



健康科學及體育學院
運動及體育碩士學位課程
學科單元/科目大綱

學年	2025 / 2026	學期	1
學科單元/科目編號	SPPE6125		
學科單元/科目名稱	體育科研方法		
先修要求	沒有		
授課語言	中文		
學分	3	面授學時	45
教師姓名	聶金雷	電郵	jnie@mpu.edu.mo
辦公室	總部・體育館・P110 室	辦公室電話	8599 6832

學科單元/科目概述

掌握體育科學研究工作的基本理論知識，提高從事體育科研的基本能力，提升學生的科學研究的質素以及培養創新意識。

學科單元/科目預期學習成效

完成本學科單元/科目，學生將能達到以下預期學習成效：

M1.	較好地理解研究過程
M2.	熟悉研究變量的關係，統計及測量
M3.	規劃及制定研究方法及控制研究過程
M4.	初步掌握撰寫研究報告及論文的規範

有關預期學習成效促使學生取得以下課程預期學習成效：

課程預期學習成效	M1	M2	M3	M4
P1. 知識和理解：系統的現代學校體育理論				
P2. 知識和理解：最新運動訓練理論與方法				
P3. 知識和理解：對運動適應的人體基礎的廣博認識		✓		



P4. 知識和理解：體育管理的最新理論與實踐				
P5. 知識和理解：科研生涯所需的理論儲備和研究手段	✓	✓	✓	✓
P6. 技能和特質：運用新穎、積極的教學技巧處理體育教學問題。		✓		
P7. 技能和特質：通過豐富手段，提升運動表現和體適能水準		✓	✓	
P8. 技能和特質：掌握專業情境所需的管理技能。	✓			
P9. 技能和特質：用正確的統計方法解決體育範疇的研究問題。		✓		
P10. 技能和特質：展現體育精神，激勵年青一代。				

教與學日程、內容及學習量

週	涵蓋內容	面授學時
1-3	1. 研究過程概述 1.1 體育科學研究概述 理解及闡明體育科學研究的概念；闡明及舉例說明體育科學研究的基本程式；理解碩士論文特點和基本要求 1.2 問題的形成和文獻的使用 區分、闡明及辨別科學研究的問題；掌握常用文獻數據庫的文獻檢索方法 1.3 陳述問題 闡明、舉例說明及示範提出、表述及論證科學問題 1.4 制定研究計畫 掌握評價、設計、操作及應用科學研究設計及計劃 1.5 課堂討論 學生先閱讀文獻並在課堂討論，教師點評	9
4-7	2. 體育科學研究統計與測量 (10 課時) 2.1 主要的統計概念 理解、區分及定義主要的統計概念 2.2 變量間的關係 理解、闡明及舉例說明變量的概念以及變量間的關係 2.3 組間差異 理解、闡明及測量組間差異 2.4 變量的測量	12



	掌握、組織、設計、操作及應用合適的工具進行變量測量 2.5 課堂討論 學生先閱讀文獻並在課堂討論，教師點評	
8-11	3. 體育科學研究類型 (10 課時) 3.1 調查研究 理解分析、區分及辨別調查類型研究 3.2 描述性研究 理解分析、區分及辨別描述性類型研究 3.3 實驗研究 理解分析、區分及辨別實驗類型研究 2.4 課堂討論 學生先閱讀文獻並在課堂討論，教師點評	12
12-15	4. 撰寫體育科學研究論文 (9 課時) 4.1 引言部分 闡明、示範及舉例說明論文引言部分的寫作方法及技巧 4.2 方法及結果部分 闡明、示範及舉例說明論文方法及結果部分的寫作方法及技巧 4.3 討論及結論部分 闡明、示範及舉例說明論文討論及結論部分的寫作方法及技巧 4.4 文獻綜述 闡明、示範及舉例說明文獻綜述的寫作方法及技巧 4.5 課堂討論及練習 學生先按指定主題撰寫論文，教師組織討論並點評及講解	12

教與學活動

修讀本學科單元/科目，學生將透過以下教與學活動取得預期學習成效：

教與學活動	M1	M2	M3	M4
T1. 課堂教學	✓	✓	✓	✓
T2. 課堂討論	✓	✓	✓	✓
T3. 經典論文研讀	✓	✓	✓	✓
T4. 課堂寫作練習				✓



考勤要求

考勤要求按澳門理工大學《碩士學位課程教務規章》規定執行，未能達至要求者，本學科單元/科目成績將被評為不合格（“F”）。

考評標準

修讀本學科單元/科目，學生需完成以下考評活動：

考評活動	佔比 (%)	所評核之 預期學習成效
A1. 平時功課：導言寫作 評分 內容：依據指定素材，參考課堂講授方法及技巧，按照背景、難題及對策的基本框架寫作一篇研究論文的導言部分。 要求： - 恪守學術誠信（詳情見澳門理工大學學生違反學術誠信處理規章） - 按要求日期提交（2025 年 11 月 20 日或之前） 評分細則： - 基礎評分：基本框架及核心內容符合要求 20% - 加分項目：歸納概括合理，觀點鮮明、正確；邏輯嚴密，組織機構合理；語言準確、精煉 15% - 格式評分：依循範本檔格式 5%	40	M1、M2、M3、M4
A2. 期末功課：討論寫作 評分 內容：依據指定素材，參考課堂講授方法及技巧，按照重述亮點、嵌入版圖、創造新知、潛在應用、研究限制及未來工作的基本框架寫作一篇研究論文的討論部分。 要求： - 恪守學術誠信（詳情見澳門理工大學學生違反學術誠信處理規章） - 按要求日期提交（2025 年 12 月 10 日或之前） 評分細則： - 基礎評分：基本框架及核心內容符合要求 25% - 加分項目：歸納概括合理，觀點鮮明、正確；邏輯嚴密，組織機構合理；語言準確、精煉 20%	50	M1、M2、M3、M4



- 格式評分：依循範本檔格式 5% - 浮動評分：平時功課中不當之處是否已修正		
A3. 課堂表現 評分細則： - 積極參與課堂討論 5% - 準確回答問題 5%	10	M1、M2、M3、M4

有關考評標準按大學的學生考評與評分準則指引進行（詳見 www.mpu.edu.mo/teaching_learning/zh/assessment_strategy.php）。學生成績合格表示其達到本學科單元/科目的預期學習成效，因而取得相應學分。

評分準則

採用 100 分制評分：100 分為滿分、50 分為合格。

書單

傑瑞·湯瑪斯，體力活動研究方法，2014，北京體育大學出版社

參考文獻

體育科學

中國運動醫學雜誌

British Journal of Sports Medicine

European Journal of Sports Medicine

Journal of Applied Physiology

Journal of Exercise Science & Fitness

學生反饋

學期結束時，學生將被邀請以問卷方式對學科單元/科目及有關教學安排作出反饋。你的寶貴意見有助教師優化學科單元/科目的內容及教授方式。教師及課程主任將對所有反饋予以考量，並在年度課程檢討時正式回應採取之行動方案。



澳門理工大學
Universidade Politécnica de Macau
Macao Polytechnic University

學術誠信

澳門理工大學要求學生從事研究及學術活動時必須恪守學術誠信。違反學術誠信的形式包括但不限於抄襲、串通舞弊、捏造或篡改、作業重覆使用及考試作弊，均被視作嚴重的學術違規行為，或會引致紀律處分。學生應閱讀學生手冊所載之相關規章及指引，有關學生手冊已於入學時派發，電子檔載於 www.mpu.edu.mo/student_handbook/。