



| 項次   | 項目               | 內容  |    |    |
|------|------------------|---|----|----|
| 1-14 | 部校定(本課程由那個單位所定)  | <input checked="" type="checkbox"/> 校定<br><input type="checkbox"/> 院定<br><input type="checkbox"/> 系所定<br><input type="checkbox"/> 其他  |    |    |
| 1-15 | 開課期限(授課學期數)      | <input checked="" type="checkbox"/> 一學期(半年)<br><input type="checkbox"/> 二學期(全年)<br><input type="checkbox"/> 其他  |    |    |
| 1-16 | 選課別              | <input checked="" type="checkbox"/> 必修<br><input type="checkbox"/> 選修<br><input type="checkbox"/> 其他  |    |    |
| 1-17 | 學分數              | 2學分   |    |    |
| 1-18 | 每週上課時數           | 2小時   |    |    |
| 1-19 | 合班數(無則免填)        |   |    |    |
| 1-20 | 預計總修課人數          | 180   |    |    |
| 1-21 | 全英語教學            | <input type="checkbox"/> 是<br><input checked="" type="checkbox"/> 否   |    |    |
| 1-22 | 國內學校合作遠距課程(無則免填) | <table style="width:100%; border:none;"> <tr> <td style="width:50%; text-align:center;">學校</td> <td style="width:50%; text-align:center;">學系</td> </tr> </table>  | 學校 | 學系 |
| 學校   | 學系               |   |    |    |
| 1-23 | 國外學校合作遠距課程(無則免填) | 國外合作學校與系所名稱:_____<br><input type="checkbox"/> 國內主播<br><input type="checkbox"/> 國內收播<br><input type="checkbox"/> 境外專班<br><input type="checkbox"/> 雙聯學制<br><input type="checkbox"/> 其他  |    |    |
| 1-24 | 課程平臺網址           | <input checked="" type="checkbox"/> 數位學習平台(moodle); 連結網址:<br><a href="https://moodle.ncku.edu.tw/">https://moodle.ncku.edu.tw/</a><br><input type="checkbox"/> 線上學習平台(N3learning); 連結網址:<br><input type="checkbox"/> 磨課師, 課程名稱_____, 連結網址:<br><input type="checkbox"/> 外校(如 ewant 等), 連結網址: |    |    |
| 1-25 | 教學計畫大綱檔案連結網址     | <a href="https://class-qry.acad.ncku.edu.tw/syllabus/online_display.php?syear=0111&amp;sem=1&amp;co_no=A927600&amp;class_code=">https://class-qry.acad.ncku.edu.tw/syllabus/online_display.php?syear=0111&amp;sem=1&amp;co_no=A927600&amp;class_code=</a>                                   |    |    |
| 1-26 | 連絡人(助理)          | 蔡詩綺   |    |    |
|      | 職稱               | 研究助理  |    |    |
|      | 連絡電話             | 062353535~5930  |    |    |
|      | e-mail           | applechee@hotmail.com   |    |    |

## 貳、課程教學計畫

| 項次  | 項目   | 內容   |
|-----|------|--|
| 2-1 | 教學目標 | 1. 使學生瞭解從事各式運動或相關休閒活動時會產生之運動傷害, 及其相關之基礎解剖構造與受傷機制。<br>2. 使學生瞭解各式運動傷害基礎評估, 與學習操作各種緊急與慢性傷害處置方式。 |

| 項次     | 項目                       | 內容   |                |      |      |       |
|--------|--------------------------|--|----------------|------|------|-------|
|        |                          | 3. 使學生熟悉人體動作及其在運動及復健過程中所扮演的角色。<br>4. 使學生瞭解與操作運動傷害之各種預防方法。<br>5. 使學生落實健康運動的自我管理。  |                |      |      |       |
| 2-2    | 適合修習對象                   | 為通識課程，故有興趣的大學部學生皆可   |                |      |      |       |
| 2-3    | 課程內容大綱（請填寫每週次的授課內容及授課方式） | 週次   | 授課內容           | 面授時數 | 同步時數 | 非同步時數 |
|        |                          | 1  | 課程簡介、運動傷害概念引導  | 0    | 2    | 0     |
|        |                          | 2  | 運動傷害類別、成因、與預防  | 0    | 2    | 0     |
|        |                          | 3  | 急性運動傷害處理原則(一)  | 0    | 2    | 0     |
|        |                          | 4  | 急性運動傷害處理原則(二)  | 0    | 2    | 0     |
|        |                          | 5  | 慢性運動傷害處理原則(一)  | 0    | 2    | 0     |
|        |                          | 6  | 運動貼紮的基本概念與使用原則 | 0    | 2    | 0     |
|        |                          | 7  | 踝足部傷害與防護(一)    | 0    | 2    | 0     |
|        |                          | 8  | 踝足部傷害與防護(二)    | 0    | 2    | 0     |
|        |                          | 9  | 預防傷害：足型與運動鞋之選擇 | 0    | 2    | 0     |
|        |                          | 10   | 預防傷害：柔軟度與熱身運動  | 0    | 2    | 0     |
|        |                          | 11   | 膝部傷害與防護(一)     | 0    | 2    | 0     |
|        |                          | 12   | 膝部傷害與防護(二)     | 0    | 2    | 0     |
|        |                          | 13   | 骨盆及大腿傷害與防護     | 0    | 2    | 0     |
|        |                          | 14   | 脊椎傷害與防護(一)     | 0    | 2    | 0     |
|        |                          | 15   | 脊椎傷害與防護(二)     | 0    | 2    | 0     |
|        |                          | 16   | 肩部與肘部傷害與防護     | 0    | 2    | 0     |
|        |                          | 17   | 手部及手腕傷害與防護     | 0    | 2    | 0     |
|        |                          | 18   | 期末考            | 0    | 2    | 0     |
| 小計(小時) |                          |  |                | 0    | 36   | 0     |
| 2-4    | 教學方式（可複選）                | <input type="checkbox"/> 1. 提供線上課程主要及補充教材<br><input type="checkbox"/> 2. 提供線上非同步教學<br><input checked="" type="checkbox"/> 3. 有線上教師或線上助教<br><input type="checkbox"/> 4. 提供面授教學，次數：____次，總時數：____小時<br><input checked="" type="checkbox"/> 5. 提供線上同步教學，次數：18次，總時數：36小時<br><input type="checkbox"/> 6. 其它：（請說明）   |                |      |      |       |
| 2-5    | 學習管理系統(可複選)              | 1. 提供給系統管理者進行學習管理系統資料庫管理<br><input checked="" type="checkbox"/> 個人資料<br><input checked="" type="checkbox"/> 課程資訊<br><input type="checkbox"/> 其他相關資料管理功能<br>2. 提供教師(助教)、學生必要之學習管理系統功能<br><input checked="" type="checkbox"/> 最新消息發佈、瀏覽<br><input checked="" type="checkbox"/> 教材內容設計、觀看、下載<br><input checked="" type="checkbox"/> 成績系統管理及查詢<br><input type="checkbox"/> 進行線上測驗、發佈<br><input checked="" type="checkbox"/> 學習資訊 |                |      |      |       |

| 項次           | 項目  | 內容  |
|--------------|---|---|
|              |   | <input checked="" type="checkbox"/> 互動式學習設計(聊天室或討論區)<br><input checked="" type="checkbox"/> 各種教學活動之功能呈現<br><input type="checkbox"/> 其他相關功能(請說明)   |
| 2-6          | 師生互動討論方式(包括教師時間、E-mail信箱、對應窗口等)   | 另每周設定固定教師時間，提供學生可以面談討論機會。並提供教師與助教E-mail信箱，以及時回應學生問題。  |
| 2-7          | 作業繳交方式(可複選)   | <input checked="" type="checkbox"/> 1. 提供線上說明作業內容<br><input type="checkbox"/> 2. 線上即時作業填答<br><input checked="" type="checkbox"/> 3. 作業檔案上傳及下載<br><input type="checkbox"/> 4. 線上測驗<br><input checked="" type="checkbox"/> 5. 成績查詢<br><input type="checkbox"/> 6. 其他做法(請說明) |
| 2-8          | 成績評量方式(包括考試方式、考評項目其所佔總分比率)  | 出席率：20%<br>指派作業：60%<br>期末考：20%  |
| 2-9          | 上課注意事項(無則免填)  |   |
| 2-10         | 由系辦人員填寫-通過系(所)、院課程委員會(日期及會議名稱)  | 112.4.11 111學年度第9次通識教育中心會議  |
| <b>簽 核 處</b> |   |   |
| 開課教師簽章       | 蔡一如   |   |
| 系所承辦人簽章      |  |   |
| 系所主管簽章       |  |   |
| 院長簽章         |  |   |