

## 100-1 大葉大學 選課版課綱

### 基本資訊

課程名稱	運動健康管理實務-舞蹈	科目序號 / 代號	1811 / BSM4036
開課系所	運動事業管理學系	學制 / 班級	大學日間部1年1班
任課教師	陳南琦	專兼任別	專任
必選修 / 學分數	選修 / 2	畢業班 / 非畢業班	非畢業班
上課時段 / 地點	(四)56 / K108	授課語言別	中文

### 課程簡介

本課程主要是介紹有氧舞蹈的多樣與趣味性，以美國運動醫學協會的指導原則為基礎下，指導學生如何將事先設計或隨性的動作或舞步，配合各種音樂的節奏來從事運動，以提升身心適能及培養休閒運動的能力與興趣。

### 課程大綱

有氧舞蹈基本步  
音樂節拍  
舞步編排與組合  
教學指導

### 基本能力或先修課程

體適能概念