

勞動部勞動力發展署
補助大專校院辦理就業學程計畫

健康促進與運動保健實務
學程計畫書

領域別：醫療保健與照顧服務

申請年度：114 學年度

申請學校：明新學校財團法人明新科技大學

執行期間：自 114 年 7 月 1 日至 115 年 8 月 31 日止(日期勿更動)

計畫主持人：向薇潔 教授

協同主持人：張博能 教授

高小芳 副教授

黃明甘 助理教授

中華民國 114 年 01 月 01 日

◎課程規劃

明新學校財團法人明新科技大學運動事業管理系
114 學年度健康促進與運動保健實務學程課程規劃表

課程名稱		運動保健專業實務		
開課時段		星期三上午 09:10-12:00 管理學院 208 教室		
課程目標		1.學習目標： (1)體能與體適能評估與訓練 (2)專項運動體能的需求 (3)如何維持體能、體能訓練的方法 (4)體能（體適能）對健康與日常生活的影響 2.課程內容簡介： 分為健康促進、健康體適能、運動保健三個面向，進行理論課程與實務教學。		
周次	日期	授課教師(校內)	授課教師(業師)	課程單元
1	09/10	高小芳		健康促進與運動保健課程說明
2	09/17		鄭智銘	健康促進活動規劃
3	09/24		鄭智銘	健康促進活動規劃
4	10/01		鄭智銘	健康促進活動規劃
5	10/08		鄭智銘	健康促進活動規劃
6	10/15		劉政煒	健康促進活動執行
7	10/22		劉政煒	健康促進活動執行
8	10/29		劉政煒	健康促進活動執行
9	11/05		劉政煒	健康促進活動執行
10	11/12		李振維	運動保健理論基礎
11	11/19		李振維	運動保健理論基礎
12	11/26		李振維	運動保健理論基礎
13	12/03		李振維	運動保健理論基礎
14	12/10		田詠惠	運動保健實務訓練
15	12/17		田詠惠	運動保健實務訓練
16	12/24		田詠惠	運動保健實務訓練
17	12/31		田詠惠	運動保健實務訓練
18	01/07	高小芳		反思與檢討

課程名稱		運動貼紮證照實務		
開課時段		星期五上午 09:10-12:00 管理學院 208 教室		
課程目標		1.1.學習目標： (1)運動傷害與急救防護概念與認知 (2)運動傷害的種類及其對運動、日常生活的影響 (3)運動傷害處理實務應用 (4)運動防護與急救實務應用-運動按摩、運動貼紮技術實務 2.課程內容簡介： 運動貼紮實務教學、運動貼紮證照研習		
周次	日期	授課教師(校內)	授課教師(業師)	課程單元
1	09/12	張博能		運動防護與急救實務導論
2	09/19		李振維	運動傷害預防與急救處理
3	09/26		李振維	運動傷害預防與急救處理
4	10/03		李振維	運動傷害預防與急救處理
5	10/10(假)		李振維	運動傷害預防與急救處理
6	10/17		李振維	運動傷害預防與急救處理
7	10/24(假)		李振維	運動傷害預防與急救處理
8	10/31		田詠惠	運動防護實務
9	11/07		田詠惠	運動防護實務
10	11/14		田詠惠	運動防護實務
11	11/21		田詠惠	運動防護實務
12	11/28		田詠惠	運動防護實務
13	12/05		李振維	運動貼紮實務訓練
14	12/12		李振維	運動貼紮實務訓練
15	12/19		李振維	運動貼紮實務訓練
16	12/26		李振維	運動貼紮實務訓練
17	01/02(假)		李振維	運動貼紮實務訓練
18	01/09	張博能		反思與檢討

課程名稱		運動防護訓練實務		
開課時段		星期二下午 13:10-16:00 管理學院 208 教室		
課程目標		1.學習目標： (1)從預防醫學的角度認識運動與健康 (2)伸展運動對人體的影響 (3)運動按摩對運動訓練的影響 (4)運動對生活中各種因素的影響 2.課程內容簡介： 學習運動防護對運動的效益、運動按摩與伸展放鬆		
周次	日期	授課教師(校內)	授課教師(業師)	課程單元
1	09/09	黃明甘		課程及教學內容說明
2	09/16		蘇軒毅	肌筋膜伸展實務訓練
3	09/23		蘇軒毅	肌筋膜伸展實務訓練
4	09/30		蘇軒毅	肌筋膜伸展實務訓練
5	10/07		蘇軒毅	肌筋膜伸展實務訓練
6	10/14		邱旻楨	運動按摩實務訓練
7	10/21		邱旻楨	運動按摩實務訓練
8	10/28		邱旻楨	運動按摩實務訓練
9	11/04		邱旻楨	運動按摩實務訓練
10	11/11		邱旻楨	運動按摩實務訓練
11	11/18		劉政煒	有氧運動訓練實務
12	11/25		劉政煒	有氧運動訓練實務
13	12/02		劉政煒	有氧運動訓練實務
14	12/09		劉政煒	有氧運動訓練實務
15	12/16		宋遠哲	肌力訓練實務
16	12/23		宋遠哲	肌力訓練實務
17	12/30		宋遠哲	肌力訓練實務
18	01/06		宋遠哲	肌力訓練實務

明新學校財團法人明新科技大學運動事業管理系
114 學年度健康促進與運動保健實務管理學程課程規劃表

課程名稱		勞動法令課程(6 小時)		
開課時段		星期二 13:10-16:00；星期三、星期五 09:10-12:00 管理學院 208 教室		
課程目標		勞動法令與實務解析		
周次	日期	授課教師(校內)	授課教師(業師)	課程單元
1	09/09.09/10		黃頌舜	勞動法令與實務解析
2	09/12.09/19		呂子瑜	職場核心能力

三、工作崗位訓練

訓練單位基本資料						
單位名稱		碩妃健康事業股份有限公司				
統一編號		50867695	行業類別代碼			10
負責人姓名		薛永祥	最近一期勞保投保人數			57
單位地址		臺北市中山區民權東路3段2號15樓				
聯絡人	姓名	曾秉祐	電話	03-6681991	手機	
	職稱	營運主任	電子信箱			
是否申請企業預聘大專生訓練制度相關補助		☒ 否 ☐ 是，說明：				
申請補助情形		是否以所附工作崗位訓練內容另申請其他補助？ ☒ 否 ☐ 是，說明：				

訓練單位基本資料						
單位名稱		小叮嚀科學股份有限公司				
統一編號		01181346	行業類別代碼			10
負責人姓名		蘇欣怡	最近一期勞保投保人數			136
單位地址		新竹縣新豐鄉松柏村6鄰康和路199號				
聯絡人	姓名	陳杏妍	電話	03-5592132#2173	手機	
	職稱	經理	電子信箱			
是否申請企業預聘大專生訓練制度相關補助		☒ 否 ☐ 是，說明：				
申請補助情形		是否以所附工作崗位訓練內容另申請其他補助？ ☒ 否 ☐ 是，說明：				

訓練單位基本資料						
單位名稱		攻城獅文創股份有限公司				
統一編號		83157750	行業類別代碼		10	
負責人姓名		陳美玲	最近一期勞保投保人數		55	
單位地址		新竹縣竹北市鹿場里莊敬南路27、29號3、4樓				
聯絡人	姓名	陳美玲	電話	0970-605168	手機	
	職稱	HR	電子信箱			
是否申請企業預聘大專生訓練制度相關補助		☒ 否 ☐ 是，說明：				
申請補助情形		是否以所附工作崗位訓練內容另申請其他補助？ ☒ 否 ☐ 是，說明：				

◎參訪活動

113-1規劃兩場次的參訪：

1. 國家運動訓練中心參訪2天一夜
2. 日月潭水域訓練中心參訪2天一夜

◎學程資源

1. 參與本學程計畫學生，並完成三門實務課程取得學分後，有機會獲得優秀學員獎勵（勵學金）。
2. 本學程可提供相關課程所需資源予參予學程學生。
3. 可優先參與本學程合作單位提供之實習機會媒合，獲廠商遴選通過者本學期即可開始進入相關產業實習。（小叮噹育樂園區、碩妃健康事業股份有限公司、攻城獅文創有限公司）