



臺北醫學大學
TAIPEI MEDICAL UNIVERSITY

體育自學系統 操作說明

2018/07



自學系統操作說明 (學生)



目錄

申請操作流程

申請方式(一)：成績優異

申請方式(二)：老師推薦(含系隊申請)

運動記錄及執行內容系統登錄說明

體育自學課程各系輔導教師

體育自學系統問題報修



體育自學課程申請條件

體育自學課程目的	申請條件
<p>獎勵體適能暨體育成績優異之學生從事自我體適能健康管理，以培養學生自主運動習慣，做為體育課程標竿學習對象。</p>	一、大三學生修滿4學期體育課程。
	二、已修4門課程中，至少2學期以上90分。
	三、已修4門課程中，未達2學期以上90分，請選擇體育教師推薦申請。(請自選2門已修習過，最有利於同學之體育教師推薦)
	四、本校運動系代表隊同學，請選擇體育教師推薦進行申請， <u>申請時請務必填寫申請身份別備註:XX系XX運動代表隊</u> ，並請下載 <u>系隊申請證明單</u> ，由 <u>系隊長及系辦簽章</u> 後拍照或掃描於申請同時上傳以供審核佐證。 <u>若以系運動代表隊身份別申請，未檢附證明單，則視為申請未完成，不予審核。</u>

臺北醫學大學

【體育自學課程-系隊申請證明單】



系級：	學號：	學生基本資料
姓名：	電話：	

系代表隊名稱	系代表隊項目填寫 XX系XXX運動代表隊	
擔任職務	系運動代表隊擔任職務 Ex: 隊長/隊員	
任職時間	2016.8.1-2018.3.6	
推薦課程	教師	課程項目
	系統自選 推薦教師(一)	推薦教師(一) 課程項目 ex: 排球
	系統自選 推薦教師(二)	推薦教師(一) 課程項目 ex: 籃球
	隊長簽章證明	申請學期隊長簽章
	系辦簽章證明	系辦長簽章



系隊申請證明單填寫說明

本校運動系代表隊同學，
請選擇體育教師推薦進行申請，
申請時於系統備註XX系XX隊成員，

並請於體育處網站下載
自學課程系隊申請證明單，
由系隊長及系辦簽章後拍照
或掃描上傳以供審核佐證。

(目前規劃107學年度起系統可備註
說明申請者系隊身分及上傳證明單)



體育自學課程申請方式

一、申請方式：1062起本課程申請方式/課程紀錄等作業，改為線上系統作業。

二、申請時程：為配合校方預選課作業，本課程申請為每學期末，請注意體育處網站最新消息/學生活動看板公告時程。

三、審核通過：體育處協助選修本課程，同學可於教務處公告預選課時段，至同學選課清單確認。

四、審核不通過：回歸一般體育課程，可於教務處公告選課作業時段至選課系統選修體育課程。



申請操作流程



申請方式(一)：成績優異



一、依體育處公告時程至系統申請

二、體育自學課程系統網址：學校首頁→學生→課程→體育自學課程系統

<http://depsys.tmu.edu.tw/TMUSSPE/>



臺北醫學大學 體育自學課程系統
TAIPEI MEDICAL UNIVERSITY

說明

「體育自學課程系統」將於107年1月2日中午起正式上線使用，欲申請1062體育自學課程之同學屆時請逕行上網查詢。1062起體育自學課程紀錄等相關作業，將由現行紙本作業改由線上作業。

申請資格：大三學生修滿4學期體育課程

(一)已修4門課程中，至少2學期以上90分

(二)已修4門課程中，未達2學期以上90分，請選擇體育教師推薦申請(請自選2門已修習過，最有利於同學之體育教師推薦)

(三)本校運動系代表隊同學，請選擇體育教師推薦進行申請，申請時備註xx系xx隊成員，並請於體育處網站下載自學課程系隊申請證明單，由系隊長及系辦簽章後，2日內送達體育處備查，逾時不予審核。

1061體育課程自學班說明會內容：

<http://pe.tmu.edu.tw/news/news.php?Sn=196>

歡迎參觀臺北醫學大學體育自學班FB

(登入FB關鍵字搜尋"北醫體育自學班")：

<https://www.facebook.com/groups/tmupe/>

如有問題，要聯繫誰？

— 體育事務處 校內分機2276

1

【學生】之登入帳號為學號(開頭字母小寫)。

『本國生』密碼預設為身份證字號(開頭字母大寫)；

『境外生』密碼預設為tmu+西元出生年月日。



TMU account

帳號

@tmu.edu.tw



Password

密碼

學生

身分別：學生

Login

【學生】之登入帳號為學號(開頭字母小寫)。

『本國生』密碼預設為身份證字號(開頭字母大寫)；

『境外生』密碼預設為tmu+西元出生年月日。



10.20.16.189/TMUSSPE/WebForms/Application.aspx

1062開放申請

申請方式(一)：成績優異

說明：已修4門課程中，至少2學期以上90分

符合資格可申請 送出申請

申請方式(二)：優異科目老師推薦

說明：已修4門課程中，未達2學期以上90分，請選擇體育教師推薦申請(請自選2門已修習過且有利於同學之體育教師推薦)

符合資格可申請 送出申請

申請紀錄

沒有申請紀錄

基本資料



姓名：李小美
學號：B908888888
系所：醫務管理學系
年級：3
行動電話

0955331332

住宿電話

02-27361661

歷年體育修課成績

學期	課程名稱	成績	教師
1041	體育-羽球	88	祁崇溥
1042	體育-桌球	98	鍾雨純
1051	體育-適應體育	93	葉丁鵬
1052	體育-適應體育	90	葉丁鵬

選擇申請方式(一)：成績優異
送出申請



2018/1/25 (週四) 上午 09:44

體育自學班申請

[體育自學申請] 自學班申請結果通知

收件者 B90888888@tmu.edu.tw

【體育課程自學班審核結果通知-通過】

李小美同學您好

感謝您申請本學期體育課程自學班，經資格審核同學符合課程申請條件，體育處將協助您選修本課程，同學可於教務處公告預選課時段，至同學選課清單確認，謝謝。

審查結果Email通知

→通過：由體育教學組配課(課程名稱：體育-體適能)

預選課時段請至選課清單確認

→不通過：回歸一般體育課程，同學請於教務處公告選課作業時段

至選課系統選修體育課程



系統依據過去修習體育課程成績，自動判別申請資格。申請方式有二種，僅可擇一申請。每人每學期限申請一次

本學期您已申請過！

申請紀錄

○審核通過 審核中 審核沒過

學期	申請者	申請類型	申請結果	申請時間
1062	李小美 B908888888 醫務管理學系〔3〕	成績優異申請	○	2018/1/30 上午 11:52:10



申請結果查詢

基本資料



姓名：李小美
學號：B908888888
系所：醫務管理學系
年級：3
行動電話

02-27361661

住宿電話

02-27361661



歷年體育修課成績

學期	課程名稱	成績	教師
1041	體育-羽球	88	祁崇溥
1042	體育-桌球	98	鍾雨純



申請方式(二)：老師推薦 (含本校系運動代表隊)



系統依據過去修習體育課程成績，自動判別申請資格。申請方式有二種，僅可擇一申請。每人每學期限申請一次

1062開放申請

申請方式(一)：成績優異

說明：已修4門課程中，至少2學期以上90分



抱歉，資格不符合

送出申請

申請方式(二)：優異科目老師推薦

說明：已修4門課程中，未達2學期以上90分，請選擇體育教師推薦申請(請自選2門已修習過且有利於同學之體育教師推薦)



符合資格可申請

送出申請

基本資料



姓名：陳大明
學號：B313888888
系所：藥學系藥學組
年級：3
行動電話

0956552553

住宿電話

02-27399118



歷年體育修課成績

學期	課程名稱	成績	教師
1041	體育-體適能	抵免	李政吉
1042	體育-體適能	抵免	李政吉

申請紀錄

沒有申請紀錄

步驟一：
選擇申請方式(二)：
優異科目老師推薦



系統依據過去修習體育課程成績，自動判別申請資格。申請方式有二種，僅可擇一申請。每人每學期限申請一次

1062開放申請

申請方式(一)：成績優異

說明：已修4門課程中，至少2學期以上90分

抱歉，資格不符合

送出申請

申請紀錄

沒有申請紀錄

選擇教師

	學期	課程名稱	成績	教師
<input type="checkbox"/>	1041	體育-體適能	抵免	李政吉
<input type="checkbox"/>	1042	體育-體適能	抵免	李政吉
<input checked="" type="checkbox"/>	1051	體育-籃球	76	鍾雨純
<input checked="" type="checkbox"/>	1052	體育-排球	91.5	洪至祥

確定

取消

訊息

是否確定申請。

確定

取消

基本資料



姓名：陳大明
學號：B313888888
系所：藥學系藥學組
年級：3
行動電話

0956552553

住宿電話

02-27399118



歷年體育修課成績

學期	課程名稱	成績	教師
1041	體育-體適能	抵免	李政吉
1042	體育-體適能	抵免	李政吉
1051	體育-籃球	76	鍾雨純
1052	體育-排球	91.5	洪至祥

步驟二：

請自選2門已修習過，最有利於同學之體育教師推薦

審查結果Email通知

→**通過**：由體育教學組配課(課程名稱：體育-體適能)

預選課時段請至選課清單確認

→**不通過**：回歸一般體育課程，同學請於教務處公告選課作業時段

至選課系統選修體育課程



2018/1/25 (週四) 上午 09:44

體育自學班申請

[體育自學申請] 自學班申請結果

收件者 B31388888@tmu.edu.tw

【體育課程自學班審核結果通知-通過】

陳大明同學您好

感謝您申請本學期體育課程自學班，經資格審核同學符合課程申請條件，體育處將協助您選修本課程，同學可於教務處公告預選課時段，至同學選課清單確認，謝謝。



2018/1/24 (週三) 上午 09:14

體育自學班申請

[體育自學申請] 自學班申請結果通知

收件者 B31388888@tmu.edu.tw

【體育課程自學班審核結果通知-不通過】

陳大明同學您好

感謝您申請本學期體育課程自學班，經資格審核同學不符合課程申請條件，請同學於教務處公告選課作業時段至選課系統選修體育課程，謝謝。



運動記錄及課程執行內容

系統登錄說明

體育自學課程內容&成績計算說明



項目	內容	成績占比
完成下列一~四項目可得 <u>基本分數</u>		
一、體育自學運動時數	自學運動時間必須達：每週2次3小時以上 (如本學期18周*3hr=54hr)	22.5%
二、體適能前測、後測	檢測項目：身體組成(BMI)、肌力與肌耐力、柔軟度、心肺耐力(請參見檢測表格)	22.5% (前測、後測各佔該項比50%)
三、運動講座	完成2門自學課程講座 ※如因不可抗拒因素無法參加體育處舉辦講座，可自行舉證參加內/外部相關講座(上傳證明文件,如:研習證明書)	22.5%
四、運動主題心得報告	繳交期中運動主題觀察心得報告 1000字以上(上傳系統)	22.5%
完成下列五~六項目可得 <u>加分10分</u>		
五、優秀事蹟陳述	優秀事蹟陳述 ex：協助辦理體育相關活動 <u>請務必自行與體育自學課程輔導教師聯繫，提供優秀事蹟佐證資料以供加分。</u>	5%
六、其它優良事蹟	自學班輔導老師加分	5%



1062 醫務管理學系 李小美 運動記錄

成績

成績
學期成績查看

新增

您目前沒有任何運動紀錄。

運動記錄登錄→新增
(詳細說明請參見下頁)

健康體適能檢測紀錄

❶無紀錄

健康體適能檢測紀錄
→依體育處公告繳交時間
繳交體適能期初前測、期末後測資料
(體育處系統登錄後，同學可於系統查看您的檢測記錄)

運動主題觀察心得報告

選擇檔案 未選擇任何檔案

無上傳資料

上傳

運動主題觀察心得報告
→依體育處公告繳交時間上傳系統

已參與體育處辦理運動講座

尚未參加講座

已參與體育處辦理運動講座
→體育處依同學參與建入已參與講座資料

參與校內外運動相關講座檢附資料

選擇檔案 未選擇任何檔案

上傳

參與校內外運動相關講座檢附資料
→如因不可抗拒因素無法參加體育處舉辦
講座，可自行舉證參加內/外部相關講
座(上傳證明文件,如:研習證明書)

1062 醫務管理

新增

您目前沒有任何運動紀錄

健康體適能檢測紀錄

無紀錄

運動主題觀察心得報告

選擇檔案 未選擇任何檔案

無上傳資料

已參與體育處辦理運動講座

尚未參加講座

參與校內外運動相關活動

選擇檔案 未選擇任何檔案

2018-01-30 10:00

Mo	Tu	We	Th	Fr	Sa	Su	10:00
1	2	3	4	5	6	7	10:15
8	9	10	11	12	13	14	10:30
15	16	17	18	19	20	21	10:45
22	23	24	25	26	27	28	
29	30	31	1	2	3	4	

運動前心跳數:
70

運動時心跳數:
100

熱身運動時間(分鐘):
5

主要運動內容:
蛙式游泳

運動持續時間(分鐘):
60

緩和運動時間(分鐘):
5

感覺與反應:
舒適感覺良好

照片: 選擇檔案 50439.jpg

運動記錄登錄→點選新增

步驟一：

逐步填寫運動日期、開始時間、及結束時間
(含熱身運動時間、緩和運動時間)

步驟二：

逐步填寫運動前心跳、運動時心跳

主要運動內容、感覺及反應等各項目

步驟三：

運動記錄佐證資料上傳(必填才能送出)

選擇運動照片及相關作證資料

運動紀錄表為自學班體育成績考核項目之一

請確實紀錄運動情形



體育自學課程

各系輔導教師



序號	系級	負責輔導老師	聯繫方式
1	醫學系	甘乃文	kevinkan@tmu.edu.tw (02)2736-1661#2270
2	呼吸治療學系	甘乃文	
3	保健學系	甘乃文	
4	牙醫學系	祁崇溥	tomchi77@tmu.edu.tw (02)2736-1661#2279
5	牙體技術學系	祁崇溥	
6	口腔衛生學系	祁崇溥	
7	藥學系	洪至祥	sean0326@tmu.edu.tw (02)2736-1661#2271
8	高健管理學系	鍾雨純	e750224@tmu.edu.tw (02)2736-1661#2291
9	醫技系	鍾雨純	
10	公衛學系	楊明達	yangrugby@tmu.edu.tw (02)2736-1661#2275
11	醫管系	楊明達	



體育自學

系統問題報修



體育自學課程洽詢窗口：廖小姐 校內分機#2276 Email:evaliao@tmu.edu.tw
體育自學課程系統問題_請洽下列「校務系統報修網址」進行報修



報修服務 分機查詢

資訊處-線上服務平台

服務說明

本系統提供全校師生申請資訊類相關維護服務

例：個人電腦報修(限校內財產)、網路維修(含宿網)、資訊系統維護等。

如有問題，要聯繫誰？

維護進度請直接登入查詢，其餘問題，請洽資訊處窗口 (02) 66382736#1600~1

登入 Login:



帳號

@tmu.edu.tw



密碼

身分：

登入

校務系統報修網址-〈資訊處-線上服務平台〉：

<http://glbsys.tmu.edu.tw/oitmanagement/login.aspx>

〈學校首頁→學生→校園服務申請→資訊服務平台beta版(宿網/校務系統等報修)〉