



健康科學及體育學院  
體育教育學士學位課程  
學科單元/科目大綱

|           |               |       |                 |
|-----------|---------------|-------|-----------------|
| 學年        | 2024 / 2025   | 學期    | 1               |
| 學科單元/科目編號 | PANA1102      |       |                 |
| 學科單元/科目名稱 | 運動解剖學         |       |                 |
| 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

通過本課程的學習，使學生對正常人體形態結構及功能有全面及系統的認識，掌握體育運動對人體形態結構及功能影響的有關知識，為後續課程—運動生理學、運動生物力學、運動醫學等的學習奠定基礎，並為今後的體育教學和運動訓練及提高健康水準提供形態學的理论基礎。

#### 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. | 對人體形態結構有一個基本的、系統的認識，瞭解體育運動對人體形態及結構的影響，理解人體形態與功能、局部與整體、有機體與外部環境之間的聯繫。             |
| M2. | 掌握人體解剖學的基礎知識，主要包括人體的基本構成、運動系統、內臟、脈管系統及神經系統。其中重點掌握運動系統中骨、肌肉、關節的形態結構和功能及其與體育運動的關係。 |
| M3. | 在系統掌握人體形態及結構的基礎上，理解及應用體育運動過程中基本的解剖學原理，如發展肌肉力量練習方法。                               |



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 |
|----------------------------------|----|----|----|
| P1. 知識和理解：對體育運動理論知識的認識與理解        | ✓  | ✓  | ✓  |
| P2. 知識和理解：解決體育運動中問題的能力和運動管理技巧    | ✓  | ✓  | ✓  |
| P3. 技能和特質：掌握多種項目的運動技能            |    | ✓  | ✓  |
| P4. 技能和特質：具備策劃、組織、領導和評估體育項目的能力   |    |    | ✓  |
| P5. 技能和特質：具備服務於體育組織的能力和素質        |    |    | ✓  |
| P6. 技能和特質：具備初步的體育科研能力            |    |    |    |
| P7. 技能和特質：展現體育精神，鼓勵年輕一代對生活有積極的態度 |    |    | ✓  |
| P8. 技能和特質：踐行健康生活方式並推己及人。         |    |    | ✓  |

#### 教與學日程、內容及學習量

| 週   | 涵蓋內容                                                                                                                                                                                                                                                         | 面授學時 |
|-----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|
| 1   | 1. 緒論及人體基本構成—細胞及組織<br>1.1 緒論<br>瞭解運動解剖學的定義和研究內容；記憶及描述解剖學定位術語<br>1.2 人體基本構成<br>記憶、描述及區分細胞的組成、細胞間質組成和功能；記憶、描述及區分上皮組織、結締組織、肌組織與神經組織的種類、結構及功能                                                                                                                    | 3    |
| 2-9 | 2. 運動系統<br>2.1 骨與骨連結<br>1) 記憶及列出骨的分類和結構；描述及識別骨的構造和基本特徵<br>2) 識別及描述骨連結的分類；關節的構造、分類及運動方式<br>3) 記憶、識別及描述上肢骨及上肢關節的組成；描述肩關節及肘關節的組成；分析及舉例說明肩關節及肘關節運動方式。<br>4) 記憶、識別及描述下肢骨及下肢關節的組成；描述髌關節、膝關節及踝關節的組成；分析及舉例說明髌關節、膝關節及踝關節運動方式。<br>5) 記憶、識別及描述軀幹骨組成、椎骨結構和椎骨間連結及腦、面顱骨的組成 | 22   |



|       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |   |
|-------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|
|       | <p>6) 骨骼與骨連接實習課：利用標本，掌握主要骨骼的位置、形態以及結構名稱，主要內容：</p> <ol style="list-style-type: none"><li>(1) 觀察、記憶及描述骨的位置（全身完整骨架標本）；</li><li>(2) 觀察、記憶及描述主要骨的形態、表面結構特徵；</li><li>(3) 觀察、記憶及描述主要大關節的結構。</li></ol> <p>2.2 肌肉 (12 課時)</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1) 識別及描述肌肉構造及分類；分析及舉例說明肌肉工作性質(離心收縮、向心收縮及靜力收縮)。</li><li>2) 記憶、識別及描述上肢主要肌肉起止點、主要功能及鍛煉方法。</li><li>3) 記憶、識別及描述下肢主要肌肉起止點、主要功能及鍛煉方法。</li><li>4) 記憶、識別及描述軀幹主要肌肉起止點、主要功能及鍛煉方法。</li><li>5) 肌肉實習課：利用肌肉模型，掌握主要肌群的位置、形態結構和主要功能。</li></ol> |   |
| 9-11  | <p>3. 內臟</p> <p>3.1 消化系統</p> <p>記憶、描述及闡明消化系統的組成以及各部分主要功能。</p> <p>3.2 呼吸系統</p> <p>記憶、描述及闡明呼吸系統的組成以及各部分主要功能。</p> <p>3.3 泌尿系統</p> <p>記憶、描述及闡明泌尿系統的組成以及各部分主要功能；通過理解尿液的形成過程以記憶泌尿系統解剖結構。</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | 8 |
| 12-13 | <p>4. 脈管系統</p> <p>4.1 心血管系統</p> <p>記憶、描述及闡明心血管系統的組成和基本機能、血液循環的概念及途徑；記憶、描述及闡明心臟的結構及功能。</p> <p>4.2 淋巴系統</p> <p>記憶、描述及闡明淋巴系統的組成及功能。</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 6 |
| 14    | <p>5. 神經系統</p> <p>記憶及描述神經系統的組成及功能、周圍神經系統的各組成部分構成；區分自主神經與軀體運動神經；交感神經與副交感神經功能；記憶及描述中樞神經系統的各組成器官，功能及主要傳導通路。</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 4 |
| 15    | 考試                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 2 |

### 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 |
|----------|----|----|----|
| T1. 課堂教學 | ✓  | ✓  | ✓  |
| T2. 標本實習 | ✓  | ✓  | ✓  |
| T3. 課堂報告 |    | ✓  | ✓  |

### 考勤要求

考勤要求按澳門理工大學《學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<br>預期學習成效 |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|----------------|
| A1. 結課考核 ( 閉卷筆試 )                                                                                                                                                                                                            | 60     | M1、M2、M3       |
| A2. 課堂報告<br>內容：舉例說明運動解剖學在運動訓練或鍛煉健身實踐中的應用。報告時長：6min。<br>要求：<br>- 結合自己擅長的運動項目<br>- 參考資料應來自教材、上課的講義、參考書、高質量學術期刊或學術性網站<br>- 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）<br>評分細則：<br>- 舉例恰當、資料準確 10%<br>- PowerPoint 美觀、清晰、簡潔 5%<br>- 講解生動流暢 5% | 20     | M2、M3          |
| A3. 課堂表現<br>評分細則：<br>- 積極參與課堂討論 5%<br>- 準確回答問題 5%                                                                                                                                                                            | 10     | M1、M2、M3       |



|                                                                    |    |          |
|--------------------------------------------------------------------|----|----------|
| A4. 標本實習報告<br>評分細則：<br>- 解剖名称表述正確 8%<br>- 對相關運動實踐問題的回答合理且表述條理清晰 2% | 10 | M1、M2、M3 |
|--------------------------------------------------------------------|----|----------|

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](http://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

田振軍、李世昌、徐國棟，運動解剖學，2022 年，高等教育出版社

### 參考文獻

參考書：李世昌，運動解剖學，2015 年，高等教育出版社

### 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。

### 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/](http://www.mpu.edu.mo/student_handbook/)。