓練	Strength training	1		2		
至少修習 4 學分									

## 六、輔系課程（共 56 學分）

年級	類別	科目中文名稱	科目英文名稱	開課學期				備註
				學分		時數		
				上	下	上	下	
		技擊運動訓練法	Martial Art Training Theory		2		2	
		技擊技術運動學	Martial Art Technique Kinematics	2		2		
		運動教練學	Sport Coaching	2	2	2	2	
		運動競賽與實務	Sport Competitive Practicum		2		2	
		體能訓練概論	Physical training method	2	2	2	2	
		刑法總則	General Criminal Law		2		2	
		憲法	Constitution	2		2		
		行政法概要	Introduction in Administration	2		2		
		拳擊	Boxing	1		2		若已於專長術科中修習相同課程，則可免修相同課程一門。惟仍須另加修一門劍道、擊劍、武術或角力課程，使得獲取輔系學分。
		空手道	Karate	1		2		
		跆拳道	Taekwondo		1		2	
		柔道	Judo		1		2	
		專長術科	Specialty technique	32		96		合計 8 學期，每學期 4 學分 12 小時。