



大葉大學運動健康管理學系 學士班課程學習地圖

大一(上)

大一(下)

大二(上)

大二(下)

大三(上)

大三(下)

大四(上)

大四(下)

職場領域

核心能力

校定必修 28 (英語聽力與口語、英語閱讀與寫作、國文能力、體育、通識)

院定必修 2	緊急醫療救護概論 2								
	系定必修 32	營養學 2	解剖學(含實驗) 2	個人重量訓練 3	運動健康指導實務 2	管裡學 3	創新運動方案設計 3		
		運動傷害防護學與實驗 2	健康心理學 2	人體肌動學 2	運動生理學與實驗 2	運動處方 2	行銷管理 2		
全人健康 2				身體評估 2		專題製作 1			
實作、實習							實習(一) 3	實習(四) 3	
							實習(二) 3	實習(五) 3	
							實習(三) 3	實習(六) 3	
	運動防護類、健康調理類	運動保健學 2	人體解剖學與實驗 1	運動保健之經營與管理 1	運動防護實習 2	運動貼紮與實驗 2	運動推拿指壓學 2	孕婦體適能 2	刮痧與拔罐調理 2
		運動營養學 1	運動心理學 1	運動生物力學 2	運動體能訓練 2	銀髮族體適能指導與實務 2	運動傷害評估學 2	民俗調理業相關法令 1	
		健康管理 1		運動按摩 2	人體生理學與實驗 1	健康老化 2	傳統整復推拿全身調理手法 3	傳統整復推拿實務(含顧客服務) 2	
	系定選修 57 自由選修 9			矯正性運動訓練 2	芳香療法 2	傳統整復推拿基本常用手法 2			
				基礎經絡理論 2					
		游泳 2			休閒運動實務-開放水域潛水 2	休閒運動實務-進階開放水域潛水 2			
			健身運動實務-團體課程指導 2	健身運動實務-瑜珈 2	健身運動實務-高低衝擊 2	健身運動實務-俱樂部團體課程指導 3	健身運動實務-飛輪進階 2	健身運動實務-花式階梯 2	健身運動實務-空中瑜珈 3
休閒運動、有氧健身指導類		健身運動實務-基礎階梯 2	健身運動實務-皮拉提斯 2	健身運動實務-高強度間歇訓練 2	健身運動實務-全方位雕塑 2	健身運動實務-個人體適能顧問 2			
		健身運動實務-基礎肌力訓練 2	健身運動實務-TRX訓練 2	健身運動實務-基礎飛輪 2					
		健身運動實務-身心靈平衡 2							
	經營管理類								
		專業英文 2	健康與體能設施管理 2	服務業管理 2	行銷傳播與媒體應用 2				
		活動規劃管理 2		人力資源管理 2	消費者行為與調查 2				
							組織行為 2		

- 運動防護員
- 體適能指導員
- 體適能檢測員
- 健康管理師
- 游泳/潛水運動教練

個人或團體運動訓練指導教練/教官

運動或健康產業門市服務、行銷企劃、商務發展、業務等人員

校級畢業規定

1. 多益英語測驗，成績須達400分以上(或全民英檢中級初試，或托福測驗，或其他同級英檢分數)
2. 大葉服務學習，累計「公民教育認證時數」達50小時以上(含)，始得畢業。
3. 資訊能力檢定，依大葉大學學生資訊基本能力檢定畢業門檻實施辦法辦理。
4. 職場實習暨體驗，學生應於在學期間完成職場實習暨體驗認證時數達100小時以上，始得畢業。
5. 中文能力檢定，依大葉大學學生中文能力檢定檢定實施辦法辦理。

系級畢業規定

1. 畢業前需擔任運動健康相關領域義工時數160小時。
2. 實習課程需累計150小時企業實習累計並通過考評。
3. 證照：團體指導、個人體適能指導相關證照、游泳教學教練證照或運動治療、救護類實務相關證照等(c級2張或B級以上1張)。

培育理論與實務並重之運動健康專業人才

具備運動健康管理知能

1. 能熟悉運動健康管理相關知識與理論
2. 能應用所學專業知識解答相關問題

具備運動健康指導能力

1. 具備運動指導原則及技能
2. 能依照老師的教導正確的實際演練及編排
3. 能依據不同的需求提供不同形式的運動處方
4. 能取得運動指導教練或教官證照

具備運動健康企劃能力

1. 具備規劃、撰寫及執行運動企劃之能力
2. 能取得運動與行銷企劃等證照