



《尊重智慧財產權，請使用正版教科書，勿非法影印書籍及教材，以免侵犯他人著作權》

開課班級：四休運二A

授課老師：彭武村

學分數：2

課程大綱：

本課程之目的在培養學生正確的運動傷害防護之概念，並了解傷害病理學及人體各關節部位之傷害機轉/病源、徵象與症狀及可能的處理方式，包括按摩、貼紮或護具/矯正器之使用等技術。

outline:

The purpose of this course is to cultivate students' correct concepts of sports injury protection, and to understand the pathology of injuries and the injury mechanisms/etiology, signs and symptoms of various joints of the human body, and possible treatment methods, including massage, athletic taping or use of protective gear/orthotics and other technologies.

教學型態：

課堂教學

成績考核方式：

平時成績:40%

期中考:30%

期末考:30%

其它:依開學學期第一週之學期評分標準說明為主(出缺勤狀況)%

本科目教學目標：

本系結合運動、休閒、醫療保健、管理及社會等現代科學及實務，培養兼具國際宏觀、理論與實務相互應用之休閒運動管理與健康促進指導專業人才。大學部 1.休閒產業經營管理專業人才。

2.健康促進與傷害防護專業人才。 3.運動指導專業人才。

參考書目：

Arnheim's Principles of Athletic Training / William E. Prentice



課程進度表：

| 週次   | 起訖月日        | 授課單元(內容)                         | 備註                                                          |
|------|-------------|----------------------------------|-------------------------------------------------------------|
| 第1週  | 9.09~9.16   | 運動傷害病理學(上)<br>運動創傷之機轉及組織特性；      | 8日正式上課。8~12日課程加退選，轉學(系)生、復學生及延修生選課，雙主修、輔系申請，12日申辦抵免學分截止日    |
| 第2週  | 9.16~9.23   | 運動傷害病理學(下)<br>受傷時人體組織之反應、復原與傷害處理 |                                                             |
| 第3週  | 9.23~9.30   | 肩關節運動傷害(上)<br>肩部構造及傷害(一)         | 28日(日)孔子誕辰紀念日/教師節(放假),29日(一)補假                              |
| 第4週  | 9.30~10.07  | 肩關節運動傷害(下)<br>肩部構造及傷害(二)         | 29日成績優異提前畢業者提出申請截止日                                         |
| 第5週  | 10.07~10.14 | 肘關節運動傷害(上)<br>肘部構造及傷害(一)         | 6日(一)中秋節(放假)，10日(五)國慶日(放假)                                  |
| 第6週  | 10.14~10.21 | 肘關節運動傷害(下)<br>肘部構造及傷害(二)         | 14日學生宿舍安全輔導暨複合式防災疏散演練。18日多益測驗                               |
| 第7週  | 10.21~10.28 | 前臂、腕、手及手指構造及傷害(上)                | 24日(五)補假，25日(六)光復暨古寧頭大捷日(放假)。                               |
| 第8週  | 10.28~11.04 | 前臂、腕、手及手指構造及傷害(下)                | 30日校課程委員會                                                   |
| 第9週  | 11.04~11.11 | 期中考                              | 3~9日期中考試                                                    |
| 第10週 | 11.11~11.18 | 髖關節及骨盆運動傷害<br>髖、臀及骨盆構造及傷害        | 13日教務會議,16日教師期中成績上網登錄截止日                                    |
| 第11週 | 11.18~11.25 | 膝關節運動傷害(上)<br>膝部構造及傷害(一)         |                                                             |
| 第12週 | 11.25~12.02 | 膝關節運動傷害(下)<br>膝部構造及傷害(二)         | 24~28體育運動週。24日校園路跑。27日運動大會夜間開幕，28日運動大會活動，29日101週年校慶活動日，照常上班 |
| 第13週 | 12.02~12.09 | 下肢運動傷害(上)<br>小腿及足踝構造及傷害          |                                                             |
| 第14週 | 12.09~12.16 | 下肢運動傷害(下) 足部構造及傷害                | 12日申請停修課程截止日                                                |
| 第15週 | 12.16~12.23 | 脊椎運動傷害 脊椎構造及傷害                   |                                                             |
| 第16週 | 12.23~12.30 | 軀幹(腹部及胸部)運動傷害<br>胸、腹部構造及傷害       | 22日校務會議。25日行憲紀念日(放假)                                        |
| 第17週 | 12.30~1.06  | 頭頸部運動傷害 頭頸部構造及傷害                 | 1日(四)開國紀念日(放假)                                              |
| 第18週 | 1.06~1.13   | 期末考                              | 5~11日期末考試，10~11日學生退宿                                        |