

科目代碼：KPEN610300			
課程名稱	中文：運動醫學研究	必/選修	選修
	英文：Study in Sports Medicine	課程類別	系專門
開課單位	體育學系在職碩士班	學分數	2
先修課程	無		
課程概述	1. 藉由文獻回顧瞭解規律運動與各種疾病之關係。 2. 從文獻回顧裡找出運動與各種疾病有關的研究主題。 3. 養成規律運動的習慣，遠離疾病，增進生活品質。		
基本素養	專業實踐(10)，思辨創新(10)，溝通合作(5)，責任關懷(8)，終身學習(7)，宏觀領導(6)		
核心能力	體育專業知識與運動技能(9)，運動諮詢與指導能力(10)，運動訓練與賽務執行能力(5)，活動企劃與執行能力(3)，溝通與協調能力(7)，邏輯思考與問題解決能力(6)		
職涯進路	體育相關學術研究人才		
英語授課比例	20 %		
課程內容			
一、運動與疾病防治概論 二、運動對於肥胖症、心血管疾病、中風的防治 三、運動對於高血壓、糖尿病、骨質疏鬆症的防治 四、運動對於下背痛、氣喘、癌症的防治 五、運動對於睡眠、壓力、憂鬱的防治 六、運動對於孕婦、老化、肌少症的好處 七、運動健身的方法			
教學型式：			
一、理論講述與討論(30%):指定同學報告專題後，同學們參與討論。			
二、個案分析與作品賞析(30%):分享從事規律運動所獲得的益處。			
三、行動實作與報告(40%):同學講述專題報告內容，教師補充說明。			
評量方式：			
一、專題討論(30%)			
二、專題報告(40%)			
三、上課參與(30%)			
參考書目			
一、方進隆 (2014) 運動處方。台北：華都。			
二、卓俊辰 (2014) 健康體適能理論與實務。台北：華格那。			
三、Nieman, D. C. (1997) The Exercise-Health Connection. Champaign, IL: Human Kinetics.			
四、ACSM Position Statements: <a href="http://journals.lww.com/acsm-msse/pages/collectiondetails.aspx?TopicalCollectionID=1">http://journals.lww.com/acsm-msse/pages/collectiondetails.aspx?TopicalCollectionID=1</a>			