

國立體育大學                      競技與教練科學研究所                      課程模組規劃表■系所課程模組 跨領域課程模組(請勾選)

| 課程模組名稱：肌力與體能教練訓練課程模組  |                |     |                |             |   |
|---|----------------|-----|----------------|-------------|---|
| 課程模組規劃目標/培養之專業能力  |                |     |                |             |   |
| <p>1. 規劃目標：當今各國在運動科學支援上最新的一個領域為肌力與體能訓練(Strength &amp; Conditioning)專業，為因應國際間趨勢，提升國內在競技運動之競爭力，增設肌力與體能訓練課程模組，增加學生專業知能，提升就業競爭力。</p> <p>2. 專業能力：培養學生執行年度肌力與體能訓練之專業技術與知識，了解各種訓練監控方式，以及支援運動代表隊過程中，搜尋科學文獻，解決問題之能力。</p> |                |     |                |             |   |
| 領域名稱  | 模組課程           | 學分數 | 建議選讀系所名稱       | 開課年級/上(下)學期 | 備註  |
| 研究法與統計  | 體育研究法          | 3   | 教練所            |             | 其他系所開設之研究法及研究方法相關課程皆可採認   |
|   | 體育統計           | 3   | 教練所            |             | 其他系所開設之統計學相關課程皆可採認  |
| 肌力與體能訓練   | 肌力與體能訓練研究      | 5   | 教練所            | 一上          | 其他系所之課程不可採認   |
|   | 肌力與體能訓練實務      |     | 教練所            | 一下          |   |
| 運動生理學   | 運動生理學研究        | 6   | 教練所            |             | <p>1. 其他系所開設之運動與訓練生理學相關課程皆可採認</p> <p>2. 其他系所開設之運動生化相關課程皆可採認</p> <p>3. 需選修其中兩門課程</p> |
|   | 運動營養學研究        |     | 教練所            |             |   |
|   | 運動生理與生物化學專題研究  |     | 國際運動教練科學碩士學位學程 |             |   |
| 肌力與體能訓練實務實習   | 總實習時數須滿 250 小時 |     |                |             |   |

課程模組關聯圖（修課先後次序與關聯性）

|  |                                       | 碩一                                  | 碩二        |     |
|--|---------------------------------------|-------------------------------------|-----------|-----|
| 上<br>學<br>期  | 體育統計<br>體育研究法<br>訓練生理學研究<br>肌力與體能訓練研究 | 應用運動生理學研究                           |           |     |
|  | 肌力與體能訓練實務<br>運動營養學研究                  |                                     |           |     |
| 下<br>學<br>期  |                                       |                                     |           |     |
| 適合證照種類及考取年級別   | 證照名稱                                  | 美國國家肌力與體能協會，肌力與體能訓練專家運動教練學會，肌力與體能教練 | 建議取得證照年級別 | 二年級 |
| 適合投考公職類別   |                                       |                                     |           |     |
| 未來職場之發展  | 職業運動代表隊                               | 私人運動訓練中心/工作室                        |           |     |
|  | 各級訓練單位                                |                                     |           |     |
| 經 <u>105</u> 年 <u>11</u> 月 <u>24</u> 日 <u>105</u> 學年度第 <u>一</u> 學期第 <u>4</u> 次 <u>競技與教練科學研究所</u> 所務會議通過<br>經 <u>105</u> 年 <u>11</u> 月 <u>24</u> 日 <u>105</u> 學年度第 <u>一</u> 學期第 <u>1</u> 次 <u>競技與教練科學研究所</u> 課程委員會通過<br>經 <u>106</u> 年 <u>4</u> 月 <u>13</u> 日 <u>105</u> 學年度第 <u>二</u> 學期第 <u>2</u> 次 <u>競技與教練科學研究所</u> 課程委員會通過<br>經 <u>105</u> 年 <u>11</u> 月 <u>29</u> 日 <u>105</u> 學年度第 <u>一</u> 學期第 <u>1</u> 次 <u>競技學院</u> 課程委員會通過 |                                       |                                     |           |     |

## 其他建議選讀系所與課程列表

| 開課單位    | 課程名稱          |
|---------|---------------|
| 體研所     | 高等體育研究法       |
|         | 高等體育統計        |
| 體推所     | 高等體育研究法       |
|         | 高等體育統計        |
| 適體所     | 適應體育研究        |
|         | 高級統計學         |
|         | 應用運動生理學研究     |
| 運科所     | 運動科學研究法       |
|         | 生物統計學研究       |
|         | 運動生理學研究       |
|         | 應用運動生理學研究     |
| 運保所     | 運動保健研究法       |
|         | 生物統計學研究       |
|         | 運動生理學研究       |
| 國際體育事務所 | 高等研究方法        |
|         | 應用統計方法        |
| 管理學院    | 高等研究方法        |
|         | 應用統計方法        |
| 國際學程    | 研究方法與設計專題研究   |
|         | 數據分析與統計專題研究   |
|         | 運動生理及生物化學專題研究 |