請尊重智慧財產權，合法影印資料並使用正版教科書。
Please consult Intellectual Property Rights before making a photocopy. Please use the textbook of copyrighted edition.

國立東華大學

教學計劃表　Syllabus

課程名稱(中文) Course Name in Chinese	體適能專題研究			學年/學期 Academic Year/Semester	114/1
課程名稱(英文) Course Name in English	Studies in Physical Fitness				
科目代碼 Course Code	PE__54640	系級 Department & Year	碩士	開課單位 Course-Offering Department	體育與運動科學系
修別 Type	選修 Elective	學分數/時間 Credit(s)/Hour(s)	3.0/3.0		
授課教師 Instructor	/陳韋翰				
先修課程 Prerequisite					

課程描述　Course Description

課程目標：
1.培育運動科研人才及其專業素養
2.培養學生運動科技創新設計思維
3.培養學生運動科學研究實作經驗

課程內容：
1.介紹運動科技趨勢與設計原理
2.創新運動科技設計並參與競賽
3.介紹運動科學研究趨勢與儀器
4.運動科學研究設計並完成實驗

課程目標　Course Objectives

1.能獨立設計並進行體適能相關研究。
2.能針對不同年齡及對象設計體適能處方。
3.能分析不同體適能處方並改進。

	系專業能力 Basic Learning Outcomes	課程目標與系專業能力相關性 Correlation between Course Objectives and Dept.’s Education Objectives
A	具備專業領域之學術研究能力。To possess academic research capabilities in specialized fields.	●
B	具備學術知能及實務研究之能力。To possess both academic knowledge and practical research capabilities.	●
C	具備體育運動研究發展之能力。To possess the capability for research and development in physical education and sports.	●
D	具備體育本土化及國際化之視野。To possess a localized and globalized perspective in physical education.	●

圖示說明Illustration ：● 高度相關 Highly correlated ○中度相關 Moderately correlated

授 課 進 度 表 Teaching Schedule & Content

週次Week	內容 Subject/Topics	備註Remarks
1	課程介紹	
2	運動生物力學與科技	
3	運動科技偵測原理與應用	

4	運動科技創新設計提案（初稿）	
5	投稿運動科技創新設計（完成）	
6	科技體適能與測試方法	
7	運動訓練負荷監測	
8	身體組成專題研討	
9	心肺適能專題研討	
10	肌肉適能專題研討	
11	爆發力專題研討	
12	速度與敏捷專題研討	
13	反應時間專題研討	
14	平衡能力專題研討	
15	柔軟度專題研討	
16	期末成果報告	
17	期末成果報告	
18	期末檢討	

教 學 策 略 Teaching Strategies

☑ 課堂講授 Lecture ☑ 分組討論Group Discussion ☐ 參觀實習 Field Trip

☐ 其他Miscellaneous:

教 學 創 新 自 評 Teaching Self-Evaluation

創新教學(Innovative Teaching)

☑ 問題導向學習(PBL) ☑ 團體合作學習(TBL) ☑ 解決導向學習(SBL)

☐ 翻轉教室 Flipped Classroom ☐ 磨課師 Moocs

社會責任(Social Responsibility)

☐ 在地實踐Community Practice ☐ 產學合作 Industy-Academia Cooperation

跨域合作(Transdisciplinary Projects)

☐ 跨界教學Transdisciplinary Teaching ☐ 跨院系教學Inter-collegiate Teaching

☐ 業師合授 Courses Co-taught with Industry Practitioners

其它 other:

學期成績計算及多元評量方式 Grading & Assessments									
配分項目 Items	配分比例 Percentage	多元評量方式 Assessments							
		測驗 會考	實作 觀察	口頭 發表	專題 研究	創作 展演	卷宗 評量	證照 檢定	其他
平時成績(含出缺席) General Performance (Attendance Record)									
期中考成績 Midterm Exam									
期末考成績 Final Exam	20%		✓	✓	✓				
作業成績 Homework and/or Assignments	60%		✓	✓	✓				
其他 Miscellaneous (運動科技設計)	20%			✓		✓			

評量方式補充說明
Grading & Assessments Supplemental instructions

教科書與參考書目（書名、作者、書局、代理商、說明）
Textbook & Other References (Title, Author, Publisher, Agents, Remarks, etc.)

NSCA 林貴福等譯 (2021)。肌力與體能訓練 (增修二版)。台北市：禾楓書局。
ACSM 林嘉志譯 (2019)。運動測試與運動處方指引(第十版)。台北市：力大圖書。
自製講義

課程教材網址(含線上教學資訊,教師個人網址請列位於本校內之網址)
Teaching Aids & Teacher's Website(Including online teaching information.
Personal website can be listed here.)

Sportscience 運動科學網 (https://www.sportscience.com.tw/)
運動生理學網站Sport Science (http://www.epsport.idv.tw/epsport/mainep.asp)

其他補充說明 (Supplemental instructions)