

國立體育大學健康學院中程發展計畫

中華民國 100 年 3 月 21 日 99 學年度第 2 學期第 2 院務會議通過

壹、單位簡介

一、歷史沿革

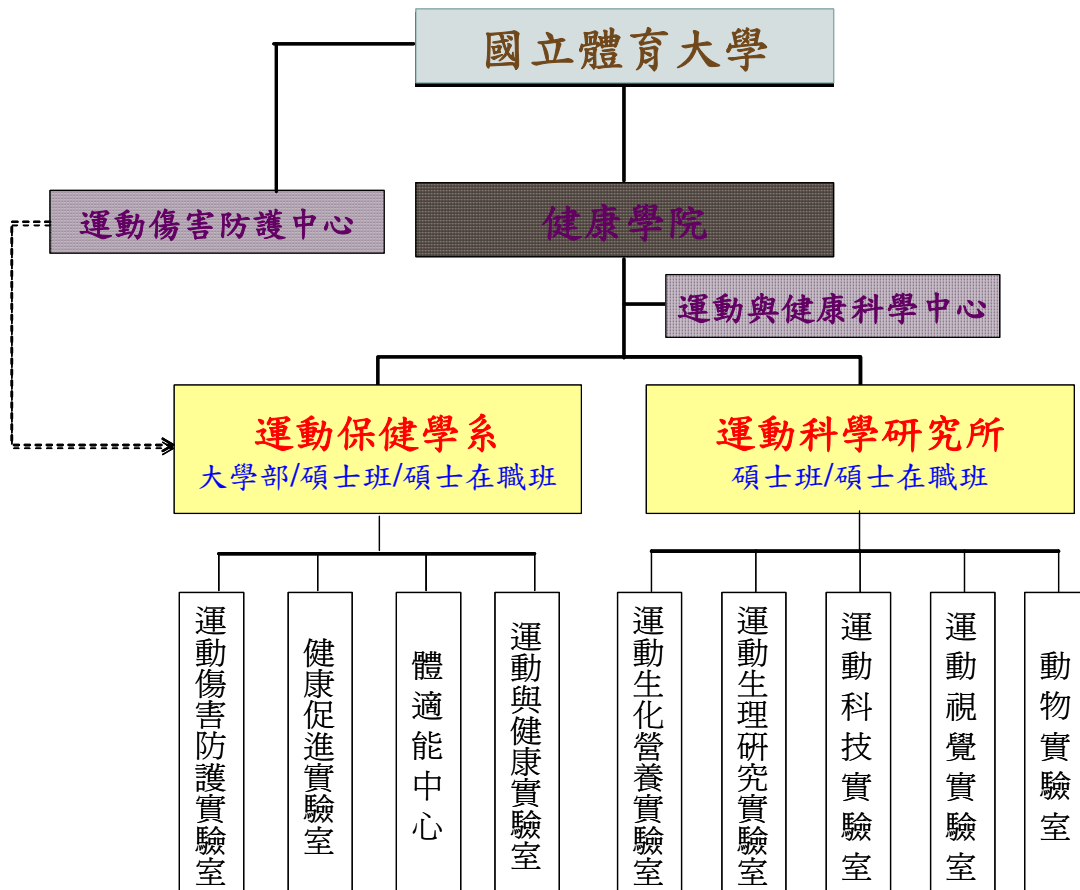
本院成立於 2010 年 8 月 1 日，為國內第一所健康學院。本院結合運動科學研究所（碩士班/碩士在職專班）、運動保健學系（大學部及碩士班/碩士在職專班）及運動與健康科學中心，專業領域包括：運動生理、運動營養生化、運動科技、運動傷害防護與健康促進等。

二、成立宗旨

因應當前國家之重要體育、衛生政策，擬定培養運動與健康科學之研究與專業人才，以強化運動科學於全民健康促進運用與競技成績的提昇。

三、現況

(一)組織架構



圖一 健康學院組織架構圖

(二)人員介紹

本院第一任院長為許美智教授，健康學院之師生基本面資料如表一所示，表二為師資專長與研究方向之簡介

項別	單位		運動保健學系	運動科學 研究所	總計	
大學部成立時間			80			
碩士班成立時間			96	78		
師 生 概 況	主聘專 任教師	教授	3	2	5	
		副教授	4	1	5	
		助理教授	1	2	3	
		講師	3	NA	3	
		博士學位	5	5	10	
	學 生	博士班	NA	NA	NA	NA
		碩士班 (含延畢生)	60	80	140	
		學士班	203	0	230	
		合計	263	80	343	
	生 師 比	博士班	NA	NA	NA	NA
碩士班		7.5	16	10.415		
學士班		18.45	NA			
歷年畢業 總人數	博士班					
	碩士班	63	320			
	學士班	621				

99 年 研 究 概 況	單位 項別	運動保健學系	運動科學 研究所	總計
	國科會	3	5	8
	建教、產學合作 或其他	23	12	35
	共計	26	17	43
	平均每位老師	2.4	2.8	2.5

表二 健康學院師資專長與研究方向

許美智 教授兼院長/教務長	專長：運動生物化學、運動藥理學 研究方向：運動營養增補劑之功效評估與應用、運動禁藥 服務：運動員與一般大眾運動營養教育、協助運動禁藥之政策研擬與推廣、運動員之運動禁藥教育、藥物與食品分析認證實驗室之查核。
陳五洲 教授	專長：電腦輔助教學、教學媒體創新、多媒體評量 研究方向：媒體與創造力，教學媒體設計，運動訓練知識管理平台 服務：線上學習應用於教學與訓練，多媒體學習與評量系統之推廣
衛沛文 副教授	專長：應用運動生理學 研究方向：青少年體位、身體活動量、體適能研究 服務：
黃啓彰 助理教授	專長：營養學、藥學與毒理 研究方向：運動與分子訊息傳遞路徑之相關研究、開發天然物於運動領域之應用、運動與藥物交互作用之研究 服務：健康食品認證之諮詢、運動員使用營養增補劑之指導
錢桂玉 助理教授	專長：中高齡健康促進、運動生理 研究方向：運動對中高齡健康效益研究、特殊族群水適能研究 服務：社區中高齡健康促進推廣、水適能運動課程研發與推廣、運動結合營養於健康促進之應用

運保系

<p>林晉利 副教授兼系主任</p>	<p>專長：肌力與體能訓練、運動傷害防護與急救、個人運動指導與處方設計 研究方向：功能性肌肉適能與健康及運動表現之關係、功能性運動篩檢與運動傷害之關係、舞者運動傷害預防與處理 服務：運動傷害防護及國民體適能指導證照之推動、運動傷害預防策略及體適能促進計劃之推動、優秀運動員的體能促進</p>
<p>林世澤 教授</p>	<p>專長：運動保健、矯正體育、運動傷害防護、運動學習與控制 研究方向：運動傷害臨床教育實務研究、國民體能與健康促進研究、運動傷害動作分析研究 服務：</p>
<p>黃啓煌 教授</p>	<p>專長：運動傷害復健、運動訓練、運動力學、賽會行政 研究方向：肌肉傷害、Plyometric 訓練應用、關節穩定、本體感覺、運動復健、熱效應生理、全身振動對老人肌肉流失之影響 服務：運動傷害防護證照推動</p>
<p>蔡櫻蘭 教授</p>	<p>專長：運動生理學、健康體適能、運動營養學 研究方向：運動與醣類代謝關係、運動與心率變異性關係、運動與骨骼肌變化、高齡者運動與功能性體適能 服務：社區民眾健康促進推廣、高齡者健康促進推廣</p>
<p>蔡錦雀 副教授</p>	<p>專長：運動生理學、健康體適能 研究方向：體適能測驗、身體組成、體適能促進 服務：運動保健班、體適能促進計畫</p>
<p>傅麗蘭 副教授</p>	<p>專長：特殊族群運動訓練、運動生理、老人物理治療 研究方向：三軸加速規在能量評估及平衡測量之應用、護膝太極有氧運動訓練、特殊族群運動訓練之設計 服務：特殊族群運動設計及推廣</p>
<p>邱思慈 副教授</p>	<p>專長：健康促進、健康管理 研究方向：健康生活品質調查、運動行為與阻礙探究 服務：健康與體育師資之保健相關養成教育、健康與休閒產業社區化之推廣</p>
<p>陳麗華 助理教授</p>	<p>專長：運動處方、健康體適能、健康促進 研究方向：特殊族群運身體活動處方、社區運動介入計畫 服務：學校、社區、職場動態生活促進、健走運動實務推廣</p>
<p>鄭鴻衛 講師</p>	<p>專長：人體肌動學、運動醫學、運動傷害防護與急救 研究方向：運動傷害防護、癌症復健、運動健康促進 服務：賽會運動傷害防護、學校與社區健康促進</p>

<p>楊孟容 講師</p>	<p>專長：運動心理學、性別教育 研究方向：人格韌性、性別角色、運動與心理健康 服務：國民體能推廣、學生體適能推廣、校園性侵害或性騷擾防治教育、性別平等推廣</p>
<p>陳雅琳 講師</p>	<p>專長：運動傷害防護、運動心理學 研究方向：肩關節內旋角度缺損、後側緊繃對投擲動作之影響、中高齡衰弱症之運動介入效益 服務：運動傷害防護教育與訓練、運動賽會運動傷害防護工作規劃與協助</p>

貳、情勢分析與發展策略

一、SWOT 分析

本章所敘述的重點，在於了解與蒐集本單位發展所面臨環境的行動過程，亦即 SWOT 分析，並依據分析之結果，訂定本院之定位、目標與發展方向及策略。

表 三 健康學院內部環境分析因素分類表

優勢 (內部有利條件)	劣勢 (內部不利條件)
<ol style="list-style-type: none">1.本院之運保系與運科所皆為當時國內首創之系所，歷史悠久，具有優良傳統，於業界、學界與政府部門服務者眾，具有一定的影響力。2.本院師資專長多元，含跨：運動生理、運動營養生化、運動科技、運動傷害防護與健康促進等專業領域，於現今跨領域整合之潮流有先天優勢。3.本院多位教師為運動禁藥、生化營養、運動傷害防護與體適能等領域之代表性人物，頗具聲望。4.本院具備紮實之實習制度，以及優良的實作和研究之專業空間與設備。	<ol style="list-style-type: none">1.競技運動與健康促進皆為跨領域學門，過去缺乏實際整合做法與經驗。2.於研究競爭激烈之趨勢下，本院研究能量有待提升。3.近年研究經費短缺，造成研究表現競爭之劣勢。
機會 (外部有利條件)	威脅 (外部不利條件)
<ol style="list-style-type: none">1. 運動即是醫藥 “Exercise is Medicine” 世界潮流下，運動對於健康促進效益備受重視與矚目。2. 全球高齡老化人口趨勢，中高齡族群之健康保健意識與需求高漲。3.慢性疾病為國家醫療與社會成本支出大宗，健康促進為當前國家主要政策，政府資源挹注，專業人才需求增多。4.機場捷運線的啓動，可解決部份交通問題，增加學生就學意願。	<ol style="list-style-type: none">1.近年醫學院以及綜合大學相關學院(系所) 投入運動相關研究與發展增加，競爭日趨激烈。2.因少子化影響，致使就學人數逐漸減少，招生面臨挑戰。3.就學選擇區域化的趨勢，學校週邊交通不便，影響鄰近學生就讀意願。

二、定位與特色

(一)定位:

本學院定位為實務引導教學與研究、教學與研究輔導實務之學術單位；以實務問題與需求為導向，運用教學策略以及研究結果解決實務問題，進而善盡社會責任，增進社會福祉。

(二)特色

1.多年競技與運科整合經驗

本院多位教師參與亞、奧運國家代表隊、校內代表隊運科學術及諮詢等相關服務。自 1998 年迄 2008 年之奧運黃金計畫運動科學小組之運動傷害、運動營養、生化、禁藥組成員，執行運科與競技之整合。

2.研究與實務兼具

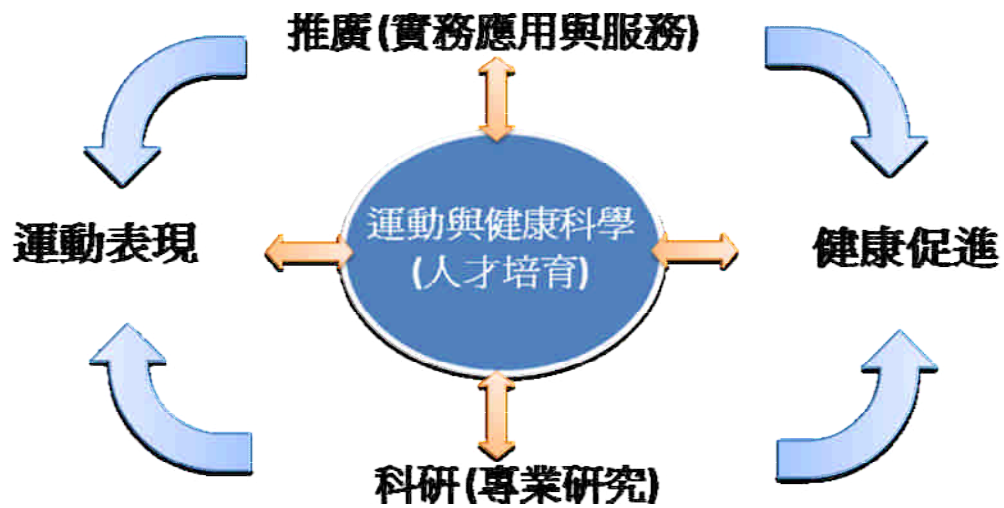
本院之研究所課程，在架構與內容的安排上，強調運動與健康科學相關學術研究能力養成與提升，因此，課程內容除了學理的認識外，也讓研究生參與產、官、學委託專案研究以及服務推廣計畫，實際落實所學，整體課程能與本院的宗旨與教育目標結合。大學部強調多元之課程設計，提供多重學習管道與專業實習機會，培養實務工作經驗。學生需參與約 800 小時的臨場實務學習。

3.各學制培育目標明確，培育社會所需人才。

- (1) 大學部強調基礎教育與實務實習。「教育訓練－專業考照－實務應用」之目標
- (2) 碩士班強調學術研究基礎訓練。強調以運動 (保健) 科學角度，解決競技運動以及健康議題，著重於基礎學理知識強化、相關實驗技能、獨立思辯以及表達能力訓練。
- (3) 碩士在職專班強調實務應用研究，使研究生將所學運用於相關職場。

三、方向與目標

本院之發展因應當前國家體育政策、六大新興產業之健康升值白金專案以及雲端科技之趨勢，建構以運動與健康科學為核心，健康促進以及運動表現之雙軌發展，並以科研以及推廣為執行方針，分為專業研究、人才培育與實務應用與服務三大目標。



圖二 學院發展核心架構圖

四、發展策略與檢核指標

針對以上的情勢分析，並配合本校之發展，茲釐訂 99-102 學年度之相關因應策略，如下所述：

各階段計畫內容

教學				
99 學年度	策略	1.教學大綱 2.教學滿意度調查	量 與 質 指 標	1.教師教學大綱上網率 100% 2-1.學生填寫教學滿意度調查率達 80% 2-1.教師教學滿意度調查平均分數達 3.7
落實教學規劃與評鑑		執行措施		1.教學大綱上網 2-1.教學滿意度調查填寫 2-2.建立教學滿意度調查追蹤制度
100 學年度	策略	1.課程再造 2.建立院課程地圖 3.建立學生學習歷程檔案	量 與 質 指 標	1.至少舉辦一場院課程專家會議 2-1.教師參與課程地圖工作坊達 90% 2-2.教師正確完成課程與核心能力關聯建置 2-3.課程與核心能力關聯建置達 100% 2-4.授課大綱評量標準與核心能力對應達成率達 80% 3.學生參與學習歷程檔案工作坊達 70%
建構課程地圖與學生學習歷程檔案		執行措施		1.邀集產官學、校友以及師生代表參與課程專家會議，進行課程審視 2.邀請教師參與課程地圖工作坊 3.鼓勵研究生參與學習歷程檔案研習
101 學年度	策略	1.強化課程地圖建置 2.教學 TA 制度執行 3.業界師資挹注 4.課程及教學教材創新 5.建立數位化教學平台	量 與 質 指 標	1.授課大綱評量標準與核心能力對應達成率達 100% 2-1.教學 TA 受訓參與率以及執行報告繳交率到達 100% 2-2.教學 TA 具備足夠能力擔任輔導工作 3.延聘 3 名業界師資擔任專題講座或是授課師資 4.課程內容 40%放置虛擬教室 5.教學滿意度調查平均分數達 3.8
提升教學品質以及學生學習興趣		執行措施		1.落實課程地圖建置 2-1.鼓勵研究生、大學部三四年級學生擔任教學 TA 2-2.落實教學 TA 訓練、執行與評值。 3.增聘院發展所需之專業業界師資，以校

		<p>友為優先考量，增強課程與業界之連結，並凝聚校友力量以及強化校友之聯繫。</p> <p>4-1.鼓勵教師以實體教材或多媒體進行實務示範與操作</p> <p>4-2.課程內容放置虛擬教室，以供研究生預習與複習</p>	
<p>102 學年度</p> <p>強化教學品質與學生學習成效</p>	<p>策略</p>	<p>1.教學 TA 制度強化</p> <p>2.業界師資挹注強化</p> <p>3.課程及教學教材創新</p> <p>4.建立數位化教學平台</p>	<p>量與質指標</p>
	<p>執行措施</p>	<p>1.鼓勵研究生、大學部三四年級學生擔任教學 TA</p> <p>1-2.落實教學 TA 訓練、執行與評值</p> <p>2.增聘院發展所需之專業業界師資，以校友為優先考量，增強課程與業界之連結，並凝聚校友力量以及強化校友之聯繫</p> <p>3-1.鼓勵教師以實體教材或多媒體進行實務示範與操作</p> <p>3-2.課程內容放置虛擬教室，以供研究生預習與複習</p>	
			<p>1-1.教學 TA 受訓參與率以及執行報告繳交率到達 100%</p> <p>1-2.教學 TA 具備足夠能力擔任輔導工作</p> <p>2.延聘 6 名業界師資擔任專題講座或是授課師資</p> <p>3.課程內容 50%放置虛擬教室</p> <p>4.教學滿意度調查平均分數達 3.9</p>

研究			
99 學年度	策略	1.擬定研究生發表時程規範 2.鼓勵教師申請整合計畫	量 與 質 指 標
師生研 究儲能	執行 措施	1.訂定研究生畢業之論文發表門檻 2.落實跨學系/所之合作模式	
100 學年度	策略	1.舉辦研究計畫案、期刊撰寫工作坊 2.強化研究生國內與國際性學術發表 3.積極爭取政府單位計畫及民間機構之產 學合作案 4.校內研究資源挹注 5.提昇教師著作發表篇數	量 與 質 指 標
師生研 究增能	執行 措施	1-1.邀集校內外專家以及發表表現優秀之碩 博士生進行經驗交流 1-2.訂定教師參與校外發表研習之補助辦法 2-1.訂定研究生畢業之發表規範，並鼓勵參 加國際性學術發表 2-2.協助研究生申請參加國外研討會之補助 3.教師每年至少提出 1 件研究計畫申請案 4.擬請校方增加研究資源與經費(編列經費) 5-1.訂定院教師發表獎勵辦法 (含進步獎)	
101 學年度	策略	1.舉辦研究計畫案、期刊撰寫工作坊 2.強化研究生國內與國際性學術發表 3.積極爭取政府單位計畫及民間機構之產 學合作案 4.校內研究資源挹注 5.提昇教師著作發表篇數	量 與 質 指 標
師生研 究能 量 強 化	執行 措施	1.邀集校內外專家以及發表表現優秀之碩 博士生進行經驗交流 2.鼓勵師生參加國際性學術發表 3.教師每年至少提出 2 件研究計畫申請案 4.增加研究資源與經費 5.教師升等之代表著作需為發表於 SCI/ SSCI/EI/TSSCI 期刊或國科會學門排序之 一、二級期刊之通訊或第一作者	
102 學年度	策略	1.舉辦國際期刊撰寫工作坊 2.強化研究生國際性學術發表	量 與 質 指 標
		1.建立研究生論文發表之畢業門檻 達 100% 2.跨學系/所之整合型計畫至少一 件	
		1-1.研究計畫案、期刊撰寫工作坊 至少 2 場。 2.每位研究生畢業時至少 1 篇發表 3-1.教師至少提出 1 件研究計畫申 請案，達成率 60%，通過率至少 30%。 4.增加研究經費 10% 5-1.完成院教師發表獎勵辦法 (含 進步獎)之訂定。 5-2.教師 5 年平均著作至少有 3 篇 發表於 SCI/SSCI/EI/TSSCI 或國科 會學門排序之一、二級期刊	
		1.研究計畫案、期刊撰寫工作坊至 少 3 場 2.碩士論文或是專題至少 1/10 發表 於國際研討會 3.國科會等政府單位計畫以及產學 研究計畫案至少 10 件 (含大專 生專題計畫) 4.增加研究經費 15% 5-1.教師 5 年平均著作至少有 3 篇 發表於 SCI/SSCI/EI/TSSCI 或國科 會學門排序之一、二級期刊 5-2.教師平均著作至少有 2 篇發表 於國際期刊或國科會學門排序 之一、二級期刊之通訊或第一 或第二作者	
		1.至少舉辦 1 場國際期刊撰寫工作 坊	

學術國際交流 增能		3.強化國際合作 4.提昇教師著作國際發表篇數	質 指 標	2.碩士論文或是專題至少 1/8 發表 於國際研討會
	執行 措施	1.舉辦國際期刊撰寫工作坊 2.鼓勵師生參加國際性會議發表 3.訂定國際學術合作獎勵辦法(編列經費) 4-1.訂定投稿國際期刊補助辦法 4-2.教師升等之代表著作需代表著作需為發表於 SCI/SSCI/EI 期刊或國科會學門排序之一、二級期刊之通訊或第一作者		3.完成國際學術合作獎勵辦法 4-1.完成投稿國際期刊補助辦法 4-2.教師至少投稿 1 篇 SCI 期刊論文或 2 篇國際研討會論文

輔導				
99 學年度	策略	1-1.增加師生互動 1-2.凝聚學生向心力	量 與 質 指 標	1-1.每學期至少召開 1 次班會，並落實班會紀錄 1-2.導師與有指導研究生之教師每學期至少繳交 1 次輔導紀錄
強化導師及輔導制度	執行措施	1-1.定期開班會，了解學生狀況 1-2.不定期與學生面談並給予必要之輔導與協助 1-3.建立輔導檔案以利追蹤		
100 學年度	策略	1-1.增加師生互動 1-2.凝聚學生向心力 2.建立校友聯繫管道 3.鼓勵考取專業証照	量 與 質 指 標	1-1.每學期至少召開 2 次班會，並落實班會紀錄 1-2.導師與有指導研究生之教師每學期至少繳交 2 次輔導紀錄 2.校友聯繫紀錄 80% 3.完成輔導考照制度及獎勵辦法
落實導師及輔導制度	執行措施	1-1.定期開班會，了解學生狀況 1-2.不定期與學生面談並給予必要之輔導與協助 1-3.建立輔導檔案以利追蹤 2.建立畢業校友聯繫之管道 3.建立輔導考照制度及獎勵辦法(編列經費)		
101 學年度	策略	1-1.增加師生互動 1-2.凝聚學生向心力 2-1.增加職涯輔導 2-2.增設校友聯繫平台 2-3.成立所(系)友會	量 與 質 指 標	1-1.每學期至少召開 3 次班會，並落實班會紀錄 1-2.導師與有指導研究生之教師每學期至少繳交 3 次輔導紀錄 2-1.每學期至少邀請 2 位不同領域之校友回校演講 2-2.校友聯繫平台建設進度 60% 2-3.成立所(系)友會達成率 100%
強化校友與在校生連結	執行措施	1-1.每月定期開班會，了解學生狀況 1-2.不定期與學生面談並給予必要之輔導與協助 1-3.建立輔導檔案以利追蹤 2-1.邀請校友回學校進行職涯經驗分享與輔導 2-2.設立校友聯絡社群		
102 學年度	策略	1.強化加職涯輔導 2.建立畢業生就業追蹤制度	量 與 質 指 標	1-1.每學期至少邀請 3 位不同領域之校友回校演講 1-2.產業講座或企業參訪每學期至少 1 場 2-1.完成畢業生就業輔導暨追蹤辦法 2-2.畢業生就業輔導暨追蹤達成率 70%
強化畢業生就業輔導與追蹤	執行措施	1-1.邀請專業人士與校友回學校進行職涯經驗分享與輔導 1-2.增加產業講座或企業參訪 2.制定畢業生就業輔導暨追蹤辦法		

推廣服務				
99 學年度	策略	1.增加健康學院之校外能見度 2.運動科學(保健)技能之實務應用與推展	量 與 質 指 標	1-1 教師擔任各協會與運動相關團體講習會之授課講師或是期刊審稿委員次數平均到達 1 次 1-2.教師參與各專業學會活動次數平均到達 1 次 2.師生參與運動科學與健康促進服務次數平均到達 1 次
	執行措施	1-1.鼓勵教師擔任各協會與運動相關團體講習會之授課講師或是期刊審稿委員 1-2.鼓勵教師參與各專業學會及運動賽會之活動 2.鼓勵師生參與運動科學與健康促進服務		
100 學年度	策略	1.增加健康學院之校外能見度 2.運動科學(保健)技能之實務應用與推展 3.強化社區服務連結網絡	量 與 質 指 標	1-1 教師擔任各協會與運動相關團體講習會之授課講師或是期刊審稿委員次數平均到達 1 次 1-2.教師參與各專業學會活動次數平均到達 2 次 2.師生參與運動科學與健康促進服務次數平均到達 2 次 3.專業服務桃園縣市社區至少 2 處
	執行措施	1-1.鼓勵教師擔任各協會與運動相關團體講習會之授課講師或是期刊審稿委員 1-2.鼓勵教師參與各專業學會及運動賽會之活動 2.鼓勵師生參與運動科學與健康促進服務 3.建立社區服務網絡		
101 學年度	策略	1.增加健康學院之校外能見度 2.運動科學(保健)技能之實務應用與推展 3.強化社區服務連結網絡	量 與 質 指 標	1-1 教師擔任各協會與運動相關團體講習會之授課講師或是期刊審稿委員次數平均到達 2 次 1-2.教師參與各專業學會活動次數平均到達 3 次 2.師生參與運動科學與健康促進服務次數平均到達 3 次 3.專業服務桃園縣市社區累計至少 4 處
	執行措施	1-1.鼓勵教師擔任各協會與運動相關團體講習會之授課講師或是期刊審稿委員 1-2.鼓勵教師參與各專業學會及運動賽會之活動 2.鼓勵師生參與運動科學與健康促進服務 3.建立社區服務網絡		
102 學年度	策略	1.增加健康學院之校外能見度 2.運動科學(保健)技能之實務應用與推展 3.強化社區服務連結網絡	量 與 質 指 標	1-1.教師擔任各協會與運動相關團體講習會之授課講師或是期刊審稿委員次數平均到達 3 次 1-2.教師參與各專業學會活動次數平均到達 4 次 2.師生參與運動科學與健康促進服務次數平均到達 4 次 3.專業服務桃園縣市社區至少累計至少 6 處
	執行措施	1-1.鼓勵教師擔任各協會與運動相關團體講習會之授課講師或是期刊審稿委員 1-2.鼓勵教師參與各專業學會及運動賽會之活動 2.鼓勵師生參與運動科學與健康促進服務 3.建立社區服務網絡		