**高齡健康體適能微學程**

為配合「臺北聯合大學跨校學程」，欲將合作國立臺北大學休閒運動管理學系之選修課程，納入「高齡健康體適能微學程」，同時鼓勵兩校同學完成微學程。

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **領域名稱** | **領域應修學分數** | **學程課程** | **課號** | **開課單位** | **選別** | **科目學分** |
| 基礎 | 2.0 | 運動科學與老化 | 00110261 | 高齡健康暨長期照護學系 | 選修 | 2.0 |
| 運動與健康 | 00000226 | 一般通識組 | 選修 | 2.0 |
| 運動與健康 |  | 臺北大學休閒運動管理學系 | 選修 | 2.0 |
| 核心 | 2.0 | 高齡者體適能 | 0011E191 | 高齡健康暨長期照護學系 | 選修 | 2.0 |
| 運動訓練與指導 | 00000762 | 一般通識組 | 選修 | 2.0 |
| 體適能 |  | 臺北大學休閒運動管理學系 | 選修 | 2.0 |
| 應用 | 2.0 | 運動復原 | XB100004 | 跨領域學院學士班課程 | 選修 | 2.0 |
| 高齡健康風險評估暨商業應用 |  | 高齡健康暨長期照護學系 | 選修 | 2.0 |
| 營養與老化 | 00070115 | 保健營養學系 | 選修 | 2.0 |
| 運動處方 |  | 臺北大學休閒運動管理學系 | 選修 | 2.0 |
| 術科：水中適能（全英文） |  | 臺北大學休閒運動管理學系 | 選修 | 1.0 |