

# 美和科技大學



## 運動與休閒管理系

### 課程規範

課程名稱：

手足保健實務

中華民國 115 年 4 月制定

## 1. 課程基本資料：

科目名稱	中文	手足保健實務		
	英文	Hand and foot health care practice		
適用學制	二年制專科	必選修	必修	
適用部別	進修部	學分數	2	
適用系科別	運動與休閒管理科	學期/學年	下學期	
適用年級/班級	二年級	先修科目或先備能力	無	

## 2. 運動與休閒管理系目標培育人才

依據 UCAN 系統，本系以培育「專業職能」為目標。

專業職能	就業途徑	職能
	休閒遊憩管理	分析各休閒場所經營管理策略，決定管理方式、產品需求與潛在客層。(1)
	休閒遊憩管理	分析各休閒場所之特點與客戶需求，執行休閒活動企劃。(2)
	休閒遊憩管理	執行導覽解說，提供客戶良好的旅遊經驗。(3)
	休閒遊憩管理	檢視及執行已確認的個別及團體遊客入場流程。(4)
	休閒遊憩管理	發覺各個休閒場地的安全問題並確認維護方式，以執行適當的安全維護措施。(5)

## 3. 課程對應之 UCAN 職能

課程	職能	專業職能 M	專業職能 A
	手足保健實務		針對休閒場所之特點與客戶需求，執行手足保健休閒活動各服務項目步驟企劃體驗與實作。

註：M 表示課程內容須教授之「主要」相關職能 A 表示課程內容須教授之「次要」相關職能

## 4. 教學目標

1. 認識指甲構造及生理作用
2. 手足服務範疇及產業概況
3. 學習手部基礎及深層保養流程及技巧
4. 學習足部基礎及深層保養流程及技巧

## 5.1 課程說明

1. 課程綱要介紹暨前置作業
2. 手部工作檯的佈置與陳設/指甲概述
3. 指甲類型與問題/指甲修型
4. 手部基本按摩手法
5. 手部去角質
6. 手部按摩
7. 足部工作檯的佈置與陳設/足部指緣護理
8. 趾甲修型與拋光
9. 趾甲上色
10. 趾甲卸色
11. 手部深層保養
12. 足部基礎保養
13. 足底硬皮護理
14. 測驗

週次	課程內容規劃	課程設計養成之職能	時數
1	課程綱要介紹暨前置作業	M(A1,A5)	2
2	手足用品具認識與清潔消毒	M(A1,A5)	2
3	手部工作檯的佈置與陳設 指甲概述	M(A1,A5)	2
4	指甲類型與問題 指甲修型	M(A1,A5)	2
5	指甲基本修剪與養護	M(A2,A5)	2
6	手部去角質	M(A2,A3)	2
7	手部基本按摩手法	M(A2,A3)	2
8	手部深層保養	M(A2,A3)	2
9	期中測驗		2
10	足部工作檯的佈置與陳設	M(A1,A5)	2

週次	課程內容規劃	課程設計養成之職能	時數
	足部常見問題		
11	趾甲修型與拋光 足底硬皮護理	M(A2,A3)	2
12	腿部紓壓按摩(一)	M(A2,A3)	2
13	腿部紓壓按摩(二)	M(A2,A3)	2
14	足部指緣護理	M(A2,A3)	2
15	趾甲修型與拋光(一)	M(A2,A3)	2
16	趾甲修型與拋光(二)	M(A2,A3)	2
17	足部總複習	M(A1,A5)	2
18	期末測驗		2

### 5.3 教學活動

1. 講述
2. 示範
3. 實作
4. Power Point

### 6. 成績評量方式

1. 期中考 30%
2. 期末考 30%
3. 平時成績考核 40%

### 7. 教學輔導

#### 7.1 課業輔導/補救教學對象：

- ◆ 成績欠佳之學生：凡期中考成績落於班級成績後 30%或期中考成績不及格之學生，安排同儕學習制度進行補救教學。
- ◆ 有特別學習需求之學生：學生有個別需要深入了解本科目更深入的學習內容，利用 Office hours 時間給予個別指導。

#### 7.2 課業輔導/補救教學之實施

課業輔導與補救教學的實施方式：

- ◆ 分組互助教學：建立小組同儕學習制度，將學生予以分組，並於每組中安排成績優異的學生擔任組長，以隨時協助成績欠佳學生跟上學習進度，並可借此形成互相觀摩學習的讀書風氣。
- ◆ 課後輔導：由授課教師於課輔時間 (Office Hours)，幫助成績欠佳或有特別學習需求之學生進行課後輔導。
- ◆ 補救教學：授課教師額外對於成績欠佳學生，進行課後作業練習，使其能在不斷的練習中獲得進步。

### 7.3 課業輔導/補救教學時間與聯絡方式

- ◆ 輔導時間：藉由下課時間與學生自由交談，了解其學習成效，以作為教學內容調整之參考。
- ◆ 輔導老師聯繫方式：
  - (1). 授課教師：洪雪鳳
  - (2). 校內分機：8608
  - (3). 授課教師 email：x00003250@meiho.edu.tw
  - (4). 教師研究室：北區醫護大樓 G806