

體育課程修讀方法

I. 必修課程

體育必修課程旨在培養學生的全人發展，因此本課程致力於幫助學生提升體力活動能力，增加有關活動之知識，並有信心及具備動機參與體力活動，以培養他們終身運動的習慣和增強他們的體適能和健康。透過參與不同的體育活動，學生可以加強自己的共通能力和建立正面的價值觀，這有助他們在身體、精神及社會各方面建構卓越的素質，以面對將來各種挑戰性的工作。

凡入讀一年級之全日制本科生必須於首修業年分上、下學期修習體育科目各1學分，主修運動科學與健康教育及健康與體育運動科學的學生則不受此規定限制。學生可選讀下列各項體育科目，但每科目只准修習一次，學生修習體育必修科不得超逾2學分。

按認可學歷入讀第一一年級學士學位課程學額及持副學士／高級文憑入讀高年級生學額的學生，只需在首修業年上或下學期修讀體育必修科 1 學分。學生可選讀下列各項體育科目，學生修習體育必修科不得超逾1學分。而雙學位課程的學生則需按照其學系規定修讀體育必修科。

體育科目有兩編號者，分男女子班；只有一編號或第三編號者，男女同班。學生修習科目所得成績，乃根據學生經測驗所達到之基本運動技能和知識、學習態度及上課出席率而評定。

科目總表

科目編號	科目名稱	學分
PHED1010	體育特別班 (I)	1
PHED1011 / 1012	田徑	1
PHED1015 / 1016 / 1020	游泳	1
PHED1017 / 1018 / 1220	體能鍛鍊	1
PHED1021 / 1022	籃球	1
PHED1023 / 1024	排球	1
PHED1025 / 1026	壘球	1
PHED1027 / 1028	手球	1
PHED1029 / 1038	足球	1
PHED1030	體育特別班 (II)	1
PHED1031 / 1032 / 1170	網球	1
PHED1033 / 1034	壁球	1
PHED1040	木球	1
PHED1041 / 1042 / 1180	羽毛球	1
PHED1043 / 1044 / 1140	乒乓球	1
PHED1045 / 1046 / 1150	瑜伽	1
PHED1122	跆拳道	1
PHED1130	現代舞	1
PHED1210	太極拳	1

體育特別班專為因身體傷殘或特殊健康問題不宜接受上述體育課之學生而設。學生可根據大學體育部與保健處醫生之建議選修下列其中一組。

(甲組)

一、閱讀有關體育書籍及撰寫下列任何一項科目之報告：

- 比較體育
- 體育概論
- 中外體育史
- 體能鍛鍊
- 體育原理
- 體育心理學
- 體育社會學

二、學期終舉行筆試

(乙組)

甲組之第一及二項內容；及

三、由授課講師按照學生個別之活動能力，指導其作適當之輕巧運動，例如：體能鍛鍊、伸展操、乒乓球、草地滾球、木球、羽毛球、射箭、游泳、緩步跑等。

II. 選修課程

凡對運動有興趣，或欲增強運動技能之學生，皆可憑興趣自由選修，每項科目為期一學期，修畢可得1學分。學生每學期只可選修下列一個科目，及不可重修同一科目。

科目總表		
科目編號	科目名稱	學分
PHED1050	足球	1
PHED1060	乒乓球	1
PHED1063 / 1064	壁球	1
PHED1065 / 1066 / 1160	瑜伽	1
PHED1070	射箭	1
PHED1071 / 1072 / 1270	網球	1
PHED1073 / 1074 / 1280	羽毛球	1
PHED1100	木球	1
PHED1110	太極拳	1
PHED1120	跆拳道	1
PHED1190	空手道	1
PHED1200	單車及體能	1
PHED1221 / 1222	籃球	1
PHED1230	嘻哈舞	1
PHED1240	高爾夫球	1
PHED1250	武術兵道	1
PHED1320	體能鍛鍊	1
PHED2021 / 2022	中級籃球	1
PHED2060	中級乒乓球	1