

國立臺灣師範大學肌力與體能訓練學分學程修習科目表

112年11月1日 112學年度第1次校課程委員會審議通過

一、必修科目：共計6學分

課程代碼	科目名稱	學分數	開課系所	備註
FPU0359	肌力與體能訓練理論與實務	2	運動競技學系	
FPU0012 PEU0015	運動生理學	2	運動競技學系、 體育與運動科學系	
FPU0016 PEU0030	運動生物力學	2	運動競技學系、 體育與運動科學系	

二、選修科目：至少應修習12學分

領域	課程代碼	科目名稱	學分數	開課系所	備註
人體生理學 解剖與	FPU0001 PEU0193 HEU0179	人體解剖生理學	2	運動競技學系、 體育與運動科學系、 健康促進與衛生教育學系	左列課程 2選1
	PEU2001	運動解剖學	2	體育與運動科學系	
營養學	PEU2006	運動與營養	2	體育與運動科學系	左列課程 4選1
	FPU0319	營養教育	2	運動競技學系	
	HEU0012	營養學	2	健康促進與衛生教育學系	
	HGU0236	營養學導論	2	幼兒與家庭科學學系	
阻力與體能訓練之實務 (術科)	FPU0330 PEU0148	體適能	2	運動競技學系、 體育與運動科學系	左列課程 5選2
	FPU0360	阻力訓練指導法	2	運動競技學系	
	FPU0065	身體素質訓練法	2	運動競技學系	
	FPU0331	重量訓練	2	運動競技學系	
	FPC9002	功能性訓練實務	2	運動競技學系	
肌力與體能訓練之處方設計與產業發展	FPU0017 PEU0282	體適能與運動處方	2	運動競技學系、 體育與運動科學系	左列課程 8選2
	PEU0285	無氧運動的運動處方	2	體育與運動科學系	
	PEC9001	肌力與體能運動處方設計	3	體育與運動科學系	
	PGU9001	大師創業管理入門	2	大師創業學程	
	PGU9003	大師創業論壇-打造你的創業夢	2	大師創業學程	
	0AUG402	心理學	2	通識中心	

CEU0382	休閒教育	2	公民教育與活動領導學系
0AUG463	休閒與生活	2	通識中心