

國立宜蘭大學運動防護與健康科學學分學程修習辦法

112 年 3 月 29 日休閒產業與健康促進學系 111 學年度第 2 學期第 1 次課程委員會議通過

112 年 4 月 14 日人文及管理學院 111 學年度第 3 次課程委員會議通過

112 年 5 月 25 日 111 學年度第 2 學期第 4 次教務會議修正通過

112 年 10 月 31 日休閒產業與健康促進學系 112 學年度第 1 學期第 1 次課程委員會議修正通過

112 年 11 月 10 日人文及管理學院 112 學年度第 1 次課程委員會議修正通過

112 年 12 月 22 日 112 學年度第 1 學期第 3 次教務會議修正通過

第一條 國立宜蘭大學（以下簡稱本校）運動防護與健康科學學分學程（以下簡稱本學程）為培養運動防護與健康科學兼具之理論與實務人才，依據「國立宜蘭大學學分學程設置要點」，訂定「國立宜蘭大學運動防護與健康科學學分學程修習辦法」（以下簡稱本辦法）。

第二條 本學程以人文及管理學院休閒產業與健康促進學系為主辦單位。

第三條 本學程設置委員會，負責研擬課程、審查學生修讀之申請與修畢之證明。委員會成員由休閒產業與健康促進學系系主任遴聘本校運動防護與健康科學課程相關領域教師七至九人組成。

第四條 本學程開放給本校大學部與研究所學生申請。

第五條 本學程課程規劃如「運動防護與健康科學學分學程課程一覽表」。本學程需修滿二十二學分，其中「基礎專業課程」、「理論深化課程」、「運動防護與健康科學實務課程」皆應修滿至少六學分。其中至少應有九學分不屬於學生主系、所、加修學系及輔系之必修科目。

第六條 修畢本學程且符合資格者，由學校核發「運動防護與健康科學學分學程」證明書。

第七條 本辦法如有未規定事宜，悉依「國立宜蘭大學學分學程設置要點」及相關規定辦理。

第八條 本辦法經系課程委員會議、院課程委員會議及教務會議通過後施行。

運動防護與健康科學學分學程課程一覽表

基礎專業課程(至少 6 學分)				
課程名稱	必選修	學分數	課程原開設系所	備註
運動生理學一	必	3	休閒產業與健康促進學系	<u>抵運動防護員檢 定規定之人體生 理學與實驗課程</u>
運動生理學二	必	3	休閒產業與健康促進學系	<u>抵運動防護員檢 定規定之運動生 理學與實驗課程</u>
生物化學一	必	3	食品科學系	
生物化學一	必	2	生物技術與動物科學系	
生物化學	選	3	生物機電工程學系	
理論深化課程(至少 6 學分)				
人體解剖學	選	2	休閒產業與健康促進學系	<u>抵運動防護員檢 定規定之人體解 剖學與實驗課程</u>
肌動學	選	2	休閒產業與健康促進學系	
運動與疾病預防	選	3	休閒產業與健康促進學系	
健康檢查與評估	選	3	休閒產業與健康促進學系	
熟齡世代健康管理	選	3	休閒產業與健康促進學系	
運動處方	選	2	休閒產業與健康促進學系	<u>抵運動防護員檢 定規定之運動處 方課程</u>
運動體能訓練法	選	3	休閒產業與健康促進學系	
保健產品評估	選	3	休閒產業與健康促進學系	
食品科學概論	必	2	食品科學系	
營養學	必	3	食品科學系	
保健食品概論	選	2	食品科學系	
抗老化學	選	2	生物技術與動物科學系	
保健食品概論	選	2	生物技術與動物科學系	
塑身生理學	選	2	生物技術與動物科學系	
機能性營養生化學	選	3	生物技術與動物科學系	
神經生理學	選	3	生物機電工程學系	
訊號與神經科學導論	選	3	生物機電工程學系	
人體解剖學	選	3	生物機電工程學系	
運動防護與健康科學實務課程(至少 6 學分)				
體能檢測	選	2	休閒產業與健康促進學系	
體重控制與體型雕塑	選	3	休閒產業與健康促進學系	
重量訓練	選	3	休閒產業與健康促進學系	

運動營養學	選	3	休閒產業與健康促進學系	<u>抵運動防護員檢 定規定之運動營 養學課程</u>
運動指導	選	2	休閒產業與健康促進學系	
健身運動訓練	選	2	休閒產業與健康促進學系	
運動傷害與防護	選	3	休閒產業與健康促進學系	<u>抵運動防護員檢 定規定之運動傷 害防護學與實驗 課程</u>
營養與體重管理實習	選	3	食品科學系	
運動心理學	選	3	休閒產業與健康促進學系	<u>抵運動防護員檢 定規定課程</u>
運動傷害貼紮	選	3	休閒產業與健康促進學系	<u>抵運動防護員檢 定規定之運動貼 紮與實驗課程</u>
運動傷害評估學	選	2	休閒產業與健康促進學系	<u>抵運動防護員檢 定規定之運動傷 害評估學課程</u>
運動體能訓練法	選	3	休閒產業與健康促進學系	<u>抵運動防護員檢 定規定之運動體 能訓練課程</u>
運動保健經營管理	選	2	休閒產業與健康促進學系	<u>抵運動防護員檢 定規定之運動保 健之經營與管理 課程</u>
健康管理	選	2	休閒產業與健康促進學系	<u>抵運動防護員檢 定規定之健康管 理課程</u>
<u>運動傷害防護儀器之 運用</u>	<u>選</u>	<u>2</u>	<u>休閒產業與健康促進學系</u>	<u>抵運動防護員檢 定規定課程</u>
<u>運動推拿指壓學</u>	<u>選</u>	<u>2</u>	<u>休閒產業與健康促進學系</u>	<u>抵運動防護員檢 定規定課程</u>
<u>運動保健學</u>	<u>選</u>	<u>2</u>	<u>休閒產業與健康促進學系</u>	<u>抵運動防護員檢 定規定課程</u>
<u>運動防護實習</u>	<u>選</u>	<u>2</u>	<u>休閒產業與健康促進學系</u>	<u>抵運動防護員檢 定規定課程</u>
<u>運動生物力學</u>	<u>選</u>	<u>1</u>	<u>休閒產業與健康促進學系</u>	<u>抵運動防護員檢 定規定課程</u>

註：同課名之課程擇其一認抵。