

114 年高等教育深耕計畫

人類發展與健康學院 運動保健系 成果展示



高教深耕分項計畫一：教學創新與精進

一、推動重點說明

114年度運動保健系延續以「深化專業、強化實務、扎根社會責任」為核心，全面推動教學創新精進、證照與技能強化、以及大學社會責任實踐。本年度除延續既有的專業技能與模組導向課程外，更加入跨文化發展、產業鏈導向實習參訪、高齡健康促進等面向，使學生能從「校園 → 社區 → 產業」完整銜接。課程設計納入多元體驗、業界導師教學、跨文化論壇與實作工作坊，促進學生在專業知識、實務能力、就業競爭力與社會服務四方面皆獲得明顯成長。此外，系所積極強化與企業、社區、系友間的合作，打造更扎實的學習與實務場域，讓學生能在校期間即累積真實經驗，逐步建立其職涯定位與整體專業力。

二、重要執行成果

(一) 教學創新課程的多元化實踐



本年度本系持續深化教學創新與跨域整合，運用高教深耕經費推動多元化教學實踐。透過「校外參訪」、「業界協同教學」及「技術精進專業講座」三軸並行，建構與產業需求緊密連結的專業學習環境。在校外參訪方面，安排學生前往太平洋自行車、Gymefit健身工作室及天母力康運動醫學機構進行實地觀摩，使學生從器材製程、工作室營運到運動醫學分工皆能深入了解，有效促進理論與實務整合、縮短學用落差。本年度共有12門課程導入業界協同教學，涵蓋運動傷害防護、體適能訓練、肌肉骨骼評估、軟組織放鬆、兒童與銀髮族運動指導、水域與休閒運動、創業管理、多媒體製作等領域。透過第一線專家授課，使學生掌握最新技術趨勢與產業案例。同時，辦理多場技術

精進講座與工作坊，主題包括紓壓理療、運動指導與課程設計、產業與職涯探索、創意科技應用、功能性訓練工具運用、幼兒體適能與健康促進、軟組織調理等領域，全面提升學生專業技能、跨域應用能力與產業即戰力，展現本系教學創新的多元成果。

(二) 生活教育與創新創業職涯

本年度本系以生活教育為基礎，整合自我認識、情緒管理、人際互動、財務素養與安全意識等主題，透過多場講座與活動，引導學生培養健康生活態度與良好公民素養。內容涵蓋人際關係、情緒調節、專注力、自我控制、財務管理、反詐與數位安全等議題，協助學生提升生活自理與風險辨識能力，奠定職涯發展所需的軟實力。在創新創業與職涯發展方面，本系辦理多元活動，使學生理解運動健康產業趨勢、職場需求與創業思維，並透過職能探索、專業諮詢與證照培育提升產業即戰力。學生在專業技能、職涯規劃與創新思維上皆獲得具體強化，展現良好發展潛能。整體而言，本系成功將生活教育、人文素養、專業證照與職涯創新融入教學，形塑兼具專業與全人發展的育成模式，充分落實高教深耕「以學生為中心」的教育目標。



(三) 高教深耕USR活動



本系積極推動大學社會責任精神，擴展學生的公民素養、文化敏感度與社會參與能力。本年度透過多場與社會議題、多元文化、身份認同及公共參與相關之活動，引導學生理解臺灣多元社會的文化背景並思考自身在社會中的角色與責任。同時，辦理大學社會責任相關講座，參與者除學生外亦包含社區民眾，協助其認識運動健康產業在社區服務、長照與健康促進中的重要性，並理解產業永續與社會責任的核心概念，進而思考如何以專業知能打造永續的運動健康服務模式。此類議題導向的大學社會責任活動，不僅深化學生的通識素養與社會關懷，也提升社區民眾對健康議題的認識，強化大學與社區的連結，展現本系在運動保健領域落實社會責任的具體成果。

三、自我成效評估

本年度在高教深耕計畫的支持下，本系於教學創新、證照技能強化及USR推動等面向皆取得良好成果。學生透過多元學習情境，實作能力明顯提升，對產業理解度也更為全面；業界協同合作擴大課程深度，使學生獲得更貼近現場需求的技能。此外，證照研習提升學生專業即戰力，就業準備度顯著增強；USR講座則有效拓展學生的社會視野與文化思辨能力。未來將持續強化跨域內容、深化產學鏈結、擴增證照梯次並完善USR行動模式，使教學成果更具延續性與可擴散性，達到高教深耕計畫「以學生為中心、促進社會共好」的核心目標。