

國立臺北護理健康大學

運動保健系碩士班

Graduate Institute of Exercise and Health Science

National Taipei University

of Nursing and Health Sciences

運動保健系碩士班

研究生手冊

(適用 105 學年度後入學)

國立臺北護理健康大學 2016 年 5 月

國立臺北護理健康大學研究生手冊

目 錄

| | |
|------------------------------------|----|
| 緣起 | 2 |
| 碩士班特色 | 3 |
| 教學目標 | 4 |
| 課程 | 5 |
| 畢業規定 | 6 |
| 一、一般規定 | |
| 二、論文計劃書面口試相關規定 | |
| 三、運動保健系碩士班碩士學位考試相關規定 | |
| 四、離校手續 | |
| 五、運動保健系碩士班畢業規定流程圖 | |
| 附件一、運動保健系碩士班研究生基本資料及修業程序單 | 10 |
| 附件二、運動保健系碩士班碩士論文指導教授同意書 | 11 |
| 附件三、運動保健系碩士班變更碩士論文指導教授及碩士學位考試委員申請書 | 12 |
| 附件四、運動保健系碩士班碩士論文計劃書審查申請流程 | 13 |
| 附件五、申請學位考試作業流程 | 18 |
| 附件六、畢業生辦理離校程序單 | 31 |
| 運動保健系碩士班碩士論文撰寫格式 | 32 |

緣 起

本系所為培育運動保健專業人才及下列各項需求而設立。

一、培育優質健康運動指導及體適能指導人才

本校長久以來，係為臺灣技職教育體系最重要的教育機構之一。從本校優良畢業生在護理各相關領域的輝煌成就來看，可知本校護理學群專業教育之發展早臻成熟，堪稱居於臺灣護理教育的指標性地位。然誠如校歌歌詞中所提：「... 謀社會之幸福，保民族之健康，人生為服務，服務最光榮...」，除了落實本校優良的護理學群專業教育之外，國民健康之保護，更可透過培育專業之健康運動指導和體適能指導人才以達到其目的。

運動保健系隸屬於人類發展與健康學院，負有培育優質的健康運動指導與養成體適能指導人才並且促進國人健康體能之責任。運動保健系大學部於九十一學年度成立至今 11 年，九十六學年度另外成立運動保健系碩士在職專班至今也有 7 年。而運動保健系碩士在職專班也已培養出眾多優秀的畢業生，但為增進運動保健與體育等相關科系應屆畢業生之專業能力及就業實力並配合產業需求並兼顧社會與家長期待，不論是延續本系畢業生之專業知識，或希冀學生實踐運動健康及體適能指導之理論於實務中，擬將運動保健系碩士在職專班改名為運動保健系碩士班，是本校及本系刻不容緩之要務。

二、探討健康行為理論與策略於運動保健行為改變的應用、發展慢性病與特殊族群之運動保健計畫

過去三十年來由於社會經濟的快速成長及醫療照顧系統的改善，國人平均壽命延長，社會高齡化、慢性病成為國人的主要死因，慢性病被認為是生活型態的疾病，如心臟血管疾病、高血壓、中風、糖尿病等，多數可藉由運動達到保健之措施及健康行為的建立，延緩發病或避免殘障的發生，因此運動保健研究所設立的目標之一便是深入探討各種健康行為理論與策略於幼兒期、兒童期、青少年期、成年期及老年期運動保健行為改變的應用，以及發展慢性病與特殊族群之運動保健計畫。

三、提供健身運動、體適能指導及體育專業人員之在職進修管道

以本校所處之大台北地區而言，都市化極速發展之結果，造成都市人民平日無暇運動，即便有時間去運動，亦常尋不著合適的運動地點，如此的都市與社會發展，間接造成了各式健身中心、健身俱樂部等運動相關產業之蓬勃發展。然而就當前業界之人口組成來看，上述健身中心及健身俱樂部的執業人員多半缺乏一套有系統、有學理基礎之運動保健知識和專業技能。運動保健研究所之成立，可提供這些已於業界服務多年的健身運動或體適能教練們一個在職進修或訓練之機會。結合理論基礎之運動或體適能指導，讓運動保健有著良性循環，亦可將許多對健康有益之健身方法或常識傳達給一般社會大眾。力有逮者更可以執業之實務經驗與運動或體適能指導之學術理論交互驗證，這些成果同樣可以回饋給社會大眾。藉由提升健身中心及體適能保健人員之專業知能，結合學校發展特色與中長程發展目標的產學合作之結果，相信對國民健康及體能的增進有著無遠弗屆之正面影響。

發展重點及特色

- 一、本研究所以培育專業之健康運動指導及體適能指導人才為發展重點。
- 二、宗旨在於推廣有系統、有學理基礎之健身運動理念，達到促進人體健康和預防疾病之目的。
- 三、探討影響國人規律運動的因素，發展適合各族群的運動促進措施，建立國人良好的運動習慣，以營造健康活力的社會。
- 四、本系所具有不同專業知識的學界和業界之師長團隊，亦能從產學合作的角度，帶領學生結合本校既有的專業健康科技學群等相關資源，以增進對健身運動及體適能領域的專業學術涵養，並提供業界最直接的健康運動及體適能專業指導人才之培育與訓練，讓學生從多元和寬廣的角度探討各類與健康有關之運動及體適能指導方法

教育目標

技職教育最重要之目的，是為社會培養實務專業人才及多元職場能力，因應未來人口發展與社會趨勢，本所延續運動保健系的精神，結合運動保健、休閒遊憩及本校健康科學與醫護體系之知識觀念，規劃相關課程，落實健康促進之實質內涵，培養符合市場需求之實務應用高階人才。本所擬定的教育目標為：

- 一、培育學生具備專業健康運動指導及體適能指導能力。
- 二、培養學生成為具備學術與運動保健實務相互為用的人才。
- 三、培養學生具備職場倫理與社會關懷之胸襟

核心能力

- 一、運動保健服務專業能力
- 二、運動保健問題分析能力
- 三、培養學生具備學術論文寫作能力
- 四、研究工具應用能力
- 五、運動保健領域的研究分析能力
- 六、獨立思考及邏輯論證能力

課程

運動與保健學是一門融合運動休閒、復健醫療、心理衛生與保健養生等知識的學門，旨在探討人、運動和健康間共存互惠之關連性。本所以創造具運動休閒、健康促進領域之高階人才，由專業課程學養累積，並引領學生習得運動指導與保健的概念，培養具有語言、實務操作以及學術研究的能力，藉運動及保健兩大專題課程奠定學生學術基礎。

兩大專題課程中，運動課程設計包含有運動課程設計與發展、運動指導理論與實務、運動團隊經營與管理、體適能專題研究等課程；保健課程設計包含有復健醫學專題研究、壓力與健康研究、身體活動專題研究、慢性健康問題預防與保健專題研究等課程。同時為協助學生考取運動保健相關領域專業證照，亦於各課程設計中規劃，期望透過跨領域的學習與相關知識的建立，提昇學生本身與被服務者間的互動模式；除專業領域知識的建構外，本所也積極培養學生擁有國際觀，並提升學生語言能力；在潛在課程方面，則希望培養學生具備服務奉獻的人生觀。以下表格為本所的課程規劃概念。

一、課程主軸及規劃(Curriculum Planning)：

包括必修科目（13 學分）及碩士論文（6 學分），選修科目（15 學分）。至少須修畢 34 學分以上始能畢業，其主要課程內涵如下所示。

(一)畢業最低學分為 34 學分，課程總表如表一所示。

(二)必修科目：13 學分。

(三)碩士論文:6 學分。

(四)選修科目：至少 15 學分，依本所規劃發展方向及學生志趣安排之。

二、課程總表：

表一必修及選修課程學分數及時間規劃

專業必修課程

| 科目名稱 | 群組 | 學分數 | 時數 | 一上 | 一下 | 二上 | 二下 | 實習 |
|-------------|----|-----|----|----|----|----|----|----|
| 專業基礎與核心課程 | | | | | | | | |
| 研究方法論 | | 3 | 3 | v | | | | |
| 應用運動生理學專題研究 | | 2 | 2 | v | | | | |
| 老化與身體活動專題研究 | | 2 | 2 | v | | | | |
| 進階生物統計學 | | 2 | 2 | | v | | | |
| 健康行為介入理論及應用 | | 2 | 2 | | v | | | |
| 運動心理學專題研究 | | 2 | 2 | | | v | | |
| 碩士論文 | | | | | | | | |

| 科目名稱 | 群組 | 學分數 | 時數 | 一上 | 一下 | 二上 | 二下 | 實習 |
|------|----|-----|----|----|----|----|----|----|
| 碩士論文 | | 6 | 6 | | | | v | |

專業選修課程

| 科目名稱 | 學分數 | 時數 | 實習 | 備註 |
|---------------|-----|----|----|----|
| 功能性肌肉適能專題研究 | 2 | 2 | | 1上 |
| 體適能專題研究 | 2 | 2 | | 1上 |
| 運動營養學專題研究 | 2 | 2 | | 1上 |
| 健康促進計畫之設計與發展 | 2 | 2 | | 1上 |
| 骨骼肌與運動專題研究 | 2 | 2 | | 1下 |
| 輔助與復健運動醫學專題研究 | 2 | 2 | | 1下 |
| 呼吸循環生理專題研究 | 2 | 2 | | 1下 |
| 運動代謝與增能劑專題研究 | 2 | 2 | | 1下 |
| 慢性疾病預防與保健專題研究 | 2 | 2 | | 1下 |
| 動作學習與控制 | 2 | 2 | | 2上 |
| 運動保健專題研究 | 2 | 2 | | 2上 |
| 健康管理研究 | 2 | 2 | | 2上 |
| 資料處理與分析 | 2 | 2 | | 2上 |
| 專題研究 | 1 | 1 | | |

運動保健系碩士班最低畢業學分數：34 學分

| | 一上 | 一下 | 二上 | 二下 | 總計 |
|---------------------|----|----|----|----|----|
| 專業必修課程學分數 | 7 | 4 | 2 | 6 | 19 |
| 各學期 建議 選修學分數 | 4 | 6 | 5 | 0 | 15 |
| 各學期總計 | 11 | 10 | 7 | 6 | 34 |

畢業規定

本系所正常修業期限為二學年，必要時得延長修業二學年，總修業學年不得超過四學年。本系所學生在規定期限內，須完成修課碩士論文計劃書口試、碩士學位考試及相關規定，方得以畢業。所有規定如下：

一、一般規定：

- (一)本系所研究生除應遵守本校校規外，並應隨時注意自己的行為，避免做出有損本系所名譽、校譽之事。
- (二)本系所研究生應積極參與系所上有關學術活動或一般活動，協助推行運動保健之理念。
- (三)研究生於第一學年第一學期開學後一個月內需填寫基本資料和修業程序單，完成後送交系辦公室。(附件一、運動保健系碩士班基本資料及修業程序單)
- (四)研究生需與導師討論，規劃完成修課計劃。
- (五)研究生可依據自己研究興趣和主題於第一學年或第二學期開學前商請一名本系所助理教授級(含)以上專任教師擔任碩士論文指導教授。若有跨領域研究者可依研究主題商請一名本校或外校(系)助理教授級(含)以上教師擔任聯合指導教授。每位指導教授以指導同年級碩士班5位以內之學生為原則。(附件二、運動保健系碩士班碩士論文指導教授同意書)
- (六)若研究生需更換指導教授及考試委員者，可向系辦公室提出申請。凡提出申請之研究生需與原指導教授晤談後，提出變更論文指導教授申請書及同意書，經系務會議通過後始生效。如欲更換論文題目，需向本系辦公室提出申請，經系務會議通過後始生效，研究生尚須重新舉辦論文計畫書口試。(附件三、運動保健系碩士班變更碩士論文指導教授及碩士學位考試委員申請書)
- (七)本系所畢業最低學分為 34 學分，包括必修科目(13 學分)及碩士論文(6 學分)，選修科目(至少 15 學分)。
- (八)研究生應於本所就讀期間，於學術期刊投稿論文乙篇，並提供佐證資料，發表論文須具審稿制學術期刊(以投稿證明為準)，作者序只採認第一作者或通訊作者。

二、碩士論文計劃書口試相關規定：

研究生欲完成論文計劃書口試者，須向指導教授提交論文計劃書，經指導教授認可後，於口試 2 周前向系辦公室提出申請審查表附件四- (1)，並於每年下學期 6 月 15 日或上學期 12 月 15 日以前，由論文計劃書審查委員完成審查，並於審查結束當天請將「碩士論文計劃書審查表」附件四- (2) 及「領款收據」附件四- (4) 直接繳回系辦公室。(附件四、運動保健系碩士班碩士論文計劃書審查申請流程)

三、運動保健系碩士班碩士學位考試相關規定：

- (一) 研究生於申請學位考試前，須確定已符合學位考試申請資格，包括：1. 學分已修畢 2. 通過論文計劃書之審查始完成申請程序。
- (二) 研究生須繳交經指導教授核可簽名之「碩士論文初稿」至系辦公室，始可申請學位考試。碩士學位考試由學位考試委員會執行之。學位考試委員會總人數至少 3 人、至多 5 人，其成員包含指導教授(及聯合指導教授)為當然委員，及其他考試委員(2-4 人)，且指導教授(及聯合指導教授)不得為召集人(考試委員相關規定請參閱教務處網站之碩士學位考試辦法第五條)。
- (三) 考生需獲得學位考試委員 70(含)分以上之評分方視為通過，學位考試應訂於每年 7 月 10 日或 1 月 10 日前。(附件五、申請學位考試作業流程圖)

四、離校手續：

到校辦理離校手續應攜帶：

(一) 碩士論文影本，份數說明如下：

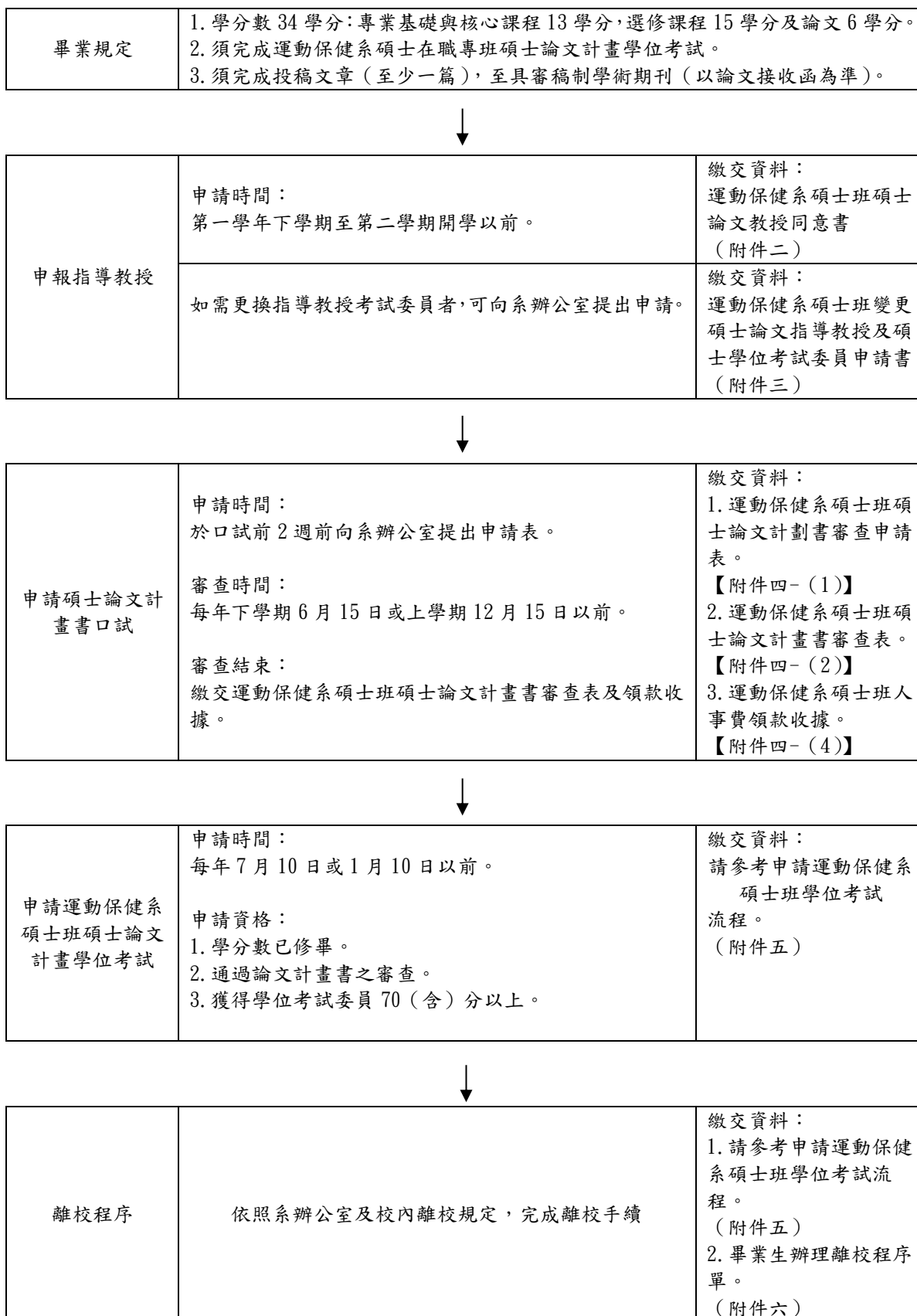
- (1) 至少須送交學位考試委員各一本。
- (2) 送交系辦公室一本精裝(封面顏色為「黑底金字」)留於系內存查。
- (3) 送交圖書館二本(於辦理離校手續時繳交，一本存放圖書館、一本寄送國家圖書館)。

(二) 離校手續(附件六)：

- (1) 第一站：系辦公室—繳交碩士論文精裝一本(封面顏色為「黑底金字」)及論文電子檔(Word 檔案)、博碩士論文電子檔案上傳(先至系辦申請上傳帳號)、繳交期刊論文接收函、繳回借書及完成應辦手續。

- (2) 第二站：圖書館—繳回借書、繳交論文二本及論文電子檔案上網授權書兩份。
- (3) 第三站：學務處—請逕入學校首頁校友身分別<校友服務平台>上網填答畢業生流向調查問卷後至學務處核章。
- (4) 第四站：總務處—經管組確認碩士服歸還、警衛室確認停車証歸還。
- (5) 第五站：教務處—領取畢業證書。

五、運動保健系碩士班畢業規定流程圖：



國立臺北護理健康大學運動保健系碩士班 研究生基本資料及修業程序單

1. 中文姓名：_____ 英文姓名：first name last name
2. 性別：男 女 出生日期：民國____年____月____日
3. 學號：_____ 身分證字號：_____
4. 通訊電話：() _____ 手機：_____
5. 永久電話：_____
6. 通訊地址：_____
7. 永久地址：_____
8. E-Mail：_____
9. 入學日期：民國____年____月(第____屆) 學術指導老師：_____
10. 目前最高教育程度：於民國____年自_____大學(學院/專科)
_____所(系) _____組畢業，獲_____學位。

照片黏貼處

修習學分：共_____學分(含本所及非本所課程)；

其中必修課程：_____學分，選修課程：_____學分。

碩士學位考試委員：

研究題目：

1. 論文指導教授_____教授，日期：民國____年____月____日。
2. 申請論文計畫書審查，日期：民國____年____月____日。
3. 通過論文計畫書審查，日期：民國____年____月____日。
4. 申請第一次學位考試，日期：民國____年____月____日。
 申請第二次學位考試，日期：民國____年____月____日。
5. 通過學位論文考試，日期：民國____年____月____日。
6. 期刊論文投稿接收函，日期：民國____年____月____日。
7. 畢業離校，日期：民國____年____月____日。

國立臺北護理健康大學運動保健系碩士班

碩士論文指導教授同意書

第_____屆

研究生姓名：_____ 學號：_____

學生簽名：_____ (簽章) 日期：_____

指導教授：_____ (簽章) 日期：_____

聯合指導教授：_____ (簽章) 日期：_____

運動保健系系主任：_____ 日期：_____

1. 指導教授需以本系所專任老師為主要指導者，若有需求經指導教授同意後，可敦聘聯合指導教授共同指導。
2. 若研究生須更換指導教授者，可向系辦公室提出申請，並經系務會議審查通過，始完成更換指導教授程序。

正本需繳回系辦公室並請自行影印留存

國立臺北護理健康大學運動保健系碩士班

變更 碩士論文指導教授 申請書
 碩士學位考試委員

運動保健系碩士班_____年級研究生_____ (學號：_____)

茲因_____

擬申請變更下列事項：

原指導教授 考試委員_____教授

新指導教授 考試委員_____教授

指導教授/考試委員基本資料

| | | | |
|---------|---|-----------|-----------|
| 姓名 | 委員資格 <input type="checkbox"/> 指導教授 <input type="checkbox"/> 教師證書字號：_____ <input type="checkbox"/> 中央研究院助理研究員以上者 <input type="checkbox"/> 其他：_____ | | |
| 學歷 | | | |
| 服務單位/職稱 | | | |
| 聯絡電話 | (O)：_____ | (H)：_____ | (M)：_____ |
| E-MAIL | | | |
| 通訊地址 | □□□-□□ | | |

敬請核示。

學 生：_____ (簽章) __年__月__日

原指導教授 考試委員：_____教授 (簽章) __年__月__日

新指導教授 考試委員：_____教授 (簽章) __年__月__日

本案於 學年度第 學期第 次系務會議審查 (__年__月__日)。

審查結果： 通過 不通過

運動保健系系主任：_____ 日期：__年__月__日

正本需繳回系辦公室並請自行影印留存

國立臺北護理健康大學運動保健系碩士班

碩士論文計畫書審查申請流程

審查前：

1. 研究生須向指導教授提交論文計畫書
2. 於口試 2 週前向系辦公室提出申請審查表附件四- (1)



每年下學期 6 月 15 日或上學期 12 月 15 日前，由論文計畫書審查委員完成審查



審查結束需繳交資料：

1. 運動保健系碩士班碩士論文計畫書審查申請表附件四- (1)
2. 運動保健系碩士班碩士論文計畫書審查表附件四- (2)
3. 運動保健系碩士班人事費領款收據附件四- (4)

國立臺北護理健康大學運動保健系碩士班

碩士論文計畫書審查申請表

申請人：_____ 學號：_____

申請日期：_____

論文計畫書題目：_____

論文計畫書審查委員：

| 姓名 | 服務單位及職稱 | 聯絡電話 | E·mail | 地址 |
|----|---------|------|--------|----|
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |

論文計畫摘要說明：

指導教授同意簽核：_____ 日期：_____

運動保健系系主任：_____ 日期：_____

正本需繳回系辦公室並請自行影印留存

國立臺北護理健康大學運動保健系碩士班

碩士論文計畫書審查表

申請人：_____ 學號：_____

指導教授：_____

論文計畫書題目：

(中) _____

(英) _____

審查日期：_____

審查結果：通過 有條件通過 不通過

結果說明

審查委員簽名：

運動保健系系主任：_____ 日期：_____

國立臺北護理健康大學運動保健系碩士班
碩士論文計畫書審查建議表

姓 名：_____ 審查日期：____年____月____日

指導教授：_____

論文計畫書題目：

(中) _____

(英) _____

審查建議及說明：

審查委員：_____教授（簽章）____年____月____日

國立臺北護理健康大學運動保健系碩士班 學位考試流程

一、詳細閱讀「研究生手冊」與「學位考試規則」。

二、申請學位考試：

(一)確定自己符合學位考試申請資格(學分已修畢、通過論文計畫書之審查)。

(二)學位考試之申請需於規定時間內填妥下列表單，送交系辦：

(1)「運動保健系碩士班碩士學位考試申請書」(一式二份)。【附件五-(1)】

(2)「運動保健系碩士班應屆畢業生成績審核表」(一式二份)。【附件五-(2)】

(3)「歷年成績單」(一式二份，請向教務處申請)。

(4)「運動保健系碩士班碩士學位考試委員審查意見表」(份數依考試委員人數而定)。【附件五-(3)】

(5)「運動保健系碩士班碩士學位考試成績表」。【附件五-(4)】

(6)「運動保健系碩士班碩士學位考試委員會審定書」。【附件五-(5)】

(7)「領款收據」。【附件五-(6)】

(8)繳交經指導教授核可簽名之「碩士論文初稿」。

(三)學位考試日期應訂於每年7月10日或1月10日前。

(四)學位授予之前，需將論文及相關資料填妥送交教務處，使得完成學位授予之資格。

(五)學位考試撤銷申請表。【附件五-(7)】

三、學位考試：

(一)學位考試前應準備事宜：

(1)研究生須於學位考試日期前十四日，將論文影本(口試委員各乙份)，打字裝訂妥當，自行送交學位考試委員。

(2)研究生應自行洽借及查看場地。

(3)學位考試當天請工作人員幫忙預備茶水，處理雜項事宜(茶水、點心自備)。

(4) 考試委員接送事宜(尤指校外之考試委員是否需要接送之問題)需先考慮恰當。親仁樓地下室一樓設有停車場,校內停車許可事宜請至學校網址—>總務處—>各類表單—>事務組—>下載「來賓車輛臨時停放申請表」,再向系辦助理與總務處小隊長聯繫處理。

(二)學位考試通過者,須請考試委員於「運動保健系碩士班碩士學位考試成績表」及「運動保健系碩士班碩士學位考試委員會審定書」簽名,並於學位考試結束當天委請指導教授將「運動保健系碩士班碩士學位考試成績表」、「運動保健系碩士班碩士學位考試委員會審定書」及「領款收據」直接繳回系辦公室。

(三)論文需修改之同學,須於每年7月25日、1月25日前修改完畢,並完成碩士論文上傳相關程序及繳交期刊論文接收函後,方可辦理離校手續。(碩士論文上傳程序,請參照學位考試流程第五項之上傳論文全文。)

四、學位考試程序及注意事項：

(一)考試程序：

- (1)考試委員召集人宣佈考試開始。
- (2)研究生應請一位工作人員幫忙進行全程紀錄。
- (3)研究生報告研究過程及結果(約二十分鐘)。
- (4)考試開始,並由研究生即席答覆。
- (5)研究生退席。
- (6)考試委員評定分數。
- (7)研究生重新入席。
- (8)考試委員召集人宣佈考試結果。
- (9)考試結束。

(二)注意事項：

- (1)考試委員由三人組成。論文指導教授不得擔任召集人。
- (2)考試成績不及格而延長修業年限尚未屆滿者,得於次學期或次學年舉行重考,重考以一次為限。
- (3)考試委員應親自出席委員會,不得委託他人為代表。

五、上傳論文全文：

論文修改完成後需經指導教授確認後，且該研究生已修改通過，系辦助理再告知研究生全國碩博論文資訊網上傳之帳號及密碼，上傳後經系辦查核通過後，方可辦理離校手續。【附件五-（8）】

六、論文裝訂：

精裝本論文，封面為黑底金字。

七、離校手續：

到校辦理離校手續應攜帶：

（一）碩士論文影本，份數說明如下：

（1）至少須送交學位考試委員各一本。

（2）送交系辦公室一本精裝（封面顏色為「黑底金字」）留於系內存查。

（3）送交圖書館二本（於辦理離校手續時繳交，一本存放圖書館、一本寄送國家圖書館）。

（二）離校手續（附件六）：

（1）第一站：系辦公室—繳交碩士論文精裝一本（封面顏色為「黑底金字」）及論文電子檔（Word 檔案）、博碩士論文電子檔案上傳（先至系辦申請上傳帳號）、繳交期刊論文接收函、通過本校英文能力鑑定及繳回借書及完成應辦手續。

（2）第二站：圖書館—繳回借書、繳交論文二本及論文電子檔案上網授權書兩份。

（3）第三站：學務處—請逕入學校首頁校友身分別〈校友服務平台〉上網填答畢業生流向調查問卷後至學務處核章。

（4）第四站：總務處—經管組確認碩士服歸還、警衛室確認停車証歸還。

（5）第五站：教務處—領取畢業證書。

國立臺北護理健康大學運動保健系碩士班

申請碩士學位考試作業流程圖

1. 運動保健系碩士班學分已經修畢。
2. 通過「碩士論文計畫書(proposal)」審查作業(每年12月15日、6月15日前完成)

碩士學位考試相關規定

提出「運動保健系碩士班碩士學位考試申請書」(一式二份), 連同「運動保健系碩士班應屆畢業生成績審核表」(一式二份)、「歷年成績單」(一式二份)一併送交系辦公室。

舉行運動保健系碩士班碩士學位考試(每年7月10日、1月10日前完成)

考試結束需繳交資料:

1. 運動保健系碩士班碩士學位考試成績表_{附件五-(1)}
2. 運動保健系碩士班碩士學位考試委員會審定書_{附件五-(5)}
3. 運動保健系碩士班人事費領款收據_{附件五-(6)}

通過運動保健系碩士班碩士學位考試後辦理: 碩士論文全文上傳、繳交碩士論文精裝本(論文封面「黑底金字」)一本、論文電子檔、博碩士論文電子檔案上傳及繳交期刊論文接收函與本校英文能力鑑定後辦理畢業相關手續(每年7月25日、1月25日前完成)

| | | | | | | | |
|-------------------------|----|--|----------------------------|-------------------------------------|---|------------------------------|--|
| (系)所組別 | | 中文姓名 | | 學號 | | 電話(手機) | |
| 考試日期 | | 考試時間 | | 考試地點 | | E-mail | |
| 論文或實務 創作題目 | 中文 | | | | | | |
| | 英文 | | | | | | |
| 學位考試委員名單(應符合學位考試辦法規定資格) | | | | | | | |
| 系內外別 | 姓名 | 職稱 | 現任或曾任職務 (符合提聘資格 之職務) | 部定教授/副教授 證書字號 (本校專兼任教 師免填) | 符合委員資格目 次 (請參閱碩士學位考 試辦法第五條第二款 規定) | 備註 | |
| | | | | | 第___目資格 | 召集人 (論文指導教 授不得擔任) | |
| | | | | | 第___目資格 | | |
| | | | | | 第___目資格 | | |
| | | | | | 第___目資格 | | |
| | | | | | 第___目資格 | | |
| (1) 申請人 | | (2) 指導教授 (若為共同指導, 各指導教授均應簽 名) | | (3) 系/所審核人 | (4) 系/所主管 | (5) 教務處 | |
| 申請日期: | | 日期: | | 日期: | 日期: | 註冊組: 日期: 教學業務組: 日期: | |

說明:

- 一、請依據本校碩士學位考試辦法辦理。
- 二、申請時應同時繳交論文或實務創作初稿及歷年成績表供研究所審核。
- 三、申請學位考試後,如無法於本學期內完成學位考試者,應依本校碩士學位考試辦法第七條規定之期間撤銷本學期學位考試之申請。逾期未撤銷亦未舉行考試者,以不及格論。
- 四、各所請於研究生學位考試委員人選確定時,填寫聘函逕發各考試委員,並繕造本表送教務承辦單位備查。

國立臺北護理健康大學碩士學位考試申請表

【系所留存】

| | | | | | | | |
|----|--|----|--|--------------|--|----------------|--|
| 學號 | | 姓名 | | 教務處 【註冊組】 | | 教務處 【教學業務組】 | |
|----|--|----|--|--------------|--|----------------|--|

國立臺北護理健康大學研究所碩士學位考試辦法第五條

組織碩士學位考試委員會，應依下列規定辦理：

一、碩士學位考試委員三至五人，系所外委員至少一人以上，委員人數不得少於指導教授人數。

由委員會委員互推一人為召集人，但指導教授不得擔任召集人。

二、碩士學位考試委員，除對碩士班研究生所提論文學科、創作、展演或技術報告有專門研究外，並應具備下列資格之一：

(一)曾任教授或副教授者。

(二)擔任中央研究院院士或中央研究院研究員、副研究員者。

(三)獲有博士學位，在學術上著有成就者。

(四)屬於稀少性或特殊性學科，在學術或專業上著有成就者。

前款第三目、第四目之提聘資格認定標準，由各系（所）務會議訂定之。

三、指導教授及考試委員之遴聘應遵循利益迴避原則。

四、碩士學位考試委員，由指導教授依各研究所訂定之提聘標準，提出推薦名單，由所屬系（所）主管或學位學程主管審核，經由校長遴聘。

五、本校兼任教師得視為系（所）外委員，惟兼任教師若擔任研究生之指導或共同指導教授時，則應視為系（所）內考試委員。

國立臺北護理健康大學 _____ 所應屆畢業生成績審核表

| | | | |
|-----------|--|--------------------|--|
| 系所組別： | | 學號： | |
| 中文姓名： | | 英文姓名： (請詳閱下方說明) | |
| 連絡電話(手機)： | | E-mail： | |

※英文姓名說明：

1. 英文姓名係供製作學位證書用，請依護照填寫，尚未辦過護照者，建議採用 Wade-Gilos 拼音法。
2. 英文學位證書一旦繕印完成後，不得以英文姓名填寫錯誤或更改英文姓名為由要求重印。未提供英文姓名者，恕不製發英文學位證書。

各系所學生應依入學學年度適用之課程科目表修習規定之領域科目及學分。

各系所應修最低畢業學分數(不包括論文)： _____ 學分(必修、選修合計)

(一) 已實得學分

| | | | |
|--|-----------------------------|--------------------|----------|
| 目前實得 必修 學分數 | _____ 學分 | 目前實得 選修 學分數 | _____ 學分 |
| 目前 已抵免 學分數 | _____ 門課程 _____ 學分(必修、選修合計) | | |
| 目前實得 跨系/跨校課程 | _____ 門課程 _____ 學分(須符合系所規定) | | |
| 目前實得 總學分數 | _____ 學分 | | |
| 是否符合修業規定之最低畢業學分數(不包括論文)? <input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否，請填(二) | | | |

(二) 本學期修習學分

| 除論文外， 本學期應修及格方可畢業之科目及學分 | 必 修 科 目 | 學 分 | 選 修 科 目 | 學 分 |
|----------------------------|---------|-----|---------|-----|
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |

(三) 資格考試(請勾選一項)

- 已通過資格考試 本學期將參加資格考試 本所碩(博)士班並無資格考試

※ 以上內容檢核無誤，符合本系所規定之畢業條件。

申請人： _____ (請親自簽名)

填表日期：民國 _____ 年 _____ 月 _____ 日

審核人： _____

(系)所長簽章： _____

國立臺北護理健康大學運動保健系碩士班

碩士學位考試審查意見表

姓名： _____

論文題目： _____

審查意見：

口試審查委員簽名： _____

日期： _____

份數依考試委員人數而定，正本請自行留存，不需繳回

國立臺北護理健康大學_____學年度第_____學期

_____ (系) 所碩士學位考試成績表

學號：_____ 姓名：_____ 評分：_____

論文指導教授：_____

碩士論文題目：_____

口試審查委員簽名：

(系)所長簽名：_____ 日期：_____

附註：1. 本學位考試成績表經各口試委員及所長簽名後送教務處

2. 本表「評分」為各口試審查委員評分之平均分數

碩士學位考試委員會審定書

本校 _____ 系 (所) _____ 君

所提論文 _____

經本委員會審查合格並口試通過，特此證明。

學位考試委員會委員：

指 導 教 授： _____

系主任 (所長)： _____

中華民國 年 月 日

國立臺北護理健康大學〇〇(系)研究所碩士學位考試撤銷申請表

學生_____已申請_____學年度第_____學期學位考試

茲因_____，擬撤銷本學期申請

之學位考試，敬請照准。謹呈

指導教授：

(系)研究所所長：

學生：

(系)所組別：

學號：

中華民國_____年_____月_____日

臺灣博碩士論文知識加值系統管理平臺建檔須知

本校 94.03.16 教務會議通過

- 一、本須知依據 87 年 11 月 6 日教育部台 (八七) 高 (二) 字第八七一二三四〇六號函指示及教育部學位授與法辦理。
- 二、領取畢業證書前繳交論文一本至教務處教學業務組。
- 三、自八十八學年度起，國家圖書館開始推動博碩士論文電子檔案上網授權，除可發揚個人所學，更可提攜後學之輩。唯此項授權為尊重著作權人，乃採自由授權的方式。
- 四、自九十九學年度起，紙本論文不需再附授權書，請各研究生上傳論文全文檔案之後，僅需列印一份「電子全文上網授權書」，並於授權書親筆簽名，寄回國家圖書館即可。
- 五、欲上網建檔授權者，須先至系辦公室索取帳號及密碼。
- 六、我國七十三至八十七學年度之博碩士論文摘要資料庫已上載於 <http://ndltd.ncl.edu.tw/>，歡迎上網查閱。

七、國家圖書館相關資料

TEL：(02)2361-9132 轉 619、622、601

(02)2381-5360、2311-1731：

FAX：(02)2375-3018

郵寄地址：台北市中山南路 20 號 國家圖書館 資訊組

e-mail：hunter@msg.ncl.edu.tw

臺灣博碩士論文知識加值系統管理平臺：

<http://ndltdcc.ncl.edu.tw/>

國立臺北護理健康大學 105 學年度(研究所) 畢業生辦理離校程序單

(104-5-11 製表)

_____ 所 _____ 組 學號：_____ 姓名：_____

地址：_____ 電話：_____

| 1 | 2 | 3 | 4 |
|-------------|---|--|--|
| 就讀系所 | 圖書館 | 學務處 就業輔導組 (科技大樓一樓) | 總務處 經營管理組 |
| (助理簽章) | 1. 繳交畢業論文二本及二張論文電子檔案上網授權書【一本(張)存放本校圖書館；一本(張)寄送國家圖書館】 2. 繳交「論文系統審核通過 e-mail」紙本一份 3. 畢業生歸還所借圖書資料及結清逾期罰款 | 自 5 月 18 日起，請逕入學校首頁校友身分別<校友服務平台>上網填答畢業生流向調查問卷。 | 時間：畢業典禮當天中午 11 時 30 分至下午 5 時止 地點：親仁樓 B118 前川堂 ◎如未能於畢業典禮當天繳回者，最遲應於 6 月 30 日前上班時間至總務處經管組承辦人員處繳回，7 月 1 日起每逾一日罰繳滯還金新台幣 50 元(例假日不計)，罰款上限：新台幣 1,000 元整 |
| (指導教授簽章) | | | |
| (所長簽章) | (承辦人簽章) | (承辦人簽章) | (承辦人簽章) |

※以上單位用印後：

- 一、畢業典禮當日依照場次安排時間內持本程序單至**教學大樓一樓**領取畢業證書。
- 二、超過畢業典禮發放時間，6/15 起統一至**教務處註冊組**領取畢業證書。

國立臺北護理健康大學運動保健系碩士班

碩士論文撰寫格式

Graduate Institute of Exercise and Health Science

National Taipei University of Nursing and Health Sciences

國立臺北護理健康大學運動保健系碩士班

中華民國九十八年九月

目 次

| | |
|-------------------------|----|
| 第一章 論文格式規範 | 1 |
| 第二章 論文內容編排規範 | 4 |
| 附錄 | |
| 附錄一 論文封面範例 | 5 |
| 附錄二 口試委員審查合格同意書範例 | 6 |
| 附錄三 誌謝範例 | 7 |
| 附錄四 中文摘要範例 | 8 |
| 附錄五 英文摘要範例 | 9 |
| 附錄六 目次範例 | 10 |
| 附錄七 表次範例 | 12 |
| 附錄八 圖次範例 | 13 |
| 附錄九 書脊頁範例 | 14 |

第一章 論文格式規範

本系博碩士論文格式規範敘述如下：

一、論文的文字與紙張規格

- (一) 論文除封面、封底外，一律使用以 A4 (210mm×297mm) 大小白色紙張印刷。
- (二) 論文採用中文或英文橫式由左而右的書寫方式。
- (三) 論文正文部分中文採用新細明體或標楷體 12 號字體，英文字體則為 12-pt 的 Times New Roman 字體。內文撰寫行高設定為 1.5 倍，字體顏色為黑色，文內要加標點，全文不得塗汙刪節，不得使用複寫紙。

二、頁碼編定

- (一) 篇前部分的「封面」、「書名頁」、「審查合格同意書」及「誌謝」不標頁碼，從中文摘要起，至圖目次頁碼以羅馬數字小寫編排之（即 i、ii、iii、iv、v、...）。
- (二) 自正文開始則以阿拉伯數字（即 1，2，3，...）依序編排之。上列各種頁碼，一律以 Times New Roman 字體列印，其頁碼位置於每頁正下方。

三、印刷版面與封面

- (一) 論文採雙面印刷並裝訂成冊，但頁數為 100 頁以下得以單面印刷。
- (二) 書脊打印校名、系所名稱、碩博士論文別、論文中文題目、撰寫者姓名及提出論文之民國年。
- (三) 定稿之學位論文以精裝本方式裝訂成冊，博士論文（封面及書脊）黑底燙金字，碩士論文（封面及書脊）紅底燙金字（封面色樣請洽系辦，以免色差過大）。

四、打字版面規格設定

- (一) 版面設定之邊界：上 2.54cm，下 2.54cm，左 3.17cm，右 3.17cm，裝訂邊 0cm，與頁緣距離，頁首 1.5cm，頁尾 1.75cm。

上邊界
2.54cm

左邊界
3.17cm

右邊界
3.17cm

此版面為 A4 紙張

版面設定之邊界：上 2.54cm，下 2.54cm，左 3.17cm，右 3.17cm，
裝訂邊 0cm，與頁緣距離，頁首 1.5cm，頁尾 1.75cm，頁碼置於正
下方。

頁碼置中

36

下邊界
2.54cm

五、標題與次標題之編序層次位置與字體

(一) 位置與字體

1. 各章標題置於正中央（16 號字體，粗體）
2. 各節標題置於正中央（14 號字體，粗體）
3. 節次以下次標題均靠左切齊（12 號字體）
4. 各章開頭應另起新頁。

(二) 論文標題之層次編序

正文中各階層章節與層次為：

| | 第一層 | 第二層 | 第三層 | 第四層 | 第五層 | 第六層 |
|-------|-----|-----|-----|-----|-----|------------|
| | ↓ | ↓ | ↓ | ↓ | ↓ | |
| 層次編序： | 章 | 節 | 一、 | (一) | 1. | (1) a. (a) |

如下所示：

第一章

第一節

一、

(一)

1.

(1)

a.

(a)

(b)

b.

(2)

2.

(二)

二、

三、

1. 除「章」、「節」置中之外，其餘標題均為靠左對齊。
2. 雙面印刷者，各章之起始頁應從奇數頁寫起，各節則應連續。
3. 若章節標題已在該頁最後一行，則移至下頁開端。

第二章 論文內容編排順序

博碩士論文全文內容請依下列順序撰寫，並注意字體與字型大小。

一、論文封面：包括中英文校名、系名、論文題目、研究生姓名、指導教授及畢業年月。

範例參見附錄一。

二、書名頁（與封面同）。

三、口試委員審查合格同意書：範例參見附錄二。

四、誌謝：藉此表達對各方面的贊助與指導的謝忱，範例參見附錄三。

四、中文摘要：研究生撰寫論文摘要時，宜依研究目的、文獻、研究方法、研究內容及研究結果等加以摘要敘述，約 500 至 1000 字。以新細明體或標楷體 12 號字體打字，以一頁單面能完成為限。並需註明關鍵字（至多 5 個）。
範例參見附錄四。

五、英文摘要：約 500 至 1000 字，以「ABSTRACT」作為標題，以 Times New Roman 字體 12 號字體打字，以一頁單面能完成為限。並需註明關鍵字（至多 5 個）。範例參見附錄五。

六、目次：列出中文摘要、英文摘要、目次、表次、圖次、章、節、參考文獻（中文及外文兩部份）及附錄。範例參見附錄六。

七、表次：表的編號依各章排序編碼，例如第二章的第一個表，編為「表 2-1」，以此類推。表次範例參見附錄七。

八、圖次：圖的編號依各章排序編碼，例如第三章的第一個圖，編為「圖 3-1」，以此類推。圖次範例參見附錄八。

九、論文正文：所有引用文獻須採用最新版 APA 格式。

十、參考文獻：所有參考文獻須採用最新版 APA 格式，完整列於文末。

十一、附錄：

1. 附錄雖非論文的必備部份，卻可以用來提供讀者一些與內容有關而不便載於正文裡的資料。

2. 可以收在附錄裡的材料包括：放在正文裡顯得太瑣碎繁雜的圖表、珍貴文件的影印本、冗長的個案研究、技術性的附註。

十二、書脊頁。範例參見附錄九。

附錄一：論文封面範例

國立臺北護理健康大學運動保健系碩士班

碩士論文

(標楷體 18 號字，置中，
1.5 倍行高)

(Times New Roman 16 號字，
置中，1.5 倍行高)

(論文中文題目)

(標楷體 16 號字，置中，
1.5 倍行高)

(論文英文題目)

(Times New Roman 16 號字，
置中，1.5 倍行高)

蔡婷婷

研究生姓名 (標楷體 16 號
字，置中，1.5 倍行高)

Ting -Ting Tasi

(Times New Roman 16 號字，
置中，1.5 倍行高)

指導教授：彭美美 博士

(標楷體 16 號字，置中，
1.5 倍行高)

Advisor: Mei-Mei PENG, Ph.D.

(Times New Roman 16 號字，
置中，1.5 倍行高)

以實際畢業月份為依據

中華民國 98 年 6 月

(標楷體 16 號字，置中，
1.5 倍行高)

June, 2009

(Times New Roman 16 號字，
置中，1.5 倍行高)

附錄二：口試委員審查合格同意書範例

口試委員審查合格同意書範例

(論文中文題目)

(論文英文題目)

本論文係蔡婷婷在國立臺北護理健康大學運動保健系碩士班碩士學位論文，經考試委員審查合格，並口試通過。

考試委員：

○ ○ ○

服務機構 職稱

○ ○ ○

服務機構 職稱

○ ○ ○

服務機構 職稱

○ ○ ○

服務機構 職稱

指導教授：

運動保健系系主任簽章：

中華民國○ ○年○ ○月 ○ ○日

附錄三：誌謝範例

誌 謝

誌謝，兩字間隔全形空格 2 格，新細明體或標楷體 16 號字，粗體置中，1.5 倍行高

誌謝內文，新細明體或標楷體 12 號字，1.5 倍行高

附錄四：中文摘要範例

摘 要

摘要，兩字間隔全形空格 2 格，新細明體或標楷體 16 號字，粗體置中，1.5 倍行高

摘要內文，新細明體或標楷體 12 號字，1.5 倍行高

關鍵字：

關鍵字至多 5 個，新細明體或標楷體 12 號字，粗體靠左，1.5 倍行高

附錄五：英文摘例

ABSTRACT

摘要 Times New Roman 16 號字，粗體置中，
1.5 倍行高

摘要內文約 500 至 1000 字，以一頁為限，Times
New Roman 12 號字，1.5 倍行高

Keywords:

關鍵字至多 5 個，Times New Roman 12 號字，
粗體靠左，1.5 倍行高

目 次

| | |
|--------------------|-----|
| 中文摘要 | i |
| 英文摘要 | ii |
| 目次 | iii |
| 表次 | iv |
| 圖次 | v |
| 第一章 緒論 | |
| 第一節 研究背景與動機 | 1 |
| 第二節 □□□□ | 4 |
| 第三節 □□□□ | 7 |
| 第四節 □□□□ | 9 |
| 第五節 □□□□ | 12 |
| 第二章 文獻探討 | |
| 第一節 □□□□ | 14 |
| 第二節 □□□□ | 36 |
| 第三節 □□□□ | 51 |
| 第三章 研究方法 | |
| 第一節 □□□□ | 62 |
| 第二節 □□□□ | 67 |
| 第三節 □□□□ | 75 |
| 第四節 □□□□ | 82 |
| 第四章 研究結果與討論 | |
| 第一節 □□□□ | 94 |
| 第二節 □□□□ | 117 |
| 第五章 結論與建議 | |
| 第一節 結論 | 128 |
| 第二節 □□□□ | 133 |
| 參考文獻 | |
| 中文部分 | 157 |

| | |
|------------|-----|
| 外文部分 | 164 |
|------------|-----|

附錄

| | |
|----------------|-----|
| 附錄一 □□□□ | 171 |
|----------------|-----|

| | |
|----------------|-----|
| 附錄二 □□□□ | 176 |
|----------------|-----|

表 次

| | | | |
|-------|----------------------|-------|----|
| 表 2-1 | □□□□□□□□□□ | | 28 |
| 表 2-2 | □□□□□□□□□□□□□□□□□□□□ | | 29 |
| 表 2-3 | □□□□□□□□□□□□□□□□ | | 35 |
| 表 3-1 | □□□□□□□□□□□□□□ | | 70 |
| 表 3-2 | □□□□□□□□□□ | | 72 |
| 表 3-3 | □□□□□□□□□□□□□□ | | 78 |
| 表 3-4 | □□□□□□□□□□□□□□□□ | | 81 |

內容新細明體或標楷體 12 號字，1.5 倍行高

附錄八：圖次範列

圖 次

圖次兩字間隔全形空格 2 格，新細明體或標楷體 16 號字，粗體置中，1.5 倍行高

| | | | |
|-------|---------------------------------|-------|----|
| 圖 2-1 | □□□□□□□□□□□□□□□□ | | 21 |
| 圖 2-2 | □□□□□□□□□□□□□□□□ | | 43 |
| 圖 2-3 | □□□□□□□□□□□□□□□□ | | 47 |
| 圖 2-4 | □□□□□□□□□□□□□□□□ | | 50 |
| 圖 2-5 | □□□□□□□□□□□□□□□□ | | 55 |
| 圖 2-6 | □□□□□□□□□□□□□□□□ | | 62 |
| 圖 3-1 | □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ | | |
| □ | | | 78 |

內容新細明體或標楷體 12 號字，1.5 倍行高

附錄九：書脊頁範例

