

技擊運動學系108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、拳擊、武術及角力等運動專長項目歸整並設立技擊運動學系。

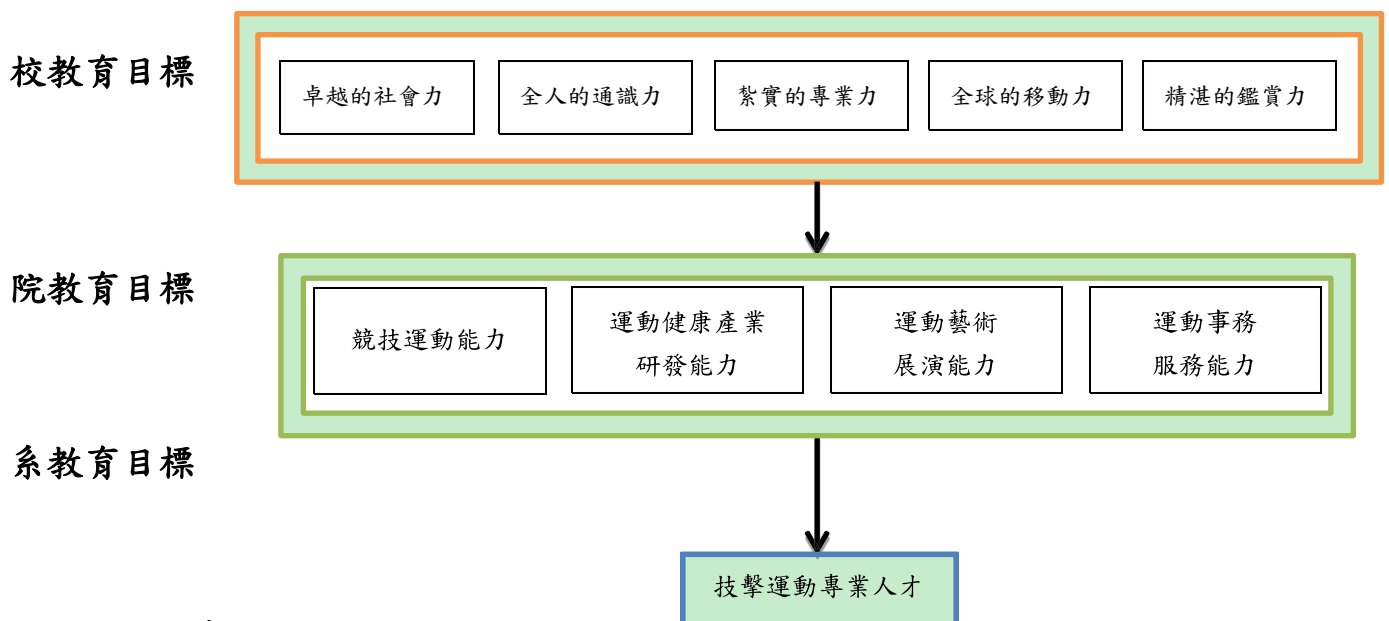
本系招考技擊類運動項目之優秀運動員，除培養優秀運動員之教育目標外，同時也培養優秀運動教練，體育師資等人才。課程設計除加強運動技術訓練以提昇競技水準外，亦規劃運動理論課程，使技術與理論相結合，並作為深造投考相關研究所之準備。運動技能課程除本身專長外，本系其他技擊項目亦列為必修課程，期使能觸類旁通、相輔相成。此外，針對培養體育師資之考量，亦規劃有他系運動術科、選修課程，以便學生未來可順利從事體育教育工作。

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。



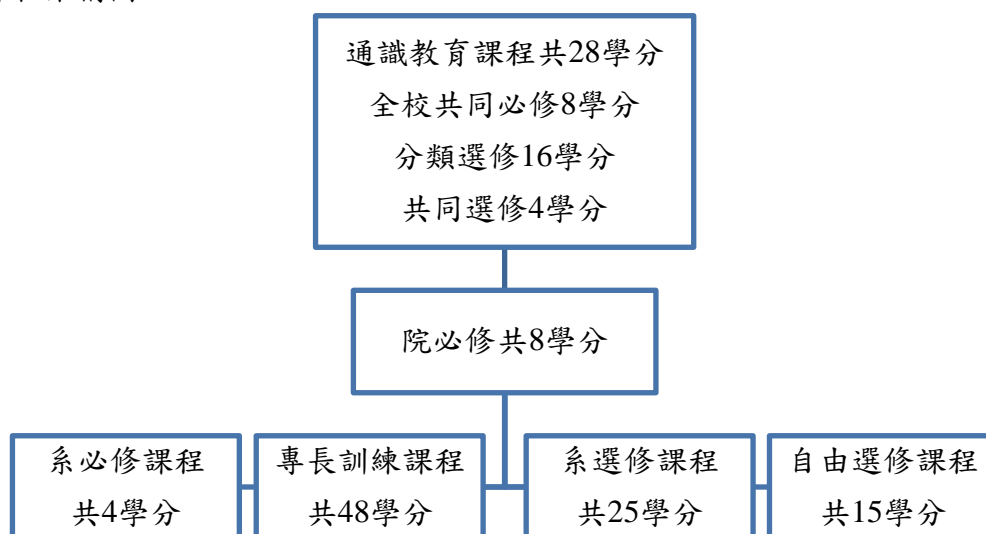
三、課程規劃

(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。

(二) 課程架構

1. 課程架構圖



2. 學分規畫表

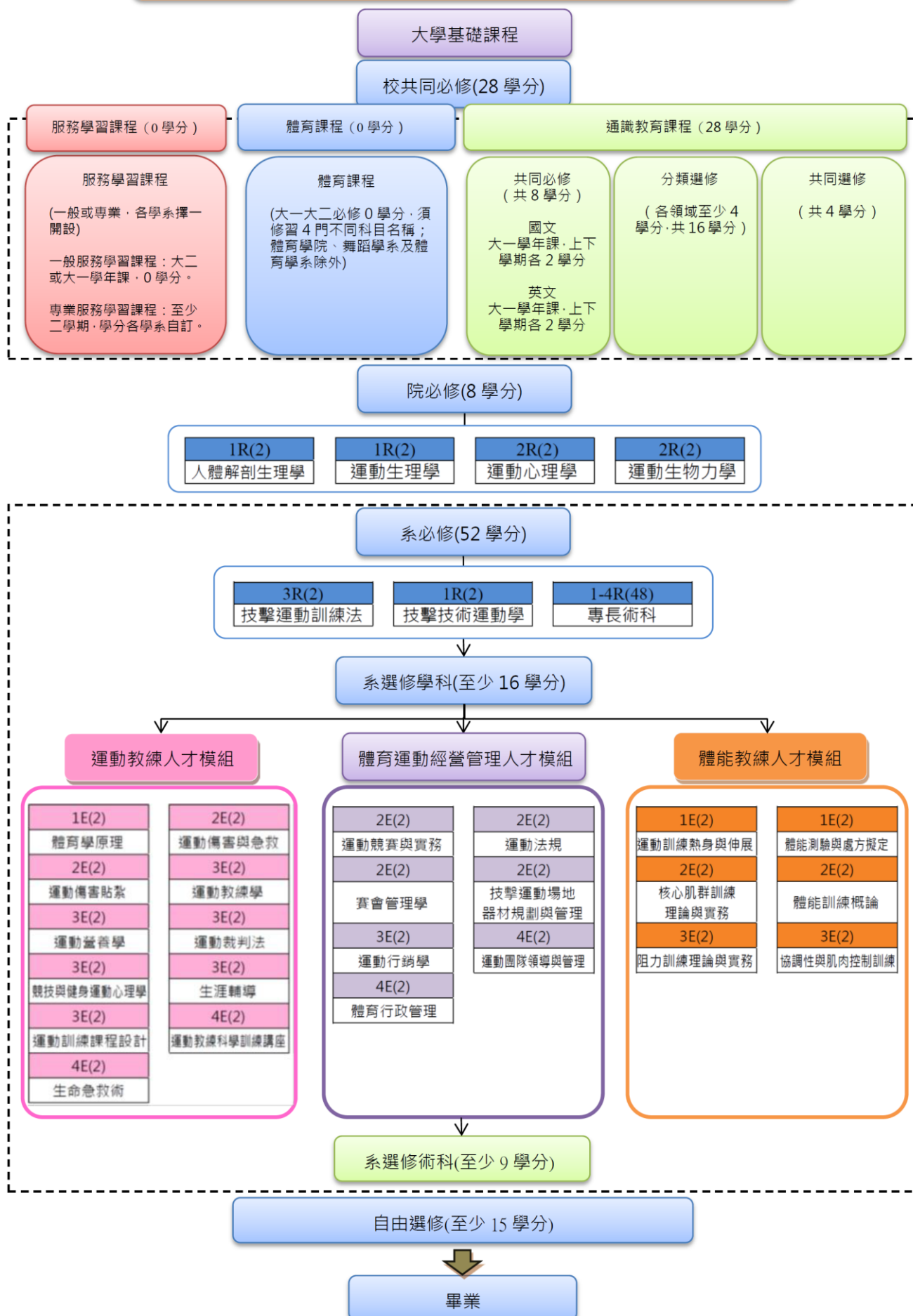
課程類別	校共同必修課程					系專門課程			自由選修課程 (註 2)	總計
	服務學習課程	體育課程 (註 1)	通識教育課程			院學分	系專門課程	專長訓練課程		
			共同必修	分類選修	共同選修					
必修	0	0	8	0	0	8	4	48	0	68
選修	—	—	0	16	4	0	25	0	15	60
合計	28					85			15	128

註1：體育學院、舞蹈學系及體育學系學生免修體育課程請參照 108 學年度大學部課程手冊校共同課程架構圖，請自行減列。

註2：自由選修課程至少 15 學分，可於本系、跨系或跨校選修，不含通識。

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 128 學分



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 128 學分：通識課程 28 學分；院定必修 8 學分

系定必修學科 4 學分；專長術科 48 學分；選修學、術科 25 學分

自由選修 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

106年4月20日105學年度第1次課程委員會會議通過

107年4月20日106學年度第1次課程委員會會議通過

108年4月18日107學年度第1次課程委員會會議通過

108年5月7日107學年度第2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		8	院定
系定-必修學科		4	系定
系定-專長術科		48	系定
運動教練人才模組 體育運動經營管理人才模組 體能教練人才模組 系定選修術科	共 48 門課 學科 24 門選 16 學分 術科 24 門選 9 學分	25	系定
自由選修 註：各系自由選修科目，由學生自行選修本系、跨系或跨校之科目（不含通識課程）。		15	校定、系定
合計總學分數		128	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 C 級（含以上）；裁判證 C 級（含以上）	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。 三、其他（非體育相關），建議可洽詢消防協會考取「風險管理師」證照。 四、其他（體育相關），建議可洽詢體育署考取「初級國民體適能指導員」證照。 五、遇有特殊情況，得經系務會議開會決議之。
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 60 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	
大一至大四	綜合輔導課程		大學生活學習與輔導	Life Learning and Guidance at college	0		16		合計 8 學期，每學期 0 學分 2 小時。
應修習 0 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	Human Anatomy Physiology	2		2		
			運動生理學	Exercise Physiology		2		2	
二 年 級			運動心理學	Sport Psychology	2		2		
			運動生物力學	Sport Biomechanics		2		2	
應修習 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	
三年級	系定必修學科		技擊技術運動學	Martial Art Technique Kinematics	2		2		
			技擊運動訓練法	Martial Art Training Methods		2		2	
應修習 4 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	
大一至大四			專長術科	Specialist Subject	48		96		合計 8 學期，每學期 6 學分 12 小時。
應修習 48 學分									

五、選修科目－學科（至少 16 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（運動教練人才模組）		體育學原理	Principle of Physical Education	2		2		
二年級			運動傷害與急救	Sports Injuries and First Aid	2		2		
			運動傷害貼紮	Sports Taping for Injuries		2		2	
三年級			運動教練學	Sport Coaching	2		2		
			運動營養學	Sport nutrition		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	
			生涯輔導	Career Planning	2		2		
			運動訓練課程設計	Sports training and Curriculum Design		2		2	
			生命急救術	Emergency Life Support	2		2		
四年級			運動教練科學訓練講座	Science of Coaching		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	
二年級	系定選修學科（體育運動經營管理人才模組）		運動競賽與實務	Sport Competition and Practicum	2		2		
			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	
三年級			運動行銷學	Market and Management of Sports	2		2		
四年級			運動團隊領導與管理	Team Leadership and Management		2		2	
			體育行政管理	Sports administration	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	
二年級	系定選修學科（體能教練人才模組）		運動訓練熱身與伸展	Warm-up and Stretches for Training	2		2		
			體能測驗與處方擬定	Prescription Development and Fitness Tests		2		2	
			核心肌群訓練理論與實務	Theory and Practice of Core Training	2		2		
		體能訓練概論	Introduction to Physical Training		2		2		
		阻力訓練理論與實務	Theory and Practice of Resistance Training	2		2			
		協調性與肌肉控制訓練	Coordination and muscle control training		2		2		
三年級									

六、選修科目－術科（至少 9 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	
級 一 年	系定選 修術科一		田徑	Track and field	1		2		
			游泳	Swimming	1	1	2	2	
二 年 級			專項技能服務實習 (教學服務學習及賽會實習)	Special Skills Service Learning (Teaching and training Internship & Tournament Internship)	1	1	2	2	
應修習 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	
	系定選修術科二		拳擊	Boxing	1		2		6選2 不可修習 自身專長
			空手道	Karate	1		2		
			跆拳道	Taekwondo		1		2	
			柔道	Judo		1		2	
			武術	Wu-shu		1		2	
			角力	Wrestling		1		2	
應修習 2 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	
	系定選修術科三		籃球	Basketball	1		2		15 選 2
			排球	Volleyball		1		2	
			足球	Soccer	1		2		
			保齡球	Bowling		1		2	
			羽球	Badminton	1		2		
			網球	Tennis		1		2	
			桌球	Table tennis	1		2		
			體操	Gymnastics	1		2		
			民俗體育	Folk Sports		1		2	
			有氧舞蹈	Anaerobic Fitness	1		2		
			水上活動	Aquatic Sports	1		2		
			水上安全與救生	Water safety and rescue		1		2	
			休閒活動	Leisure activities		1		2	
			核心綜合訓練	Core integrated training	1		2		
			健身體適能	Physical Fitness		1		2	
應修習 2 學分									

七、自由選修課程（至少 15 學分，可於本系、跨系或跨校選修，不含通識）

八、輔系課程（共 72 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	
		運動營養學	Sport nutrition	2		2		
		運動團隊領導與管理	Team Leadership and Management		2		2	
		阻力訓練理論與實務	Theory and Practice of Resistance Training	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	48		96		合計8學期，每學期6學分12小時。

單位主管核章：